

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 "2" 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 учебному предмету «Домоводство»  
для б класса (обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 2))  
7 часов в неделю; 204 часа в год  
Составитель: Тютюгина О.И. учитель I квалификационной категории**

Согласовано

Зам. директора по УР

И.Б. Шарифуллина

Рассмотрено

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

Руководитель ШМО

М.Г. Шарипова

Альметьевск, 2024 г.

## 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;

Рабочая программа по учебному предмету «**Домоводство (самообслуживание)**» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ФАООП УО (ИН) (вариант 2)

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

### **Общая характеристика учебного предмета**

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребенка 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 детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

### **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.
- Основные задачи:** формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок,
  - уборке помещения и территории,
  - уход за вещами

### **Связь с рабочей программой воспитания школы**

Программа воспитания призвана создать организационно-педагогические условия для достижения личностных образовательных результатов, указанных в ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), связанные с:

Социально-эмоциональным участием в процессе общения и совместной деятельности;

Формированием социально-ориентированного взгляда на окружающий мир, уважительного отношения к окружающим;

Овладением начальными навыками адаптации в динамично развивающемся мире;

Освоением доступных социальных ролей;

Развитии навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в рамках социальных ситуаций

Включению 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;

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

#### **Возможные личностные результаты:**

- осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определенному полу; социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 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.;
- понимание собственных возможностей и ограничений, умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.;
- владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения;
- развитие самостоятельности;
- овладение общепринятыми правилами поведения;
- наличие интереса к практической деятельности

#### **Предметные результаты:**

- Умение пользоваться предметами личной гигиены;
- различать домашнюю, школьную, праздничную одежду и обувь;
- различать демисезонную одежду и головные уборы; одеваться, раздеваться и складывать одежду;

приготовить бутерброды; убирать жилище;  
правильно вести себя в общественном транспорте.  
Знание правила гигиены;  
правила ухода за одеждой и обувью;  
правила пользования столовыми приборами, правила поведения за столом;  
правила уборки жилища; правила поведения в магазине, правила поведения при покупке товара в магазине;

### Содержание

№	Разделы	Кол-во часов
1	Покупки	45
2	Уход за вещами (посуда)	57
3	Обращение с кухонным инвентарем	43
4	Приготовление пищи	31
5	Уборка помещений и территории	62
	Всего	238

Согласно учебному плану «Альметьевской школы-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» на 2024-2025 учебный год, на обучение домоводства отводится 238 учебных часа в год - из расчета 7 час в неделю. Исходя из этого, предполагается следующее распределение часов

**Календарно-тематическое (поурочное) планирование:**

№	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дата	
				план	факт
1	<b>Раздел «Покупки»</b> Введение .Что такое предмет домоводство.	Знакомство учащихся с системой продажи и покупки продовольственных товаров (по картинкам). Нахождение нужного товара в магазине	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
2	Что такое покупки.				
3	Экскурсия в супермаркет.				
4	Продовольственные и непродовольственные покупки.				
5	Планирование покупок.				
6	Продовольственные и непродовольственные магазины.				
7	Выбор места совершения покупок.				
8	Магазин, его предназначение.				
9	Продуктовые магазины.				
10	Специализированные магазины.				
11	Отделы в магазинах.				
12	Ориентация в расположении отделов.				
13	Нахождение нужного товара в магазине.				
14	Выбор нужного товара.				
15	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара.	Знакомство учащихся с системой продажи и покупки продовольственных товаров (по картинкам). Складывание покупок в сумку.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
16	Действия при взвешивании товара.				
17	Складывание продукта в пакет.				
18	Выкладывание продукта на весы. Нажимания на кнопку.				
19	Приклеивание ценника к пакету с продуктом.				
20	Поочередность складывания				

