

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа» с. Усть-Лыжа
«Подув тӧдӧмлуньяс сетан общеобразовательной школа»
муниципальной бюджетной общеобразовательной велӧданін Лыжавом сикт

РАССМОТРЕНО
школьным методическим объединением
учителей-предметников
Протокол от «23»_05_2024 г. № 5

УТВЕРЖДЕНО
приказом
по МБОУ «ООШ»
с. Усть-Лыжа
от «24»_05_2024 г. № 145

ПРИНЯТО
педагогическим советом школы
протокол от «24»_05_2024 г. № 8

АДАптированная рабочая программа

для детей с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
(вариант 2)
по учебному предмету «Домоводство»
для 7 «б» класса
основного общего образования
на 2024 – 2025 учебный год

Составитель: Хренова Н.М.,
учитель изобразительного искусства

Рабочая программа

по учебному предмету «Домоводство» для обучающегося Ванюта Егора

Основание: заключение ТПМПК № 44 от 15 марта 2017 года.

Планирование составлено на основе программы _____ АООП (2 вариант) _____

Учебник: _____ нет _____

Класс: _7 «б» _

Количество часов в ФАОП: 170 часов, 5 часов в неделю.

Количество часов по учебному плану и календарному графику МБОУ «ООШ» с. Усть-Лыжа (приказ от 24 мая 2024 года № 153) 170 часов, 5 часов в неделю.

1. Требования к уровню подготовки

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Домоводство»

Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома:

умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола;

умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;

умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения;

умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

2. Содержание учебного предмета

Программа по учебному предмету «Домоводство» в шестом классе представлена разделами: "Покупки", "Уход за вещами", "Обращение с кухонным инвентарем", "Приготовление пищи", "Уборка и территории".

Раздел "Покупки".

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку. Раскладывание продуктов в места хранения.

Раздел "Обращение с кухонным инвентарем".

Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при

мытьё и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытьё бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.

Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

Раздел "Приготовление пищи".

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытьё продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на терке. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером). Соблюдение последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, вынимание продукта. Соблюдение последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание или переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта. Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката: включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда: выбор продуктов (хлеб, колбаса, помидор, масло), выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож), нарезание хлеба, нарезание колбасы, нарезание помидора, намазывание хлеба маслом, сборка бутерброда (хлеб с маслом, колбаса, помидор). Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов (вареный картофель, морковь, кукуруза, соленый огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, тарелки), очистка вареных овощей, открывание банок (кукуруза, огурцы), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов. Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов (полуфабрикат, масло растительное), выбор кухонного инвентаря (сковорода, лопатка, тарелки), наливание масла в сковороду, выкладывание котлет на сковороду, включение плиты, постановка сковороды на конфорку, переворачивание котлет, выключение электрической плиты, снятие котлет.

Раздел "Уход за вещами".

Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застирывание белья.

Полоскание белья. Выжимание белья. Вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, контейнер для засыпания порошка, панель с кнопками запуска машины и регуляторами температуры и продолжительности стирки). Сортировка белья перед стиркой (например): белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье. Закладывание и вынимание белья из машины. Установка программы и температурного режима. Мытье и сушка машины. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.

Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на "плечики". Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви: открывание тюбика с кремом, нанесение крема на ботинок, распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом.

Раздел "Уборка помещения и территории".

Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.

Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом: подготовка пылесоса к работе, установка регулятора мощности, включение (вставление вилки в розетку; нажатие кнопки), чистка поверхности, выключение (поворот рычага; нажатие кнопки; вынимание вилки из розетки), отсоединение съемных деталей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при мытье пола: наполнение емкости для мытья пола водой, добавление моющего средства в воду, намачивание и отжимание тряпки, мытье пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок.

Мытье стекла (зеркала). Соблюдение последовательности действий при мытье окна: наполнение емкости для мытья водой, добавление моющего средства в воду, мытье рамы, вытирание рамы, мытье стекла, вытирание стекла, выливание использованной воды.

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Темы уроков	Кол-во часов
	Уборка помещения, территории	4
1.	«Вводное занятие»	1
2.	С.Р. Сезонные работы в доме и их виды	1
3.	С.Р. Работы во дворе, огороде и на участке	1
4.	С.Р. Работы во дворе, огороде и на участке	1
	Покупки	32
5.	Планирование покупок.	1
6.	С.Р. Выбор мест совершения покупок.	1
7.	С.Р. Виды магазинов: промтоварный.	1
8.	С.Р. Виды магазинов: продовольственный.	1
9.	С.Р. Глобальное чтение вывесок.	1
10.	С.Р. Ориентация в расположении отделов магазина.	1
11.	С.Р. Нахождение нужного товара в магазине.	1
12.	С.Р. Знакомство с видами товаров.	1
13.	Покупка в магазинах штучных товаров первой необходимости.	1
14.	С.Р. Размещение продуктов по местам.	1
15.	С.Р. Взвешивание товара.	1
16.	С.Р. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе.	1
17.	С.Р. Знакомство со сроком годности, стоимостью продуктов питания, проверка чека и сдачи.	1
18.	С.Р. Соблюдение правил хранения товаров.	1
19.	С.Р. Профессии работников магазина: кассир.	1
20.	С.Р. Профессии работников магазина: продавец.	1
21.	С.Р. Профессии работников магазина: охранник.	1
22.	С.Р. Профессии. Раскрашивание иллюстраций.	1
23.	С.Р. Правила поведения в магазине.	1
24.	Инструктаж по ТБ во время экскурсии.	1
25.	С.Р. Сюжетная игра: «В магазине».	1
26.	С.Р. Экскурсия в промтоварный магазин.	1

