

**Приложение к АООП
Утверждено приказом директора
ГКОУ КО «Обнинская
школа – интернат «Надежда»**

**Копия рабочей программы учебного курса
«Домоводство»
3 класс
(II вариант)
на 2024-2025 учебный год**

Составитель: Гришакова А.С.
учитель начальных классов

Рабочая программа по предмету

«ДОМОВОДСТВО»

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по домоводству для 3 класса разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 2 вариант, учебным планом ГКОУ КО Школа-интернат «Надежда».

Цель обучения: формирование представлений у учащихся об алгоритмах выполнения различной хозяйственно-бытовой деятельности, а также, максимальная индивидуализация процесса ее выполнения в зависимости от психофизических особенностей; повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Основные задачи: формирование представлений о назначении того или иного электроприбора или хозяйственного инвентаря; формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами (с учетом психофизических особенностей); освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

В соответствии с учебным планом ГКОУ КО «Школа-интернат «Надежда» общий объем учебного времени на изучение предмета «Домоводство» составляет 68 часов (2 часа в неделю), 34 учебные недели.

2. Планируемые результаты освоения предмета.

Личностные результаты

- Оценивать жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норм и ценностей: в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие.
- Объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить как хорошие или плохие.
- Самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).

- В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на уроке.
- Учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией.
- Учиться работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя иллюстрации, тексты, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно пересказывать небольшие тексты, называть их тему.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и

задания, обеспечивающие 1-ю линию развития – умение объяснять мир.

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит работа в малых группах.

Предметные результаты:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание **возможных результатов** образования данной категории обучающихся.

Знания и умения, которыми должен овладеть обучающийся:

Умение принимать посильное участие в повседневных делах дома и в школе.

- Умение выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с уборкой, уходом за вещами, участием в покупке продуктов и приготовлением пищи и др.
- Умение выполнять работу качественно, в установленный промежуток времени и оценивать полученный результат, радоваться достижениям.
- Умение взаимодействовать с окружающими людьми в соответствии с общепринятыми нормами поведения, в доступной форме оказывать

поддержку и взаимопомощь, сопереживать, сочувствовать и эмоционально реагировать на различные ситуации дома и в школе.

3. Содержание программы.

Пропедевтический уровень

Привлечение внимания учащихся к предметам быта, бытовым приборам, инструментам и способам работы с ними. Рассматривание предметов и обучение фиксации взгляда на объекте, активному восприятию, перемещению предметов в руке для рассматривания их со всех сторон.

Тонкая моторика рук. Пальчиковая гимнастика. Тренировка кистей рук: сжимание, разжимание, встряхивание, помахивание кистями с постепенным увеличением амплитуды движений в суставах и совершенствованием межанализаторного взаимодействия (зрительного, слухового, тактильного анализаторов) совместно с педагогом и/или самостоятельно. Формирование кинестетической основы движений пальцев рук в процессе выполнения последовательно организованных движений и конструктивного праксиса (игры с вкладышами, пирамидками, кубиками, матрёшками, настольным конструктором, шнуровками, кольцами/шарами/предметами для насаживания на штырь-основу и пр.). Развитие произвольных движений рук, ног, головы, глаз, пальцев и кистей рук сначала в рамках сопряженных действий со взрослым, затем по подражанию или по словесной инструкции (отдельные, попеременные, последовательные движения, серии движений). Для детей с тяжелыми нарушениями ОДА, обучение удержанию в руках индивидуально подобранных инструментов (ножи, ножницы) и совершение с ними соответствующих действий. Произвольная регуляция моторики рук с помощью статических и динамических упражнений для кистей и пальцев рук (для детей с ДЦП – выполнение возможных упражнений совместно со взрослым, позитивное принятие ребенком совершаемых действий). Индивидуально – развитие произвольной регуляции силы мышечного тонуса рук («сильное», «среднее», «слабое» сжимание). Регуляция направления приложения силы. Умение узнавать предметы на основе зрительного

восприятия (принцип «найди такой же»). Развитие праксиса позы кистей рук (выполнение различных упражнений – жестово-образных игр: «Коза», «Улитка» и т.п.). Выработка динамической координации движений. Формирование навыка удержания двигательной программы при выполнении последовательно организованных движений при различной степени поддержки со стороны взрослого.

