

МКОУ "СОШ №25 г. Нижнеудинск "

Приложение №2
АООП НОО 2 вариант

Рассмотрено
на педагогическом совете.
Протокол № от 30.08.2024 года.

Утверждено
приказом директора
от 30.08.2024 года №104 -од

Рабочая программа
«Домоводство»

4 класс

Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)

Обучение на дому

Всего часов в год – 68
Всего часов в неделю - 2

Составитель программы:
Вотякова И.В..
Педстаж: 7 лет
Квалификационная категория: -

Нижнеудинск, 2024 год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) МКОУ «СОШ № 25 г.Нижнеудинск»

- С учётом санитарно-эпидемиологической обстановки рабочая программа может быть реализована в дистанционном формате.

Обучение детей данной категории 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), тяжёлыми и множественными нарушениями развития в большинстве случаев затруднено самостоятельное выполнение даже простых бытовых заданий. Однако, формирование у обучающихся четких алгоритмов выполнения действия, возможность использования различных адаптеров для бытовых приборов, дает возможность участия в данном виде деятельности индивидуально доступным образом, что создает у обучающихся ощущения причастности к работе по дому и существенно повышает качество их жизни.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание и тематика программы учебного предмета «Домоводство» разработано на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Пропедевтический уровень

Привлечение внимания учащихся к предметам быта, бытовым приборам, инструментам и способам работы с ними. Рассмотрение 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 практика (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» сжатие). 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. Практик 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

Раздел: "Покупки"

Формирование представлений о том, откуда берутся в быту различные вещи и продукты (создание игровых ситуаций и дидактические игры). Введение понятия денег, как необходимого атрибута процесса покупки того

или иного предмета (продукта питания, одежды, инструмента). Планирование покупок. Выбор места совершения покупок (продовольственные и протоварные магазины). Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Раскладывание продуктов в места хранения.

Раздел: "Обращение с кухонным инвентарем"

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, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, разделочная доска, дуршлаг, половник, лопаточка и др.). Различение чистой и грязной 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 (электрический чайник, холодильник и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Хранение посуды и бытовых приборов. Сервировка стола. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расстановка посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление блюд.

Раздел: "Приготовление пищи"

Продукты питания. 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 о правилах хранения молочных продуктов. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) сосиска, сарделька, котлета). Знание о правилах хранения мясных продуктов. Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (крабовые палочки, консервы, рыба). Знание о правилах 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). Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий. Знание о правилах хранения мучных изделий. Узнавание (различение) круп и бобовых, готовых к употреблению (консервированная фасоль, кукуруза, горошек) и требующих обработки (приготовления) (греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые). Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых. Знание о правилах хранения круп и бобовых. Узнавание (различение) кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад). Знание о правилах хранения кондитерских изделий. Подготовка к приготовлению блюда. Формирование представлений о приготовлении пищи (создание игровых ситуаций и дидактические игры). Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Знание последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, выключение электрической плиты, вынимание продукта. Знание последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, перемешивание/переворачивание продукта, выключение электрической

плиты, снятие продукта. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Знание последовательности действий при приготовлении бутерброда: выбор продуктов (хлеб, колбаса и др.), выбор кухонного инвентаря, сборка бутерброда.

Раздел: "Уход за вещами"

1. Уход за обувью.

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

2. Уход за одеждой.

Формирование представлений об уходе за вещами на основе создания игровых ситуаций и дидактических игр. 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. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого 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). Сортировка белья перед стиркой (например): белое и цветное белье, постельное и кухонное белье. Закладывание и вынимание белья из машины. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики».

Раздел: "Уборка помещений и территории"

Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий

при мытье поверхностей мебели: приготовление тряпок, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды. Уборка пола. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. Последовательности действий при уборке пылесосом: подготовка пылесоса к работе, включение, чистка поверхности, выключение. 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. Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев.

Планируемые результаты.

Освоение АООП ОО обеспечивает достижение учащимися с умственной отсталостью двух видов результатов: личностных и предметных результатов.

Ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования – введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру, овладение ими социокультурным опытом. Личностные результаты освоения АООП общего образования включают индивидуально личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Предметные результаты освоения АООП общего образования включают освоенные учащимися знания и умения, специфичные для каждой образовательной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий

класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Личностные результаты:

- развитие любознательности при выполнении заданий проблемного и эвристического характера;
- развитие внимания, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности;
- воспитание ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками;
- развитие наглядно-образного мышления, развитие творческих способностей.

