

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

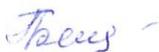
**Министерство образования Красноярского края**

**Боготольский район**

**МКОУ Чайковская СОШ**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО



Бакланова Л.Н.  
Протокол № 1  
от «10» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР



Шмарловская А.С.  
от «11» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



Измалкова И.К.  
Приказ № 145  
от «14» августа 2023 г.



**Календарно-тематическое планирование**

**учебного предмета «Окружающий природный мир»**

**II вариант**

**для обучающегося 6 класса (7 год)**

**п. Чайковский 2023**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Домоводство» разработана в соответствии с:

-Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

-Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями в развитии (II вариант )

-Учебным планом .

Цели:

- социальная адаптация учащихся;
- подготовка учеников к посильной хозяйственной деятельности в семье, повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Задачи:

- развитие интереса к трудовой деятельности;
- формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Наблюдение и опыт изучения социальной адаптации учащихся, имеющих особенности развития, показывает большие трудности в их приспособлении к самостоятельной практической жизни.

Учащийся часто сам не в состоянии выделить и освоить те социальные компоненты, которые обеспечат ему благополучное существование

в современном социуме. Задача предмета «Домоводство» сориентировать, помочь разобраться в окружающей обстановке, сформировать осведомленность в бытовых и социальных вопросах, сформировать адаптивные знания, умения и навыки на доступном уровне. Предмет «Домоводство» тесно связан с такими дисциплинами как «Человек», «Окружающий социальный мир». Например, на уроках окружающего мира, на основе ознакомления с предметами и явлениями окружающей действительности наряду с другими сообщаются сведения о семье, охране здоровья, одежде и обуви. На уроках по формированию математических представлений, кроме прочего, осуществляется формирование элементарных знаний по экономике ведения домашнего хозяйства. На уроках домоводства усиливается внимание к вопросам, связанным с организацией своего быта. Уроки домоводства имеют ярко выраженную коррекционную направленность. Домоводство – это организованное социальное общение, позволяющее формировать коммуникативные навыки. Как образовательная область предмет домоводства решает задачу сделать этот процесс осмысленным, а социальное поведение привычным и системным, то есть «привязанным» к определенным жизненным и бытовым ситуациям.

#### Промежуточная аттестация.

Оценивание знаний, умений и навыков, полученных на уроках Домоводства, происходит по основным разделам программы. Данные в процентном соотношении заносятся в СИПР.

Формой проведения промежуточной аттестации является выполнение практической работы, анализ которой проводится учителем. Оценивается степень сформированности тех или иных функций, которые необходимы для выполнения практической работы.

Таким образом, определённые функции могут быть сформированы, формироваться или не сформированы. Прослеживается динамика формирования функций у каждого обучающегося.

***Промежуточная и итоговая аттестация*** обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по учебному предмету

«Домоводство» проводится на основании выявленных у обучающихся умений в доступной форме по овладению планируемыми личностными и предметными результатами освоения АООП.

*Промежуточная* (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения СИПР и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года. По итогам освоения отраженных в СИПР задач и анализа результатов обучения составляется развернутая характеристика учебной деятельности ребёнка, оценивается динамика развития его жизненных компетенций.

*Промежуточная* (годовая) аттестация осуществляется в течение последних двух недель учебного года путем наблюдения за выполнением обучающимися специально подобранных заданий, позволяющих выявить и оценить результаты обучения. При оценке результативности обучения важно учитывать затруднения обучающихся в освоении предмета, которые не должны рассматриваться как показатель неуспешности их обучения и развития в целом.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Оценка достижений предметных результатов основывается на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект».

*Методы и средства оценки:* практическая работа, опрос (исходя из возможностей ребенка). *Критерии:* степень самостоятельности и потребности в

посторонней помощи (самостоятельно, направляющая, контролирующая, стимулирующая), полнота знаний, прочность усвоения и умения их применять.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Программа предмета «Домоводство» в начальной школе рассчитана на 5 лет (с 5 по 9 класс). В учебном плане на изучение предмета выделено 782 часа:

- в 5 классе составляет – 102 часа за год (3 часа в неделю);
- в 6 классе составляет – 170 часов за год (5 часов в неделю);

### **Личностные и предметные результаты освоения предмета**

#### *Личностные результаты освоения программы:*

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыка сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

В соответствии с требованиями ФГОС ООО для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью с РАС (вариант 2) предметные результаты по предмету «Домоводство» планируются с учётом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Предметные результаты освоения программы:

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

## 6 КЛАСС

### **Уборка территории (15 часов)**

Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. Стребание листьев и травы. Уборка снега: стребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря.

