

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принято

на педагогическом совете
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»
протокол № 1 от "29" августа 2025 г.

Введено

в действие приказом
№ 115-О от "1" сентября 2025 г.

Утверждаю:

Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Альметьевская школа-интернат для детей
с ограниченными возможностями здоровья»
Л.Р. Мартынова

Рабочая программа по предмету
ДОМОВОДСТВО (САМООБСЛУЖИВАНИЕ)

для **1** **Гин** класса
обучающихся с интеллектуальными нарушениями (вариант 2)
(надомное обучение В..... Р....)

0.5 час в неделю; **17** часа в год

Составитель: **Шаброва М.Н., учитель**



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 009B8F2ED4AABF29319CBFF737774DF79D

Владелец: Мартынова Лилия Равиловна

Действителен с 24.02.2025 до 20.05.2026

Согласовано

Зам. директора по УР И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено

На заседании ШМО, протокол №1 от «28» августа 2025 г.

Руководитель ШМО Л.Ю.Сайфутдинова

Альметьевск, 2025г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 –ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1598 (далее – ФГОС ОВЗ);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной 24.11.2022 г. приказом Минпросвещения РФ под № 1023;
- Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» (6.4);
- Учебного плана Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания Альметьевской школы-интерната;

Адаптированная рабочая программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей обучающегося (В..., Р...)

Общие сведения о ребенке: Мальчик находится на надомном обучении.

В течение урока ведет себя активно, средняя познавательная мотивация. Учебная мотивация не сформирована: занятия с учителем воспринимает, как смену обстановки, развлечение. Учителя слушает, но не выполняет инструкции учителя, не умеет выполнять действия по подражанию и образцу.

Наглядно-образное и логическое мышление слабо развито. Причинно-следственные связи не устанавливает. окружающем мире
Внимание устойчивое, повышена утомляемость.

Навыками самообслуживания не владеет. Р.. всегда выглядит опрятно, ухожено, миролюбив, неконфликтен, послушный.

Общая характеристика учебного предмета

Обучение обучающегося с нарушением интеллекта, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия обучающегося 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 обучающихся 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.

На уроках обучающиеся обучаются элементарным социально-бытовым умениям сначала с помощью учителя, а затем и с элементами самостоятельности. На всех этапах обучения у обучающихся:

- формируются, затем уточняются и закрепляются основные бытовые умения и навыки, обеспечивающие постепенное вхождение в социальную жизненную среду;
- формируются, закрепляются и постепенно расширяются спектр социально-бытовых умений, навыков, операций, которые необходимы в процессе жизнедеятельности;
- формируется и вводится в предметно-бытовое и межличностное общение с учетом индивидуальных особенностей учащихся невербальные и вербальные средства коммуникации.

Связь с рабочей программой воспитания школы

Программа воспитания школы-интерната призвана создать организационно-педагогические условия для достижения личностных образовательных результатов, указанных в ФГОС (ИН) и ФАОП (ИН).

На уроках необходимо применять такие методы и формы работы, которые помогут в реализации программы воспитания также и через урочную систему. Тем самым у ребенка с НОДА и интеллектуальными нарушениями формируются и развиваются:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
 - социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- происходит: -формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
 - овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
 - освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
 - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
 - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
 - овладение доступными средствами коммуникации и общения - вербальными и невербальными;
 - умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач;
 - глобальное чтение в доступных ребенку пределах, понимание смысла узнаваемого слова;
- развитие предпосылок к осмысленному чтению и письму, обучение чтению и письму.

Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных

межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Место учебного курса. Согласно учебному плану «Альметьевской школы-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» на 2025-2026 учебный год, на надомное обучение отводится 17 учебных часа - из расчёта 1 час в неделю. Исходя из этого, предполагается следующее распределение часов.

Планируемые результаты (личностные и предметные) освоения программы

Личностные результаты:

1. осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определённому полу;
2. социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
3. развитие адекватных представлений о социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться в школьные дела и др.;
4. понимание собственных возможностей и ограничений, умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.;
5. владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
6. формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его ограниченном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
7. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
8. формирование уважительного отношения к окружающим;
9. освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
10. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Предметные результаты:

- Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома: умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола;
- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;
- умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения;
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

Требования к уровню подготовки обучающихся по данной программе.

Учащиеся должны уметь:

- называть свои имя, фамилию, отчество;
- выполнять правила поведения в семье;

- различать одежду по назначению, подбирать одежду по сезону;
- сервировать стол к обеду;
- правильно вести себя за столом во время приема пищи;
- различать и называть мебель и её расположение в комнате;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте.

Учащиеся должны знать:

- о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;
- свою фамилию и имя;
- правила ухода за одеждой;
- правила поведения за столом, режим питания;
- виды транспорта, их назначение;
- правила поведения пассажиров в транспорте;
- правила культурного поведения в общественных местах.

Содержание рабочей программы

№	Тема разделов	Кол-во часов
1.	Покупки.	2ч.
2.	Уход за вещами.	1ч.
3.	Обращение с кухонным инвентарём.	3ч.
4	Приготовление пищи.	6ч
5.	Уборка помещений и территории.	5ч.
	Итого:	17ч.