Предметные результаты:

- получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества, о мире профессий;
- приобретение навыков самообслуживания, овладение технологическими приемами ручной обработки материалов, усвоение правил техники безопасности;
- использование приобретённых знаний и умений для творческого решения простейших бытовых задач.

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

- Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех учащихся.
- Минимальный уровень является обязательным для всех учащихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по отдельным предметам не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	Виды деятельности	Оборудование	Словарь
Повторение						
1	Правила поведения на уроке и на перемене.	1		Уметь содержать в порядке свои вещи и рабочее место, школьные принадлежности		
2	Обязанности дежурного по классу	1		Уметь производить сухую и влажную уборку		
Покупки						
3	Планирование покупок	1		Составление списка		Список
4	Выбор места совершения покупок	1		Отличие продуктовых магазинов от хозяйственных	Картинки	Продуктовый, хозяйственный
5	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы	1		Нахождение и узнавание на картинках, фотографиях, плакатах.		Отдел
Уборка территории						
6	Уборка бытового мусора	1		Практикум по уборке территории	Ведро для мусора	
7	Уборка мусора	1				
8	Подметание	1			Метла,	метла

	территории				грабли, мешки для мусора	
9	Сгребание травы и листьев	1				грабли
10	Сгребание листьев и травы	1				
Обращение с кухонным инвентарем						
11	Знакомство с кухней	1		Экскурсия		
12	Кухонная мебель	1		Нахождение и узнавание на картинках, фотографиях, плакатах.		
13	Плита. Техника безопасности	1				
14	Холодильник	1				
15	Посуда	1			Натураль ные объекты, предметн ые картинки , презента ция.	
16	Кухонные принадлежности	1				
17	Бытовая техника	1				
18	Различение кухонного инвентаря по его назначению	1				
19	Различение чистой и грязной посуды	1				
Уборка помещения						
20	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора	1		Практикум		

21	Уборка остатков еды и мусора с поверхности стола	1				
22	Вытирание поверхности мебели	1				
Приготовление пищи						
23	Продукты питания	1			Презентация	
24	Овощи и фрукты	1		Узнавание (различение) овощей и фруктов		
25	Напитки	1		Узнавание (различение) напитков по упаковке		Вода, чай, сок, какао, лимонад, компот, квас, кофе
26	Различение напитков	1				
Уход за вещами						
27	Складывание одежды	1		Практикум	Различная одежда	
28	Одежда. Складывание	1				
29	Одежда. Вывешивание на «плечики»	1			Одежда, вешалка-«плечики»	
30	Вывешивание одежды на «плечики»	1				«плечики»
31	Чистка обуви	1			Обувная щетка	
32	Обувь. Чистка	1				
33	Просушивание обуви	1				

Обращение с кухонным инвентарем						
34	Правила поведения за столом	1				
35	Очищение остатков еды с посуды	1		Уметь очищать остатки еды с посуды		
36	Очищение с посуды остатков еды	1				
37	Замачивание посуды	1		Уметь замачивать посуду	Таз, посуда, моющее средство	
38	Посуда. Замачивание	1				
39	Протирание посуды губкой	1		Уметь протирать посуду губкой	Губка для посуды	
40	Посуда. Протирание губкой	1				
Уборка помещения						
41	Вытирание поверхности мебели	1		Уметь протирать поверхность мебели		
42	Мытье поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий	1				
43	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхности мебели	1				Тряпка, емкость с водой

Приготовление пищи						
44	Молочные продукты	1		Узнавание (различение) молочных продуктов, правила хранения		молоко, йогурт, творог, сметана, кефир, масло, мороженое
45	Различение молочных продуктов	1				
46	Мучные изделия, готовые к употреблению	1		Узнавание (различение) мучных изделий		хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари
47	Мучные изделия - полуфабрикаты	1			Макаронные изделия	Тесто, рожки, вермишель и т.д.
48	Кондитерские изделия	1		Узнавание (различение) кондитерских изделий		торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад
Уход за вещами						
49	Ручная стирка: наполнение ёмкости водой	1		Уметь наполнять ёмкость водой и добавить нужное моющее средство	Таз	
50	Виды моющих средств	1		Умение различать и пользоваться моющими средствами		Стиральный порошок, хоз.мыло
51	Выбор моющего средства	1			Стиральный порошок, хозяйственное мыло	
52	Отмеривание необходимого количества моющего средства	1				
53	Замачивание белья	1				Замачивание
54	Застирывание белья	1		Умение застирывать		Застирывание