	продуктов в сумку.					
21	Складывание покупок в сумку.					
22	Закрепление .Соблюдение последовательности действий.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
23	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе.	Знакомство учащихся с системой продажи и покупки продовольственных товаров (по картинкам).	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
24	Закрепление. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе.	Знакомство учащихся с системой продажи и покупки продовольственных товаров (по картинкам).	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
25	Выкладывание товара на ленту.					
26	Ожидание очереди на кассу.					
27	Ожидание во время пробивания кассиром товара.					
28	Оплата товара.					
29	Предъявление карты скидок кассиру.					
30	Оплата товара наличными.					
31	Оплата товара картой.					
32	Получение чека и сдачи.					
33	Закрепление. Оплата товара.					
34	Складывание покупок в сумку.	Знакомство учащихся с системой продажи и покупки продовольственных товаров (по картинкам).	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
35	Складывание покупок в пакеты.					
36	Выкладывание покупок дома					
37	Сортировка продуктов по местам хранения (холодильник, шкаф, хлебница)					
38	Практическая работа.					
39	Правила хранения продуктов.					
40	Места хранения продуктов.					
41	Раскладывание продуктов в места хранения.					
42	Закрепление. Правила хранения					

	продуктов.				
43	Закрепление.Покупки.				
44	Закрепление, обобщение.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
45	Закрепление по Разделу.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
46	<b>Раздел «Обращение с кухонным инвентарем»</b> Посуда.	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
47	Разновидность посуды.				
48	Обращение с посудой.				
49	Различение предметов посуды.				
50	Различение предметов посуды для сервировки стола				
51	Различение предметов посуды, тарелка,стакан.	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
52	Различение предметов кружка, чашка				
53	Различение предметов ложка ,вилка, нож				
54	Закрепление. Различение предметов.				
55	Выбор посуды и столовых приборов.				
56	Посуда для приготовления пищи.				
57	Выбор инвентаря ,необходимого для приготовления блюд.				
58	Правила работы с кухонным ножом.				
59	Различение предметов кастрюля, сковорода				
60	Различение предметов чайник, ковш				
61	Различение предметов половник, шумовка				
62	Узнавание(различение) кухонных принадлежностей				
63	Различение кухонных принадлежностей, терка, венчик,				

	овощечистка				
64	Различение кухонных предметов, разделочная доска, лопаточка				
65	Различение кухонных предметов, дуршлаг, пресс для чеснока				
66	Накрывание на стол.				
67	Различение чистой и грязной посуды	Очищение остатков пищи с посуды.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
68	Очищение остатков пищи с посуды				
69	Замачивание посуды	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды			
70	Мытье посуды ,протираание губкой				
71	Чистка посуды				
72	Ополаскивание посуды				
73	Сушка посуды				
74	Соблюдение последовательности действий при мытье посуды				
75	Соблюдение последовательности при сушке посуды		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
76	Закрепление. Очищение посуды от остатков пищи.	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
77	Закрепление. Замачивание посуды.				
78	Намыливание посуды моющим средством				
79	Закрепление. Чистка посуды				
80	Ополаскивание ,сушка посуды				
81	Обращение с бытовыми приборами		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
82	Различение бытовых приборов по назначению.	Умение пользоваться с бытовыми приборами. Ознакомление с правилами техники безопасности при пользовании электробытовыми приборами.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
83	Различение, блендер,миксер,тостер, электрический чайник,комбайн.				
84	Назначение холодильника.				
85	Знакомство с правилами т/б с электроприборами.				

