

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Калининградской области  
Администрация МО "Светловский городской округ"  
МБОУ СОШ № 1

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель  
ШМО начальных классов

Т.В.Вильде

протокол № 01 от «25»  
августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель  
методического совета

Л.В. Ракович

протокол № 01 от «26»  
августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор  
МБОУ СОШ № 1

Т.В. Дерганова

приказ № 421 от «30»  
августа 2023 г.

Документ подписан электронной подписью  
Владелец: Дерганова Татьяна Васильевна  
Директор  
Сертификат:  
00F26935D97D7FB7F19D20A32BE316D55F  
Срок действия с 26.05.2023 до 18.08.2024  
Подписано: 07.09.2023 15:06 (UTC)

**АДАптированная рабочая программа  
по Домоводству  
для учащихся с УО (вар.2),  
3 класс**

г. Светлый  
2023 г.

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Домоводство» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

На изучение предмета «Домоводство» в 3 классе отводится 3 часа в неделю/102 часа в год.

**Уровень обучения:** базовый

**Форма обучения:** очная

### **Планируемые результаты освоения курса**

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.

### **Планируемые личностные результаты по учебному предмету:**

- проявлять собственные чувства, желания;
- навыки адаптации;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- участвовать в субъектно - объектных отношениях (совместно с педагогом);
- принимать пассивное участие в коллективных играх
- проявлять личностные качества: усидчивость, терпение; адекватное поведение
- проявлять интерес к играм одноклассников;
- наблюдать за действиями одноклассников, учителя;
- проявлять познавательную активность.

**Метапредметные результаты**, включают освоенные обучающимися базовые учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), способность их использования в процессе учебной и межличностной деятельности:

#### *Познавательные:*

- познавательная активность (интерес к новым знаниям);
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных);
- формирование целостного, социально-ориентированного взгляда на мир.

#### *Регулятивные:*

- планирование своих действий, умение их контролировать и оценивать;
- умение понимать причины успеха/неуспеха своей деятельности, способность к конструктивным действиям;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установление аналогий и причинно-следственных связей;
- умение рассуждать, соотносить к известным понятиям на уровне соответствующим индивидуальным возможностям;
- умение ставить цель и определять пути ее достижения;
- осуществление контроля в совместной деятельности, адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих;
- планировать вместе с учителем и уметь самостоятельно выполнять алгоритм учебных действий;
- осознано строить речевые высказывания, в соответствии с коммуникативными задачами.

#### *Коммуникативные:*

- овладение навыками коммуникаций;
- осмысление своего Я;

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- гражданской идентичности;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир;
- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие доброжелательности и эмоционального, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов

#### **Планируемые предметные результаты по учебному предмету:**

1) *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.

#### **Планируемые коррекционные результаты по учебному предмету:**

- умение взаимодействовать;
- проявление интереса к предметам, адекватно использовать их (рука в руке);
- умение активного участия ребенка в работе по дому;
- повышение самостоятельности в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности;
- освоенные действия ребенка в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности

#### **Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата**

В процессе обучения у ребенка формируются представления о родном городе, в котором он проживает, о России, её культуре, истории, современной жизни. Знакомясь с рукотворными объектами и социальными явлениями окружающей действительности, ребенок учится выделять их характерные признаки, объединять в группы по этим признакам, устанавливать связи между ними. Получая представления о социальной жизни, в которую он включен, ребенок учится соотносить свое поведение и поступки других людей с нравственными ценностями (эталоном) и общепринятыми нормами поведения. Ребенок учится ориентироваться в различных ситуациях: избегать риски и угрозы его жизни и здоровью, в частности, учиться быть внимательным и осторожным на улице, дома, в школе. Разыгрывание и составление типовых моделей поведения в различных ситуациях: поездки в общественном транспорте, покупки в магазине, поведение в опасной ситуации.

### **Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности учащихся (тематика проектов)**

1. Приведение в порядок своего рабочего места

#### **Критерии оценивания уровня достижений учащихся**

*Отметки за знания и умения учащихся не ставятся, а даётся словесная оценка достижений ребёнка в сфере жизненных компетенций. Основа результатов обучения ребёнка - динамика развития его личности.*

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 выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных 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».

### Содержание курса

Название раздела	Кол-во часов	Содержание раздела	Контроль
<b>Покупки</b>	<b>11</b>	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.	
<b>Обращение с кухонным инвентарем.</b>	<b>21</b>	Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов. Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	Контрольная работа
<b>Приготовление пищи.</b>	<b>12</b>	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	

		<p>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), 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.</p>	
<b>Уход за вещами</b>	<b>24</b>	<p><i>Ручная стирка.</i> 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><i>Машинная стирка.</i> Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, контейнер для засыпания порошка, панель с кнопками запуска машины и регуляторами температуры и продолжительности стирки). 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.</p> <p><i>Глажение утюгом.</i> Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви: открывание тюбика с</p>	Контрольная работа

		кремом, нанесение крема на ботинок, распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом.	
<b>Уборка помещения</b>	<b>23</b>	<i>Уборка мебели.</i> 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. <i>Уборка пола.</i> 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. <i>Мытье стекла (зеркала).</i> 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.	
<b>Уборка территории и.</b>	<b>11</b>	Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.	
<b>Итого</b>	<b>102</b>		<b>4</b>

### Основные направления коррекционной работы

- налаживание эмоционального контакта с ребенком, на основе которого впоследствии строится взаимодействие педагога с ребенком в процессе совместной деятельности.
- поддержание *собственной активности* ребенка, так как развитие социально окружающего мира невозможно без активного и сознательного участия ребенка в процессе;
- *формирование положительного отношения ребёнка к заданию, преодоление деструктивного поведения;*
- понимание *темпа восприятия* происходящих событий ребёнком;
- поддержание *интереса* ребёнка к заданию;
- изменение *мотивации* деятельности ребёнка из ненаправленной в целенаправленную.

