

**Рабочая программа**  
**начального общего образования для обучающихся**  
**с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4)**

**«ДОМОВОДСТВО (САМООБСЛУЖИВАНИЕ)»**  
**(1, 1 доп.- 4 класс)**

## СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ДОМОВОДСТВО» .....	4
III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ДОМОВОДСТВО» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ .....	8
IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	11

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования для обучающихся с ОВЗ, а также Федеральной программы воспитания.

Обучение ребенка с НОДА с нарушением интеллекта ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки его 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.

Уроки домоводства создают возможности для развития познавательной деятельности и личностной сферы обучающихся, так как организация практических занятий, а также экскурсии в магазины, предприятия хозяйственного и бытового обслуживания демонстрируют образцы поведения человека в труде, учат навыкам общения. Очевидно, что ролевые, деловые игры, экскурсии и практические занятия должны включать в себя разнообразные упражнения на закрепление правил этического поведения и

этикета, способствовать развитию у воспитанников коммуникативных умений, мыслительной деятельности, обще трудовых навыков.

Учебно-воспитательные задачи на занятиях по домоводству должны решаться в конкретных видах деятельности самих обучающихся, организованных учителем на доступных и понятных для них заданиях и упражнениях.

«Домоводство» входит в предметную область «Человек». На его изучение отведено 33 (34) часа, 1 час в неделю.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ДОМОВОДСТВО»**

Содержание обучения в рамках предмета «Домоводство» включает формирование и совершенствование необходимых навыков самообслуживания, умением ухаживать за одеждой и обувью; овладение простейшими навыками приготовления пищи; сформированности умения уборки помещений и территории; повышение уровня самостоятельности в процессе самообслуживания.

Программа по домоводству включает следующие разделы: «Уход за вещами», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории», «Покупки».

*Покупки.* Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара (складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом). Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе (выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку). Раскладывание продуктов в места хранения.

*Приготовление пищи.*

Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда (тарелка, кастрюля, сковорода и др.), кухонные принадлежности (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, пресс для чеснока, открывалка и др.), бытовая техника (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн и др.). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды (очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка). Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.

Подготовка к приготовлению блюда. Соблюдение правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов (кубиками, кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на тёрке. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов (ложкой, венчиком, миксером, блендером). Соблюдение последовательности действий при варке продукта (включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, вынимание продукта). Соблюдение последовательности действий при жарке продукта (включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта). Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката (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. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и

посуды. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола (накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд).

### *Уход за вещами*

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).

Машинная стирка: различение составных частей стиральной машины. Сортировка белья перед стиркой. 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).

Глажка белья: различение составных частей утюга, знание их назначения. Соблюдение последовательности действий при глажении белья (установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске).

Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. Мытье обуви. Просушивание обуви. Чистка обуви.

### *Уборка помещения*

Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей 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).

Подметание пола: сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Выполнение последовательности действий при подметании пола (сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну).

Уборка пылесосом: 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).

Мытье стекла (окна, 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.*

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега (сгребание снега, перебрасывание снега). Уход за уборочным инвентарем.

В рамках коррекционных занятий: «Предметно-практические действия», «Коррекционно-развивающие занятия» также возможно проведение работы по формированию отдельных умений и навыков,

используемых в бытовой деятельности, с обучающимися, которые нуждаются в дополнительных индивидуальных занятиях.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ДОМОВОДСТВО» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### ***Личностные результаты:***

- Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- Развитая мотивация учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий, Развитие мыслительной деятельности;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала

### ***Предметные результаты:***

#### ***Минимальный уровень:***

- знание правил организации рабочего места; знание видов трудовых работ;
- знание названий посуды, кухонного инвентаря , правил техники безопасной работы с колющими и режущими инструментами;
- Умение принимать посильное участие в повседневных делах дома.
- Умение выполнять доступные бытовые виды работ: уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви,
- умение работать с уборочным инвентарем по показу учителя.