27.	С.Р. Рынки. Видеорынок.	1
28.	С.Р. Виды рынков.(продуктовые,вещевые).	1
29.	С.Р. Значение рынка в жизни человека.	1
30.	С.Р. Различия рынка и магазина.	1
31.	С.Р. Экскурсия на рынок.	1
32	С.Р. Сюжетная игра «Покупаем на рынке».	1
33	Раскрашивание овощей, фруктов.	1
34	С.Р. Раскрашивание овощей, фруктов.	1
35	С.Р. Раскрашивание овощей, фруктов.	1
36	С.Р. Раскрашивание овощей, фруктов.	1
	Обращение с кухонным инвентарем	4
37	С.Р. Посуда. Обращение с посудой.	1
38	С.Р. Посуда. Обращение с посудой.	1
39	С.Р. Различия предметов посуды для сервировки стола. Завтрак.	1
40	Различия предметов посуды для сервировки стола. Обед.	1
	Обращение с кухонным инвентарем	40
41	С.Р. Посуда. Обращение с посудой	1
42	С.Р. Посуда. Обращение с посудой	1
43	С.Р. Различия предметов посуды для сервировки стола. Завтрак	1
44	С.Р. Различия предметов посуды для сервировки стола. Обед.	1
45	С.Р. Соблюдение последовательности действий при мытье посуды.	1
46	С.Р. Мытье посуды.	1
47	С.Р. Правила и приемы ухода за посудой и помещением.	1
48	С.Р. Мытье посуды.	1
49	Обращение с бытовыми приборами.	1
50	С.Р. Различия бытовых приборов по назначению.	1
51	С.Р. Раскрашивание	1
52	С.Р. Мытье бытовых приборов.	1
53	С.Р. Хранение посуды и бытовых приборов.	1
54	С.Р. Столовая посуда и её назначение.	1
55	С.Р. Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.	1
56	С.Р. Сервировка стола.	1
57	Правила пользования столовой посудой.	1

58	С.Р. Мытьё и хранение посуды и столовых приборов, уборка их в шкаф.	1
59	С.Р. Сервировка стола.	1
60	С.Р. Чайная посуда. Её назначение.	1
61	С.Р. Уборка, мытье чайной посуды горячей водой.	1
62	С.Р. Заваривание чая в пакетике.	1
63	С.Р. Раскрашивание посуды.	1
64	С.Р. Место для приготовления пищи, оборудование.	1
65	С.Р. Значение питания в жизни и деятельности людей.	1
66	С.Р. Знакомство с местом для приготовления пищи и его оборудованием.	1
67	Значение питания в жизни и деятельности людей.	1
68	С.Р. Кухня. Мебель. Соблюдение чистоты и порядка.	1
69	С.Р. Мытьё предметов кухонной мебели	1
70	С.Р. Название кухонной посуды	1
71	С.Р. Уход за столовыми и кухонными приборами и их хранение.	1
72	С.Р. Название нагревательных приборов и правила пользования ими.	1
73	С.Р. Холодильник: назначение, правила эксплуатации ухода за ним	1
74	С.Р. Мытьё кухонного оборудования	1
75	С.Р. Бытовая электроплита: назначение, эксплуатация.	1
76	С.Р. Включение и выключение конфорок электроплиты.	1
77	С.Р. Соотнесение размера конфорки с дном кухонной	1
78	С.Р. Режим питания – завтрак, обед, полдник, ужин.	1
79	С.Р. Основные продукты питания.	1
80	С.Р. Последовательность в обработке овощей и фруктов.	1
	Приготовление пищи	34
81	Салаты из сырых и отварных овощей.	1
82	С.Р. Приготовление салата. Нарезка овощей.	1
83	С.Р. Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата.	1
84	С.Р. Приготовление простых бутербродов.	1
85	С.Р. Приготовление бутербродов.	1
86	С.Р. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда.	1
87	С.Р. Приготовление бутербродов.	1
88	С.Р. Приготовление блюда.	1
89	С.Р. Обработка продуктов.	1