На первых занятиях поддерживается четкая пространственно-временная *структура*. Каждое занятие имеет чётко выраженные начало и конец, отдельные задания внутри занятия отделяются друг от друга. Структурировано пространство помещения класса – определенные задания связаны с определенным местом или предметом в нём.

Сложные задания чередуются с простыми, напряжение с расслаблением. Для этого в канву занятий включаются тактильно-ритмические игры (или другие задания, которые нравятся детям).

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Покупки</b>	<b>11</b>
1	Планирование покупок.	1
2	Выбор места совершения покупок.	1

3	Ориентация в расположении отделов магазина	1
4	Нахождение нужного товара в магазине.	1
5	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы.	1
6	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы.	1
7	Складывание покупок в сумку.	1
8	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара.	1
9	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара.	1
10	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара.	1
11	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
	<b>Обращение с кухонным инвентарем</b>	<b>21</b>
12	Обращение с посудой.	1
13	Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	1
14	Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	1
15	Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).	1
16	Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).	1
17	Различение чистой и грязной посуды.	1
18	Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды.	1
19	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды:	1
20	Контрольная работа за 1 четверть	1
21	Различение бытовых приборов по назначению.	1
22	Хранение посуды и бытовых приборов.	1
23	Хранение посуды и бытовых приборов.	1
24	Накрывание на стол.	1
25	Выбор посуды и столовых приборов.	1
26	Выбор посуды и столовых приборов.	1
27	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	1
28	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	1
29	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	1
30	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	1
31	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	1
32	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	1
	<b>Приготовление пищи.</b>	<b>12</b>
33	Подготовка к приготовлению блюда.	1
34	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
35	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
36	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
37	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
38	Обработка продуктов. Мытье продуктов	1
39	Обработка продуктов. Мытье продуктов	1
40	Раскатывание теста	1
41	Раскатывание теста	1
42	Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером).	1
43	Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером).	1
44	Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером).	1
	<b>Уход за вещами</b>	<b>24</b>
45	Ручная стирка. Наполнение емкости водой.	1
46	Контрольная работа за 2 четверть	1

47	Выбор моющего средства	1
48	Выбор моющего средства	1
49	Застирывание белья.	1
50	Полоскание белья.	1
51	Выжимание белья.	1
52	Вывешивание белья на просушку	1
53	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
54	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	1
55	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	1
56	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	1
57	Сортировка белья перед стиркой	1
58	Сортировка белья перед стиркой	1
59	Закладывание и вынимание белья из машины.	1
60	Закладывание и вынимание белья из машины.	1
61	Установка программы и температурного режима.	1
62	Мытье и сушка машины.	1
63	Соблюдение последовательности действий при машинной стирки	1
64	Соблюдение последовательности действий при машинной стирки	1
65	Глажение утюгом. Различение составных частей утюга.	1
66	Складывание белья и одежды. Чистка одежды.	1
67	Вывешивание одежды на «плечики».	1
68	Соблюдение последовательности действий при мытье обуви	1
	<b>Уборка помещения</b>	<b>23</b>
69	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
70	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
71	Вытирание поверхности мебели.	1
72	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели	1
73	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели	1
74	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели	1
75	<i>Уборка пола.</i> Сметание мусора на полу в определенное место.	1
76	Контрольная работа за 3 четверть	1
77	Заметание мусора на совок.	1
78	Соблюдение последовательности действий при подметании пола	1
79	Соблюдение последовательности действий при подметании пола	1
80	Различение основных частей пылесоса.	1
81	Подготовка пылесоса к работе.	1
82	Чистка поверхности пылесосом.	1
83	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом	1
84	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом	1
85	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	1
86	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	1
87	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	1
88	<i>Мытье стекла.</i> Соблюдение последовательности действий при мытье окна:	1
89	<i>Мытье стекла.</i> Соблюдение последовательности действий при мытье окна:	1
90	<i>Мытье зеркала.</i> Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала.	1
91	<i>Мытье зеркала.</i> Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала.	1
	<b>Уборка территории</b>	<b>11</b>
92	Уборка бытового мусора.	1
93	Уборка бытового мусора.	1
94	Уборка бытового мусора.	1
95	Подметание территории.	1
96	Сгребание травы и листьев.	1
97	Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега.	1
98	Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега.	1
99	Итоговая контрольная работа за год	1
100	Подметание территории.	1
101	Уход за уборочным инвентарем.	1



**Демоверсия итоговой контрольной работы**

1. Найди на картинке продукты питания и раскрась их.

**ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ**

1. Найди на картинке продукты питания, раскрась их. Объясни маме про каждый продукт: полезен он или вреден.