86	Знание правил т/б.				
87	Знание правил т/б на кухне.				
88	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовыми приборами.				
89	Мытье бытовых приборов.				
90	Хранение посуды.				
91	Хранение бытовых приборов				
92	Накрывание на стол	Обучение учащихся сервировке стола к чаю. Игры и упражнения: «Узнай и покажи (назови) посуду и предметы, необходимые для чайного стола», «Сервировка стола»	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
93	Выбор посуды и столовых приборов				
94	Раскладывание столовых приборов				
95	Раскладывание посуды при сервировке стола				
96	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола				
97	Накрывание стола скатертью				
98	Расставление посуды на стол				
99	Раскладывание столовых приборов				
100	Раскладывание салфеток	Обучение учащихся сервировке стола к чаю. Игры и упражнения: «Узнай и покажи (назови) посуду и предметы, необходимые для чайного стола», «Сервировка стола»	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
101	Расставление солонки и ваз				
102	Расставление блюд				
103	Закрепление пройденного				
104	<b>Раздел «Приготовление пищи»</b> Подготовка к приготовлению блюда.	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.  Узнавание (различение) муки и мучных изделий, готовых к употреблению и требующих обработки (приготовления)	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
105	Знакомство с правилами гигиены				
106	Изучение правил гигиены при приготовлении пищи				
107	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда				
108	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда				

109	Обработка продуктов				
110	Мытье продуктов.				
111	Чистка овощей.				
112	Повторить правила гигиены при приготовлении пищи.				
113	Резание ножом. Правила т/б при работе с ножом.	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
114	Нарезание продуктов кубиками.				
115	Нарезание продуктов кольцами				
116	Нарезание продуктов полукольцами				
117	Натирание продуктов на терке. Правила т/б.				
118	Натирание продуктов на терке.				
119	Раскатывание теста.	Узнавание (различение) муки и мучных изделий, готовых к употреблению и требующих обработки (приготовления)	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
120	Перемешивание продуктов ложкой.				
121	Перемешивание продуктов венчиком				
122	Перемешивание продуктов блендером				
123	Закрепление знаний о предварительной обработке некоторых видов продуктов.				
124	Соблюдение последовательности действий при варке продукта				
125	Включение эл.плиты. Правила т/б при включении эл.плиты.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
126	Набирание воды в емкость, закладывание продукта в воду.	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
127	Установка таймера на определенное время.				
128	Выключение эл.плиты. Вынимание продукта.				
129	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.				

130	Включение эл.плиты				
131	Наливание масла,выкладывание продукта на сковороду		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
132	Установка таймера на определенное время.				
133	Перемешивание или переворачивание продукта. Выключение эл.плиты.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
134	Снимание продукта. Правила т/б.				
135	Поддержание чистоты рабочего места.				
136	Практическое занятие. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.				
137	Соблюдение последовательности действий при варке яйца.	Узнавание (различение) напитков и молочных продуктов, мясных и рыбных продуктов	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
138	Выбор кухонного инвентаря.				
139	Мытье яиц,закладывание в кастрюлю,наливание воды				
140	Установка времени варки на таймере,выключение плиты,вынимание яиц.				
141	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
142	Выбор продуктов, выбор инвентаря				
143	Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет.				
144	Практическое занятие. Приготовление котлет.				
145	Выбор продуктов, выбор инвентаря.				
146	Закрепление пройденного				
147	Повторение.Закрепление.				
148	<b>Раздел «Уход за вещами»</b>				

	Ручная стирка.					
149	Соблюдение последовательности при ручной стирке.Полоскание белья.					
150	Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства.	Ознакомление с ручной и машинной стиркой по картинкам. Формирование навыка аккуратного ношения одежды. Способы ухода за одеждой (чистка, стирка, глажка). Средства по уходу за одеждой. Оборудование для стирки одежды.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
151	Отмеривание необходимого количества моющего средства.					
152	Сортировка белья.					
153	Замачивание белья .Застирывание белья.					
154	Полоскание белья .Выжимание белья.					
155	Вывешивание белья на просушку. Соблюдения последовательности действий при ручной стирке.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
156	Закрепление.Последовательность действий при ручной стирке.					
157	Машинная стирка.					
158	Различение составных частей стиральной машины.					
159	Сортировка белья перед стиркой.			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
160	Закладывание и вынимание белья из машины.					
161	Установка программы и температурного режима					
162	Мытье и сушка машины					
163	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>			
164	Глажение утюгом.					
165	Практическая работа .Глажение белья.					
166	Различение составных частей утюга.					
167	Соблюдение последовательности					