90	С.Р. Соблюдение последовательности действий при варке продукта	1
91	С.Р. Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.	1
92	С.Р. Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката	1
93	С.Р. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	1
94	Приготовление блюд из яиц	1
95	С.Р. Упражнения по определению свежести яйца	1
96	С.Р. Отваривание яйца вкрутую.	1
97	С.Р. Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет.	1
98	С.Р. Блюда из отварного картофеля. Рисование картофеля	1
99	С.Р. Отваривание картофеля	1
100	С.Р. Приготовление гарниров	1
101	С.Р. Оформление блюд и подача их на стол.	1
102	С.Р. Виды теста: пресное	1
103	С.Р. Виды теста: дрожжевое.	1
104	Заготовка продуктов.	1
105	С.Р. Консервирование. Компот. Варенье.	1
106	С.Р. Сервировка стола, приборка.	1
107	С.Р. Правила гигиены и санитарии при приеме пищи	1
108	С.Р. Соки, минеральная вода, питьевая вода.	1
109	С.Р. Кондитерские изделия.	1
110	С.Р. Экскурсия в столовую.	1
111	С.Р. Столовая самообслуживания	1
112	С.Р. Работа общественного питания. Профессии.	1
113	С.Р. Школьная столовая	1
114	С.Р. Дежурство по столовой.	1
	Уход за вещами	35
115	Разнообразные виды одежды. Сезонная и демисезонная одежда.	1
116	С.Р. Гигиена, личные вещи.	1
117	С.Р. Нательное белье. Содержание белья в чистоте.	1
118	С.Р. Различение одежды в зависимости от назначения.	1
119	С.Р. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	1
120	С.Р. Ручная стирка.	1
121	С.Р. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1

122	Стирка носового платка.	1
123	С.Р. Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	1
124	С.Р. Сортировка белья перед стиркой.	1
125	С.Р. Глажение утюгом. Различение составных частей.	1
126	С.Р. Виды обуви. Уход за обувью.	1
127	С.Р. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.	1
128	С.Р. Различение обуви по материалу.	1
129	Обучение шнуровке ботинок и завязыванию и развязыванию шнурка.	1
130	С.Р. Виды головных уборов.	1
131	С.Р. Виды головных уборов.	1
132	С.Р. Практическое задание: подобрать головной убор в зависимости от сезона.	1
133	С.Р. Одежда для мальчиков. Одежда для девочек.	1
134	С.Р. Одежда для мальчиков. Одежда для девочек.	1
135	С.Р. Дидактическая игра-лото «Подбери обувь, одежду и головной убор».	1
136	С.Р. Раскрашивание одежды и обуви.	1
137	С.Р. Раскрашивание одежды и обуви.	1
138	С.Р. Раскрашивание одежды и обуви.	1
139	С.Р. Раскрашивание одежды и обуви.	1
	Уборка помещения и территории	31
140	Знакомство с видами жилых помещений в городе и селе.	1
141	С.Р. Рисование дома.	1
142	С.Р. Кухня, столовая, гостиная, спальня, коридор.	1
143	С.Р. Функциональное назначение предметов мебели.	1
144	С.Р. Лепка мебели.	1
145	С.Р. Последовательность уборки квартиры.	1
146	С.Р. Подбор и использование инвентаря и приспособлений для уборки квартиры.	1
147	С.Р. Мытье стекла (зеркала).	1
148	С.Р. Гигиенические правила уборки комнат.	1
149	С.Р. Наведение порядка на рабочем столе, на полках с учебными принадлежностями.	1
150	Уход за комнатными цветами.	1
151	С.Р. Правильный подбор моющих средств.	1
152	С.Р. Классная комната. Назначение. Мебель. Уход за мебелью.	1

153	С.Р. Практическое занятие: рисование классной комнаты.	1
154	С.Р. Гигиенические требования к помещению, где проходят занятия.	1
155	С.Р. Инвентарь и приспособления для уборки класса.	1
156	С.Р. Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	1
157	С.Р. Уборка и соблюдение порядка на парте.	1
158	С.Р. Удаление пыли с мебели.	1
159	С.Р. Мытьё классной доски.	1
160	С.Р. Влажная уборка подоконника, стен и двери.	1
161	С.Р. Обязанности дежурного по классу.	1
162	С.Р. Уход за цветами в классе.	1
163	Правила личной гигиены до и после уборки класса.	1
164	С.Р. Виды учебных и служебных помещений в школе.	1
165	С.Р. Назначение предметов мебели, оборудования в столовой.	1
166	С.Р. Уборка служебных помещений.	1
167	С.Р. Уборка бытового мусора. Подметание территории.	1
168	С.Р. Уборка снега.	1
169	С.Р. Стребание травы и листьев.	1
170	С.Р. Уборка территории.	1

Лист фиксирования изменений и дополнений

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа (дата, № приказа)	Подпись лица, внесшего запись