

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Никольская школа-интернат Костромской области для детей с ограниченными
возможностями здоровья»**

156519 Костромская область Костромской район п. Никольское ул. Мира д. 12 тел/факс 644 - 137, 644 - 237

ИНН 4414003003 nickolskoe@yandex.ru

«Рассмотрено» на заседании МО учителей _____ Протокол № ____ от г.	«Согласовано» Заместитель директора школы по УВР г.	«Утверждаю» Директор школы - интерната Приказ № ____ от
---	---	--

**Рабочая программа
по предмету
Домоводство
в класс
Для обучающихся с умеренной степенью умственной отсталости
Вариант II**

Пояснительная записка

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 02.07.2021);
- Приказа Минпросвещения от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения до 1 сентября 2021 года);
- Приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения с 1 сентября 2021 года);
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации и от 19.12.2014 № 1599 (ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Учебного плана ГКОУ Никольской школы – интерната
- Рабочей программы воспитания ГКОУ Никольской школы - интерната;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы ГКОУ Никольской школы-интерната, варианта 2, нацеленной на образование детей с умеренной умственной отсталостью, с учетом их индивидуальных образовательных потребностей.

Программа рассчитана на 136 часов. При ухудшении эпидемиологической ситуации данная программа может быть реализована дистанционно.

Ц

Задача программы обучения: формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами; освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для формирования бытовой деятельности детей и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

Программа по домоводству включает следующие разделы: «Покупки», «Уход за вещами», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории».

м

Планируемые результаты

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

Личностные результаты:

- социально-эмоциональное участие в процессе бытовой деятельности.
- первоначальное осмысление социального окружения.
- развитие элементарных навыков самостоятельности.
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

и
я
:

повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи трудовой деятельности;
- умение видеть цель, осуществлять с помощью учителя план действий для достижения данной цели;
- формирование умения определять причины успеха\неуспеха в учебной деятельности;
- использование коммуникативных навыков общения с целью выполнения заданий, практических работ и т.д.;
- умение слушать инструкцию, адекватно регулировать свое поведение и поведение окружающих;
- умение работать в материальной среде в соответствии с содержанием предмета.

Предметные результаты:

- умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола, др.
- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне, др.
- 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.

Содержание учебного предмета.

Введение - 2 часа;

«Покупки» - 19 часов;

«Обращение с кухонным инвентарем» -23 часа;

«Приготовление пищи» -32 часа;

«Уход за вещами» -21 час;

«Уборка помещения» -16 часов;

«Уборка территории» -23 часа.

Формы организации учебных занятий.

- Занятия – диалоги,
- Занятия – исследования,
- Занятия – соревнования,
- Игры

Основные виды учебной деятельности: индивидуальная работа, работа в парах(совместно с педагогом).

Примерное содержание программы

Введение.

Беседа о труде и его значении в жизни общества. Профессии родителей учащихся. Профили, по которым проводится трудовое обучение в школе. Кабинет, его назначение и оборудование. Правила поведения. Организация рабочего места, распределение по местам. Назначение старосты (бригадира) группы. Обязанности дежурного.

Покупки.

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника на пакет 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.

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 и др.). 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 мытье 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 и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.

Мытье 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.

Приготовление пищи.

Приготовление блюд. 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. Мытье 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 продуктов: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продуктов в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, 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, выключение электрической духовки, вынимание противня из духовки, снятие выпечки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытье 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, тарелка), 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.

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.

Уборка помещения.

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 территории.