### **Уборка помещения (30 часов)**

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке. Мытьё поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье пола. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Правила ТБ при работе с пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды. Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала. Мытьё зеркала. Соблюдение последовательности действий при мытье окна. Мытьё стекла.

### **Уход за вещами (30 часов)**

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету, составу ткани, предметам одежды. Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.

Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. Закладывание белья в машину. Стирка белых х/б вещей (кухонные полотенца, салфетки). Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки. Мытье (сушка) машины. Складывание вещей с предварительной сортировкой. Вывешивание одежды на вешалки различной конфигурации. Сухая чистка одежды. Складывание вещей на длительное хранение (на зиму). Определение необходимости мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Знание (различение) средств для мытья обуви. Выбор средства для мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Мытьё обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

### **Обращение с кухонным инвентарём (30 часов)**

Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды, Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, дуршлаг, шумовка, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка, скалка и др.). Различение бытовых приборов по назначению (блендер, электрический чайник, холодильник). Соблюдение последовательности действий при пользовании электроприборами. Знание правил техники безопасности при пользовании электроприборами на кухне. Хранение электроприборов. Мытьё приборов. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

## **Приготовление пищи (40 часов)**

Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Соблюдение правил и последовательности действий при обработке продуктов: мытье продуктов, чистка овощей, резание ножом, натирание продуктов на тёрке. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака. Соблюдение последовательности действий при приготовлении чая: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (электрический чайник, заварочный чайник, чайный сервиз). Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба. Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из яиц: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей. Соблюдение последовательности действий при приготовлении винегрета: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей. Сервировка стола к завтраку.

## **Покупки (25 часов)**

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание 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, пробивание кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения.

### бкласс

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
1	Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке.	1
2	<u>Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».</u>	1
3	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
4	<u>Хранение инвентаря. Основные правила хранения.</u>	1
5	Тест: «Уборка территории. Сгребание листьев и травы» (выбор инвентаря и спецодежды, хранение инвентаря).	1
<b><i>Покупки</i></b>		<b>25</b>
6	Выбор места совершения покупок (магазин овощи-фрукты).	1
7	<u>Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.</u>	1
8	Нахождение нужного товара в магазине.	1
9	<u>Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.</u>	1
10	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
11	Складывание покупок в сумку.	1
12	<u>Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.</u>	1
13	Соблюдение последовательности действий при расчете на	1

	кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	
14	<u>Раскладывание продуктов в места хранения.</u>	1
15	Экскурсия в магазин «Овощи-фрукты».	1
16	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.	1
17	<u>Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.</u>	1
18	Выбор места совершения покупок (магазин молочных продуктов).	1
19	<u>Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалета и др.</u>	1
20	Нахождение нужного товара в магазине.	1
21	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
22	<u>Соблюдение последовательности действий при выборе товара.</u>	1
23	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
24	<u>Складывание покупок в сумку.</u>	1
25	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
26	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
27	<u>Раскладывание продуктов в места хранения.</u>	1
28	Экскурсия в магазин «Молочные продукты».	1
29	<u>Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.</u>	1
30	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.	1
<b><i>Обращение с кухонным инвентарём.</i></b>		<b>30</b>
31	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	1
32	<u>Узнавание (различение) моющих средств, специальных</u>	1

