Администрация МО ГО «Долинский»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

 «Средняя общеобразовательная школа» с. Стародубское

Долинского района Сахалинской области

Приложение №\_\_

к содержательному разделу адаптированной основной

образовательной программы образования обучающихся

с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

|  |
| --- |
| УТВЕРЖДАЮДиректор МБОУ СОШ с. Стародубское\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И. Б. Бушаева  Приказ от 30.08.2023 г. № 275-ОД |

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Домоводство**

 (наименование учебного предмета)

**среднее общее образование**

(уровень образования)

8 класс

Новикова Мария Павловна

(Ф.И.О. педагога, составившего рабочую программу)

с. Стародубское

2023 г.

**Пояснительная записка**

Обучение обучающегося с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность посильного 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.

Программа по домоводству включает следующие разделы: «Покупки», «Уход за вещами», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи»», «Уборка помещений и территории».

**Общая характеристика учебного предмета**

Специальные коррекционные занятия по домоводству направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.

Данная программа предполагает ведение наблюдений, организацию и проведение бесед, моделирование реальных ситуаций, дидактических, сюжетно-ролевых, имитирующих игр, упражнений, проблемных ситуации, решение логических задач, учебных заданий, заданий-соревнований, оценивание действий людей в реальных ситуациях, чтение и обсуждение произведений художественной литературы, рисование, лепку, аппликации, просмотр и обсуждение кинофильмов.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости; внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

**Описание места учебного предмета, курса в учебном плане;**

Число часов, рекомендованных для изучения предмета «Домоводство» 3 часа в неделю (102 часа в год).

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

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.

**Содержание учебного предмета**

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

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, 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. Раскладывание продуктов в места хранения.

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 солонок и ваз, расставление блюд.

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, снимание 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, снимание 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, снимание котлет.

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, 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.

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, мытьё рамы, вытирание рамы, мытьё стекла, вытирание стекла, выливание использованной воды.

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев.

Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование разделов | Кол-во часов по типовой программе | Кол-во часов по рабочей программе | В т. ч. на к.р. и практич. занятия | ЭОР |
| К. р. | Проверочные работы | Проект |
|  | Покупки |  | 6 |  |  |  | РЭШ |
|  | Обращение с кухонным инвентарем |  | 24 |  |  |  | РЭШ |
|  | Приготовление пищи |  | 23 |  |  |  | РЭШ |
|  | Уход за вещами |  | 8 |  |  |  | РЭШ |
|  | Уборка |  | 41 |  |  |  | РЭШ |
| Итого |  | 102 |  |  |  |  |

Согласно ФГОС ООО, утверждённого 31.05.21 №287 организация вправе самостоятельно определять последовательность модулей и количество часов для освоения учебного предмета технология (с учетом возможностей и материально-технической базы).

**Календарно–тематическое планирование**

Класс: 4

Учитель: Новикова М. П.

*Количество часов на* 2023 - 2024 учебный год

|  |  |
| --- | --- |
| Всего часов | 102 |
| Часов в неделю | 3 |

*Сводная ведомость часов за год*

|  |  |
| --- | --- |
| Учебные четверти | Количество часов по программе  |
| 1 четверть |  |
| 2 четверть |  |
| 3 четверть |  |
| 4 четверть |  |
| Год | 102 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | № урокав разделе | Раздел, тема урока | Кол-во часов | Дата | Корректировка |
| **Покупки** |
|  |  | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. | 1 |  |  |
|  |  | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. | 1 |  |  |
|  |  | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. | 1 |  |  |
|  |  | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. | 1 |  |  |
|  |  | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. | 1 |  |  |
|  |  | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. | 1 |  |  |
| **Обращение с кухонным инвентарем** |
|  |  | Обращение с посудой. | 1 |  |  |
|  |  | Обращение с посудой. | 1 |  |  |
|  |  | Обращение с посудой. | 1 |  |  |
|  |  | Обращение с посудой. | 1 |  |  |
|  |  | Обращение с посудой. | 1 |  |  |
|  |  | Обращение с посудой. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
| **Приготовление пищи** |
|  |  | Кухня. Оборудование кухни | 1 |  |  |
|  |  | Кухня. Оборудование кухни | 1 |  |  |
|  |  | Кухня. Оборудование кухни | 1 |  |  |
|  |  | Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания | 1 |  |  |
|  |  | Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания | 1 |  |  |
|  |  | Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания | 1 |  |  |
|  |  | Полезные вещества в продуктах питания. | 1 |  |  |
|  |  | Полезные вещества в продуктах питания. | 1 |  |  |
|  |  | Полезные вещества в продуктах питания. | 1 |  |  |
|  |  | Полезные вещества в продуктах питания. | 1 |  |  |
|  |  | Полезные вещества в продуктах питания. | 1 |  |  |
|  |  | Бутерброды. Горячие напитки. | 1 |  |  |
|  |  | Бутерброды. Горячие напитки. | 1 |  |  |
|  |  | Бутерброды. Горячие напитки. | 1 |  |  |
|  |  | Бутерброды. Горячие напитки. | 1 |  |  |
|  |  | Бутерброды. Горячие напитки. |  |  |  |
|  |  | Бутерброды. Горячие напитки. |  |  |  |
|  |  | Сервировка стола к ужину |  |  |  |
|  |  | Сервировка стола к ужину |  |  |  |
|  |  | Сервировка стола к ужину |  |  |  |
|  |  | Украшение стола. Приемы складывания салфеток. |  |  |  |
|  |  | Украшение стола. Приемы складывания салфеток. |  |  |  |
|  |  | Украшение стола. Приемы складывания салфеток. |  |  |  |
| **Уход за вещами** |
|  |  | Ручная стирка. | 1 |  |  |
|  |  | Ручная стирка. | 1 |  |  |
|  |  | Глажение утюгом. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Глажение утюгом. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Глажение утюгом. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Глажение утюгом. Техника безопасного труда. | 1 |  |  |
|  |  | Уход за обувью. | 1 |  |  |
|  |  | Уход за обувью. | 1 |  |  |
| **Уборка** |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Выбор инвентаря для уборки. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка мебели. | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Уборка пола | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сгребание травы и листьев. Техника безопасного труда | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |
|  |  | Сезонная уборка. Подготовка окон к летнему сезону | 1 |  |  |