

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Александровская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ  
«Александровская СОШ»  
\_\_\_\_\_  
Е.В.Нарутдинова  
«02» сентября 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:  
с заместитель директора по  
УВР  
\_\_\_\_\_ О.А.Лысенко

РАССМОТРЕНО:  
на заседании ШМО  
Протокол № 1 от  
30.08.2024 г  
Председатель  
ШМО \_\_\_\_\_

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по домоводству

Класс: 9б (обучение по АООП ООО обучающихся с умеренной умственной отсталостью)

Учитель: Шипнягова Татьяна Васильевна, учитель технологии, первая квалификационная категория.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Домоводство» составлена в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умеренной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе АООП (2вариант).

В соответствии с учебным планом школы на изучение курса «Домоводство» в 8б классе выделяется 99 часов (по 3 часа в неделю).

Цель программы: повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Задачи программы:

- Формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами.
- Освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок
- Владение приемами уборки помещения и территории, уходу за вещами.
- Познакомить обучающихся с семейными законами и обязанностями.
- Научить школьников правилам ведения семейного хозяйства и практическим умениям связанным с самообслуживанием членов семьи и др.
- Закреплять правила этического поведения и этикета.
- Формировать и совершенствовать у обучающихся навыки ориентировки в окружающем, самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий служб быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи;
- Способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Минимальный уровень

Учащиеся могут знать и усвоить следующие представления:

Учащиеся могут уметь:

- Названия и назначение хозяйственного инвентаря для работы на участке;
- Название и назначение рабочей одежды (спецодежда);
- Дифференцировать и выбирать инвентарь в зависимости от работы по сезонам (в разное время года осенью, весной, зимой и летом);
- Различать рабочую одежду в зависимости от сезона;
- Порядок хранения инвентаря;
- Правила безопасного использования инвентаря;
- Виды жилых помещений;
- Значение чистой одежды для здоровья человека;
- Способы чистки одежды одежной щёткой (влажная, сухая);
- Варианты размещения одежды: на плечиках в шкафу, на полке в шкафу, на спинке стула;
- Назначение инвентаря и приспособлений, которые используются для ручной стирки;
- Назначение хозяйственного мыла и стиральных порошков;
- Последовательность выполнения ручной стирки;
- Значение сменной обуви в школе и дома;
- О размещении обуви в отведённом для её хранения месте;
- Особенности сушки мокрой обуви;
- Виды посуды по назначению: чайная;
- Названия и назначения предметов чайной посуды;
- Последовательность мытья посуды;
- Правила техники безопасности при мытье посуды;
- Правила техники безопасности при эксплуатации электрочайника и использовании кипятка;
- Правила сервировки стола к чаю;
- Правила заваривания чая;
- Строение растения: корень, стебель, листья;
- Условия, необходимые для жизни и роста растений (свет, вода, температура воздуха);
- Посуду для комнатных растений и инвентарь для ухода за ними: горшок, поддон, лейка, опрыскиватель;
- Правила полива и опрыскивания комнатных растений, удаление пыли с листьев растений;
- Правила рациональной последовательности уборки помещений;
- Названия и назначения предметов инвентаря для уборки помещений;
- Правила хранения инвентаря и приспособлений; • Технологически правильно держать инструменты во время работы и следить за своей осанкой;
- Подметать дорожки, сметать мусор в кучу и заметать в савок;
- Чистить одежду сухой и влажной одежной щёткой;
- Размещать свою одежду в шкафу: на плечиках, на полке и на стуле;
- Применять по назначению инвентарь и приспособления для ручной стирки (таз, прищепки, напольную сушку);
- Выбирать мыло или порошок для стирки;
- Стирать изделия вручную;
- Выбирать обувь в зависимости от её функционального назначения (уличная, домашняя, праздничная, сменная для школы);
- Подготовить обувь к сушке;
- Набивать обувь газетной бумагой;

- Соблюдать правила безопасной работы во время приготовления пищи;
- Включать и выключать электрочайник;
- Сервировать стол к чаю;
- Заваривать чай разными способами;
- Убирать со стола после еды;
- Мыть посуду;
- Определять декоративно – листовые и декоративно – цветущие растения;
- Использовать по назначению инвентарь по уходу за растениями;
- Технологически правильно поливать и опрыскивать растения, удалять с листьев пыль;
- Соблюдать требования к рабочей одежде;
- Подбирать и использовать по назначению инвентарь и приспособления для уборки

класса;

- Технологически правильно подметать пол (щёткой, веником);
- Осуществлять уход за инвентарём, правильно хранить его;

### **Достаточный уровень**

Учащиеся могут знать и усвоить следующие представления:

Учащиеся могут уметь:

- Названия и назначение хозяйственного инвентаря для работы на участке;
- Название и назначение рабочей одежды (спецодежда);
- Дифференцировать и выбирать инвентарь в зависимости от работы по сезонам (в разное время года осенью, весной, зимой и летом);

- Виды жилых помещений;
- Значение чистой одежды для здоровья человека;
- Варианты размещения одежды: на плечиках в шкафу, на полке в шкафу, на спинке стула;

