




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Борковская средняя
общеобразовательная школа муниципального образования – Шилковский
муниципальный район Рязанской области

Рассмотрено
на заседании ШМО учителей
начальных классов
Протокол №1 от 28.09.2023 г.
Руководитель ШМО:
 Н.П. Паршова

Согласовано
зам. директора по УВР
«29» сентября 2023 г.
 Козина Ж.В.

Утверждено
Приказ №75 от 30.08.2023г.
Директор школы:
 С.И. Талынова

Адаптированная рабочая программа с ОВЗ
(интеллектуальное нарушение)

Домоводство

Начальное общее образование

(II ступень)

3 класс

Учитель начальных классов: Мальчикова Лариса Викторовна.

2023-2024 уч. г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» для обучающегося 3 класса разработана в соответствии:

- с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- с Федеральной Адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья")
- с Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) МБОУ Борковская сош;
- с учебным планом МБОУ Борковская сош на 2023-2024 учебный год для обучающихся с ОВЗ (приказ по школе от 30.08.2023 г №75).

Обучение обучающегося с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия обучающегося 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 обучающихся 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 обучающихся и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

Общая характеристика курса

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

Уроки домоводства позволяют применять на практике интеллектуальные умения (счет, чтение, письмо), а также практические навыки по шитью, ремонту дома, огородничеству и др.

Уроки домоводства создают богатейшие возможности для развития познавательной деятельности и личностной сферы учащихся, так как организация практических занятий, а также экскурсии в магазины, предприятия хозяйственного и бытового обслуживания демонстрируют образцы поведения человека в труде, учат навыкам общения. Очевидно, что ролевые, деловые игры, экскурсии и практические занятия должны включать в себя разнообразные упражнения на закрепление правил этического поведения и этикета, способствовать развитию у воспитанников коммуникативных умений, мыслительной деятельности, общетрудовых навыков.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану МБОУ Борковская сош на 2023 – 2024 учебный год количество часов по предмету «Домоводство» - 3 часа в неделю и 102 часа в год.

Содержание учебного предмета "Домоводство"

Содержание учебного предмета "Домоводство" представлено следующими разделами: "Покупки", "Уход за вещами", "Обращение с кухонным инвентарем", "Приготовление пищи", "Уборка помещений и территории".

1. Раздел "Покупки".

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

2. Раздел "Обращение с кухонным инвентарем".

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

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

3. Раздел "Приготовление пищи".

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. 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 плиты, вынимание продукта. Соблюдение последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время,

перемешивание или переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта. Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката: включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытье яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда: выбор продуктов (хлеб, колбаса, помидор, масло), выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож), нарезание хлеба, нарезание колбасы, нарезание помидора, намазывание хлеба маслом, сборка бутерброда (хлеб с маслом, колбаса, помидор). Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов (вареный картофель, морковь, кукуруза, соленый огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, 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.

4. Раздел "Уход за вещами".

Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застирывание белья. Полоскание белья. Выжимание белья. Вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

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

Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на "плечики". Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протираание обуви влажной тряпкой, протираание 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.

5. Раздел "Уборка помещения и территории".

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

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

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

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

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.

Предметные результаты освоения учебного предмета "Домоводство".

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

- умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи,
- уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола;
- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;
- умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения;
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

Личностные результаты

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Тематическое планирование (102 ч.)

Раздел	Количество часов
Введение.	1
«Покупки»	13
«Обращение с кухонным инвентарем»	36
«Приготовление пищи»	26
«Уход за вещами»	12
«Уборка помещения».	10
«Уборка территории».	4

Календарно-тематическое планирование
«Домоводство» 3 класс

№ п/п	Содержание	Количество часов	Дата проведения
1.	Введение. Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности.	1	01.09.
	Покупки		
2.	Правила поведения в магазине	1	04.09.
3.	Планирование покупок. Игра «Что купить?»	1	06.09.
4.	Что нужно брать с собой в магазин?	1	08.09.
5.	Выбор места совершения покупок	1	11.09.
6.	Нахождение нужного товара в магазине	1	13.09.
7.	Складывание покупок в пакет	1	15.09.
8.	Магазин продуктов	1	18.09.
9.	Раскладывание продуктов в места хранения	1	20.09.
10.	Магазин одежды	1	22.09.
11.	Раскладывание вещей в места хранения	1	25.09.
12.	Что такое рынок?	1	27.09.
13.	Игра «Поход в магазин»	1	29.09.
14.	Повторение по теме «Покупки»	1	02.10.
	Обращение с кухонным инвентарем		
15.	Что такое посуда?	1	04.10.
16.	Из каких материалов делают посуду?	1	06.10.
17.	Обращение с посудой	1	09.10.
18.	Узнавание предметов посуды для сервировки (тарелка, стакан, кружка)	1	11.10..
19.	Узнавание предметов посуды для сервировки (ложка, чайная ложка, вилка, нож)	1	13.10.
20.	Различение предметов посуды для сервировки	1	16.10.
21.	Узнавание предметов посуды для приготовления пицци (кастрюля, сковорода)	1	18.10.
22.	Игра «Варим-жарим»	1	20.10.
23.	Узнавание предметов посуды для приготовления пицци (чайник, половник, нож)	1	23.10.
24.	Игра «Угадай тень»	1	25.10.
25.	Узнавание и различение кухонных принадлежностей (терка, разделочная доска, лопатка, венчик)	1	27.10.
26.	Узнавание и различение кухонных принадлежностей (дуршлаг, шумовка, открывалка)	1	08.11.
27.	Игра «Сервируем стол»	1	10.11.
28.	Различение чистой и грязной посуды	1	13.11.