#### ***Достаточный уровень:***



- Умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне, др.
- знание названий и свойств материалов, используемых на уроках домоводства, правил их хранения, санитарно-гигиенических требований при работе с ними;
- знание правил рациональной организации труда, включающих упорядоченность действий и самодисциплину;
  - знание правил организации рабочего места; знание видов трудовых работ;
- знание названий посуды, кухонного инвентаря
- Соблюдение гигиенических и санитарных правил хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения.
- умение руководствоваться правилами безопасной работы режущими и колющими инструментами, соблюдать санитарно-гигиенические требования при выполнении трудовых работ;
  - умение работать с разнообразной наглядностью: составлять план работы над изделием с опорой на предметно-операционные и графические планы, распознавать простейшие технические рисунки, схемы, чертежи.
  - умение осуществлять текущий самоконтроль выполняемых практических действий и корректировку хода практической работы;
- выполнять общественные поручения по уборке мастерской после уроков трудового обучения.

***Базовые учебные действия:***

1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.
2. Формирование учебного поведения:

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.

3. Формирование учебного поведения:

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);

- умение выполнять инструкции педагога;
- использование по назначению учебных материалов;
- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

#### 4. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени,
- от начала до конца,
- с заданными качественными параметрами.

#### 3. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Тема	Кол-во часов	Цели упражнения	Материал
1	Введение. Подготовительные упр-я для развития двигательного контроля и координации движений	2	- познакомить детей с материалом Монтессори; - экскурсия в кабинет Монтессори	
2	Складывание салфетки	2	- изучить складывание - развитие концентрации внимания, памяти - подготовка руки к письму - подготовка к изучению геометрии	Квадратные салфетки с цветовой маркировкой по складкам, лежащие в одной коробке. 1 салфетка с горизонтальной маркировкой по середине салфетки, 1 салфетка с горизонтальной и вертикальной линией, 1 салфетка с одной диагональю, 1 салфетка

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие координации</li> <li>- развитие мелкой моторики</li> </ul>	с двумя диагоналями, 1 салфетка с маркировкой по центру.
3	Плетение косы	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение техник плетения</li> <li>- забота о себе</li> <li>- развитие навыков самообслуживания</li> <li>- забота об окружающей среде</li> <li>- подготовка к геометрии</li> </ul>	3 шнура красного, черного, синего цвета, держатель, коробочка, коврик.
4	Перекладывание. Одинаковые емкости	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-изучение перекладывания</li> <li>- развитие мелкой моторики</li> <li>- координация движений (координация работы рук, координация глаз-рука)</li> <li>- развитие концентрации</li> <li>- развитие длительности внимания</li> </ul>	2 одинаковые емкости (чашки, миски, пиалы), одна из которых заполнена сыпучим материалом (фасоль, горох, крупа), ложка, поднос.
4	Перекладывание. Одинаковые емкости	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-изучение перекладывания</li> <li>- развитие мелкой моторики</li> <li>- координация движений (координация работы</li> </ul>	2 одинаковые емкости (чашки, миски, пиалы), одна из которых заполнена сыпучим материалом (фасоль, горох, крупа), ложка, поднос.

			<p>рук, координация (глаз-рука)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие концентрации</li> <li>- развитие длительности внимания</li> </ul>	
5	Пересыпание зерна	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение пересыпания</li> <li>- подготовка к переливанию</li> <li>- концентрация внимания</li> <li>- координация движений</li> </ul>	2 одинаковых кувшина на подносе, правый кувшин заполнен на 2/3 зерном.
6	Переливание воды	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение переливания</li> <li>- координация движений</li> <li>- ориентировка в среде</li> </ul>	Два кувшина, поднос, губка (салфетка).
7	Рамка с пуговицами	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- научить застегивать пуговицы</li> <li>- развитие самостоятельности</li> <li>- развитие навыков самообслуживания</li> <li>- развитие концентрации и устойчивости внимания</li> <li>- развитие координации глаз – рука</li> </ul>	Рамка с двумя тканевыми половинами, соединенными между собой пуговицами и петлями.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>-развитие тонкой моторики</li> <li>- изучение алгоритма действия</li> </ul>	
8	Рамка с кнопками	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение техники застегивания кнопок</li> <li>- развитие умения дозировать мышечную силу</li> <li>- развитие самостоятельности</li> <li>- развитие навыков самообслуживания</li> <li>- развитие концентрации и устойчивости внимания</li> <li>- развитие координации глаз – рука</li> <li>-развитие тонкой моторики</li> <li>- изучение алгоритма действия</li> </ul>	Деревянная рамка с двумя тканевыми половинами, соединенными между собой кнопками.
9	Рамка с крючками и петлями	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение техники застегивания крючков и петель</li> <li>- развитие самостоятельности</li> <li>- развитие навыков самообслуживания</li> <li>- развитие концентрации и</li> </ul>	Рамка с крючками и петлями