	действий при глажении белья.				
168	Установка гладильной доски. Выставление температурного режима.				
169	Складывание белья и одежды				
170	Вывешивание одежды на плечики		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
171	Чистка одежды		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
172	Уход за обувью	Знакомство детей с представлением о сменной обуви, ее значение для здоровья человека.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
173	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.				
174	Закрепление пройденного.				
175	Повторение .Закрепление				
176	<b>Раздел « Уборка помещения и территории».</b> Уборка мебели.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
177	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
178	Вытирание поверхности мебели.	Формирование навыка содержания жилья в чистоте и порядке.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
179	Практическая работа. Протираем мебель.				
180	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели.				
181	Наполнение таза водой, приготовление тряпок.				
182	Добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности.				
183	Вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера.				
184	Практическая работа. Вытирание предметов интерьера.				

185	Раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.				
186	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.				
187	Практическая работа. Сметание мусора в определенное место.				
188	Заметание мусора на совок. Высыпание мусора в урну.				
189	Различение основных частей пылесоса.				
190	Подготовка пылесоса к работе.	Формирование навыка содержания жилья в чистоте и порядке.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
191	Чистка поверхности пылесосом.				
192	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.				
193	Практическая работа. Уборка пылесосом.				
194	Включение ,чистка поверхности, выключение.	Формирование навыка содержания жилья в чистоте и порядке.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
195	Отсоединение съемных деталей пылесоса				
196	Закрепление пройденного.				
197	Соблюдение последовательности действий при мытье пола				
198	Практическая работа. Техника безопасности.				
199	Наполнение емкости для мытья пола водой.				
200	Добавление моющего средства в воду.				
201	Намачивание и отжимание тряпки				
202	Мытье пола.				
203	ВЫливание использованной воды.				

204	Просушивание мокрых тряпок.				
205	Закрепление пройденного	Формирование навыка содержания жилья в чистоте и порядке.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
206	Техника безопасности при мытье зеркала.				
207	Мытье стекла(зеркала)				
208	Соблюдение последовательности действий при мытье окна				
209	Закрепление знаний о стеклянных и зеркальных поверхностях.				
210	Техника безопасности при мытье окон.				
211	Наполнение емкости для мытья водой				
212	Добавление моющего средства в воду				
213	Мытье рамы.				
214	Вытирание рамы				
215	Мытье стекла				
216	Вытирание стекла				
217	Выливание использованной воды				
218	Закрепление пройденного		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
219	Уборка бытового мусора	Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Ознакомление за уходом за уборочным инвентарем.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
220	Подметание территории				
221	Практическая работа. Уборка территории.				
222	Сгребание травы и листьев				
223	Сбор в мешки травы и листьев				
224	Уборка снега				
225	Сгребание, перебрасывание снега				
226	Практическая работа. Уборка территории.				
227	Уборочный инвентарь для снега				
228	Уход за уборочным инвентарем				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
229	Практическая работа. Уход за				

	уборочным инвентарем.				
230	Ремонт уборочного инвентаря.				
231	Закрепление темы				
232	Закрепление пройденного материала.				
233	Закрепление пройденного материала				
234	Повторение , закрепление.				
235	Повторение, закрепление.				
236	Обобщение пройденного материала	Повторение	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>		
237	Обобщение пройденного материала				
238	Итоговое занятие.				

### 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 корректировки рабочей программы**

<b>Класс</b>	<b>Название раздела, темы</b>	<b>Дата проведения по плану</b>	<b>Причина корректировки</b>	<b>Дата проведения по факту</b>

Лист согласования к документу № 92-о от 02.09.2024  
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор  
Согласование инициировано: 23.10.2024 15:34

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 23.10.2024 - 15:34	-