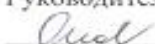



Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
Управление образования и молодежной политики администрации Октябрьского района
МБОУ «Октябрьская СОШ им. Н.В. Архангельского»


Рассмотрено
МО учителей начальных классов

Протокол №1 от 31.08.2022 г.
Руководитель МО
 Л. В. Опанасенко

Согласовано
Заместитель директора по УВР

Протокол №1 от 31.08.2022 г.
 О. А. Полежаева

Утверждено
Приказом директора №256

От 31.08.2022 г.
 М. А. Есина

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Домоводство»
с нарушениями опорно-двигательного аппарата
(индивидуальное обучение на дому)
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Яковлева Анна Николаевна
учитель начальных классов

пгт. Октябрьское
2022

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» разработана на основе нормативных документов: Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. №1599; Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4.).

Учебный план ГБОУ Школа № 281.

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» разработана с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4.).

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

Программа рассчитана в соответствии с учебным планом на 2 года.

III класс – 3 часа в неделю (34 учебные недели). Всего – 102 часа.

IV класс – 3 часа в неделю (34 учебные недели). Всего – 102 часа.

Основные задачи:

формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;

освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

Планируемые результаты освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС

Ожидаемые личностные результаты освоения программы заносятся в СИПР с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Личностные результаты освоения программы могут включать:

основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному 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 навыков сотрудничества с 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.

Возможные предметные результаты:

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

№ п/п	Название раздела	Содержание раздела
1.	Покупки.	<p>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 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.</p>
2.	Обращение с кухонным инвентарем.	<p>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. Очистка остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очистка 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.</p> <p>Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.</p> <p>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.</p>
3.	Приготовление пищи.	<p>Приготовление блюда.</p> <p>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. 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</p>

		<p>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 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.</p>
4.	Уход за вещами	<p>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.</p> <p>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. Мытьё 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.</p> <p>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,</p>

		<p>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.</p>
5.	Уборка помещения.	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
6.	Уборка территории.	<p>Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.</p>

Тематическое планирование для обучающихся 3 класса

№ п/п	Тема урока	Количество часов
1.	Обращение с посудой.	1
2.	Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка).	1
3.	Различение предметов посуды для сервировки стола (блюдец).	1
4.	Различение предметов посуды для сервировки стола (стакан).	1
5.	Различение предметов посуды для сервировки стола (кружка).	1
6.	Различение предметов посуды для сервировки стола (чашка).	1
7.	Различение предметов посуды для сервировки стола (ложка).	1
8.	Различение предметов посуды для сервировки стола (вилка).	1
9.	Различение предметов посуды для сервировки стола (нож).	1
10.	Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля).	1
11.	Различение предметов посуды для приготовления пищи (сковорода).	1
12.	Различение предметов посуды для приготовления пищи (сотейник).	1
13.	Различение предметов посуды для приготовления пищи (чайник).	1
14.	Различение предметов посуды для приготовления пищи (половник).	1
15.	Различение предметов посуды для приготовления пищи (лопатка).	1
16.	Различение чистой и грязной посуды.	1
17.	Мытьё посуды.	1
18.	Ополаскивание посуды.	1
19.	Протирание посуды салфеткой.	1

	Сушка посуды.	1
	Хранение посуды.	1
	Накрывание на стол.	1
	Выбор посуды и столовых приборов на завтрак.	1
	Выбор посуды и столовых приборов на обед.	1
	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	1
	Сервировка стола. Сюжетно-ролевая игра «В гости к Маше».	1
	Сервировка стола. Сюжетно-ролевая игра «К нам пришли гости».	1
	Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда).	1
	Различение кухонного инвентаря по его назначению (кухонные принадлежности).	1
	Выбор кухонного инвентаря по его назначению (на завтрак).	1
	Различение кухонного инвентаря по его назначению (бытовая техника).	1
	Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда, кухонные принадлежности).	1
	Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда, кухонные принадлежности, бытовая техника).	1
	Подготовка к приготовлению блюда.	1
	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
	Сборка бутерброда (хлеб - сыр).	1
	Сборка бутерброда (хлеб - колбаса).	1
	Выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр).	1

	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания).	1
	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (с нарезанием).	1
	Значение воды в жизни человека.	1
	Напитки «Компот».	1
	Напитки «Кисель».	1
	Напитки «Морс».	1
	Обучение умению работать по технологической карте с помощью педагога (называть или указывать продукты, из которых можно приготовить морс).	1
	Обучение умению работать по технологической карте без помощи педагога (называть или указывать продукты, из которых можно приготовить морс).	1
	Обучение умению работать по технологической карте с помощью педагога (называть или указывать посуду для морса).	1
	Обучение умению работать по технологической карте с помощью педагога (определять последовательность приготовления морса).	1
	Обучение умению работать по технологической карте без помощи педагога (определять последовательность приготовления морса).	1
	Практические занятия «Приготовление морса из воды и варенья»	1
	Работа с технологической картой. Сюжетно-ролевая игра «В гости к Маше».	1
	Работа с технологической картой. Сюжетно-ролевая игра «К нам пришли в гости».	1
	Различные виды одежды.	1
	Узнавания реальных предметов одежды для мальчиков.	1
	Узнавания реальных предметов одежды для девочек.	1
	Узнавание одежды на картинках.	1
	Узнавание одежды на пиктограммах.	1

Узнавание одежды на пиктограммах.	1
Складывание белья и одежды.	1
Вывешивание одежды на «на спинку стула».	1
Вывешивание одежды на «плечики».	1
Формирование навыков аккуратного ношения одежды.	1
Средства для ухода за одеждой.	1
Узнавание средств для ухода за одеждой.	1
Чистка одежды.	1
Практическое занятие «замачивание носков».	1
Практическое занятие «стирка носков».	1
Узнавание различных видов обуви.	1
Формирование навыков аккуратного ношения обуви.	1
Формирование навыков аккуратного ношения обуви.	1
Уход за обувью.	1
Средства для ухода за обувью.	1
Узнавание средств для ухода за обувью.	1
Соблюдение последовательности действий при мытье обуви (протираание обуви влажной тряпкой).	1
Соблюдение последовательности действий при мытье обуви (протираание обуви сухой тряпкой).	1
Соблюдение последовательности действий при мытье обуви (протираание обуви губкой).	1
Просушивание обуви.	1
Способы застегивания обуви (шнуровка).	1

	Формирование навыков застегивания обуви (шнуровка).	1
	Формирование навыков застегивания обуви (шнуровка).	1
	Формирование навыков застегивания обуви (шнуровка).	1
	Способы застегивания обуви (застежка-молния).	1
	Способы застегивания обуви (застежка-молния).	1
	Способы застегивания обуви (липучки).	1
	Способы застегивания обуви (липучки).	1
	Способы застёгивания обуви. Сюжетно-ролевая игра «Помоги другу».	1
	Способы застёгивания обуви. Сюжетно-ролевая игра «Помоги мне».	1
	Различение обуви (мужская, женская).	1
	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
	Вытирание пыли с поверхности мебели (без моющих средств).	1
	Вытирание пыли с поверхности мебели. (используя моющие средства).	1
	Практические игровые упражнения «Помоги Маше убрать игрушки».	1
	Формировать понятие о местах и способах осуществления покупок.	1
	Называние или показ на пиктограмме магазинов, в которых продают продукты.	1
	Узнавание на иллюстрации магазинов и продовольственных отделов.	1
	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Ролевая игра «Магазин».	1
	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Ролевая игра «Магазин».	1

	Уборка бытового мусора.	1
	Подметание территории.	1
	Сгребание травы.	1
	Урок подведения итогов года.	1