****

**1.Пояснительная записка**

 Адаптированная рабочая программа по предмету «Домоводство» для 3 класса предназначена для обучения детей с умеренной и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ТМНР. Она разработана на основе следующих документов:

1.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

 2.Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2.

 Обучение обучающегося с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность посильного 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 ребенка 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. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для формирования бытовой деятельности обучающихся и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

 **2.Общая характеристика учебного предмета.**

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность посильного 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.

 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: «Покупки», «Уход за вещами», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи»», «Уборка помещений и территории».Уроки домоводства позволяют применять на практике интеллектуальные умения (счет, чтение, письмо), а также практические навыки по шитью, ремонту дома, огородничеству и др.

 Уроки домоводства создают богатейшие возможности для развития познавательной деятельности и личностной сферы учащихся, 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, общетрудовых навыков.

Методы обучения:

 -словесные (рассказ, объяснение, беседа, работа с дополнительной литературой);

 -наглядные (наблюдения, демонстрация образцов, показ презентаций);

 -практические ( практические занятия, экскурсии);

 -игровые (ролевые, деловые игры).

**3.Описание места учебного предмета в учебном плане.**

 Предмет «Домоводство» относится к образовательной области «Окружающий мир». Программа предусматривает 3 часа в неделю, 34 учебные недели, всего 102 часа.

**Учебный план.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Предмет** | **часов в неделю** | **1ч** | **2ч** | **3ч** | **4ч** | **год** |
| Домоводство | 3 | 24 | 24 | 30 | 24 | 102 |

**4.Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;

7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

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.

**5.Содержание учебного предмета.**

 Содержание учебного предмета "Домоводство" представлено следующими разделами: "Покупки", "Уход за вещами", "Обращение с кухонным инвентарем", "Приготовление пищи", "Уборка помещений и территории".

 Раздел "Покупки".

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажимание 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.

 Раздел "Обращение 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). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка). 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. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.

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 солонок и ваз, расставление блюд.

 Раздел "Приготовление 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. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на терке. 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 или переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снимание 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, снимание выпечки, выключение электрической духовки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытье яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда: 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). Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов (вареный картофель, морковь, кукуруза, соленый огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, тарелки), очистка вареных овощей, открывание банок (кукуруза, огурцы), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов. Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов (полуфабрикат, масло растительное), выбор кухонного инвентаря (сковорода, лопатка, тарелки), наливание масла в сковороду, выкладывание котлет на сковороду, включение плиты, постановка сковороды на конфорку, переворачивание котлет, выключение электрической плиты, снимание котлет.

 Раздел "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 (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.

Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на "плечики". Чистка одежды. Уход за обувью. 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: открывание тюбика с кремом, нанесение крема на ботинок, распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом.

Раздел "Уборка помещения и территории".

Уборка мебели. 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.

Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. 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. 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 бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.