	<u>чистящих приспособлений для мытья посуды.</u>	
33	Практическая работа: мытьё посуды (чашки, тарелки).	1
34	<u>Практическая работа: мытьё посуды (ложки, вилки, ножи).</u>	1
35	Практическая работа: мытьё посуды (кастрюли, сковородки).	1
36	Практическая работа: мытьё посуды (овощечистка, разделочная доска).	1
37	<u>Рациональное размещение посуды в кухонном шкафу.</u>	1
38	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка). Практическое применение.	1
39	<u>Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (шумовка, дуршлаг, половник). Практическое применение.</u>	1
40	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (лопаточка, пресс для чеснока). Практическое применение.	1
41	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (открывалка, скалка и др.). Практическое применение.	1
42	<u>Различение бытовых приборов по назначению (блендер).</u>	1
43	Знание правил техники безопасности при пользовании блендером.	1
44	<u>Соблюдение последовательности действий при пользовании блендером.</u>	1
45	Мытьё блендера после использования.	1
46	Хранение блендера.	1
47	<u>Различение бытовых приборов по назначению (электрический чайник).</u>	1
48	Знание правил техники безопасности при пользовании электрическим чайником.	1
49	<u>Соблюдение последовательности действий при пользовании электрическим чайником.</u>	1
50	Мытьё чайника по мере загрязнения.	1
51	Хранение электрического чайника.	1
52	<u>Различение бытовых приборов по назначению (холодильник).</u>	1
53	Знание правил техники безопасности при пользовании холодильником.	1
54	<u>Соблюдение последовательности действий при пользовании холодильником.</u>	1
55	Мытьё холодильника по мере загрязнения.	1

56	Уход за холодильником.	1
57	<u>Выбор посуды и столовых приборов.</u>	1
58	Раскладывание столовых приборов и посуды.	1
59	<u>Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.</u>	1
60	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
<b><i>Приготовление пищи</i></b>		<b>40</b>
61	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
62	<u>Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне.</u>	1
63	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
64	<u>Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.</u>	1
65	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1
66	Соблюдение правил и последовательности действий при обработке продуктов: мытье продуктов, чистка овощей, резание ножом, натирание продуктов на тёрке.	1
67	<u>Практическая работа: мытьё продуктов.</u>	1
68	Практическая работа: чистка овощей (картофель, морковь).	1
69	<u>Практическая работа: чистка овощей (свёкла, кабачок).</u>	1
70	Практическая работа: чистка овощей (лук, чеснок).	1
71	Практическая работа: резание ножом (хлеб).	1
72	<u>Практическая работа: нарезание продуктов (овощи).</u>	1
73	Практическая работа: натирание продуктов на тёрке (овощи).	1
74	<u>Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.</u>	1
75	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
76	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1
77	<u>Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.</u>	1
78	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака.	1

79	<u>Соблюдение последовательности действий при приготовлении чая: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (электрический чайник, заварочный чайник, чайный сервиз).</u>	
80	Приготовление завтрака. Практическая работа: заваривание чая.	1
81	Сервировка стола к завтраку: чайная церемония.	1
82	<u>Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба.</u>	1
83	Приготовление завтрака. Практическая работа: холодные бутерброды.	1
84	<u>Сервировка стола к завтраку: холодные бутерброды.</u>	1
85	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба.	1
86	Приготовление завтрака. Практическая работа: горячие бутерброды.	1
87	<u>Сервировка стола к завтраку: горячие бутерброды.</u>	1
88	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из яиц: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц,	1
89	<u>Приготовление завтрака. Практическая работа: яичница.</u>	1
90	Сервировка стола к завтраку: яичница.	1
91	Приготовление завтрака. Практическая работа: омлет.	1
92	<u>Сервировка стола к завтраку: омлет.</u>	1
93	Приготовление завтрака. Практическая работа: яичница.	1
94	<u>Сервировка стола к завтраку: яичница.</u>	1
95	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей...	1
96	Приготовление завтрака. Практическая работа: салат.	1
97	<u>Сервировка стола к завтраку: салат.</u>	1
98	Соблюдение последовательности действий при	1

	приготовлении винегрета: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей.	
99	<u>Приготовление завтрака. Практическая работа: винегрет.</u>	1
100	Сервировка стола к завтраку: винегрет.	1
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
101	Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице.	1
102	<u>Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега.</u>	1
103	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
104	<u>Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.</u>	1
105	Хранение инвентаря для уборки снега.	1
<b><i>Уход за вещами</i></b>		<b>30</b>
106	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
107	<u>Сортировка белья по цвету (таблица цветов).</u>	1
108	Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная и шёлковая ткань).	1
109	<u>Сортировка вещей по назначению (нижнее бельё, уличная одежда, школьная форма).</u>	1
110	Сортировка по предметам одежды (платья, юбки, брюки, колготки).	1
111	<i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия.	1
112	<u>Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.</u>	1
113	Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки.	1
114	<u>Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.</u>	1
115	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).	1
116	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку).	1