29	Приспособления для мытья посуды	1	15.11.
30	Очищение остатков пищи с посуды	1	17.11.
31	Замачивание посуды	1	20.11.
32	Протираание посуды губкой	1	22.11.
33	Чистка посуды	1	24.11.
34	Ополаскивание посуды	1	27.11.
35	Сушка посуды	1	29.11.
36	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды	1	01.12.
37	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды	1	04.12.
38	Игра «Помоем посуду»	1	06.12.
39	Обращение с бытовыми приборами	1	08.12.
40	Узнавание и различение бытовых приборов (микроволновка, холодильник, электрический чайник, миксер, тостер)	1	11.12.
41	Правила техники безопасности при использовании электробытовыми приборами	1	13.12.
42	Узнавание и различение бытовых приборов Правила техники безопасности при использовании электробытовыми приборами.	1	15.12.
43	Узнавание и различение бытовых приборов. Правила техники безопасности при использовании электробытовыми приборами	1	18.12.
44	Соблюдение последовательности действий при пользовании холодильником	1	20.12.
45	Соблюдение последовательности действий при пользовании микроволновкой	1	22.12.
46	Помощники в доме: электрочайник, его назначение в хозяйстве.	1	25.12.
47	Хранение посуды и бытовых приборов	1	27.12.
48	Игра «Разложи по местам»	1	29.12.
49	Повторение теме «Обращение с кухонным инвентарем»	1	10.01.
50	Повторение теме «Обращение с кухонным инвентарем»	1	12.01.
	Приготовление пищи		
51	Подготовка к приготовлению блюда	1	15.01.
52	Правила гигиены при приготовлении пищи	1	17.01.
53	Выбор продуктов, необходимых для приготовления пищи	1	19.01.
54	Правила гигиены при приготовлении пищи Выбор продуктов, необходимых для приготовления пищи.	1	22.01.
55	Игра «Что приготовим?»	1	24.01.
56.	Выбор посуды, необходимой для приготовления	1	26.01.

	пищи		
57.	Игра «Что для чего?»	1	29.01.
58.	Обработка продуктов	1	31.01.
59.	Мытье продуктов	1	02.02.
60.	Чистка овощей	1	05.02.
61.	Раскатывание теста	1	07.02.
62.	Перемешивание продуктов	1	09.02.
63.	Способы приготовления пищи	1	12.02.
64.	Действия при варке продукта	1	14.02.
65.	Игра «Варим картошку»	1	16.02.
66.	Действия при жарке продукта	1	19.02.
67.	Игра «Жарим мясо»	1	21.02.
68.	Соблюдение последовательности действий при варке яйца	1	26.02.
69.	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда	1	28.02.
70.	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата	1	01.03.
71.	Игра «Готовим праздничный обед». Что такое духовка?	1	04.03.
72.	Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката	1	06.03.
73.	Игра «Пирожок»	1	11.03.
74.	Хранение приготовленной пищи	1	13.03.
75.	Повторение по теме «Приготовление пищи»	1	15.03.
76.	Повторение по теме «Приготовление пищи»	1	18.03.
	Уход за вещами		
77.	Ручная стирка: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, замачивание, застирывание, полоскание, сушка	1	20.03.
78.	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1	22.03.
79.	Помощники в доме: стиральная машина, ее назначение в хозяйстве.	1	01.04.
80.	Помощники в доме: утюг, его назначение в хозяйстве.	1	03.04.
81.	Соблюдение последовательности действий при глажении белья.	1	05.04.
82.	Складывание белья и одежды.	1	08.04.
83.	Чистка одежды.	1	10.04.
84.	Чистка одежды.	1	12.04.
85.	Уход за обувью.	1	15.04.
86.	Уход за обувью.	1	17.04.

87	Повторение по теме «Уход за вещами»	1	19.04.
88	Повторение по теме «Уход за вещами»	1	22.04.
	Уборка помещения		
89	Представление о назначении жилых комнат. Убранство гостиной, спальни, других жилых помещений.	1	24.04.
90	Представление о назначении жилых комнат. Убранство гостиной, спальни, других жилых помещений.	1	26.04.
91.	Чем убирают квартиру: инвентарь, содержание, хранение.	1	27.04.
92	Помощники в доме: пылесос.	1	03.05.
93	Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе.	1	06.05.
94	Уборка комнаты с помощью пылесоса.	1	08.05.
95	Практическое занятие: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, мытье пола.	1	13.05.
96	«Пусть зеркало расскажет...» История стекла и зеркала. Правила ухода за зеркалами и стеклами	1	15.05.
97	Средства для чистки стекол, зеркал, зеркальных покрытий.	1	17.05.
98	Повторение по теме «Уборка помещения»	1	20.05.
	Уборка территории		
99	Знакомство с инвентарем для уборки территории	1	22.05.
100	Уборка бытового мусора	1	24.05.
101	Подметание территории	1	
102	Повторение по теме «Уборка территории»	1	

**Материально-техническое оснащение учебного предмета "Домоводство"
предусматривает:**

дидактический материал:

изображения (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.

оборудование:

кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки), таймер, предметы для украшения интерьера (ваза, подсвечник, скатерть), стиральная машина, тапки, настенные и индивидуальные зеркала, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, блендер, комбайн, утюг, фен, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер, микроволновая печь, электровафельница), ковровая, грифельная и магнитная доски, уборочный инвентарь (тщпки, лопаты, грабли), тачки, лейки.