

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области  
Управление образования Ирбитского муниципального образования  
МОУ «Фоминская ООШ»

УТВЕРЖДЕНА  
Директор МОУ «Фоминская ООШ»  
\_\_\_\_\_ Заболотских Л.П.  
Приказ № 704 от \_\_\_\_ .2026 г.

Адаптированная образовательная программа  
обучающихся с УО  
(интеллектуальными нарушениями)  
4 класс  
(вариант 2)  
Домоводство

д. Фомина, 2026г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая адаптированная программа для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант II) разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант II), адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант II), примерной адаптированной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант II) по домоводству.

Обучение ребенка с умственной отсталостью, 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.

Программа обеспечена следующим методическим комплектом:

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
2. Бгажнокова И. М. программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 1-4 классы. М: Просвещение, 2013 г.
3. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, под редакцией Л.Б.Баряевой и Н.Н.Яковлевой;
4. Федеральный Государственный Основной Образовательный стандарт
5. Интернет-ресурсы (по выбору учителя).

Программа предназначена для индивидуального обучения на дому и рассчитана на 1 часа в неделю, продолжительность учебного года составляет 34 недели и составляет 34 часа в год.

## **II. Планируемые результаты**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся. Предполагается, что к концу обучения (4 класс) по предмету «Домоводство» учащаяся по возможности будет:

- проявлять интерес к объектам, созданным и используемым человеком;
- иметь представления о предметах посуды, мебели, продуктах питания, уборочного инвентаря, бытовой техники;
- уметь соблюдать элементарные правила безопасного использования предметов в быту;

- иметь представления о социальных ролях людей;
- овладеют умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома;
- уметь выполнять доступные бытовые виды работ: уборка, стирка, чистка одежды, обуви, сервировка стола, др.;

#### **Личностные результаты**

Включают овладение обучающейся социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико–ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающейся в различных средах:

- основы персональной идентичности, осознание себя как «Я»;
- работа в коллективе (ученик – ученик);
- слушание и понимание инструкции педагога;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- обращение за помощью и принятие помощи педагога.

### **III. Содержание учебного предмета**

#### **Покупки (6часов)**

Основные задачи раздела: формировать понятие о местах и способах осуществления покупок.

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, оплата товара, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.

#### **Обращение с кухонным инвентарем (11часов)**

Основные задачи раздела: формирование умений обращения с кухонным инвентарем.

Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Протирание посуды губкой. Ополаскивание посуды. Сушка посуды.

Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.

#### **Приготовление пищи (12часов)**

Основные задачи раздела: освоение простейших действий по приготовлению пищи.

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания): выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр), выбор кухонного инвентаря (тарелка), сборка бутерброда (хлеб сыр, хлеб колбаса).

#### **Уход за вещами (12часов)**

Основные задачи раздела: формирование умений по уходу за вещами.

*Ручная стирка.* Наполнение емкости водой. Замачивание белья. Полоскание белья. Отжим белья. Вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, замачивание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

Складывание белья и одежды. Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви (протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой). Просушивание обуви.

#### **Уборка помещения (6 часов)**

Основные задачи раздела: формирование умений по уборке помещения и обращения с уборочным инвентарем.

*Уборка мебели.* Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.

*Уборка пола.* Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок.

#### **Уборка территории (4 часа)**

Основные задачи раздела: формирование умений по уборке помещения и обращения с уборочным инвентарем.

Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уход за уборочным инвентарем.

Для того чтобы обучающиеся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития успешно освоили программу по предмету Домоводство педагогу необходимо: широко использовать наглядный материал, многократное повторение изучаемых понятий, предметов и явлений, практических действий. Максимально опираться на чувственный опыт ребенка, учитывать индивидуальные особенности каждого ученика, создавать условия для включения каждого ребенка в коллективную деятельность. Приоритетным направлением в обучении является игровая практико-ориентированная деятельность. Деятельность педагога должна носить практическую направленность, позволяющую подготовить детей к доступным для них видам труда, социальной адаптации. Необходимо использовать технические средства обучения, компьютер и дидактические материалы, соблюдать охранительный режим. Необходим замедленный темп обучения.

При изучении разделов Домоводства рекомендуется использовать:

- дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья и др.;
- оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки и др.), тапки, уборочный инвентарь (тряпки, грабли), лейки и др.

