

Приложение к АООП ООО обучающихся
с умственной отсталостью(вариант 2)
МКОУ «СОШ №2» им. генерала армии
В.И. Исакова Приказ №51-ОД от
31.08.2023 г

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа для надомного обучения по учебному предмету «Домоводство» для ученика 7 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В., адаптированной основной образовательной программы на 2023-2024 учебный год.

Цели и задачи с учетом специфики учебного предмета

Цель предмета: подготовка обучающегося к взрослой жизни через формирование навыков самообслуживания, общения, приспособление его к жизни в обществе, воспитание у него максимально возможного уровня самостоятельности.

Задачи:

1. овладение обучающимся некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
2. развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;
3. развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
4. формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
5. формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
6. коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи.

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.

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 обучающегося четких алгоритмов выполнения действия, возможность использования различных адаптеров для бытовых приборов, дает

возможность участия в данном виде деятельности индивидуально доступным образом, что создает у обучающегося ощущение причастности к работе по дому и существенно повышает качество его жизни.

Особенностью программы является:

Программа по домоводству строится по следующим основным разделам «Покупки», «Уход за вещами», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории».

Программа построена по принципу усложнения и увеличения предлагаемого материала (распределение изучаемого материала по концентрическому принципу, позволяет постоянно возвращаться к пройденным разделам).

На всех этапах обучения на основе линейно - концентрического принципа у обучающегося:

- формируются, затем уточняются и закрепляются основные бытовые умения и навыки, обеспечивающие постепенное вхождение в социальную жизненную среду;
- формируется, закрепляется и постепенно расширяется спектр социально-бытовых умений, навыков и операций, которые необходимы в процессе жизнедеятельности в различных бытовых ситуациях;
- формируются и вводятся в предметно-бытовое и межличностное общение с учетом индивидуальных особенностей обучающегося невербальные и вербальные средства коммуникации.

Кроме того, в ходе обучения бытовому труду одновременно решаются задачи развития психомоторики, формирования положительного эмоционального отношения к окружающему; воспитания волевых качеств, желания трудиться, веры в свои силы и возможности. Формируется положительное, эмоциональное отношения к трудовой деятельности, прививается интерес к деятельности и результатам труда. Формируются такие качества личности как аккуратность, самостоятельность, доброжелательность.

При разработке учебной программы учитывались как общедидактические, так и специальные, применяемые в специальной педагогике принципы:

- принцип практической направленности обучения;
- принцип расширения социальных связей;
- принцип природосообразности и культуросообразности;
- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении.

Программа разработана с учетом типологических и индивидуальных особенностей обучающегося.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Домоводство» относится к предметной области «Окружающий мир» и входит в обязательную часть. 7 класс – 3 часа в неделю – 34 уч. недели – всего 102 часа.

Личностные и предметные результаты

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения

образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Личностные результаты

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 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 и т.д.);
- 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 навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Возможные предметные результаты:

- Знать места, где можно совершить различные покупки. Знать различные виды магазинов, совершать покупки совместно с родителями.
- Различать виды одежды и обуви. Выполнять элементарные способы ухода за одеждой и обувью.
- Уметь выполнять доступные бытовые виды работ по приготовлению пищи и сервировки стола.
- Умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне, др.
- 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.
- Представление об электроприборах (телевизор, утюг, лампа, вентилятор, обогреватель, электрический чайник).
- Представление о благоустройстве квартиры (отопление, канализация, водоснабжение, электроснабжение).
- Представление о предметах посуды, предназначенных для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож) и для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).

Содержание предмета

Раздел: 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 товара на весы, нажатие 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.

Раздел: 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. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. 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 блюд.

Раздел: 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). 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. 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/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта. Соблюдение

последовательности действий при выпекании полуфабриката: включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. 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. 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). 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. 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.

Раздел: 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. Закладывание и вынимание белья из машины. Установка программы и температурного режима. Мытьё 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.

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 мытьё 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.

Раздел: Уборка помещения и территории.

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.

Уборка территории.