- Назначение инвентаря и приспособлений, которые используются для ручной стирки;
- Назначение хозяйственного мыла и стиральных порошков;
- Последовательность выполнения ручной стирки;
- Значение сменной обуви в школе и дома;
- Особенности сушки мокрой обуви;
- Виды посуды по назначению: чайная;
- Названия и назначения предметов чайной посуды;
- Последовательность мытья посуды;
- Правила техники безопасности при эксплуатации электрочайника и использовании

кипятка;

- Правила сервировки стола к чаю;
- Правила заваривания чая;
- Строение растения: корень, стебель, листья;
- Условия, необходимые для жизни и роста растений (свет, вода, температура воздуха);
- Посуду для комнатных растений и инвентарь для ухода за ними: горшок, поддон,

лейка, опрыскиватель;

- Правила полива и опрыскивания комнатных растений, удаление пыли с листьев растений;

- Правила рациональной последовательности уборки помещений;
- Названия и назначения предметов инвентаря для уборки помещений;
- Правила хранения инвентаря и приспособлений; • Технологически правильно

держат инструменты во время работы и следить за своей осанкой;

- Подметать дорожки, сметать мусор в кучу и заметать в савок;
- Чистить одежду сухой одежной щёткой;
- Размещать свою одежду в шкафу: на плечиках, на полке и на стуле;
- Применять по назначению инвентарь и приспособления для ручной стирки (таз, прищепки, напольную сушку);

- Выбирать мыло или порошок для стирки;
- Стирать изделия вручную;
- Выбирать обувь в зависимости от её функционального назначения (уличная, домашняя, праздничная, сменная для школы);
  - Подготовить обувь к сушке;
  - Набивать обувь газетной бумагой;
  - Соблюдать правила безопасной работы во время приготовления пищи;
  - Включать и выключать электрочайник;
  - Сервировать стол к чаю;
  - Заваривать чай разными способами;
  - Убирать со стола после еды;
  - Мыть посуду;
  - Использовать по назначению инвентарь по уходу за растениями;
  - Технологически правильно поливать и опрыскивать растения, удалять с листьев пыль;
  - Соблюдать требования к рабочей одежде;
  - Подбирать и использовать по назначению инвентарь и приспособления для уборки класса;
- Технологически правильно подметать пол (щёткой, веником);
- Осуществлять уход за инвентарём, правильно хранить его.

### **3.СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

#### **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 промтоварные магазины). Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Раскладывание продуктов в места хранения.

#### **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.

#### **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, набиравание 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.

### **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».

### **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 воды, просушивание мокрых тряпок. Уборка территории. Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев.

№ п/п	Темы	Основное содержание	Количество часов	Кол-во к.р и т.д.
<b>8 класс</b>				
1	<b>Покупки</b>	Продукты питания. Их классификация. Денежные единицы, их виды. Виды магазинов. Отделы магазина. Раскладывание продуктов в места хранения.	8	
2	<b>Обращение с кухонным инвентарем</b>	Различение предметов посуды для приготовления пищи. Узнавание (различение) кухонных принадлежностей. Различение чистой и грязной посуды. Удаление остатков пищи с посуды. Мытьё посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	6	
3	<b>Приготовление пищи</b>	Продукты питания. Виды продуктов. Овощи и фрукты. Напитки. Молочные продукты. Мясные продукты. Рыбные продукты. Изделия из муки. Макароны изделия. Крупы. Кондитерские изделия. Виды изделий. Подготовка к приготовлению блюда. Приготовление блюд.	46	
4	<b>Уход за вещами</b>	Обувь. Уход за обувью. Одежда. Верхняя одежда. Ручная стирка одежды. Моющие и отбеливающие средства. Машинная стирка. Развешивание и сушка белья. Складывание сухого белья. Уборка его в шкаф.	21	
5	<b>Уборка помещения и территории</b>	Уборка мебели. Уборка кухонного стола после еды. Мытьё пола. Пылесос. Подготовка пылесоса к работе. Уборка бытового мусора: фантики, бумажки. Уход за клумбами. Прополка. Полив. Уход за комнатными растениями. Пересадка комнатных растений.	18	

Урок	Тема урока	Примерная дата проведения	Примечания (изменения)
<b>Покупки (8 часов)</b>			
1	Продукты питания в жизни человека. Повторение.		
2	Одежда. Классификация одежды по сезонам. Где купить нужную одежду.		
3	Значение денег в жизни человека. Российские денежные единицы.		
4	Многообразие магазинов, их значение в жизни человека. Игра в магазин		
5/6	Правила покупки товаров. Повторение		
7	Составление списка продуктов, необходимых для покупки. Товары для школы, где их приобрести		
8	Супермаркеты. Как ориентироваться в большом магазине. Соблюдение ПТБ.		
<b>Обращение с кухонным инвентарем (6 часов)</b>			
9	Посуда и её назначение. Кухонная посуда.		
10	Различение предметов посуды. Тарелки, их разнообразие и назначение		
11	Газовая плита, её назначение. ПТБ при работе с газовой плитой. Духовка		
12	Холодильник, его назначение. Правила хранения продуктов в холодильнике. Уход за холодильником		
13/14	Морозильная камера, её назначение. Раковина, её назначение, мытьё раковины. Общая уборка кухни и инвентаря.		
<b>Приготовление пищи (46 часов)</b>			
15	Продукты питания, их роль в жизни человека.		
16	Овощи и фрукты, их значение в жизни человека.		
17	Вода, её роль в жизни человека. Соблюдение питьевого режима.		
18	Молочные продукты, их виды. Кисло – молочные продукты		
19	Колбасы, разновидности колбас. Нарезка колбасы		
20	Мясо, его обработка. Блюда из мяса		
21/22	Приготовление блюд из мяса		
23	Правила хранения мясных продуктов		

