

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Астраханской области для обучающихся,
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Общеобразовательная школа-интернат № 5»

РАССМОТРЕНО
методическим объединением
учителей предметников

О.В. Отчик
О.В. Отчик
протокол №1 от 26.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора
по УВР

А.А. Вострикова
А.А. Вострикова
протокол №1 от 26.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора
ГКОУ АО «ОШИ № 5»

И.О. Уткин
И.О. Уткин
протокол №1 от 28.08.2025 г.

Рабочая программа по учебному предмету
«Домоводство»
в 10 «Г» классе
на 2025-2026 учебный год

Составитель: учитель
первой квалификационной
категории
Т.А. Метёлкина

Астрахань, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «**Домоводство**» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (**вариант 2**), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026.

ФАООП УО (**вариант 2**) адресована обучающимся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей в 10 классе ГКОУ АО «ОШИ № 5».

Основная цель реализации программы по предмету домоводство – повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Основные задачи реализации программы:

- формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

Приоритетные направления в воспитательной работе на уроках по предмету «Домоводство».

1. Трудовое воспитание: установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности.
2. Экологическое воспитание: Готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Общая характеристика учебного предмета с учётом особенностей его исполнения обучающихся

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной

жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность посильного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственными – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах. Для детей с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития в большинстве случаев затруднено самостоятельное выполнение даже простых бытовых заданий. Однако, формирование у обучающихся четких алгоритмов выполнения действия, возможность использования различных адаптеров для бытовых приборов, дает возможность участия в данном виде деятельности индивидуально доступным образом, что создает у обучающихся ощущения причастности к работе по дому и существенно повышает качество их жизни.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

В 10 классах занятия проводятся 5 раз в неделю. Продолжительность занятий 40 минут, общее количество занятий в год - 170 часов.

Учебный план ГК ОУ АО «ОШИ №5» рассчитан на 34 учебные недели.

Класс	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Всего
	Количество часов				
10	40	40	55	35	170

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Ожидаемые личностные результаты:

- оценивать поступки как хорошие или плохие;
- определять самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей);
- в предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершиТЬ.

Возможные предметные результаты освоения:

- Уметь последовательно выполнять с помощью учителя действия при сгребании травы и листьев;
- Уметь вытираять пыль с поверхности парты, уметь выполнять доступные поручения; Уметь ухаживать за мягкой мебелью;
- Уметь ухаживать за ковровыми изделиями;
- Уметь выполнять гигиенические правила и нормы;
- Уметь группировать предметы по их свойствам и признакам;
- Уметь соблюдать гигиену, чистоту и порядок на кухне;
- Уметь различать кухонные и столовые приборы;
- Уметь различать повседневную и сервировочную посуду;
- Уметь с помощью учителя приготовить яичницу»;
- Уметь с помощью учителя работать с ножом;
- Уметь с помощью учителя приготовить овощной салат;
- Уметь выбрать одежду по назначению, иметь навыки самообслуживания;
- Уметь найти форменную одежду для людей разных профессий (милиционер, врач, дворник, повар);
- Уметь выбрать приспособления и средства для стирки;
- Уметь различать грязное белье от чистого ;
- Уметь правильно ухаживать за обувью;
- Уметь правильно сушить обувь;
- Уметь пользоваться лопатой и скребком при уборке снега;
- Уметь делать элементарные покупки;
- Уметь взвешивать товар и складывать в сумку; Уметь работать пылесосом;
- Уметь с помощью учителя пользоваться машинной стиркой;
- Уметь ухаживать за комнатными растениями;
- Уметь утюжить мелкие вещи, знать ТБ при работе с утюгом.

Содержание учебного предмета

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 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.

Приготовление пищи.

Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда (тарелка, кастрюля, сковорода и др.), кухонные принадлежности (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, пресс для чеснока, открывалка и др.), бытовая техника (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн и др.). Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды (очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка). Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов. Подготовка к приготовлению блюда. Соблюдение правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей и фруктов. Резание ножом. Нарезание продуктов (кубиками, кольцами, полукольцами). Приготовление напитков чай, какао компот из фруктов Соблюдение последовательности действий при использовании духового шкафа и при изготовлении несложной выпечки (включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта в формы, постановка

формы в духовку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, снимание продукта).