117	<u>Машинная стирка. Автоматическая машинка для стирки белья.</u>	1
118	Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.	1
119	<u>Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.</u>	1
120	Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества.	1
121	Закладывание белья в машину.	1
122	<u>Стирка белых х/б вещей (кухонные полотенца, салфетки).</u>	1
123	Вынимание белья из машины.	1
124	<u>Вывешивание белья для просушки.</u>	1
125	Мытье (сушка) машины.	1
126	<i>Уход за одеждой.</i> Складывание вещей с предварительной сортировкой.	1
127	<u>Вывешивание одежды на вешалки различной конфигурации.</u>	1
128	Сухая чистка одежды.	1
129	<u>Складывание вещей на длительное хранение (на зиму).</u>	1
130	<i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости мытья обуви.	1
131	Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.	1
132	<u>Знание (различение) средств для мытья обуви.</u>	1
133	Выбор средства для мытья обуви.	1
134	<u>Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.</u>	1
135	Практическая работа: мытьё обуви.	1
<b>Уборка помещения</b>		<b>30</b>
136	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
137	<u>Уборка мебели. Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке.</u>	1
138	Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
139	<u>Практическая работа: мытьё поверхности мебели. Оценка результата работы.</u>	1
140	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой по теме.	1
141	<i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (мытьё пола). Соблюдение правил ТБ при	1

	уборке помещения.	
142	<u>Виды полов (покрытия полов). Деревянный крашенный пол.</u>	1
143	Соблюдение последовательности действий при мытье деревянного крашеного пола.	1
144	<u>Правила ТБ при мытье деревянного крашеного пола. Выбор инвентаря.</u>	1
145	Практическая работа. Мытьё крашеного пола.	1
146	Виды полов (покрытия полов). Пол, покрытый линолеумом.	1
147	<u>Соблюдение последовательности действий при мытье пола, покрытого линолеумом.</u>	1
148	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой по теме.	1
149	<u>Правила ТБ при мытье деревянного пола, покрытого линолеумом. Выбор инвентаря.</u>	1
150	Практическая работа. Мытьё пола, покрытого линолеумом.	1
151	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой.	1
152	<u>Пылесос (с мешком для сбора пыли). Различение основных частей пылесоса.</u>	1
153	Правила ТБ при работе с пылесосом (с мешком для сбора пыли). Подготовка пылесоса к работе.	1
154	<u>Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.</u>	1
155	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с мешком для сбора пыли).	1
156	Чистка пылесоса (с мешком для сбора пыли) после уборки.	1
157	<u>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды.</u>	1
158	Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала (повторение).	1
159	<u>Практическая работа: мытьё зеркала (повторение).</u>	1
160	Соблюдение последовательности действий при мытье окна.	1
161	Практическая работа: мытьё стекла.	1
162	<u>Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой о помощи.</u>	1
163	<i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.	1

164	<u>Выполнение ремонтных работ. Пришивание пуговицы.</u>	1
165	Выполнение ремонтных работ. Пришивание пуговицы.	1
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
166	Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой.	1
167	<u>Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории.</u>	1
168	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
169	<u>Уборка территории: сгребание травы и листьев.</u>	1
170	Уход за уборочным инвентарем.	1

### **Материально-техническое обеспечение**

1. Кухня с необходимым оборудованием и посудой
2. Уборочный инвентарь
3. Презентации
4. Обучающие картинки
5. Набор «Магазин»
6. Утюг и гладильная доска
7. Демонстрационные материалы
8. Набор «Мелкий ремонт одежды»

#### Литература:

1. Галле А. Г., Головинская Е. Ю. Подготовка младшего обслуживающего персонала 5 класс –Изд. Современные образовательные технологии, Самара 2020.
2. Примерная адаптированная общеобразовательная программа образования учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / М-во образования и науки Рос. Федерации. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2018.
3. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида: пособие для учителя / В. В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманитарный центр ВЛАДОС, 2012.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

На изучение предмета «Домоводство» в 10 классе отводится 5 часов в неделю, курс рассчитан на 170 часов (34 учебные недели).

В 11 классе отводится 5 часов в неделю, курс рассчитан на 170 часов (34 учебные недели).

В 12 классе отводится 6 часов в неделю, курс рассчитан на 204 часа (34 учебные недели).

