

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 2025г.

Введено

в действие приказом
№ 115-о от "1" сентября 2025 г.

Утверждаю:

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

Рабочая программа
По учебному предмету «Домоводство»(самообслуживание)
для 5_класса (обучающихся с нарушением интеллекта
(вариант 2))
(надомное обучение Г...Л...)
1 часа в неделю; 34 часа в год
Составитель: Ахмерова А.И., учитель



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 009B8F2ED4AABF29319CBFF737774DF79D
Владелец: Мартынова Лилия Равиловна
Действителен с 24.02.2025 до 20.05.2026

Согласовано

Зам. директора по УР И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено

На заседании ШМО, протокол №1 от «28» августа 2025 г.

Руководитель ШМО М.Г Шарипова

Альметьевск, 2025г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе:

Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 –ФЗ;

Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

«Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (ФАООП УО(ИН))», утвержденной Министерством просвещения РФ, приказ от 24.11.2022 г. № 1026;

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.

Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях. Рабочая программа по учебному предмету «**домоводство(самообслуживание)**» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с интеллектуальными нарушениями ФАООП УО (ИН) (вариант 2)

Адаптированная рабочая программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей обучающегося

Г...Л...

Общие сведения о ребёнке: Г...Л... воспитывается в полной семье. Мама – Г.... И... не работает. Условия семейного воспитания хорошие. Мама уделяет много внимания мальчику, всегда интересуется учёбой, поведением. Мальчик находится на надомном обучении. В течение урока ведёт себя активно, средняя познавательная мотивация. Учителя слушает, но не выполняет инструкции учителя, не умеет выполнять действия по подражанию и образу.

Навыками самообслуживания не владеет. Мальчик миролюбивый, всегда выглядит опрятно, ухожено, неконфликтный, послушный, ласковый.

Общая характеристика учебного предмета

Обучение обучающегося 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 инвентарём и электроприборами; освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами. Освоенные действия ребёнок может в последующем применять как в быту, так и в 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 учётом индивидуальных особенностей учащихся невербальные и вербальные средства коммуникации.

Цель: подготовка детей со сложной структурой дефекта к самостоятельному быту.

Задачи:

- формирование у детей положительного отношения и интереса к бытовому труду;
- выработка привычки к личной гигиене, чистоте и аккуратности;
- привитие навыков культуры поведения;
- воспитание уважения к труду взрослых; привитие детям навыков самостоятельности.

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 определённому полу, осознание себя как "Я";
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

происходит: -формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии 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 материальным 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 ребёнку пределах, понимание смысла узнаваемого слова;
- развитие предпосылок к осмысленному чтению и письму, обучение чтению и письму.

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

Место учебного курса. Согласно учебному плану «Альметьевской школы-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» На новый учебный год, надомного обучения отводится 34 учебных часа - из расчёта 1 час в неделю. Исходя из этого, предполагается следующее распределение часов.

Планируемые результаты (личностные и предметные) освоения программы

Личностные результаты:

1. осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определённому 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:

- 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.

Требования к уровню подготовки обучающихся по данной программе.

Учащиеся должны уметь:

- называть свои имя, фамилию, отчество;
- выполнять правила поведения в семье;
- различать одежду по назначению, подбирать одежду по сезону;
- сервировать стол к обеду;
- правильно вести себя за столом во время приёма пищи;
- различать и называть мебель и её расположение в комнате;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте.

Учащиеся должны знать:

- о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;
- свою фамилию и имя;
- правила ухода за одеждой;
- правила поведения за столом, режим питания;
- виды транспорта, их назначение;
- правила поведения пассажиров в транспорте;
- правила культурного поведения в общественных местах.

Содержание рабочей программы

№	Тема разделов	Кол-во часов
---	---------------	--------------

1.	Покупки.	8ч.
2.	Уход за вещами.	5ч.
3.	Обращение с кухонным инвентарём.	6ч.
4	Приготовление пищи.	9ч
5.	Уборка помещений и территории.	4ч.
6	Повторение темы	1
	Итого:	34ч.