Календарно-тематическое (поурочное) планирование

№	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные ресурсы	Дата проведения	
				план	факт
1	Знакомство с магазином	Знакомить учеников с понятием «магазин». Обучение учащихся правильному поведению при выборе места совершения покупок. Ориентация в расположении	https://resh.edu.ru		

	Планирование покупок	отделов магазина, кассы. Рассматривание внутреннего интерьера магазина на иллюстрациях, просмотр фрагментов видеофильмов. Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «товар», «покупка»	/		
2	Нахождение нужного товара. Виды предметов посуды.	Нахождение нужного товара в магазине. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при совершении покупок Раскладывание продуктов в места хранения. Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).	https://resh.edu.ru/		
3	Виды кухонных принадлежностей Различение чистой и грязной посуды	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (тёрка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка). Воспитание аккуратного, бережного отношения к кухонным принадлежностям и навыков её безопасного использования Практические действия: сметание крошек со стола, мытье стола, подготовка к мытью посуды. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	https://resh.edu.ru/		
4	Бытовые приборы. Техника безопасности с бытовыми приборами	Рассматривание картинок, где изображены бытовые приборы: блендер, электрический чайник, комбайн, холодильник. Воспитание аккуратного, бережного отношения к бытовым приборам и навыков ее безопасного использования. Предупреждение о том, что включать их могут только взрослые.	https://resh.edu.ru/		
5	Накрывание на стол. Подготовка к приготовлению блюда	Создание образовательных условий для практических занятий по накрыванию стола. 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. Воспитание аккуратного, бережного отношения к посуде и навыков её безопасного использования. Просмотр презентации. Знание (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. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	https://resh.edu.ru/		

6	Соблюдение последовательности действий при варке и жарки продукта.	Включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определённое время, выключение электрической плиты, вынимание продукта. Просмотр видеоролик Включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определённое время, выключение электрической плиты, вынимание продукта. Просмотр видеоролика	https://resh.edu.ru /		
7	Соблюдение последовательности действий при выпекании	Включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определённое время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определённое время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки.	https://resh.edu.ru /		
8	Соблюдение последовательности действий при варке яйца	Включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определённое время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц	https://resh.edu.ru /		
9	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда Соблюдение последовательности действий при приготовлении салатов	Выбор продуктов (хлеб, колбаса, помидор, масло), выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож), нарезание хлеба, нарезание колбасы, нарезание помидора, намазывание хлеба маслом, сборка бутерброда (хлеб с маслом, колбаса, помидор) Выбор продуктов (варёный картофель, морковь, кукуруза, солёный огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, тарелки), очистка варёных овощей, открывание банок (кукуруза, огурцы), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов.	https://resh.edu.ru /		
10	Соблюдение последовательности	Выбор продуктов (полуфабрикат, масло растительное), выбор кухонного инвентаря (сковорода, лопатка, тарелки), наливание масла в сковороду, выкладывание котлет	https://resh.edu.ru		

	действий при приготовлении котлет Поддержание чистоты рабочего места	на сковороду, включение плиты, постановка сковороды на конфорку, переворачивание котлет, выключение электрической плиты, снятие котлет. Формирование алгоритма последовательных действий учащихся по одновременному поддержанию чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	/		
11	Ручная стирка Машинная стирка	Наполнение ёмкости 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 ёмкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, засыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья. Просмотр видеофильма.	https://resh.edu.ru/		
12	Глажение утюгом. Уход за обувью	Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой — тряпкой. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.	https://resh.edu.ru/		
13	Уборка мебели Уборка пола	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. Сметание мусора на полу в определённое место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола.	https://resh.edu.ru/		
14	Уборка пылесосом. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «пылесос». Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «дом», «уборка», «пылесос».	https://resh.edu.ru/		

15	Соблюдение последовательности действий при мытье пола. Мытье стекла (зеркала).	Наполнение ёмкости для мытья пола водой, добавление моющего средства в воду, намачивание и отжимание тряпки, мытье пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок. Просмотр видеофильма. Называние действий (<i>намочил(а), отжал(а)...</i>) с использованием вербальных и невербальных средств общения. Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала: наполнение ёмкости для мытья водой, добавление моющего средства в воду, мытьё зеркала, вытирание, выливание использованной воды.	https://resh.edu.ru /		
16	Уборка бытового мусора. Уборка снега	Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «мусор», «уборка». Практические упражнения, дидактические и ролевые игры, способствующие усвоению учащимися понятий «снег», «уборка».	https://resh.edu.ru /		
17	Обобщение изученного материала.	Повторение и обобщение изученного материала за год.	https://resh.edu.ru /		

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся

Текущий контроль осуществляется по безотметочной системе. В конце каждой четверти на основании промежуточных результатов успеваемости заполняется лист индивидуальных достижений по предметам. Ведётся мониторинг развития универсальных учебных действий по классам.

Лист корректировки рабочей программы

Дата		№№ ур. по тем. пл.	Кол-во часов	Форма коррекции (объединение тем, д.изучение, к/р.и т.д)	Причина коррекции(замена урока, болезнь, празд. д., отмена занятий по приказу и т.д.)

Лист согласования к документу № 1 ГИН Домоводство (САМООБСЛ) от 01.09.2025
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 14.10.2025 09:52

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 14.10.2025 - 09:53	-