Развитие навыков крупной (общей) моторики. Праксис позы. Удержание равновесия, контроль за положением головы (сохранение эргономичной позы во время выполнения практических действий). Развитие двигательной подражательности. Переключение с одного вида деятельности на другой. Выработка динамической координации движений: удержание предмета, перемещение из руки в руку, с места на место, дотягивания на различные расстояния; ходьба (перемещение доступным способом) с предметами, сохранение равновесия и целостности переносимого предмета. Выполнение изолированных, попеременных и последовательных двигательных действий. Регуляция направления движения, приложения силы, амплитуды, интенсивности движения. Развитие двигательных стереотипов.

Упражнения с бытовыми предметами, профессиональными инструментами. Навыки практического взаимодействия с хозяйственными и бытовыми предметами, инструментами. Для детей с нарушениями ОДА – умение пользоваться адаптерами для бытовых электрических приборов, умение удерживать в руках и использовать по назначению индивидуально подобранные инструменты. Соотнесение предметов с их функциональным назначением. Сортировка предметов по функциональному признаку. Изолированные операции с бытовыми предметами и инструментами с учетом их функционального назначения (открывание и закрывание банок, коробок; защипывание прищепок; переливание воды из одного сосуда в другой: из чайника в чашку, из чашки в чашку и т.д.; пересыпание с помощью ложек, мерных стаканчиков; выжимание губки, тряпки; «шитье» деревянными и пластмассовыми иглками). Жестово-образные игры и игровые операции,

отражающие функциональное назначение предметов в различных социально-бытовых ситуациях.

Формирование предпосылок к способности самостоятельно готовить пищу: знание названий посуды для приема и приготовления пищи (по картинкам, пиктограммам, и по реальным объектам); различение съедобных и несъедобных объектов; различение фруктов и овощей; различение хлебобулочных и кондитерских изделий; различение жидкостей (вода, соки, кофе и т.п.) по вкусу и внешнему виду; различение круп, муки, зерновых продуктов по внешнему виду.

Продуктивная деятельность в процессе занятия домоводством.

Формирование умений ориентироваться на подсказки для выполнения операций в ходе занятий домоводством в виде графических символов, мануальных знаков, пиктограмм, картинок, фотографий, устного сопровождения. Формирование умения принимать помощь взрослого и/или одноклассников в процессе выполнения различных операций при работе по дому. Формирование умения выражать свое отношение к результатам собственной и чужой деятельности.

Базовый уровень

Приготовление пищи. Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда, кухонные принадлежности, бытовая техника). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков еды с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Замачивание посуды. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды. Протирание посуды губкой. Знакомство с назначением бытовой техники. Различение предметов посуды для сервировки стола. Правила поведения за столом.

Продукты питания, готовые к употреблению и требующие обработки (узнавание и различение) (теория)

Узнавание (различение) овощей и фруктов, как по картинкам, так и по реальным объектам. Узнавание (различение) напитков (вода, чай, сок, какао,

лимонад, компот, квас, кофе). Узнавание напитка по упаковке. Узнавание (различение) молочных продуктов (молоко, йогурт, творог, сметана, кефир, масло, мороженое). Узнавание упаковок с молочным продуктом. Знание (соблюдение) правил хранения молочных продуктов. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов. Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (крабовые палочки, консервы, рыба (копченая, соленая, вяленая) и требующих обработки (приготовления) (мясо (филе рыбы, краб, креветка), рыбная котлета, рыбный фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов. Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов. Узнавание (различение) муки и мучных изделий, готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари) и требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны, вермишель, рожки). Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий. Знание (соблюдение) правил хранения мучных изделий. Узнавание (различение) круп и бобовых, готовых к употреблению (консервированная фасоль, кукуруза, горошек, свежий горох) и требующих обработки (приготовления) (греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые). Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых. Знание (соблюдение) правил хранения круп и бобовых. Узнавание (различение) кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад). Знание (соблюдение) правил хранения кондитерских изделий.

Способы хранения продуктов питания и напитков.

Уборка помещения.

Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Инструменты, необходимые для уборки помещения. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхности

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 определённое место. Заметание мусора на савок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Уборка бытового мусора.

Бытовые приборы для уборки помещений. Техника безопасности при пользовании электробытовыми приборами. 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. **Мытье пола.** 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.

Уборка территории. Инструменты, необходимые для уборки территории. Уборка бытового мусора на крыльце, во дворе. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка травы и листьев. Уборка мелкого мусора, камней с территории. **Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем, правила его хранения.**

Уход за вещами.

1. Уход за обувью.

Различение уличной и домашней обуви. Правила ухода за обувью. Уход за уличной обувью: мытье грязной обуви, вытирание ее тряпкой; сушка обуви; различение щетки для обуви, крема для обуви; выполнение действий по чистке

обуви. 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.

2. Уход за одеждой.

