



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

- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы для детей с интеллектуальными нарушениями МОБУ СОШ №1 р.п. Чунский;

- в соответствии с учебным планом МОБУСОШ №1 р.п. Чунский;

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.

Программа по домоводству включает следующие разделы: «Наше жилище», «Растения в доме», «Покупки», «Уход за вещами», «Бытовая техника в доме», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории».

Программа включает следующие разделы:

- 1) Результаты освоения учебного предмета, коррекционного курса;
- 2) Содержание учебного предмета, коррекционного курса;
- 3) Тематическое планирование;

| Класс   | Учебный предмет | Количество недельных часов | Количество учебных недель | Итого за учебный год |
|---------|-----------------|----------------------------|---------------------------|----------------------|
| 5 класс | Домоводство     | 3                          | 34                        | 102                  |
| 6 класс | Домоводство     | 5                          | 34                        | 170                  |
| 7 класс | Домоводство     | 5                          | 34                        | 170                  |
| 8 класс | Домоводство     | 5                          | 34                        | 170                  |
| 9 класс | Домоводство     | 5                          | 34                        | 170                  |

Общий объём учебного времени в 5-9 классе составляет 782 часа.

### 1. Планируемые личностные, предметные результаты освоения

*Личностные результаты:*

- позитивно относиться к хозяйственно-бытовому труду,
- осознавать необходимость и практическую значимость самообслуживания;
- общаться с окружающими людьми для достижения положительного конечного результата;

- стремиться работать самостоятельно.
- Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- понимать и соблюдать санитарно-гигиенические требования;
- понимать и соблюдать правил безопасной работы с бытовыми приборами и приспособлениями;
- адекватно реагировать на окружающих сверстников и взрослых.

Достаточный уровень:

- соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила;
- соблюдать правила безопасной работы с бытовыми электроприборами;
- уметь пользоваться бытовыми приспособлениями по их прямому назначению;
- знать названия инструментов и оборудования, используемых в быту (в соответствии с годом обучения);
- уметь организовать и соблюдать санитарно-гигиенические требования при выполнении хозяйственно-бытовой работы;
- уметь принимать помощь окружающих;
- уметь эффективно взаимодействовать с окружающими в соответствии с нормами общежития;
- уметь адекватно реагировать на замечания взрослых.

**Учащиеся должны знать:**

- санитарно-гигиенические требования к содержанию жилища
- об ответственности отца и матери в воспитании детей
- правила ухода за одеждой, обувью, бельем
- правила машинной стирки и глажения одежды
- правила хранения и чистки кожаной одежды и обуви.
- виды торговых точек и способы приобретения товара
- правила эксплуатации бытовой техники и приборов, ПТБ при работе с ними
- правила приготовления хлеба, пирога
- правила составления меню и сервировки праздничного стола
- правила проведения ремонтных работ в квартире

**Учащиеся должны уметь:**

- снимать показатели счётчика вода и электроэнергии
- подбирать одежду и питание новорождённому
- подбирать одежду и обувь по сезону
- чистить верхнюю одежду, стирать нижнее бельё.
- планировать покупки и расплачиваться наличными или картой
- пользоваться бытовыми электроприборами
- замешивать и раскатывать тесто, выпекать в духовке хлеб, пирог
- сервировать стол к празднику
- подбирать обои, подгонять рисунок, наклеивать на стену
- проводить влажную уборку квартир

## Содержание предмета 5 класс

### **Обращение с кухонным инвентарем**

*Обращение с посудой:* Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка). Кухонные и столовые приборы. 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.).

### **Приготовление пищи**

*Приготовление:* знакомство с правилами гигиены при приготовлении пищи. Сборка бутерброда из нарезанных продуктов. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Питание и здоровье человека. Режим питания. Продукты питания, их виды. Молоко и молочные продукты, правила хранения. Подготовка, к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правила гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Приготовление молочной каши. Овощи, грибы, правила хранения. Первичная обработка продуктов. Мытьё продуктов. Чистка овощей. Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Нарезание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на тёрке. Приготовление салатов.

### **Уход за вещами**

*Ручная стирка.* Замачивание, отстирывание, выжимание, просушивание тряпочек для уборки мебели. 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.