### **Планируемые результаты изучения учебного предмета**

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся Программы по 2-му варианту является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

В соответствии с требованиями Стандарта к результатам освоения АООП, Программа направлена на формирование 2-х групп результатов:

- личностных, включающих сформированность мотивации к обучению и познанию, социальные компетенции, личностные качества;
- предметных, включающих освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания и его применению.

Результаты освоения программы рассматриваются как возможные (примерные) и соразмерные с индивидуальными возможностями и специфическими образовательными потребностями обучающихся.

#### **Личностные результаты обучения домоводству:**

- основы персональной идентичности, осознание себя как «Я»;
- работа в коллективе (ученик – ученик);
- слушание и понимание инструкции педагога;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- обращение за помощью и принятие помощи педагога;
- социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- владение правилами поведения в учебной ситуации;

- уважительное отношение к окружающим: взрослым, детям.

### **Возможные предметные результаты**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

- 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, 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**

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни.

Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает

зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Цель обучения – повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности. Основные задачи: 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».

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Домоводство» предусматривает: дидактический материал (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

Примерное содержание предмета: Покупки, обращение с кухонным инвентарем. Приготовление пищи. Уход за вещами Уборка помещения. Уборка территории.

Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает

зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Цель обучения – повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Основные задачи:

- 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».

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Домоводство» предусматривает: дидактический материал (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

## 10 класс

(5 часов в неделю)

**Покупки.** Деньги - необходимый атрибут процесса покупки того или иного предмета (продукта питания, одежды, инструмента). Планирование покупок. Выбор места совершения покупок (продовольственные и

промтоварные магазины). Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.

### **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, нож). Узнавание кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.).

*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.

**Приготовление пищи.** Продукты питания. Различение овощей и фруктов.

Различение напитков (вода, чай, сок, какао, кофе) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с напитком.

Различение молочных продуктов (молоко, йогурт, сметана, кефир) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с молочным продуктом.

Различение муки и мучных изделий: готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари).

Различение кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад).

### *Приготовление блюда.*

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.

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/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта.

Соблюдение последовательности действий при варке/жарке 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.

#### **Уход за вещами.**

##### **1. Уход за обувью.**

Различение уличной и домашней обуви.

##### **2. Уход за одеждой.**

Различение одежды для помещения и верхней одежды для улицы.

*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.

*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.

### **Уборка помещения.**

*Уборка мебели.* Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.

*Уборка пола.* Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок.

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

### **11 класс**

(5 часов в неделю)

**Покупки.** Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажимание 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.

### **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, нож). Различение кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.). Различение чистой и грязной 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. *Сервировка стола*. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.

**Приготовление пищи.** Продукты питания. Различение напитков (лимонад, компот, квас, кисель и пр.) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с напитком.

Различение молочных продуктов (творог, творожная масса, масло, сыр, мороженное) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с молочным продуктом. Знание правил хранения молочных продуктов.

Различение муки и мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны, вермишель, рожки). Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий, алгоритм приготовления (варки) макарон.

Различение круп и бобовых, требующих обработки (приготовления) (греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые). Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых. Знание правил хранения круп и бобовых.

#### *Приготовление блюда.*

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 кольцами, полукольцами. Натирание продуктов на тёрке.

Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером).

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 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).

### **Уход за вещами.**

#### **1. Уход за обувью.**

Различение уличной и домашней обуви. Уход за уличной обувью: мытье грязной обуви, вытирание ее тряпкой; сушка обуви; различение щетки для обуви, крема для обуви; выполнение действий по чистке обуви.

#### **2. Уход за одеждой.**

Чистка верхней одежды при помощи щетки. Различение одежды для помещения и верхней одежды для улицы. Применение щетки для чистки верхней одежды от грязи и пыли.

*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.* 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».

### **Уборка помещения.**

*Уборка 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.* Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. 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, правила его хранения.

## **12 класс**

(6 часов в неделю)

**Покупки.** Продовольственные и промтоварные магазины. Сюжетно-ролевая игра «Покупки в магазине»

Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара и расчёте на кассе. Складывание продуктов в сумку. Раскладывание продуктов в места хранения.