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

№	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные ресурсы	Дата проведения	
				план	факт
1	Покупки. Какие бывают магазин	Просмотр презентации: «Магазины»; Работа с картинками, пиктограммами; Лото «магазин» Иметь представление о магазинах; Уметь узнавать(различать) отделы магазинов (продукты, одежда, обувь, посуда, бытовая техника) Презентация: «Магазины», картинки, пиктограммы, лото «магазин»	https://ikp-rao.ru		
2	Планирование покупок.	Работа с пиктограммами; Практическая работа по планированию покупок. Уметь планировать покупки. Набор игрушек, продукты-муляжи; пиктограммы	https://ikp-rao.ru		
3	Выбор места совершения покупок	Игра: « В магазине»; Практическая работа по планированию покупок. Уметь планировать покупки. Набор игрушек, продукты-муляжи; пиктограммы	https://ikp-rao.ru		

4	Отделы магазина, касса.	Просмотр презентации: «Магазин» Знать отделы магазинов, кассы. Предметные картинки. Освоение навыка и умений в различении отделов магазина. Работа с предметными картинками, пиктограммами	https://ikp-rao.ru		
5	Взвешивание товара Складывание покупок в сумку.	Игровые упражнения по взвешиванию товара и складывание покупок в сумку. Уметь с помощью учителя взвешивать товара и складывать покупки в сумку. Игрушки, продукты муляжи, весы, Касса; Пиктограммы	https://ikp-rao.ru		
6	Расчёт на кассе.	Просмотр презентации: «Расчёт на кассе»; Рисование копеечек, вырезание. Освоение навыков и умений по расчёту за товар на кассе; Игра: «Мы в магазине».	https://ikp-rao.ru		
7	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы	Просмотр презентации: « Продуктовый магазин»; Игра: « Купи продукты» Уметь ориентироваться в расположении отделов магазина, кассы.	https://ikp-rao.ru		
8	Места хранения продуктов.	Просмотр презентации: « Места хранения продуктов» Принятие правил хранения продуктов. Работа с предметными картинками; Работа с пиктограммами.	https://ikp-rao.ru		
9	Уход за вещами Навыки самообслуживания в одевании. Сезонная одежда.	Продолжать формировать навыки самообслуживания при одевании и уходе за одеждой. Уметь находить предметы одежды в окружающей обстановке, Иметь навыки самообслуживания. Уметь находить предметы одежды в окружающей обстановке, Иметь навыки самообслуживания. Картинки, пиктограммы, одежда	https://ikp-rao.ru		

10	Уход за одеждой, стирка мелких предметов одежды.	Стирка мелких предметов. Практическая работа. Уметь выбрать моющее средство для стирки; Уметь стирать мелкие вещи	https://ikp-rao.ru		
11	Ручная стирка Машинная стирка	Наполнение ёмкости 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 ёмкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. 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 видеофильма.	https://ikp-rao.ru		
12	Отмеривание необходимого количества моющего средства	Освоение навыка отмеривания необходимого количества моющего средства. Практическая работа по выбору моющего средства. Уметь отмеривать необходимое количество моющего средства	https://ikp-rao.ru		

13	Сортировка белья перед стиркой.	Сортировка белья перед стиркой (белое белье отдельно от цветного) Уметь сортировать белье перед стиркой. Цветное и белое белье	https://ikp-rao.ru		
14	Обращение с кухонным инвентарём. Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда, кухонные принадлежности)	Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда, кухонные принадлежности) Игры с картинками изображающими посуду. Уметь различать кухонный инвентарь; Использовать пиктограммы и показывать посуду, кухонные принадлежности. Набор детской посуды, кухонные принадлежности, карточки с изображением посуды, пиктограммы.	https://ikp-rao.ru		
15	Бытовая техника на кухне	Различать бытовую технику и использовать по назначению; Умение выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с приготовлением пищи; Игры с картинками изображением бытовой техники.	https://ikp-rao.ru		
16	Посудомоечная машина	Экскурсия в школьную столовую; Показ посудомоечной машины. Узнавать (различать) посудомоечную машину; Посудомоечная машина	https://ikp-rao.ru		