Складывание одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Складывание белья в шкаф. Виды верхней одежды и головных уборов. Правила ухода за одеждой.

Чистка верхней одежды при помощи щетки. Различение одежды для помещения и верхней одежды для улицы. Применение щетки для чистки верхней одежды от грязи и пыли.

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.

Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Техника безопасности при использовании утюга. 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».

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

Формирование представлений о том, откуда берутся в быту различные вещи и продукты. Раскладывание продуктов в места хранения. Введение понятия денег, как необходимого атрибута процесса покупки того или иного предмета (продукта питания, одежды, инструмента).

Материально-техническое оснащение учебного предмета

«Домоводство»

1) Дидактический материал (изображения, картинки, фото, пиктограммы):

- предметы посуды;
- кухонная мебель;
- приспособления для чистки одежды и обуви;
- продукты питания;
- уборочный инвентарь;
- бытовая техника;
- альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы;
- изображения алгоритмов стирки белья, глажения белья и др.;
- дидактическая кукла с набором одежды и обуви;
- кукольная мебель и посуда.

2) Оборудование:

- кухонная посуда (набор детской игровой посуды);
- различные адаптеры для бытовой техники и инструментов (кнопки большого размера, регулирующие включение/выключение бытовых приборов);
- специально подобранные орудия труда для детей с нарушениями ОДА;
- инвентарь для уборки помещения;
- предметы для украшения интерьера (ваза, подсвечник, скатерть, салфетки и др.);

- тазики;
- гладильная доска;
- бытовая техника (утюг, пылесос);
- уборочный инвентарь (лопаты, грабли, метлы, веники, совки).

Календарно-тематическое планирование
по предмету «Домоводство» в 3 классе

Тема урока
1. Культурно - гигиенические навыки.
2. "Кукла Таня простудилась".
3. Доброе утро, расческа.
4. "Умывание каждый день".
5. Помогаем маме.

6.Мытье парт по алгоритму.
7.Чистим одежду.
8.Чистим обувь.
9.Опрятный внешний вид.
10."К нам пришла замарашка".
11.Ушки чистые.
12.Лесные звери.
13.В гостях у Варвары красы - длинной косы.
14.Вместе с куклой на прогулку.
15.Одежда для прогулки.
16.Рукавички.
17.Чистим одежду и обувь.
18.Как мы кормим Хрюшу и Степашку.(серверовка)
19.Угостим куклу.
20.Федорино горе.(уборка столовой посуды)
21.Чистый пол.
22.Пол блестит и сверкает.
23.Чистая одежда.
24.Уход за комнатными растениями.
25.Как мы кормим зайку и мишутку.
26.Пыльные полки.
27.А ребята не поросята. (пользование салфетками)
28.Помогаем маме.
29.Ждем гостей.
30.Маленькие помощники.
31.Цветы на окне.
32.Праздничный стол.
33.Послушные ребята.
34.Веник. Савок. Назначение.
35.Последовательность действий при подметании пола.
36.Сметание мусора на полу в определённое место.
37.Заметание мусора на савок. Высыпание мусора в урну. Уборка инвентаря.
38.Обобщение по темам раздела «Уборка помещения»
39.Обувь. Виды обуви.
40.Протираание обуви.
41.Мытьё обуви. Последовательность действий при мытье обуви.
42.Просушивание обуви.
43.Чистка обуви. Предметы для чистки обуви (щетка, крем).
44.Последовательность действий при чистке обуви. Чистка обуви щеткой.
45.Обобщение по пройденным темам раздела «Уход за вещами»
46.Продукты питания.
47.Овощи.
48.Фрукты.
49.Крупы.
50.Молочные продукты.
51.Мясные продукты.
52.Мучные изделия.
53.Кондитерские изделия.
54.Обобщение по пройденным темам раздела «Приготовление пищи»
55.Магазин. Виды магазинов.

56.Продуктовый магазин.
57.Промтоварный магазин.
58.Супермаркет. Отделы. Касса.
59.Планирование покупок (продуктов).
60.Планирование покупок (промышленных товаров)
61.Выбор места совершения покупок.
62.Экскурсия в магазин. Отделы. Товары. Касса. Обобщение по пройденным темам раздела «Покупки».
63.Территория, чистота вокруг школы.
64.Инструменты, необходимые для уборки территории.
65.Правила обращения с инвентарем для уборки территории.
66.Труд на площадке.
67.Уборка бытового мусора на дворовой территории. Необходимый инвентарь.
68.Уборка мелкого мусора, камней с территории. Необходимый инвентарь.
69.Подметание территории. Необходимый инвентарь.
70.Обобщение по пройденным темам раздела «Уборка территории»