

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Тульской области**  
**Муниципальное образование Чернский район**  
**МКОУ "Чернская СОШ им. Героя Советского Союза Дворникова Г.Т."**

РАССМОТРЕНО  
МЦ «ЗОЖ»

СОГЛАСОВАНО  
Зам директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы

\_\_\_\_\_  
Четвергова Т.Л.

\_\_\_\_\_  
Азарова Н.Ю.

\_\_\_\_\_  
Черемисинова Л.В.  
Приказ №132  
от 30 августа 2024 года

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Домоводство» (2 вар.)**  
для обучающихся 9 классов

Составитель:  
Черемисинова Л.В.

**р.п.Чернь, 2024**

### **Пояснительная записка.**

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

Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для формирования бытовой деятельности детей и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

Программа по домоводству включает следующие разделы: «Наше жилище», «Растения в доме», «Покупки», «Уход за вещами», «Бытовая техника в доме», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории».

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Домоводство» предусматривает:

- 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, подсвечник, скатерть и др.), стиральная машина, тапки, настенные и индивидуальные зеркала, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, блендер, комбайн, утюг, фен, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер, микроволновая печь, электровафельница), ковровая, грифельная и магнитная доски, уборочный инвентарь (тряпки, лопаты, грабли), тачки, лейки и др.

**Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство»**

**в 9 классах составлена на основе**

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под редакцией И.М. Бгажнокова.- М.:

«Просвещение», 2020г. На изучение предмета отводится 68 часов в год– 2 часа в неделю

## Содержание предмета

### 9 КЛАСС

68 ч в год, (2 ч в неделю)

#### **Жилище для нашей семьи (14 часов)**

Жилищный кодекс РФ. Минимальная жилая площадь для семьи. Семейный кодекс РФ.

Ответственность родителей за жизнь и здоровье будущих детей.

Обустройство детской комнаты. Семейный уклад с появлением новорожденного в доме, распределение обязанностей. Необходимая мебель для детской. Что нужно малышу. Детский гардероб.

Инвентарь и средства по уходу за новорожденным. Питание новорожденного.

Охрана здоровья матери и ребёнка: санитарно-гигиенические требования к содержанию жилища.

#### **Покупки (10 часов)**

Виды торговых точек. Способы приобретения товаров. Интернет магазины. Онлайн торговля. Товары по акциям и скидкам. Как избежать ажиотажа. Планирование покупок. Расчёт расхода на покупку продуктов питания. 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. Расчёт по карте или наличными. Проверка чека и сдачи. Хранение чека. Раскладывание продуктов в места хранения. Сроки годности на продуктах питания. Возврат некачественного товара. Права потребителя.

#### **Уход за вещами (16 часов)**

*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. Мытье 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. Правила глажения утюгом с паром и отпаривателем.

Зимняя одежда, использование, хранение шерстяных, меховых, кожаных вещей. Уход за зимней одеждой. Починка одежды.

### **Бытовая техника в доме (10 часов)**

Бытовая техника и электроприборы. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, плита, СВЧ, холодильник, посудомоечная и стиральная машины, телевизор и компьютер). Правила эксплуатации бытовой техники и приборов. Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором и техникой.

### **Приготовление пищи (8 часов)**

История хлеба. Хлеб в сознании человека как ценность и мерило труда. Русский хлеб, его разновидности. Хранение хлеба. Блюда из хлеба на завтрак, обед, ужин.

Замешивание и раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером). Соблюдение последовательности действий при выпекании хлебобулочных изделий: 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. 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.

### **Уборка помещения (8 часов)**

*Ремонт в доме.* Виды ремонта в доме. Косметический ремонт: подготовка помещения. Оклеивание стен обоями (правила выбора обоев, подгон рисунка, техника оклеивания). *Влажная уборка 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.

*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 (2 часа)**

Окапывание деревьев и кустарников. Обрезание сухих веток. Уборка мусора. Уход за уборочным инвентарем.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

#### **Учащиеся должны иметь представление:**

- об основных положениях (законах) о семье и жилище
- об обустройстве детской ком
- о необходимых для ребёнка мебели, инвентаря
- о видах одежды, обуви
- гигиенических правилах содержания одежды, белья, обуви
- о видах торговых точек
- о бытовой электротехнике
- о бытовых электроприборах
- о видах хлебобулочных изделий
- о меню и сервировке праздничного стола
- о видах ремонта, способах уборки после ремонта

#### **Учащиеся должны знать:**

- главные предпосылки, необходимые для создания семьи
- санитарно-гигиенические требования к содержанию жилища
- об ответственности отца и матери в воспитании детей
- правила ухода за одеждой, обувью, бельем
- правила машинной стирки и глажения одежды
- правила хранения и чистки кожаной одежды и обуви.
- виды торговых точек и способы приобретения товара
- правила эксплуатации бытовой техники и приборов, ПТБ при работе с ними

- правила приготовления хлеба, пирога
- правила составления меню и сервировки праздничного стола
- правила проведения ремонтных работ в квартире

#### **Учащиеся должны уметь:**

- снимать показатели счётчика вода и электроэнергии
- подбирать одежду и питание новорождённому
- подбирать одежду и обувь по сезону
- чистить верхнюю одежду, стирать нижнее бельё.
- планировать покупки и расплачиваться наличными или картой
- пользоваться бытовыми электроприборами
- замешивать и раскатывать тесто, выпекать в духовке хлеб, пирог
- сервировать стол к празднику
- подбирать обои, подгонять рисунок, наклеивать на стену
- проводить влажную уборку квартиры