55	Белье. Застирывание	1		белье		
56	Полоскание белья	1				Полоскание
57	Белье. Полоскание	1				
58	Выжимание белья	1		Умение выжимать бельё		Выжимание
59	Белье. Выжимание	1				
Обращение с кухонным инвентарем						
60	Замачивание посуды	1		Самостоятельно приступать к мойке посуды.	Таз для посуды, Губка, Предмет ы посуды	
61	Посуда. Замачивание	1				
62	Протирание посуды губкой	1				Губка
63	Посуда. Протирание губкой	1				
Уборка помещений						
64	Инструменты, необходимые для уборки помещения	1			Веник, совок, ведро для мусора	Веник, совок
65	Сметание мусора на полу в определённое место	1		Самостоятельно сметать мусор на полу.		
66	Заметание мусора на совок	1				
67	Мусор. Заметание на	1				

	СОВОК					
Покупки						
68	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы	1		Знать правила общения в магазине		Отдел, касса
69	Нахождение нужного товара в магазине	1		Денежные купюры различного достоинства		
70	Раскладывание продуктов в места хранения	1				
Обращение с кухонным инвентарем						
71	Кухонные принадлежности	1		Узнавание (различение) кухонных принадлежностей		Терка, разделочная доска, дуршлаг, половник, лопаточка и др.
72	Различение кухонных принадлежностей	1				
73	Кухонные принадлежности . Узнавание	1				
74	Бытовые приборы	1		Различение бытовых приборов по назначению		электрический чайник, печь микроволновая
75	Техника безопасности при пользовании электробытовыми приборами.	1				
Приготовление пищи						
76	Посуда для приготовления	1				

	пищи					
77	Мясные продукты, готовые к употреблению и требующие обработки. Способы хранения	1		Различать мясные продукты		колбаса, ветчина, сосиска, сарделька, котлета
78	Рыбные продукты, готовые к употреблению. Правила хранения	1				крабовые палочки, консервы, рыба
79	Крупы и бобовые	1		Узнавание (различение) круп		греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые
80	Способы обработки, правила хранения круп и бобовых	1				
Уход за вещами						
81	Виды верхней одежды	1		Различение верхней одежды		Пальто, плащ, куртка, шуба
82	Чистка верхней одежды	1		Уметь чистить верхнюю одежду	Щетка, пальто	Щетка
83	Верхняя одежда. Чистка	1				
84	Виды головных уборов	1		Различение головных уборов	Шапка, берет, панамы, косынка, платок, чепчик	
85	Различение головных уборов	1				
Уборка территории						
86	Подметание	1			Метла	

	территории					
87	Сгребание травы и листьев	1			Грабли Мешки	
88	Уборка травы и листьев	1			для мусора	
Обращение с кухонным инвентарем						
89	Различение предметов посуды для сервировки стола	1				тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож
90	Предметы посуды для сервировки стола	1				
91	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола	1		Практикум	Набор посуды	
92	Столовые приборы и посуда при сервировке стола	1				
93	Посуда и столовые приборы при сервировке стола	1				
Уход за вещами						
94	Виды обуви	1		Иметь представление о видах обуви		
95	Различение	1				

	видов обуви					
96	Правила ухода за обувью	1		Уметь сушить и чистить обувь		
97	Обувь. Правила ухода	1				
98	Последовательность действий при чистке обуви	1				
99	Чистка обуви	1				
Уборка помещения						
100	Пылесос	1		Уметь пользоваться пылесосом		
101	Чистка поверхности пылесосом	1				
102	Пылесос. Чистка поверхности	1				
	Итого	102				

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

Оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки и др.), таймер, предметы для украшения интерьера (ваза, скатерть и др.), тазики, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, блендер, комбайн, утюг, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер, микроволновая печь, тостер), ковровиновая, грифельная и магнитная доски, уборочный инвентарь (тряпки, лопатки, грабли), лейки и др.

Интернет – ресурсы:

1. Инфоурок. <https://infourok.ru/>
2. Учи.ру <https://uchi.ru/>
3. Интерактивное учебное пособие по ФГОС (диски)
4. Мерсибо <https://mersibo.ru/>
5. Российская электронная школа РЭШ <https://resh.edu.ru>
6. Мультиурок <https://multiurok.ru>