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

- Обеспечение максимально возможной для данного ребёнка самостоятельности в бытовом и санитарно-гигиеническом обслуживании себя.
- Выработка положительного отношения к посильным видам труда, готовность к помощи в хозяйственно - бытовом труде в школе (семье) и умение выполнять несложные виды этого труда (уборка помещения, мытье посуды, подготовительные и несложные работы по приготовлению пищи - мытье и чистка овощей и пр.).
- Выработка твёрдых навыков выполнения ряда операций в том виде труда, которому «особый ребенок» обучался.
- Умение работать совместно с другими людьми, соблюдая принятые нормы и правила поведения.

Календарно-тематическое планирование по учебному предмету «Домоводство»

| № п/п | Тема урока | Примечание |
|-----------------------|--|----------------|
| Введение. (5ч) | | |
| 1. | Что изучает домоводство. Вводная беседа. | |
| 2. | Моя квартира. | самостоятельно |
| 3. | Один дома. Правила безопасности. | |

| | | |
|---|--|----------------|
| 4. | Один дома. Правила безопасности. | самостоятельно |
| 5. | Расположение и назначение комнат. | |
| Обращение с кухонным инвентарем (24 ч) | | |
| 6. | Кухня. | самостоятельно |
| 7. | Правила безопасности на кухне. | |
| 8. | Правила безопасности на кухне. | самостоятельно |
| 9. | Чистота-залог здоровья. Правила уборки на кухне. | |
| 10. | Моющие средства для кухни. | |
| 11. | Кухонные приборы. Ложки и вилки. | |
| 12. | Правила мытья кухонных приборов. | |
| 13. | Мытье ложек и вилок. | самостоятельно |
| 14. | Кухонная мебель. | |
| 15. | Назначение кухонной мебели. | |
| 16. | Стол и стулья. | самостоятельно |
| 17. | Мытье кухонного стола. | |
| 18. | Электробытовые приборы на кухне. | |
| 19. | Газовая и электрическая плита. | |
| 20. | Техника безопасности при работе с плитой. | |
| 21. | Правила ухода за плитой. | |
| 22. | Правила ухода за плитой. | |
| 23. | Холодильник. | самостоятельно |
| 24. | Назначение холодильника. | |
| 25. | Хранение продуктов. | самостоятельно |
| 26. | Правила ухода за холодильником. | |
| 27. | Назначение кухонного инвентаря. | |
| 28. | Назначение кухонного инвентаря. | самостоятельно |
| 29. | Викторина «Моя кухня» | |
| Покупки(19 ч) | | |
| 30. | Я иду в магазин | самостоятельно |
| 31. | Виды магазинов | |
| 32. | Продуктовый магазин. | самостоятельно |
| 33. | Отделы магазина. | |
| 34. | Отделы магазина. | |
| 35. | Выбор продуктов. | |
| 36. | Выбор прдуктов. | самостоятельно |
| 37. | Сроки годности продуктов. | |
| 38. | Сроки годности продуктов. | самостоятельно |
| 39. | Молочные продукты. | |
| 40. | Молочные продукты. | самостоятельно |
| 41. | Хлебобулочные изделия. | |
| 42. | Хлебобулочные изделия. | самостоятельно |
| 43. | Взвешивание товаров. | |
| 44. | Взвешивание товаров. | самостоятельно |
| 45. | Оплата покупки. | |
| 46. | Оплата покупки. | самостоятельно |
| 47. | Места хранения покупок. | |
| 48. | Сюжетно-ролевая игра «Покупка продуктов» | |
| Уход за вещами(18 ч) | | |
| 49. | Уход за вещами. | |