			<p>устойчивости внимания</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие координации глаз – рука</li> <li>-развитие тонкой моторики</li> <li>- изучение алгоритма действия</li> </ul>	
10	Рамка с молнией	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение техники застегивания молнии</li> <li>- развитие самостоятельности</li> <li>- развитие навыков самообслуживания</li> <li>- развитие концентрации и устойчивости внимания</li> <li>- развитие координации глаз – рука</li> <li>-развитие тонкой моторики</li> <li>- изучение алгоритма действия</li> </ul>	Рамка с молнией
11	Мытье рук	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение мытья рук</li> <li>- привитие навыков гигиены, заботы о себе</li> <li>- развитие координации движений</li> </ul>	Тазик для воды, кувшин для воды, мыло, полотенце, передник, крем для рук, тряпка для пола, ведро, блюдце для колец и часов, щетка для ногтей с подставкой, салфетка для вытирания, щетка для тазика.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие умения выполнять сложные последовательные действия</li> <li>- развитие наблюдательности</li> <li>- развитие концентрации внимания</li> </ul>	
12	Чистка обуви	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение чистки обуви</li> <li>- развитие навыков самообслуживания</li> </ul>	3 обувные щетки, баночка с кремом, салфетки для полировки, коробка для хранения обуви, передник.
13	Вытирание пыли	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение вытирания пыли, наведение порядка</li> <li>- развитие умения выполнять сложные последовательные действия</li> <li>- развитие тонкой моторики</li> <li>- изучение алгоритма действий</li> </ul>	Салфетка для пыли светлого тона, корзинка, передник, кисточка/перья (для труднодоступных мест), стол.
13	Вытирание пыли	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение вытирания пыли, наведение порядка</li> <li>- развитие умения выполнять сложные последовательные действия</li> <li>- развитие тонкой моторики</li> <li>- изучение алгоритма действий</li> </ul>	Салфетка для пыли светлого тона, корзинка, передник, кисточка/перья (для труднодоступных мест), стол.

14	Сметание со стола	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение сметания мусора</li> <li>- развитие логической последовательности действий</li> <li>- развитие концентрации внимания</li> <li>- привитие навыков самообслуживания</li> </ul>	<p>Стол, коробка, передник, мусор, кружок-наклейка, совок, щетка.</p>
15	Мытье стола	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение мытья стола</li> <li>- изучение логической последовательности действий</li> <li>- развитие концентрации внимания</li> <li>- привитие навыков самообслуживания</li> </ul>	<p>Стол, ведро, два тазика, губка, мыло, щетка, две салфетки, тряпка для пола, передник.</p>
16	Полировка металлических поверхностей	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение полировка металла</li> <li>- развитие волевых процессов</li> <li>- развитие самостоятельности</li> <li>- развитие концентрации внимания</li> <li>- подготовка руки к письму</li> </ul>	<p>Корзинка с металлическими предметами, пластиковая салфетка или клеенка, чистящее средство, чашечка для него, передник, ватные шарики, чашка или корзинка для использованных шариков, салфетка для полировки предметов.</p>
17	Уход за срезанными цветами	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение ухода за цветами</li> </ul>	<p>Кувшин, ваз, ножницы, таз (миска), клеенка для</p>



			<ul style="list-style-type: none"> <li>- украшение среды, эстетическое воспитание ребенка</li> <li>- прививание любви к живой природе</li> </ul>	стола, бумага для отходов.
18	Упражнение тишины	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ощутить полную тишину</li> <li>- тренировка умения соизмерять свои действия и владеть собой</li> <li>- развитие восприятия слабого шума</li> </ul>	