### **Обращение с кухонным инвентарем.**

*Обращение с посудой.* Закрепление умений различать предметы посуды для сервировки стола, для приготовления пищи, кухонных принадлежностей. 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.

*Сервировка стола.* Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расстановка посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расстановка солонки и ваз, подача блюд.

**Приготовление пищи.** Продукты питания. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов. Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (крабовые палочки, консервы, рыба (копченая, соленая, вяленая) и требующих обработки (приготовления) (мясо (филе рыбы, краб, креветка), рыбная котлета, рыбный фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов. Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов.

*Приготовление блюда.*

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 тёрке.

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/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.

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.

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. **Уход за вещами.**

#### 1. Уход за обувью.

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.

#### 2. Уход за одеждой.

Чистка верхней одежды при помощи щетки.

*Ручная стирка.* Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.

*Машинная стирка.* Соблюдение последовательности действий при машинной стирке

*Глажение утюгом.* Соблюдение последовательности действий при глажении белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды.

### **Уборка помещения.**

*Уборка мебели.* Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели.

*Уборка пола.* Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании, мытье пола. Уборка с помощью пылесоса. 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.

*Мытье стекла (зеркала).* Соблюдение последовательности действий при мытье окна. Правила безопасного использования специальных средств, спреев, для мытья окон и зеркал.

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

## **Тематическое планирование**

### **10 класс**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
1	Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой.	2

2	Накрывание на стол.	3
3	Выбор посуды и столовых приборов.	4
4	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	4
5	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	1
6	Различение чистой и грязной посуды. Сортировка. Очищение остатков пищи с посуды.	2
7	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды.	4
8	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	2
9	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (венчик, овощечистка, шумовка, дуршлаг, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка).	4
10	Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...).	4
11	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Обращение с бытовыми приборами.	5
12	Мытье бытовых приборов.	2
13	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Хранение посуды и бытовых приборов.	2
14	Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	5
15	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.	5
16	Складывание белья и одежды.	2

17	Вывешивание одежды на плечики.	1
18	Чистка одежды	1
19	Уход за обувью. 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. Просушивание обуви.	4
20	Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	4
21	Замачивание белья. Застирывание белья.	1
22	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	1
23	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	2
24	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.	2
24	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.	2
26	Приготовление пищи. Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	5
27	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	5
28	Обработка продуктов. Мытье продуктов.	3
29	Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов ложкой	4
	Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	

30	Натираание продуктов на терке.	2
31	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
32	Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	4
33	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.	3
34	Меню в разное время года.	4
35	Холодильник. Где и как хранятся продукты.	5
36	Мытье столовой посуды, споласкивание. Сушка посуды. Мытье столовой посуды в горячей воде, споласкивание. Сушка посуды.	3
37	Покупки. Планирование покупок.	4
	Виды магазинов.Выбор места совершения покупок.	4
38	Ориентация в расположении отделов магазина. Нахождение нужного товара в магазине. Игра.Складывание покупок в сумку.	6
39	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 по местам, выливание воды.	5
40	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.Заметание мусора на совок.Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.	5
41	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.Проветривание помещения. Порядок и уют в доме.	4

42	Уборка класса. Практическая работа.	2
43	Различение основных частей пылесоса.	2
44	Подготовка пылесоса к работе.	2
45	Чистка поверхности ковра пылесосом. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	4
46	Мытье рабочих столов и подоконников. Практическая работа.	2
47	Мытье стекла (зеркала). Соблюдение последовательности действий при мытье зеркал.	3
48	Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	5
	<b>Итого</b>	<b>170</b>

### 11 класс

№	Тема	Количество часов
1	Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	4
2	Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.	4
3	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	2
4	Различение чистой и грязной посуды. Сортировка. Очищение остатков пищи с посуды.	2
5	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	2
6	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (венчик, овощечистка, шумовка, дуршлаг, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка).	5

7	Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...).	2
8	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Обращение с бытовыми приборами. Мытье бытовых приборов.	4
9	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Хранение посуды и бытовых приборов.	2
10	Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	7
11	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.	6
12	Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на плечики.	4
13	Чистка одежды.	4
14	Уход за обувью. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при просушивании обуви.	6
15	Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	8
16	Замачивание белья. Застирывание белья.	4
17	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	4
18	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	4
19	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.	2
20	Соблюдение последовательности действий при	4

	машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.	
21	Приготовление пищи. Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	10
22	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	3
23	Обработка продуктов. Мытье продуктов. Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов ложкой	3
24	Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	4
24	Натираание продуктов на терке.	2
26	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
27	Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката.	2
28	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.	2
29	Меню в разное время года.	4
30	Холодильник. Где и как хранятся продукты.	5
31	Мытье столовой посуды, споласкивание. Сушка посуды	2
32	Планирование покупок. Виды магазинов.	4
33	Выбор места совершения покупок	2
34	Ориентация в расположении отделов магазина.	2
35	Нахождение нужного товара в магазине. Игра.	2
36	Складывание покупок в сумку. Практическая работа.	1
37	Выкладывание продуктов из пакета. Практическая работа.	1
38	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту,	5

	ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.	
39	Уборка помещения. Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.	4
40	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 по местам, выливание воды.	4
41	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.Заметание мусора на совок.	2
42	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.	2
43	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	2
44	Проветривание помещения. Порядок и уют в доме	2
45	Уборка класса. Практическая работа.	1
46	Различение основных частей пылесоса.Подготовка пылесоса к работе.	1
47	Чистка поверхности ковра пылесосом.Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	2
48	Мытье рабочих столов и подоконников. Практическая работа.	2
49	Мытье стекла. Соблюдение последовательности действий при мытье стекла.	2
50	Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	5
	<b>Итого</b>	<b>170</b>

## 12 класс

№	Тема	Количество часов
1	Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	4
2	Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.	6
3	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	4
4	Различение чистой и грязной посуды. Сортировка. Очищение остатков пищи с посуды.	2
5	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	4
6	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (венчик, овощечистка, шумовка, дуршлаг, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка).	6
7	Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...).	4
8	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Обращение с бытовыми приборами. Мытье бытовых приборов.	4
9	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Хранение посуды и бытовых приборов.	2
10	Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	7
11	Соблюдение последовательности действий при	6

	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.	
12	Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на плечики.	4
13	Чистка одежды.	4
14	Уход за обувью. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при просушивании обуви.	6
15	Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	8
16	Замачивание белья. Застирывание белья.	4
17	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	4
18	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	4
19	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.	4
20	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.	6
21	Приготовление пищи. Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	10
22	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	6
23	Обработка продуктов. Мытье продуктов. Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов ложкой	6

24	Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	6
25	Натираание продуктов на терке.	2
26	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
27	Соблюдение последовательности действий при раскатывании теста.	2
29	Меню в разное время года.	4
30	Холодильник. Где и как хранятся продукты.	8
31	Мытье столовой посуды, споласкивание. Сушка посуды	4
32	Планирование покупок. Виды магазинов.	4
33	Выбор места совершения покупок	2
34	Ориентация в расположении отделов магазина.	2
35	Нахождение нужного товара в магазине. Игра.	4
36	Складывание покупок в сумку. Практическая работа.	2
37	Выкладывание продуктов из пакета. Практическая работа.	2
38	Приклеивание ценника к пакету с продуктом.	2
39	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажимание на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	6
40	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.	5
41	Раскладывание продуктов в места хранения	4
42	Уборка помещения. Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.	6
43	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление	4

	моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов по местам, выливание воды.	
44	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.Заметание мусора на совок.	2
45	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.	2
46	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	2
47	Проветривание помещения. Порядок и уют в доме	4
48	Уборка класса. Практическая работа.	4
49	Различение основных частей пылесоса.Подготовка пылесоса к работе.	2
50	Чистка поверхности ковра пылесосом.Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	4
51	Мытье рабочих столов и подоконников. Практическая работа.	4
52	Мытье стекла. Соблюдение последовательности действий при мытье стекла.	4
53	Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	8
	<b>Итого</b>	<b>204</b>

### Материально-техническое обеспечение

1. Кухня с необходимым оборудованием и посудой
2. Уборочный инвентарь
3. Презентации
4. Обучающие картинки
5. Набор «Магазин»
6. Утюг и гладильная доска
7. Демонстрационные материалы
8. Набор «Мелкий ремонт одежды»

Литература:

Вместе к самостоятельной жизни: Опыт работы Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области / Е.А.Виноградова, Е.А.Зуева, А.Г.Нестерова, А.М.Царев; под ред. А.М.Царева. – Псков: ПОИПКРО, 2014. -161 с.