## Тематическое планирование уроков

<i>№</i>	<i>Темы уроков</i>	<i>Кол. часов</i>
	<b><u>Жилище для нашей семьи</u></b>	<b>14</b>
1	Жилищный кодекс РФ. Минимальная жилая площадь для семьи.	1
2	Коммунальные услуги. ЖКХ.	1
3	Плата за жилое помещение. Что входит в оплату за квартиру.	1
4	Где и как можно оплатить квитанцию ЖКХ.	1
5	Снятия показаний счётчиков воды и электроэнергии.	1
6	Где и как можно оплатить за электроэнергию.	1
7	Семейный кодекс РФ. Ответственность родителей за жизнь и здоровье будущих детей.	1
8	Обустройство детской комнаты.	1
9	Необходимая мебель для детской. Где и что должно стоять.	1
10	Детский гардероб и место хранения.	1
11	Инвентарь и средства по уходу за новорожденным.	1
12	Питание новорожденного.	1
13	Охрана здоровья матери и ребёнка: санитарно-гигиенические требования к содержанию жилища.	1
14	Повторение по темам.	1
	<b><u>Покупки</u></b>	<b>10</b>
15	Виды торговых точек.	1
16	Способы приобретения товаров.	1
17	Интернет магазины. Онлайн торговля.	1
18	Планирование покупок. Расчёт расхода на покупку продуктов питания.	1
19	Последовательность действий при покупке развесного товара: складывание в пакет, выкладывание на весы, нахождение товара по номерам, наклеивание ценника.	1
20	Товары по акциям и скидкам. Как избежать ажиотажа.	1
21	Последовательность действий на кассе. Расчёт по карте или наличными.	1

22	Карты скидок. Что они дают. Проверка чека и сдачи. Хранение чека.	1
23	Сроки годности на продуктах питания. Возврат некачественного товара.	1
24	Опасности онлайн-покупок. Повторение пройденного материала.	1
	<b><u>Бытовая техника в доме</u></b>	<b>10</b>
25	Бытовая техника и электроприборы.	1
26	Назначение бытовой техники. Главные правила установки.	1
27	ПТБ при работе с бытовой техникой.	1
28	Назначение и правила эксплуатации холодильника.	
29	Назначение и правила эксплуатации посудомоечной машины.	1
30	Назначение и правила эксплуатации электроплиты.	1
31	Назначение и правила эксплуатации СВЧ.	1
32	Назначение и правила эксплуатации телевизора и компьютера.	1
33	Назначение и правила эксплуатации стиральной машины.	1
34	Бытовые электроприборы.	1
	<b><u>Уход за вещами</u></b>	<b>16</b>
35	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	1
36	Сортировка белья перед стиркой в машинке	1
37	Установка программы и температурного режима.	1
38	Выбор моющих средств. ПТБ при работе с бытовой химией.	1
39	Взвешивание и закладывание белья в бак.	1
40	Для чего нужны фиксатор дверцы люка и сигнальная лампочка.	1
41	ПТБ при работе со стиральной машиной.	1
42	Окончание стирки. Уход за стиральной машиной.	1
43	Правила глажения утюгом с паром. ПТБ.	1
44	Правила работы с отпаривателем. ПТБ.	1
45	Правила хранения белья из хлопка и шёлка.	1
46	Правила хранения шерстяных вещей.	1
47	Правила хранения кожаных изделий.	1
48	Правила хранения меховой одежды.	1
49	Пришивание пуговицы к шубе. ПТБ.	1
50	Обобщающее повторение.	1

	<b><u>Приготовление пищи</u></b>	<b>8</b>
51	История хлеба. Хлеб в сознании человека как ценность и мерило труда.	1
52	Русский хлеб, его разновидности. Хранение хлеба.	1
53	Приготовление хлеба в домашних условиях. Запись рецептов.	1
54	Основные продукты для приготовления хлеба, пирога, булок. Правила перемешивания продуктов. Замешивание теста.	1
55	Выпекание в духовке. ПТБ при работе с духовкой.	1
56	Меню праздничного стола. Праздничная кулинария (3—5 рецептов)	1
57	Сервирование праздничного стола и украшения.	1
58	Обобщающее повторение.	1
	<b><u>Уборка помещений</u></b>	<b>8</b>
59	Зачем нужен ремонт в квартире или комнате. Виды ремонта.	1
60	Косметический ремонт: закупка необходимых материалов и инструментов.	1
61	Косметический ремонт: подготовка стен к оклеиванию обоями или к покраске.	1
62	Практическая работа: подгон рисунка на обоях, оклеивание стен.	1
63	Уборка помещения после ремонта. Вынос бытового мусора. Влажная уборка.	1
64	Мытьё стёкол и зеркал. ПТБ. Последовательность действий.	1
65	Мытьё пола. Протираание пыли с поверхностей.	1
66	Обобщающее повторение.	1
	<b><u>Уборка территории</u></b>	<b>2</b>
67	Окапывание деревьев и кустарников. Уход за инвентарём.	1
68	Обрезание сухих веток. Уборка мусора.	1
	<b>Всего за год</b>	<b>68</b>