 **6. Тематическое планирование.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема урока | Кол-вочасов | Дата проведения |
| План | Факт |
| 1 | Представление о предмете «Домоводство». | 1ч. |  |  |
| 2 | Соблюдение Т/Б на уроках. | 1ч. |  |  |
| 3 | Правила поведения на кухне. | 1ч. |  |  |
| 4 | Правила поведения на кухне. | 1ч. |  |  |
| 5 | Планирование покупок. Ориентация в магазине. | 1ч. |  |  |
| 6 | Планирование покупок. Ориентация в магазине. | 1ч. |  |  |
| 7 | Взвешивание товара. Оплата покупки. | 1ч. |  |  |
| 8 | Взвешивание товара. Оплата покупки. | 1ч. |  |  |
| 9 | Правила поведения в магазине. | 1ч. |  |  |
| 10 | Правила поведения в магазине. | 1ч. |  |  |
| 11 | Игра «Магазин». | 1ч. |  |  |
| 12 | Игра «Магазин». | 1ч. |  |  |
| 13 | Молочные продукты. | 1ч. |  |  |
| 14 | Молочные продукты. | 1ч. |  |  |
| 15 | Правила хранения молочных продуктов. | 1ч. |  |  |
| 16 | Правила хранения молочных продуктов. | 1ч. |  |  |
| 17 | Мясные продукты, готовые к употреблению. | 1ч. |  |  |
| 18 | Мясные продукты, готовые к употреблению. | 1ч. |  |  |
| 19 | Правила хранения. | 1ч. |  |  |
| 20 | Мясные продукты, требующие приготовления. | 1ч. |  |  |
| 21 | Мясные продукты, требующие приготовления. | 1ч. |  |  |
| 22 | Правила хранения. | 1ч. |  |  |
| 23 | Повторение. Молочные продукты. | 1ч. |  |  |
| 24 | Повторение. Мясные продукты. | 1ч. |  |  |
| 25 | Правила гигиены при приготовлении пищи. | 1ч. |  |  |
| 26 | Соблюдение Т/Б на кухне. | 1ч. |  |  |
| 27 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. | 1ч. |  |  |
| 28 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. | 1ч |  |  |
| 29 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. | 1ч. |  |  |
| 30 | Игра «Накроем на стол». | 1ч. |  |  |
| 31 | Игра «Накроем на стол». | 1ч. |  |  |
| 32 | Что такое меню? | 1ч. |  |  |
| 33 | Что такое меню? | 1ч. |  |  |
| 34 | Первые и вторые блюда. | 1ч. |  |  |
| 35 | Первые и вторые блюда. | 1ч. |  |  |
| 36 | Завтрак. | 1ч. |  |  |
| 37 | Обед. | 1ч. |  |  |
| 38 | Полдник. | 1ч. |  |  |
| 39 | Ужин. | 1ч. |  |  |
| 40 | Различение кухонного инвентаря по назначению | 1ч. |  |  |
| 41 | Различение кухонного инвентаря по назначению | 1ч |  |  |
| 42 | Различение кухонных принадлежностей | 1ч. |  |  |
| 43 | Различение кухонных принадлежностей | 1ч. |  |  |
| 44 | Различение бытовой техники. | 1ч. |  |  |
| 45 | Различение бытовой техники. | 1ч. |  |  |
| 46 | Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. | 1ч. |  |  |
| 47 | Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. | 1ч. |  |  |
| 48 | Обобщающий урок «Приготовление блюда». | 1ч. |  |  |
| 49 | Мытье продуктов. | 1ч. |  |  |
| 50 | Мытье продуктов. | 1ч. |  |  |
| 51 | Чистка овощей. | 1ч. |  |  |
| 52 | Чистка овощей. | 1ч. |  |  |
| 53 | Резание ножом. Т/Б. | 1ч. |  |  |
| 54 | Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). | 1ч. |  |  |
| 55 | Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). | 1ч. |  |  |
| 56 | Натирание продуктов на тёрке. Т/Б. | 1ч. |  |  |
| 57 | Натирание продуктов на тёрке. Т/Б. | 1ч. |  |  |
| 58 | Различение чистой и грязной посуды. | 1ч. |  |  |
| 59 | Различение чистой и грязной посуды. | 1ч. |  |  |
| 60 | Очищение остатков пищи с посуды. | 1ч. |  |  |
| 61 | Замачивание посуды. | 1ч. |  |  |
| 62 | Протирание посуды губкой. | 1ч. |  |  |
| 63 | Чистка посуды. | 1ч. |  |  |
| 64 | Чистка посуды. | 1ч. |  |  |
| 65 | Ополаскивание посуды. | 1ч. |  |  |
| 66 | Сушка посуды. | 1ч. |  |  |
| 67 | Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды. | 1ч. |  |  |
| 68 | Практическая работа. Мытье и сушка посуды. | 1ч. |  |  |
| 69 | Мытье бытовых приборов. | 1ч. |  |  |
| 70 | Хранение посуды и бытовых приборов. | 1ч. |  |  |
| 71 | Хранение посуды и бытовых приборов. | 1ч. |  |  |
| 72 | Т/Б с электроприборами. | 1ч. |  |  |
| 73 | Т/Б с электроприборами. | 1ч. |  |  |
| 74 | Правила безопасной работы на кухне. | 1ч. |  |  |
| 75 | Правила безопасной работы на кухне. | 1ч. |  |  |
| 76 | Повторение. Мытье, сушка и хранение посуды. | 1ч. |  |  |
| 77 | Повторение. Мытье, сушка и хранение посуды. | 1ч. |  |  |
| 78 | Повторение. Мытье, сушка и хранение посуды. | 1ч. |  |  |
| 79 | Предметы посуды для сервировки стола. | 1ч. |  |  |
| 80 | Предметы посуды для сервировки стола. | 1ч. |  |  |
| 81 | Игра «Пришли гости». | 1ч. |  |  |
| 82 | Предметы посуды для приготовления пищи. | 1ч. |  |  |
| 83 | Предметы посуды для приготовления пищи. | 1ч. |  |  |
| 84 | Предметы посуды для приготовления пищи. | 1ч. |  |  |
| 85 | Кухонные принадлежности. | 1ч. |  |  |
| 86 | Кухонные принадлежности. | 1ч. |  |  |
| 87 | Кухонные принадлежности. | 1ч. |  |  |
| 88 | Уход за кухонными приборами. | 1ч. |  |  |
| 89 | Уход за кухонными приборами. | 1ч. |  |  |
| 90 | Уборка на кухне. | 1ч. |  |  |
| 91 | Повторение. Посуда. | 1ч. |  |  |
| 92 | Повторение. Посуда. | 1ч. |  |  |
| 93 | Бытовая техника для кухни. | 1ч. |  |  |
| 94 | Бытовая техника для кухни. | 1ч. |  |  |
| 95 | Бытовая техника для кухни. | 1ч. |  |  |
| 96 | Игра «Магазин». | 1ч. |  |  |
| 97 | Игра «Магазин». | 1ч. |  |  |
| 98 | Хранение продуктов. | 1ч. |  |  |
| 99 | Хранение продуктов. | 1ч. |  |  |
| 100 | Правила чистоты и гигиены. | 1ч. |  |  |
| 101 | Правила чистоты и гигиены. | 1ч. |  |  |
| 102 | Правила мытья посуды. | 1ч. |  |  |

 **7.Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

1. Технические и электронные средства обучения:

- автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,

- телевизор, CD/DVD –проигрыватели,

- мультимедиапроектор; экран,

- классная доска с набором креплений для картинок, таблиц.

1. Демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

 -предметные и сюжетные картинки, фотографии с изображением членов семьи ребенка; пиктограммы и видеозаписи действий,

 правил поведения;

 -видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы.

1. 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.

1. 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.);

 -магнитная доска.