



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Старо-Тахталинская основная общеобразовательная школа»  
Алькеевского муниципального района Республики Татарстан

«Рассмотрено»  
Руководитель МС

*Л.А. Калмыкова*

Калмыкова Л.А.

Протокол № 1

« 16 » августа 2024 г.

«Согласовано»  
Заместитель директора  
по учебной работе

*Л.А. Калмыкова*

Калмыкова Л.А./

« 16 » августа 2024 г.



«Утверждено»  
Директор МБОУ  
«Старо-Тахталинская СОШ»  
Фералонтова И.А./  
Приказ № 73 от  
« 26 » августа 2024 г.

**Адаптированная рабочая программа**

**« Домоводство »**

**для ученицы 6 «б» класса**

**для обучающейся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями  
развития (вариант II)**

**Киргизовой Елены Валерьевны**

**Учитель:**

**Калмыкова Людмила Александровна.**

Принято на заседании  
педагогического совета  
протокол № 2  
от «26 » августа 2024 г.

2024 – 2025 учебный год.

## 1. Планируемые результаты

2. Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома:
3. умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола;
4. умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;
5. умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения;
6. умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

### *Ожидаемые 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. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
4. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
5. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
6. Слушание и понимание инструкции педагога;

### *Возможные предметные результаты:*

1. Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома:
2. Знать (узнавать) места, где можно совершить различные покупки, виды магазинов, совершать мелкие покупки совместно с родителями;
3. Различать (иметь представление) виды одежды, головных уборов и обуви по назначению;
4. Выполнять элементарные способы ухода за одеждой и обувью (иметь представление);
5. Уметь использовать в домашнем хозяйстве некоторые виды бытовой техники, соблюдая правила безопасности;
6. Соблюдать санитарно-гигиенические требования к чистоте на кухне;
7. Знать (иметь представление) назначение посуды и предметов кухонного инвентаря;
8. Уметь готовить простые блюда под контролем взрослых;
9. Различать, использовать средства для мытья посуды, иметь представление о последовательности мытья посуды;
10. Осуществлять элементарные действия по уборке помещений и территории;
11. Соблюдать правила пользования лифтом, почтовым ящиком, домофоном, кодовым замком, мусоропроводом.

Изучение предмета «Домоводство» в шестом классе направлено на формирование следующих **базовых учебных действий**.

1. Создание благоприятной обстановки, способствующей формированию положительной мотивации пребывания в образовательной организации и эмоциональному конструктивному взаимодействию с взрослыми (родственник, специалист, ассистент и др.) и сверстниками:

- Спокойное пребывание в новой среде;
  - Перемещение в новой среде без проявлений дискомфорта;
  - Принятие контакта, инициированного взрослым;
  - Установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса;
    - Ориентация в учебной среде (пространство, материалы, расписание) класса: нахождение индивидуального шкафа для хранения личных вещей; нахождение своего (рабочего) места за столом; нахождение своего набора индивидуальных заданий; нахождение места хранения набора индивидуальных заданий; нахождение места для отдыха; нахождение места, предназначенного для игровой деятельности; нахождение места хранения игрушек.
2. Формирование учебного поведения:
- Поддержание правильной позы;
  - Направленность взгляда на лицо взрослого, на выполняемое задание;
  - Подражание простым движениям и действиям с предметами;

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Домоводство» относится к образовательной области «Окружающий мир» и является обязательной частью учебного плана.

Предмет «Домоводство» в соответствии с учебным планом рассчитан на 0, 5 часов.  
Общее количество часов: 17 часов

## **2 Содержание учебного предмета**

Программа по «Домоводству» включает следующие разделы: «Покупки», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уход за вещами», «Уборка помещения».

### *Покупки.*

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. 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. 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. 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

блюда.

#### *Приготовление пищи.*

Приготовление блюда. 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). 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.

*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.

*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.

#### *Уборка помещения.*

*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.

### Учебно – тематический план.

Тема урока	Кол-во часов
1 Приготовление пищи	5
2 Уход за вещами	2
3 Уборка помещения	10
<b>Всего</b>	<b>34</b>

### 3 Календарно- тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата по плану	Дата фактическая	Примечание
Приготовление пищи – 5 часа					
1.	Пшенная, Овсяная, Гороховая каша	1			
2	Хлеб. Правила хранения хлебобулочных изделий.	1			
3	Мясные, Кондитерские, Молочные продукты.	1			
4	Овощи и фрукты	1			
5.	Суп, компот	1			
Уход за вещами – 2 часа					
6	Моющие средства, их виды: порошки, мыло, пасты, отбеливатели. Техника безопасности при использовании моющих средств	1			
7	Подготовка вещей к стирке: очистка от пыли, шерсти, починка белья, сортирование по типу ткани и окраске. Стиральная машина	1			
Уборка помещения – 2 часа					
8	Инвентарь для уборки помещения. Правила уборки	1			
9	Протирание тряпкой электротехники	1			

	Какие средства нужны для уборки пола				
Уборка помещения - 8 часов					
10	Сезонные работы в доме, их виды	1	.		
11	Подготовка дома (квартиры) к осенне-зимнему периоду	1			
12	Работы во дворе, в огороде, на участке	1			
13	Подготовка материалов для утепления окон	1	.		
14	Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Виды комнатных растений	1			
15	Уход за декоративными растениями: подкормка, температурный, световой режим	1			
16	Интерьер комнаты с растениями	1			
17	Итоговое повторение	1			

Лист согласования к документу № 10 от 16.10.2024  
Инициатор согласования: Ферাপонтова И.А. Директор  
Согласование инициировано: 16.10.2024 18:23

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Ферапонтова И.А.		 Подписано 16.10.2024 - 18:23	-