**Цель уроков по домоводству в 4 классе (вариант II)** - развитие личности, формирование общей культуры, соответствующей общепринятым нравственным и социокультурным ценностям, формирование необходимых для самореализации и жизни в обществе практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь обучающемуся максимально возможной самостоятельности в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

**Основные задачи:**

- учиться обращаться с хозяйственным инвентарем
- освоить действия по приготовлению пищи
- осуществлению покупок
- уборке помещения и территории
- уходу за вещами, которые в последующем сможет применять как в быту, так и в последующей трудовой деятельности.

**Виды и формы организации учебного процесса**

Основной формой работы по предмету «Домоводство» является урок - занятие.

Виды деятельности: дидактическая игра, опрос, практические упражнения, экскурсия, беседа, сюжетно – ролевая игра, решение ситуационных задач.

**Критерии оценивания:**

Аттестация обучающихся проводится в течение учебного года как результат освоения образовательной программы. При аттестации обучающихся, используется только качественная оценка успешности освоения учебной программы.

Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу обучающихся. При обучении по программе «Домоводство» центральным результатом является появление значимых предпосылок трудовой деятельности, одной из которых является способность её осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определённой долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками. В целом, оценка достижения обучающимися с умственной отсталостью предметных результатов должна базироваться на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

**IV. Тематическое планирование**  
**1 час в неделю ( 34 часа)**

| № п/п | Наименование разделов<br>Тема                                                              | Кол-во часов |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1     | Планирование покупок.                                                                      | 1            |
| 2     | Выбор места совершения покупок.<br>Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. | 1            |
| 3     | Нахождение нужного товара в магазине.<br>Складывание покупок в сумку.                      | 1            |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |
| 4  | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, оплата товара, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.                                                                                                                                                                   | 1 |
| 5  | Обращение с посудой.                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1 |
| 6  | Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).                                                                                                                                                                                                                                   | 1 |
| 7  | Различение посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).                                                                                                                                                                                                                                           | 1 |
| 8  | Различение чистой и грязной посуды.                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1 |
| 9  | Очищение остатков пищи с посуды.<br>Протирание посуды губкой.<br>Ополаскивание посуды.<br>Сушка посуды.                                                                                                                                                                                                                          | 1 |
| 10 | Накрывание на стол.<br>Выбор посуды и столовых приборов.<br>Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.                                                                                                                                                                                                       | 1 |
| 11 | Приготовление пищи. Правила безопасности                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1 |
| 12 | Подготовка к приготовлению блюда.                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1 |
| 13 | Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1 |
| 14 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1 |
| 15 | Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1 |
| 16 | Обработка продуктов.<br>Мытье продуктов.                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1 |
| 17 | Раскатывание теста.                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1 |
| 18 | Перемешивание продуктов ложкой.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 19 | Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания): выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр).<br>выбор кухонного инвентаря (тарелка.<br>сборка бутерброда (хлеб сыр, хлеб колбаса).                                                                                                       | 2 |
| 20 | Ручная стирка.<br>Наполнение емкости водой. Замачивание белья.<br>Полоскание белья.<br>Отжим белья.<br>Вывешивание белья на просушку.<br>Ручная стирка. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, замачивание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. | 2 |
| 21 | Складывание белья и одежды.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1 |
| 22 | Чистка одежды.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1 |

|    |                                                                                                                                                                            |    |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 23 | Уход за обувью.<br>Соблюдение последовательности действий при мытье обуви (протираание обуви влажной тряпкой).<br>(протираание обуви сухой тряпкой)<br>Просушивание обуви. | 2  |
| 25 | Уборка мебели.<br>Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.<br>Вытирание пыли с поверхности мебели.                                                                | 2  |
| 26 | Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.                                                                                                                 | 1  |
| 27 | Уборка пола. Заметание мусора на совок.                                                                                                                                    | 1  |
| 28 | Уборка. Уход за приборами, предметами.                                                                                                                                     | 1  |
| 29 | Уборка на территории. Правила поведения на улице.<br>Подметание территории.<br>Сгребание травы и листьев.                                                                  | 1  |
| 30 | Уход за уборочным инвентарем.                                                                                                                                              | 1  |
|    | всего                                                                                                                                                                      | 34 |