### **Уборка помещения**

Уборка мебели: уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.

Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место. 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.

### **Уборка территории**

Уборка бытового мусора. Высаживание саженцев на клумбе. Полив и прополка. Уход за инвентарем. Уборка бытового мусора. Подметание территории. Уход за инвентарем.

## **6 класс**

### **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 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.

### **Обращение с кухонным инвентарем**

Виды посуды по назначению. Виды посуды по материалу изготовления. Кухонные и столовые приборы. 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. Хранение посуды.

### **Приготовление пищи**

Питание и здоровье человека. Режим питания. Продукты питания, их виды. Молоко и молочные продукты, правила хранения. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Приготовление молочной каши. Овощи, грибы, правила хранения. Первичная обработка продуктов. Мытьё продуктов. Чистка овощей. Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Нарезание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на тёрке. Приготовление салатов. Хранение и консервирование продуктов. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.

### **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. *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».

### **Уборка помещения**

*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. Подготовка пылесоса к работе. Различение основных частей пылесоса. 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.

### **Уборка территории**

Высаживание саженцев на клумбе. Полив и прополка. Уход за инвентарем. Уборка бытового мусора. Подметание территории. Уход за инвентарем.

## 7 класс

### **Покупки**

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:* Узнавание (различение) кухонных принадлежностей для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Правила эксплуатации бытовой техники и приборов. Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором и техникой.

### **Приготовление пищи**

*Приготовление.* 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. Знание правил гигиены при приготовлении пищи. Сборка закрытого бутерброда из предложенных нарезанных продуктов и овощей. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления. Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Сервировка стола для завтрака.

### **Уход за вещами**

*Ручная стирка.* (полотенце, тряпка для ухода за мебелью) Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание. Застирывание. Полоскание. Выжимание. Вывешивание на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.

*Глажение утюгом.* Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры). Соблюдение правил безопасной работы. 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.

*Уход за обувью.* Просушивание обуви.

### **Уборка помещения**

Гигиенические требования к жилому помещению. Безопасность и удобство.

Освещение и тепло. Чистота и свежесть.

Сезонные работы в доме, их виды. Подготовка квартиры (дома) к осени (зиме).

Подготовка материалов для утепления окон.

*Уборка пола.* Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Функциональное назначение всех помещений квартиры и дома. Прихожая, гостиная, их функциональное предназначение. План обустройства (зонирование) спальни. Подсобные помещения в квартире, их оборудование. Кухня, ее оборудование. Санузел и ванная комната. Правила безопасного поведения в кухне, в ванной комнате.

### **Уборка территории.**

Сгребание травы и листьев. Уход за уборочным инвентарем. Окапывание деревьев и кустарников. Обрезание сухих веток. Уборка мусора.

## 8 класс

### **Покупки**

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Планирование покупок. Расчёт расхода на покупку продуктов питания. 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.

### **Обращение с кухонным инвентарем**

*Обращение с посудой:* Узнавание (различение) кухонных принадлежностей, ( терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг половник)

*Накрывание на стол.* Выбор посуды и столовых приборов для завтрака. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола к завтраку. Бытовая техника и электроприборы. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению ( плита, СВЧ, холодильник).

### **Приготовление пищи**

*Приготовление блюда.* Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда (бутерброда из нарезанных продуктов). сборка бутерброда (хлеб с маслом, колбаса, помидор). Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда (бутерброда с маслом). намазывание хлеба маслом. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение правил гигиены при приготовлении пищи.

### **Уход за вещами**

*Ручная стирка.* (Наволочки) Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание. Застирывание. Полоскание. Выжимание. Вывешивание на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.

*Глажение утюгом.* Различение составных частей утюга ( подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).

*Уход за обувью.* Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой.

### **Уборка помещения**

*Уборка мебели:* вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам.

*Уборка пола.* Чистка поверхности пылесосом.

*Влажная уборка пола.* 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.

### **Уборка территории**

Уход за уборочным инвентарем. Окапывание деревьев и кустарников. Обрезание сухих веток. Уборка мусора.