Соблюдение последовательности действий при сервировке стола (накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонок и ваз, расставление блюд).

Уход за вещами

Ручная стирка: наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застиривание 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, застиривание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку).

Машинная стирка: различие составных частей стиральной машины. Сортировка белья перед стиркой. 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).

Глажка белья: различие составных частей утюга, знание их назначения. Соблюдение последовательности действий при глажении белья (установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске). Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. Мытье обуви. Просушивание обуви. Чистка обуви.

Уборка помещения.

Вытиранье поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели (наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытиранье поверхности, вытиранье предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды).

Подметание пола: сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Выполнение последовательности действий при подметании пола (сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну). Уход за коврами и чистка ковров пылесосом. Уборка пылесосом: 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).

Мытье 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).

Описание материально - технического обеспечения образовательной деятельности

Учебник: Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями). Специальный учебник 5 класс:- ООО «Современные образовательные технологии», 2021 год

Литература для реализации данной программы.

Рабочая программа по домоводству для 10 класса адаптированной основной ошкообразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

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 стирки белья, глажения белья и др.

- Оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки и др.), таймер, предметы для украшения интерьера (ваза, подсвечник, скатерть и др.), стиральная машина, тазики, настенные и индивидуальные зеркала, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, утюг, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер, микроволновая печь), доски, уборочный инвентарь, лейки и др. Видео-ролики и презентации по темам разделов.

Календарно -тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1-3.	Планирование покупок. Нахождение нужного товара в магазине.	3	
4-6.	Выбор места совершения покупок.	3	
7-9.	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы.	3	
10-12	Нахождение нужного товара в магазине.	3	
13-15	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара.	3	
16-18	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе.	3	
19-21	Подметание территории.	3	
22-24	Сгребание травы и листьев.	3	
25-27	Обращение с посудой.	3	
28-30	Различение предметов посуды для сервировки стола.	3	
31-33	Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).	3	
34-36	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей .	3	
37-39	Очищение остатков пищи с посуды.	3	
40-42	Замачивание посуды.	3	
43-45	Протирание посуды губкой.	3	
46-48	Чистка посуды.	3	
49-51	Ополаскивание посуды.	3	
52-54	Сушка посуды.	3	
55-57	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	3	
58-60	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	3	
61-63	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: намыливание посуды моющим средством.	3	
64-66	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	3	
67-69	Обращение с бытовыми приборами.	3	
70-72	Накрывание на стол.	3	
73-75	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	3	
76-78	Уборка бытового мусора.	3	
79-81.	Уборка снега: сгребание.	3	
82-84	Уборка снега: перебрасывание снега.	3	
85-87	Уход за уборочным инвентарем.	3	
88-90	Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	3	
91-93	Уборка мебели. Вытираение поверхности мебели.	3	
94-96	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное	3	

	место.		
97-99	Уборка пола. Заметание мусора на совок.	3	
100-102	Уборка пола. Соблюдение последовательности действий при подметании пола.	3	
103-105	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	3	
106-108	Натирание продуктов на тёрке.	3	
109-111	Чистка овощей. Резание ножом.	3	
112-114	Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами).	3	
115-117	Раскатывание теста.	3	
118-120	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.	3	
121-123	Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабrikата.	3	
124-126	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата.	3	
127-129	Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет.	3	
130-132	Ручная стирка. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	3	
133-135	Полоскание белья. Выжимание белья.	3	
136	Вывешивание белья на просушку.	1	
137-138	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	2	
139-141	Машинная стирка.	3	
142-144	Закладывание и вынимание белья из машины. Установка программы и температурного режима.	3	
145-147	Мытье и сушка машины.	3	
148-150	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.	3	
151-153	Глажение утюгом. Соблюдение последовательности действий при глажении белья.	3	
154-156	Чистка одежды. Вывешивание одежды на «плечики».	3	
157-159	Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.	3	
160-162	Уборка мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели.	3	
163-164	Уборка пола. Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе.	2	
165-166	Чистка поверхности пылесосом. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	2	
167-168	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	2	
169-170	Мытье стекла (зеркала). Соблюдение последовательности действий при мытье окна:	2	
Всего за год:			170

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550829938

Владелец Утегалиева Жанылсын Халиевна

Действителен С 23.10.2025 по 23.10.2026