

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

**Принято**

на педагогическом совете  
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»  
протокол № 1 от "29" августа 2024 г.

**Введено**

в действие приказом  
№ 92-О от "02" сентября 2024 г.

**Утверждаю:**

Директор государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Альметьевская школа-интернат для детей  
с ограниченными возможностями здоровья»  
Л.Р. Мартынова



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 0087464346E37BC256859730EA3429CA4F  
Владелец: Мартынова Лилия Равиловна  
Действителен с 11.12.2023 до 05.03.2025

**Рабочая программа по предмету  
«Домоводство (самообслуживание)»  
(предметной области: «Окружающий мир»)  
для 1 ГУО класса**

**1 час в неделю; 33 часа в год**

**Составитель: Хузина Л.Ф., учитель начальных классов**

Согласовано

Зам. директора по УР: \_\_\_\_\_ И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено

На заседании ШМО, протокол №1 от «28» августа 2024 г.

Руководитель ШМО: \_\_\_\_\_ Л.Ю.Сайфутдинова

Альметьевск, 2024г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 –ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1598 (далее – ФГОС ОВЗ);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной 24.11.2022 г. приказом Минпросвещения РФ под № 1023;
- Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» (6.4);
- Учебного плана Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания Альметьевской школы-интерната;
- Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях.

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство (самообслуживание)» составлена на основе ФАОП НОО для обучающихся с ОВЗ (вариант 6.4)

### Общая характеристика учебного предмета

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 трудовой деятельности.

На уроках обучающиеся обучаются элементарным социально-бытовым умениям сначала с помощью учителя, а затем и с элементами самостоятельности. На всех этапах обучения у обучающихся:

- формируются, затем уточняются и закрепляются основные бытовые умения и навыки, обеспечивающие постепенное вхождение в социальную жизненную среду;
- формируются, закрепляются и постепенно расширяются спектр социально-бытовых умений, навыков, операций, которые необходимы в процессе жизнедеятельности;

- формируется и вводится в предметно-бытовое и межличностное общение с учетом индивидуальных особенностей учащихся невербальные и вербальные средства коммуникации.

### **Планируемые результаты (личностные и предметные) освоения программы**

#### **Личностные результаты:**

1. осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определенному полу;
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. развитие адекватных представлений о социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться в школьные дела и др.;
4. понимание собственных возможностей и ограничений, умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.;
5. владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
6. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его ограниченном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
7. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование уважительного отношения к окружающим;
9. освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
10. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

#### **Предметные результаты:**

- умение решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей;
- умение обслуживать себя или принимать помощь при одевании и раздевании, приеме пищи, питья и других гигиенических процедурах;
- умение сообщать о своих потребностях;
- умение следить за своим внешним видом;
- 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.

#### **Требования к уровню подготовки обучающихся по данной программе.**

Учащиеся должны уметь:

- различать одежду по назначению, подбирать одежду по сезону;
- сервировать стол к обеду;
- правильно вести себя за столом во время приема пищи;
- различать и называть мебель и её расположение в комнате.

Учащиеся должны знать:

- о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;
- правила ухода за одеждой;
- правила поведения за столом, режим питания;

### Связь с рабочей программой воспитания школы

Программа воспитания школы-интерната призвана создать организационно-педагогические условия для достижения личностных образовательных результатов, указанных в ФГОС УО (ИН) и ФАОП УО (ИН).

На уроках необходимо применять такие методы и формы работы, которые помогут в реализации программы воспитания также и через урочную систему.

Тем самым у ребенка с НОДА и интеллектуальными нарушениями формируются и развиваются:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- происходит: - формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир всего органичного единства и разнообразия природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальными и духовным ценностям;
- овладение доступными средствами коммуникации и общения - вербальными и невербальными;
- умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач;
- глобальное чтение в доступных ребенку пределах, понимание смысла узнаваемого слова;

Развитие предпосылок к осмысленному чтению и письму, обучение чтению и письму.

Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

### Содержание рабочей программы

№	Тема разделов	Кол-во часов
1.	Покупки.	3ч.