24	Мясо птицы. Мясо кролика		
25	Мясные продукты, требующие обработки		
26	Изделия из муки, их разновидности. Хлебозавод		
27/28/29	Домашняя выпечка. Печенье завитушки.		
30	Макаронные изделия. Виды. Повторение		
31	Правила приготовления макаронных изделий		
32	Крупы. Повторение. Хранение круп		
33	Приготовление молочной каши.		
34	Правила обработки бобовых культур. Приготовление гороха		
35	Консервированные бобовые культуры. Приготовление салата из фасоли		
36	Правила хранения круп и бобовых		
37	Энергетическая ценность бобовых культур.		
38	Кондитерские изделия. Приготовление безе		
39	Правила хранения кондитерских изделий.		
40	Конфеты. Карамель. Приготовление конфет		
41	Подготовка к празднику. Составление меню		
42	Где найти нужный рецепт		
43	Рецепт выбранного блюда.		
44	Подбор продуктов по рецепту		
45/46/47	Выбор инвентаря для приготовления блюда		
48	Последовательность выполнения действий. Повторение.		
49	Мытьё и варка продуктов.		
50	Приготовление блюда по рецепту		
51	Приготовление макарон.		
52	Приготовление салата		
53	Приготовление рулета из лаваша		
54	Правила кипячения молока. Приготовление каши		
55/56	Обработка свёклы, моркови. Очищение, натирание. ПТБ Повторение. Салат		
57/58	Обработка картофеля. Очищение, нарезка разными способами. Жареный картофель		
59	Обработка лука. Очищение, нарезка. Повторение		
60	Правила уборки рабочего места, инвентаря. Закрепление изученного		

**Уход за вещами (21 часов)**

<b>61</b>	Обувь, её разновидности. Мужская и женская обувь.		
<b>62</b>	Детская обувь. Виды.		
<b>63</b>	Выбор обуви по сезонам и назначению.		
<b>64</b>	Уличная и домашняя обувь.		
<b>65/66</b>	Уход за обувью. Мытьё, вытирание, сушка. Повторение		
<b>67</b>	Ремонт обуви, посещение мастерской по ремонту обуви		
<b>68</b>	Одежда. Верхняя одежда. Шубы из натурального меха. Уход за ними		
<b>69</b>	Виды одежды: спортивная, домашняя, праздничная. Игра «Подбери наряд».		
<b>70</b>	Выбор одежды по сезону. Разыгрывание ситуаций		
<b>71/72</b>	Ручная стирка одежды. Последовательность выполнения. Повторение.		
<b>73</b>	Стиральные порошки и отбеливающие средства. ПТБ.		
<b>74</b>	Отбеливание, кипячение белья		
<b>85</b>	Машинная стирка. Виды стиральных машин. Повторение		
<b>76</b>	Устройство автоматической стиральной машины. Программы стирки.		
<b>77</b>	Сортировка белья перед Подбор стирального порошка. ПТБ. стиркой. Подбор стирального порошка. ПТБ.		
<b>78</b>	Закладывание и вынимание белья из машины. ПТБ. Выполнение отдельных, дополнительных операций.		
<b>79</b>	Развешивание и сушка белья. Глажение бель. Утюг		
<b>80</b>	Складывание сухого белья. Сортировка белья. Уборка его в шкаф.		
<b>81</b>	Укладывание в шкаф нижнего белья, носков.		

**Уборка помещения и территорий (18 часов)**

<b>82</b>	Разновидности мебели. Необходимость уборки.		
<b>83</b>	Полировка поверхности мебели. Последовательность. Протирание пыли		
<b>84</b>	Еженедельная уборка внутри шкафа, комода		
<b>85</b>	Влажная уборка квартиры		
<b>86</b>	Моющий пылесос. Подготовка		

	пылесоса к работе		
<b>87</b>	Съёмные части пылесоса, смена операций		
<b>88</b>	Чистка мебели пылесосом. Повторение		
<b>89</b>	Уборка пылесоса после работы, очистка мешка для мусора и пыли		
<b>90/91</b>	Мытьё пола. Мытьё руками шваброй. Последовательность действий при мытье пола		
<b>92/93</b>	Уход за клумбами. Посадка цветов, полив.		
<b>94/95</b>	Сгребание старой листвы. Трудовой десант.		
<b>96/97</b>	Уход за комнатными растениями. Составление инструкции по уходу за растениями		
<b>98</b>	Пересадка комнатных растений. Размножение		
<b>99</b>	Разновидности комнатных растений.		