| | | |
|---|---|----------------|
| 50 | Ручная стирка. Наполнение емкости водой. | |
| 51 | Ручная стирка. Наполнение емкости водой. | самостоятельно |
| 52 | Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. | |
| 53 | Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. | самостоятельно |
| 54 | Сюжетно-ролевая игра «Я стираю свои вещи» | |
| 55 | Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины. | |
| 56 | Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины. | самостоятельно |
| 57 | Сортировка белья перед стиркой. | |
| 58 | Сортировка белья перед стиркой. | самостоятельно |
| 59 | Закладывание и вынимание белья из машины. | самостоятельно |
| 60 | Установка программы и температурного режима. | |
| 61 | Установка программы и температурного режима. | самостоятельно |
| 62 | Сюжетно-ролевая игра «Я стираю свои вещи в стиральной машине» | |
| 63 | Глажение утюгом. Различение составных частей утюга. | |
| 64 | Глажение утюгом. Различение составных частей утюга. | самостоятельно |
| 65 | Соблюдение последовательности действий при глажении белья. | |
| 66 | Глажение кухонной салфетки | |
| Уборка помещения и территории(8 ч) | | |
| 67 | Уборка помещения. | |
| 68 | Уборка помещения. | самостоятельно |
| 69 | Уборка мебели. | |
| 70 | Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. | |
| 71 | Вытирание поверхности мебели. | самостоятельно |
| 72 | Сметание мусора на полу в определенное место. Практическая работа. | |
| 73 | Мытье стекла. | |
| 74 | Мытье зеркала. | самостоятельно |
| Приготовление пищи (20 ч) | | |
| 75 | Подготовка к приготовлению блюда. Овощной салат. | самостоятельно |
| 76 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. | |
| 77 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. | самостоятельно |
| 78 | Выбор инвентаря, необходимого для приготовления салата. | |
| 79 | Обработка овощей. | самостоятельно |
| 80 | Резание овощей ножом. | |
| 81 | Резание овощей ножом. | самостоятельно |
| 82 | Экскурсия в школьную столовую. | |
| 83 | Сервировка стола. | |
| 84 | Выбор посуды и столовых приборов при сервировке стола. | |
| 85 | Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. | |
| 86 | Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. | самостоятельно |
| 87 | Сервировка стола для чая. | самостоятельно |
| 88 | Виды чая. | |
| 89 | Способы заваривания чая. | самостоятельно |

| | | |
|---|--|----------------|
| 90 | Сюжетно-ролевая игра «Ждем гостей» | |
| 91 | Холодные напитки. Морс. | самостоятельно |
| 92 | Виды морсов. | |
| 93 | Способы приготовления морсов. | |
| 94 | Правила хранения холодных напитков. | |
| Уход за вещами (4 ч) | | |
| 95 | Электробытовые приборы. Фен. | |
| 96 | Различение составных частей фена. | самостоятельно |
| 97 | Правила пользования феном. | |
| 98 | Сюжетно-ролевая игра «Я сушу волосы феном» | |
| Уборка помещения и территории (4ч) | | |
| 99 | Опрыскивание цветов. | самостоятельно |
| 100 | Значение комнатных цветов для человека. | |
| 101 | Уход за комнатными растениями | |
| 102 | Уборка территории. Уборка бытового мусора. | самостоятельно |

Учебно-методическая литература:

1. Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение детей в процессе дидактических игр: Пособие для учителя-дефектолога / Е.А. Стребелева. – М, 2008.
2. Слепович Е.С. Игровая деятельность дошкольников с задержкой психического развития. – М., 2009.
3. Шипицына Л. М. Развитие навыков общения у детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. — СПб.: СОЮЗ, 2004.
4. Выготский Л.С. Соб.соч.: в 6 т. Т.1. Вопросы теории и истории психологии/ Л.С. Выготский; под. ред. А.Р. Лурия, М.Г.Ярошевского. – М.: Педагогика, 1982
5. Галле А.Г., Кочетова Л.Л. Программа по обслуживающему труду для детей с умеренной умственной отсталостью. 6-9 классы. – М.: АРКТИ, 2009. – (Коррекционная педагогика)
6. Дефектологический словарь/под ред. А.И. Дьячкова. – М.: Педагогика, 1970.
7. Левченко И.Ю., Киселева И.А. Психологическое изучение детей с нарушениями развития. – М.: Книголюб, 2007. – 152с.
8. Кульневич С.В., Лакоценина Т.П. Современный урок. Часть I. Научно-практическое пособие для учителей, методистов, руководителей образовательных учреждений, студентов педагогических учебных заведений. –Ростов – н/Д: Изд-во «Учитель», 2005.-288 с.
9. Никуленко Т.Г. Коррекционная педагогика: Учебное пособие.- Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 381с.
10. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.Бебешина Н.Н., Свириденко В.П.
11. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе: Пособие для учителей и студентов дефектолог. ф-тов пед. ин-тов / Под ред. В.В. Воронковой – М.: Школа – Пресс, 1994. – 416 с.

12. Программы образования обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью Автор Л.Б. Баряева.-СПб.:ЦДК проф. Л.Б. Баряевой 2011г