

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа» с. Усть-Лыжа  
«Подув тӧдӧмлуньяс сетан общеобразовательной школа»  
муниципальной бюджетной общеобразовательной велӧданін Лыжавом сикт

РАССМОТРЕНО  
школьным методическим объединением  
учителей-предметников  
Протокол от «31»\_08\_\_2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом  
по МБОУ «ООШ»  
с. Усть-Лыжа  
от «31»\_08\_2022\_г. № 229

ПРИНЯТО  
педагогическим советом школы  
протокол от «31»\_08\_2022 г. № 1

## **АДАптированная рабочая программа**

для детей с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 2)  
по учебному предмету «Домоводство»  
для 5 «б» класса  
основного общего образования  
на 2022 – 2023 учебный год

Составитель: Хренова Н.М.,  
учитель изобразительного искусства

с. Усть-Лыжа

## Рабочая программа

по учебному предмету «Домоводство» для обучающегося Ванюта Егора

Основание: заключение ТПМПК № 44 от 15 марта 2017 года.

Планирование составлено на основе программы \_\_\_\_\_ АООП (2 вариант) \_\_\_\_\_

Учебник: \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_

Класс: \_5 «б» \_

Количество часов в авторской программе: 102 часа, 3 часа в неделю.

Количество часов по учебному плану и календарному графику МБОУ «ООШ» с. Усть-Лыжа, утверждённому на 2022-2023 учебный год, 102 часа, 3 часа в неделю.

### 1. Требования к уровню подготовки

1. Знать места, где можно совершить различные покупки, виды магазинов, совершать мелкие покупки совместно с родителями;
2. Различать виды одежды, головных уборов и обуви по назначению;
3. Выполнять элементарные способы ухода за одеждой и обувью;
4. Уметь использовать в домашнем хозяйстве некоторые виды бытовой техники, соблюдая правила безопасности;
5. Соблюдать санитарно-гигиенические требования к чистоте на кухне;
6. Знать назначение посуды и предметов кухонного инвентаря;
7. Знать и уметь готовить простые блюда под контролем взрослых;
8. Знать и уметь использовать средства для мытья посуды, последовательность мытья посуды;
9. Знать и осуществлять элементарные действия по уборке помещений и территории.
10. Знать и соблюдать правила пользования лифтом, почтовым ящиком, домофоном, кодовым замком, мусоропроводом.

### 2. Содержание учебного предмета

Программа по учебному предмету «Домоводство» в пятом классе представлена разделами «Мой дом», «Уход за одеждой и обувью», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории»

**В раздел «Покупки».** Покупки. Как делать покупки. Магазин. Правила поведения в магазине. Упаковка продуктов в сумки.

**В раздел «Уход за одеждой и обувью»** Назначение одежды. Сезонная одежда. Ручная стирка белья. Инвентарь для стирки белья. Выбор моющего средства. Выбор и отмеривание необходимого количества моющего средства. Этапы стирки одежды. Машинная стирка. Составные части стиральной машины. Правила безопасного обращения со стиральной машиной. Сортировка белья перед стиркой. Закладывание белья в машину перед стиркой. Выставление необходимой температуры. Выбор программы и температуры. Включение машины. Отключение машины, вынимание и развешивание белья. Глажение

белья. Составные части утюга. Правила безопасности при работе с утюгом. Гладильная доска. Правила безопасности при использовании гладильной доски. Выбор режима глажения. Последовательность действий при глажении белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Складывание в шкаф. Чистка одежды. Инвентарь для чистки. Виды обуви. Уход за обувью. Последовательность действий при мытье обуви. Инвентарь для чистки обуви. Последовательность действий при чистке обуви.

**В раздел «Обращение с кухонным инвентарем».** Посуда и кухонный инвентарь. Посуда для сервировки стола. Посуда для приготовления пищи. Кухонные принадлежности. Назначение кухонных принадлежностей. Уход за посудой. Чистая и грязная посуда. Мытье посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье посуды. Сушка посуды. Определение места посуды на кухне. Виды бытовых кухонных приборов. Назначение приборов. Правила техники безопасности при пользовании бытовыми приборами. Уход за бытовыми приборами. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытье и хранение электробытовых приборов. Накрывание на стол. Выбор посуды и посуды при сервировке стола.

**В раздел «Приготовление пищи»** Приготовление блюда. Правила гигиены при приготовлении еды. Понятие «Рецепт блюда». Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря для приготовления блюда. Подготовка продуктов. Мытье овощей. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание кубиками, соломкой. Натирание на терке. Выбор продуктов для приготовления салата из свежих овощей. Приготовление салата. Выбор продуктов для салата из вареных овощей. Этапы предварительной обработки и варки овощей. Приготовление салата из вареных овощей.

**В раздел «Уборка помещений и территории».** Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место. Соблюдение последовательности действий при подметании пола. Уборка пола пылесосом. Основные части пылесоса. Правила безопасной работы с пылесосом. Инвентарь для уборки пришкольного участка. Уборка пришкольной территории. Подметание территории.