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

Учебно-тематический план

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1-2	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности.	2
Уборка помещения. 2 часа		
3-4	Обязанности дежурного. Дежурство по классу. Ежедневная уборка помещения.	2
Уборка территории. 10 часов		
5-6	Уборка территории.(подметание, уборка мусора в отведенные места)	2
7-10	Сбор семян цветов, сортировка, упаковка на хранение.	4
11-12	Заготовка земли для рассады весной.	2
13-14	Уборка клумб от мусора. Уход за уборочным инвентарем.	2
Приготовление пищи. 6 часов		
15-16	Легкий завтрак. Понятие меню. Составление меню.	2
17	Подбор продуктов для завтрака по меню.	1
18	Приготовление легкого завтрака (варка яйца).	1
19	Напиток к завтраку. Приготовление какао.	1
20	Сервировка стола к завтраку.	1
Покупки. 10 часов		
21	Планирование покупок к завтраку.	1
22-23	Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др..	2
24-25	Нахождение нужного товара в магазине. Покупка яиц, хлеба, масла и т.д. Соблюдение последовательности действий.	2
26-27	Складывание покупок в сумку. Раскладывание продуктов в места хранения.	2
28	Правила и сроки хранения хлебобулочных изделий.	1
29	Правила и сроки хранения масла растительного.	1
30	Правила и сроки хранения яиц.	1
Обращение с кухонным инвентарем. 6 часов		
31-32	Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож)	2
33-34	Тарелки для сервировки стола: виды и правила ухода. Мытье тарелок.	2
35-36	Кухонные ножи: виды и правила ухода. Техника безопасной работы с кухонными ножами.	2
Уход за вещами. 8 часов		
37	Вводный урок. Подготовка вещей для школы.	1
38-40	Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	3
41-44	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.	4
Уборка территории. 4 часа		
44-45	Подметание территории. Уход за уборочным инвентарем.	2
46-47	Сгребание травы и листьев. Уход за уборочным инвентарем.	2
Уборка помещения. 4 часа		
48-50	Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок высыпание мусора в урну.	3
51	Вытирание пыли. Инструменты и приспособления для уборки пыли.	1
Обращение с кухонным инвентарем. 4 часа		

52	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, венчик, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.)	1
53	Правила безопасной работы с теркой.	1
54-55	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	2
Приготовление пищи. 4 часа		
56	Первичная обработка овощей (морковь)	1
57	Натираание продуктов на терке.	1
58-59	Приготовление морковного десертного салат из моркови.	2
Обращение с кухонным инвентарем. 4 часа		
60-61	Мытье посуды и инвентаря от растительного масла. Правила безопасной работы с моющими средствами.	2
62-63	Различение чистой и грязной посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке доски разделочной.	2
Покупки. 4 часа		
64-65	Ориентация в расположении овощного отдела. Нахождение нужного товара в магазине.	2
66-67	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника на пакет с продуктом.	2
Уход за вещами. 4 часа		
68	Ручная стирка. Разбор белья по цвету и загрязнению.	1
69	Наполнение емкости водой. Замачивание белья.	1
70	Выбор моющего средства.	1
71	Правила безопасной работы с моющими средствами.	1
Уборка помещения. 4 часа		
72	<i>Уборка мебели.</i> Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
73	Вытирание поверхности мебели.	1
74-75	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду,	2
Уборка территории. 4 часа		
76-79	Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.	4
Обращение с кухонным инвентарем. 6 часов		
80-81	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи. Дежурство по столовой.	2
82	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой.	1
83	Накрывание на стол.	1
84	Выбор посуды и столовых приборов.	1
85	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	1
Приготовление пищи. 15 часов		
86-87	Салат из вареных овощей. Рецепт подбор продуктов.	2
88	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1
89-90	Первичная обработка овощей. Тепловая обработка овощей.	2
91-92	Соблюдение последовательности действий при варке продуктов.: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продуктов в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, снятие продукта.	2
93	Очистка вареных овощей.	1
94-95	Нарезание продуктов кубиками	2