## 9 класс

### **Покупки**

Виды торговых точек. Способы приобретения товаров. Интернет магазины. Онлайн торговля. Товары по акциям и скидкам. Как избежать ажиотажа. Планирование покупок. Расчёт расхода на покупку продуктов питания. 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. Расчёт по карте или наличными. Проверка чека и сдачи. Хранение чека. Раскладывание продуктов в места хранения. Сроки годности на продуктах питания. Возврат некачественного товара. Права потребителя.

### **Обращение с кухонным инвентарем**

Бытовая техника и электроприборы. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, плита, СВЧ, холодильник, посудомоечная и стиральная машины, телевизор и компьютер). Правила эксплуатации бытовой техники и приборов. Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором и техникой.

### **Приготовление пищи**

История хлеба. Хлеб в сознании человека как ценность и мерило труда. Русский хлеб, его разновидности. Хранение хлеба. Блюда из хлеба на завтрак, обед, ужин. Замешивание и раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером). Соблюдение последовательности действий при выпекании хлебобулочных изделий: 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. 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.

### **Уход за вещами**

*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. Правила глажения утюгом с паром и отпаривателем.

Зимняя одежда, использование, хранение шерстяных, меховых, кожаных вещей. Уход за зимней одеждой. Починка одежды.



### **Уборка помещения**

*Ремонт в доме.* Виды ремонта в доме. Косметический ремонт: подготовка помещения. Оклеивание стен обоями (правила выбора обоев, подгон рисунка, техника оклеивания).

*Влажная уборка пола.* 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**

Окапывание деревьев и кустарников. Обрезание сухих веток. Уборка мусора. Уход за уборочным инвентарем.

## **Тематическое планирование**

### **5 класс**

| <b>№ п/п</b> | <b>Раздел, тема</b>             | <b>Количество часов</b> |
|--------------|---------------------------------|-------------------------|
| 1            | Обращение с кухонным инвентарем | 27                      |
| 2            | Приготовление пищи              | 16                      |
| 3            | Уход за вещами                  | 34                      |
| 4            | Уборка помещения                | 14                      |
| 5            | Уборка территории               | 11                      |
| Итого        |                                 | 102                     |

### **6 класс**

| <b>№ п/п</b> | <b>Раздел, тема</b>             | <b>Количество часов</b> |
|--------------|---------------------------------|-------------------------|
| 1            | Покупки                         | 8                       |
| 2            | Обращение с кухонным инвентарем | 36                      |
| 3            | Приготовление пищи              | 28                      |
| 4            | Уход за вещами                  | 62                      |
| 5            | Уборка помещения                | 23                      |
| 6            | Уборка территории               | 13                      |
| Итого        |                                 | 170                     |

### **7 класс**

| <b>№ п/п</b> | <b>Раздел, тема</b> | <b>Количество часов</b> |
|--------------|---------------------|-------------------------|
| 1            | Покупки             | 12                      |

|       |                                 |     |
|-------|---------------------------------|-----|
| 2     | Обращение с кухонным инвентарем | 42  |
| 3     | Приготовление пищи              | 40  |
| 4     | Уход за вещами                  | 20  |
| 5     | Уборка помещения                | 33  |
| 6     | Уборка территории               | 13  |
| Итого |                                 | 170 |

### 8 класс

| № п/п | Раздел, тема                    | Количество часов |
|-------|---------------------------------|------------------|
| 1     | Покупки                         | 16               |
| 2     | Обращение с кухонным инвентарем | 38               |
| 3     | Приготовление пищи              | 40               |
| 4     | Уход за вещами                  | 30               |
| 5     | Уборка помещения                | 31               |
| 6     | Уборка территории               | 15               |
| Итого |                                 | 170              |

### 9 класс

| № п/п | Раздел, тема                    | Количество часов |
|-------|---------------------------------|------------------|
| 1     | Покупки                         | 20               |
| 2     | Обращение с кухонным инвентарем | 38               |
| 3     | Приготовление пищи              | 44               |
| 4     | Уход за вещами                  | 26               |
| 5     | Уборка помещения                | 26               |
| 6     | Уборка территории               | 16               |
| Итого |                                 | 170              |