### 3. Тематическое планирование

№ п/п	Темы уроков	Кол-во часов
1.	Мой дом.	1
2.	Домашние дела.	1
3.	Семейные заботы	1
4.	Покупки. Как делать покупки. Магазин.	1
5.	Правила поведения в магазине.	1
6.	Упаковка продуктов в сумки.	1
7.	Посуда и кухонный инвентарь.	1
8.	Посуда для сервировки стола.	1
9.	Посуда для сервировки стола	1
10.	Посуда для приготовления пищи.	1

11.	Кухонные принадлежности.	1
12.	Назначение кухонных принадлежностей	1
13.	Уход за посудой.	1
14.	Чистая и грязная посуда.	1
15.	Чистая и грязная посуда.	1
16.	Мытье посуды.	1
17.	Соблюдение последовательности действий при мытье посуды.	1
18.	Соблюдение последовательности действий при мытье посуды.	1
19.	Сушка посуды.	1
20.	Определение места посуды на кухне.	1
21.	Определение места посуды на кухне.	1
22.	Виды бытовых кухонных приборов.	1
23.	Назначение приборов.	1
24.	Назначение приборов.	1
25.	Правила техники безопасности при пользовании бытовыми приборами.	1
26.	Правила техники безопасности при пользовании бытовыми приборами.	1
27.	Уход за бытовыми приборами.	1
28.	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.	1
29.	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.	1
30.	Мытье и хранение электробытовых приборов.	1
31.	Накрывание на стол.	1
32.	Выбор посуды при сервировке стола.	1
33.	Выбор посуды при сервировке стола.	1
34.	Приготовление блюда.	1
35.	Правила гигиены при приготовлении еды.	1
36.	Правила гигиены при приготовлении еды.	1
37.	Понятие «Рецепт блюда».	1
38.	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
39.	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда	1
40.	Выбор инвентаря для приготовления блюда.	1
41.	Подготовка продуктов.	1
42.	Мытье овощей.	1

43.	Чистка овощей. Резание ножом.	1
44.	Нарезание кубиками, соломкой.	1
45.	Натираание на терке.	1
46.	Выбор продуктов для приготовления салата из свежих овощей.	1
47.	Выбор продуктов для приготовления салата из свежих овощей.	1
48.	Приготовление салата.	1
49.	Выбор продуктов для салата из вареных овощей. Этапы предварительной обработки и варки овощей	1
50.	. Приготовление салата из вареных овощей.	1
51.	Приготовление салата из вареных овощей.	1
52.	Уход за вещами.	1
53.	Назначение одежды.	1
54.	Сезонная одежда.	1
55.	Ручная стирка белья.	1
56.	Инвентарь для стирки белья.	1
57.	Выбор моющего средства	1
58.	Выбор и отмеривание необходимого количества моющего средства.	1
59.	Этапы стирки одежды.	1
60.	Этапы стирки одежды	1
61.	Машинная стирка.	1
62.	Составные части стиральной машины.	1
63.	Правила безопасного обращения со стиральной машиной	1
64.	Сортировка белья перед стиркой.	1
65.	Закладывание белья в машину перед стиркой.	1
66.	Выставление необходимой температуры.	1
67.	Выбор программы и температуры.	1
68.	Включение машины.	1
69.	Отключение машины, вынимание и развешивание белья.	1
70.	Глажение белья.	1
71.	Составные части утюга.	1
72.	Правила безопасности при работе с утюгом.	1
73.	Гладильная доска.	1
74.	Правила безопасности при использовании гладильной доски.	1
75.	Правила безопасности при использовании гладильной доски.	1
76.	Выбор режима глажения.	1

77.	Последовательность действий при глажении белья.	1
78.	Последовательность действий при глажении белья.	1
79.	Складывание белья и одежды.	1
80.	Складывание белья и одежды.	1
81.	Вывешивание одежды на «плечики».	1
82.	Складывание в шкаф.	1
83.	Чистка одежды.	1
84.	Инвентарь для чистки	1
85.	Виды обуви.	1
86.	Уход за обувью.	1
87.	Последовательность действий при мытье обуви	1
88.	Инвентарь для чистки обуви.	1
89.	Последовательность действий при чистке обуви.	1
90.	Последовательность действий при чистке обуви.	1
91.	Уборка мебели.	1
92.	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
93.	Вытирание поверхности мебели.	1
94.	Уборка пола.	1
95.	Сметание мусора на полу в определенное место.	1
96.	Соблюдение последовательности действий при подметании пола.	1
97.	Уборка пола пылесосом.	1
98.	Основные части пылесоса.	1
99.	Правила безопасной работы с пылесосом.	1
100.	Инвентарь для уборки пришкольного участка.	1
101.	Уборка пришкольной территории.	1
102.	Подметание территории.	1

### Лист фиксирования изменений и дополнений

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа (дата, № приказа)	Подпись лица, внёсшего запись