96	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата из вареных овощей.	1
97-98	Способы заправки салата: добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов.	2
99-100	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: раскладывание салфеток, расставление солонок и ваз, расставление блюд.	2
Обращение с кухонным инвентарем. 3 часа		
101-	Уборка стола после приема пищи. Мытье посуды.	1
102-103	Чистка посуды. Правила безопасной работы чистящими средствами.	2
Уход за вещами. 9 часов		
104-105	<i>Машинная стирка.</i> Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, контейнер для засыпания порошка, панель с кнопками запуска машины и регуляторами температуры и продолжительности стирки).	2
106-107	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье.	2
108	Установка терморегулятора на утюжку х/б и льняных тканей.	1
109	Правила ТБ при работе с утюгом.	1
110	Утюжка кухонных полотенец, носовых платков.	1
111-112	Складывание столового белья. Уборка на хранение.	2
Покупки. 5 часов		
113	Хлебный отдел магазинов. Правила покупки товара.	1
114-116	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.	3
117	Раскладывание хлебобулочных изделий в места хранения.	1
Приготовление пищи. 7 часов		
118	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда:	1
119	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления бутерброда.	1
120	Выбор продуктов, необходимых для приготовления бутерброда.	1
121	Нарезка хлеба на бутерброды.	1
122	Намазывание хлеба маслом.	1
123	Нарезание колбасы, нарезание помидора кольцами	1
124	Составление и оформление бутерброда	1
Уборка помещения. 6 часов		
125-126	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заматывание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Уход за уборочным инвентарем.	2
127	Инструменты и приспособления для мытья окон.	1
128	Соблюдение последовательности действий при мытье окна:	1
129-130	Мытье стекла., вытирание стекла, выливание использованной воды.	2
Уборка территории. 5 часов		
131-133	Уборка клумб от остатков мусора (ботвы цветов, травы)	2
134-135	Уборка бытового мусора. Подметание территории.	2
136	Уход за уборочным инвентарем.	1

**Учебно-методическое и
материально-техническое обеспечение процесса обучения**

1. Оборудование: холодильник, кухонный процессор, электрическая мясорубка «Помощница», электрочайник, миксер; кофеварка, электроплита.

2. Кухонные принадлежности: терка, чайные, столовые приборы, чайная, столовая посуда, разделочные доски, набор ножей, салатницы, креманица, пиалы, кастрюли, сковороды.
3. Демонстрационный материал и наглядный материал (таблицы, плакаты)
4. Раздаточный материал (карточки, муляжи и т.д.)
5. Дидактические средства обучения (настольные игры)
6. Средства ТСО
7. Презентации к урокам:
 - Роль витаминов в жизни человека.
 - Первичная и тепловая обработка картофеля. Приготовление пюре.
 - Санитария и гигиена на кухне.
 - Значение хлеба в питании. Особенности приготовления бутербродов.
 - Как делают хлеб?
 - Мясо и мясные продукты.
 - Приготовление изделий из дрожжевого теста.
 - Салат из вареных овощей.

Материально-техническая база реализации программы соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

1. Шевченко С.Г., Капустина Г.М. Предметы вокруг нас. Тетрадь с печатной основой для индивидуальных и групповых Коррекционных занятий. Ассоциация XXI век. Смоленск
2. Богуславская Н.Е., Купина Н.А. Весёлый этикет (развитие коммуникативных способностей ребёнка,- Екатеринбург: «АРГО»
3. Комплексное развитие детей с синдромом Дауна: групповые и индивидуальные занятия. Методическое пособие. – М.: Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»
4. Иллюстрированный дидактический материал (приложение к методическому пособию «Комплексное развитие детей с синдромом Дауна»).
5. Наглядное пособие для педагогов, логопедов, воспитателей и родителей. Серия «Знакомство с окружающим миром и развитие речи».

Критерии оценивания знаний и умений.

- *Оценка «5» ставится:*
 - если ученик выполняет все задания на уроке правильно, самостоятельно под контролем учителя.
- *Оценка «4» ставится:*
 - если ученик выполняет все задания на уроке правильно, самостоятельно под контролем учителя, но имеются 2-3 негрубые ошибки;
 - если ученик выполняет задания с частичной помощью учителя.
- *Оценка «3» ставится:*
 - если ученик выполняет все задания на уроке самостоятельно под контролем учителя, и в работе имеется 4-5 негрубых ошибок.