17	Холодильник, его назначение в хозяйстве.	Ознакомление «Холодильник и его назначение»; Показ холодильника. Знать назначение холодильника	https://ikp-rao.ru		
18	«Правила техники безопасности» на кухне	Просмотр презентации: «Правила техники безопасности на кухне» Знать правила техники безопасности на кухне	https://ikp-rao.ru		
19	Мытье бытовых приборов, электрической плиты.	Освоение навыков и умений при мытье бытовых приборов. Уметь протирать бытовые приборы; Уметь выполнять доступные поручения. Соблюдать ТБ при обработке бытовых приборов	https://ikp-rao.ru		
20	Приготовление пищи Приготовление 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.	https://ikp-rao.ru		
21	Обработка продуктов.	Мытье продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на тёрке.	https://ikp-rao.ru		
22	Соблюдение последовательности действий при варке продукта:	включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определённое время, выключение электрической плиты, вынимание продукта.	https://ikp-rao.ru		

23	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта	включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определённое время, перемешивание/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта.	https://ikp-rao.ru		
24	Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката:	включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определённое время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	https://ikp-rao.ru		
25	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.	https://ikp-rao.ru		
26	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).	https://ikp-rao.ru		
27	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата.	выбор продуктов (варёный картофель, морковь, кукуруза, солёный огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, тарелки), очистка варёных овощей, открывание банок (кукуруза, огурцы), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов.	https://ikp-rao.ru		
28	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.	https://ikp-rao.ru		

29	Уборка помещения. Уход за мебелью	Ознакомление с приёмами ухода за мебелью. Вытирание пыли с поверхности стола. Уметь вытирать пыль с поверхности стола; Уметь выполнять доступные поручения.	https://ikp-rao.ru		
30	«Использование пылесоса, чистящих средств: чистка мягкой мебели».	Беседа: «Использование пылесоса, чистящих средств: чистка мягкой мебели»; Показ чистящих средств по чистке мягкой мебели Уметь пользоваться пылесосом, с помощью взрослых; Узнавать (различать) чистящие средства;	https://ikp-rao.ru		
31	Ковровые изделия. «Использование пылесоса, чистящих средств: чистка ковров».	Техника безопасности при работе с чистящими средствами. Практическая работа (работа с пылесосом) Узнавать (различать) ковровые изделия; Уметь ухаживать за ковровыми изделиями; Уметь выполнять доступные поручения.	https://ikp-rao.ru		
32	«Применение народных средств для очистки стеклянных изделий».	Показ учителя: «Применение народных средств для очистки стеклянных изделий»; Практическая работа (Чистка стеклянной двери) Стремление к новым знаниям о народных средствах по очистке стекла и зеркал; Стремиться ухаживать за стёклами. Народные средства чистки стекла (лимон, нашатырный спирт); Таблица: «Правила техники безопасности»	https://ikp-rao.ru		
33	Резервный	Повторение пройденного материала.	https://ikp-rao.ru		
34	Резервный	Повторение пройденного материала.	https://ikp-rao.ru		

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. Ведётся мониторинг развития универсальных учебных действий по классам.

Лист корректировки рабочей программы

Дата		№№ ур.по тем. пл.	Кол-во часов	Форма коррекции (объединение тем, д.изучение, к/р.и т.д)	Причина коррекции(замена урока, болезнь, празд. д., отмена занятий по приказу и т.д.)

Лист согласования к документу № Домоводство 5 ГУО от 01.09.2025
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 01.11.2025 14:10

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 01.11.2025 - 14:10	-