2.	Одежда и обувь. Уход за вещами.	4ч.
3.	Предметы быта. Обращение с кухонным инвентарем.	7ч.
4	Питание. Приготовление пищи.	9ч
5.	Уход за жилищем и территорией	10ч.
	Итого:	33ч.

### Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану ГБОУ «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья » на 2024-2025 учебный год по предмету «Домоводство» отводится 33 часа в год, из расчета 1 час в неделю. Исходя из этого, предполагается следующее распределение часов:

### Календарно-тематическое (поурочное) планирование по предмету «Домоводство»

№	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные ресурсы	Дата проведения	
				план	Факт
1	Знакомство с магазином	Знакомить учеников с понятием «магазин». Обучение учащихся правильному поведению при выборе места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. Рассмотрение внутреннего интерьера магазина на иллюстрациях, просмотр фрагментов видеофильмов	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
2	Планирование покупок	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «товар», «покупка»	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
3	Нахождение нужного товара	Нахождение нужного товара в магазине. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при совершении покупок Раскладывание продуктов в места хранения.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
4	Виды предметов посуды	Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Практические упражнения по использованию ложки, вилки во время обеда. Переход от предметнопрактических упражнений к соотнесению предмета и изображения на карточке. Воспитание аккуратного, бережного отношения к посуде и навыков ее безопасного использования	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
5	Виды кухонных принадлежностей	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка). Воспитание аккуратного, бережного отношения к кухонным принадлежностям и навыков ее безопасного использования	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		

6	Различение чистой и грязной посуды	Практические действия: сметание крошек со стола, мытье стола, подготовка к мытью посуды. Называние действий ( <i>намочил(а), отжал(а)...</i> ) с использованием вербальных и невербальных средств общения. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
7	Бытовые приборы	Рассматривание картинок, где изображены бытовые приборы: блендер, электрический чайник, комбайн, холодильник. Воспитание аккуратного, бережного отношения к бытовым приборам и навыков ее безопасного использования	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
8	Техника безопасности с бытовыми приборами	Рассматривание вместе с учащимися бытовых приборов, предупреждение о том, что включать их могут только взрослые.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
9	Накрывание на стол.	Создание образовательных условий для практических занятий по накрыванию стола. 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. Воспитание аккуратного, бережного отношения к посуде и навыков ее безопасного использования. Просмотр презентации.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
10	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).	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
11	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. Просмотр видеоролика.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
12	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	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
13	Соблюдение последовательности	Включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		

	действий при выпекании	определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки.			
14	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	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
15	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)	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
16	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.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
17	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.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
18	Поддержание чистоты рабочего места	Формирование алгоритма последовательных действий учащихся по одновременному поддержанию чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
19	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	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
20	Машинная стирка	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. Просмотр видеofilьма.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		

21	Глажение утюгом	Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
22	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.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
23	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.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
24	Уборка пола	Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
25	Уборка пылесосом	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «пылесос». Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
26	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «дом», «уборка», «пылесос».	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
27	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. Просмотр видеофильма. Называние действий ( <i>намочил(а), отжал(а)...</i> ) с использованием вербальных и невербальных средств общения.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
28	Мытье стекла (зеркала).	Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала: наполнение емкости для мытья водой, добавление моющего средства в воду, мытье зеркала, вытирание, выливание использованной воды.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
29	Уборка бытового мусора.	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «мусор», «уборка».	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		

30	Уборка снега	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «снег», «уборка».	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
31	Уборочный инвентарь для снега	Ознакомление за уходом за уборочным инвентарем.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
32	Повторение. Покупки	Повторение. Покупки. Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «товар», «покупка»	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
33	Обобщение изученного материала.	Повторение и обобщение изученного материала за год.	<a href="https://ikp-rao.ru">https://ikp-rao.ru</a>		
	Техника безопасности с бытовыми приборами. Повторение.	Резервный урок.			

### **Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся**

Текущий контроль осуществляется по безотметочной системе. В конце каждой четверти на основании промежуточных результатов успеваемости заполняется лист индивидуальных достижений по предметам. Ведется мониторинг развития универсальных учебных действий по классам.



Лист согласования к документу № 92-о от 02.09.2024  
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор  
Согласование инициировано: 18.10.2024 13:02

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 18.10.2024 - 13:02	-