

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ**

«ПЕРЕСЛАВЛЬ-ЗАЛЕССКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №3»

Адрес: 152025 г. Переславль-Залесский Ярославской обл., ул. Магистральная, д. 43.

Телефоны: (8-48535) 6-09-04. Электронная почта: deti@deti.pereslavl.ru

Утверждена приказом директора школы:

« ____ » _____ 2019г. № ____ от

Директор школы: _____ Головкина Т. М. _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО курсу «ДОМОВОДСТВО» 6-9 год обучения

АООП, 2 вариант

2019-2020 учебный год

Рабочая программа по домоводству

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Домоводство» составлена на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2). Занятия по Домоводству направлены на практическую подготовку детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью и ТМНР к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся. Программа учитывает возрастные и психофизические особенности развития учащихся, уровень их знаний и умений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировать и совершенствовать у детей с проблемами в здоровье необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем.

Передача социального опыта и обучение социальным формам и способам деятельности реализуется в нашей школе через предмет «Домоводство».

Программа «Домоводство» направлена на формирование, развитие, коррекцию знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения успешной интеграции в обществе.

Примечание.

Курс состоит из 128 развивающих занятий, которые проводятся 4 раза в неделю. Уменьшение количества часов связано с эпидемиологической ситуацией, обусловленной новой коронавирусной инфекцией COVID-19. Программа пройдена за счет уплотнения материала. Сокращено количество часов по следующим темам: «Пряности и приправы. Значение в приготовлении кулинарных блюд», «Технология приготовления теста. Технология приготовления пирожков с картофельной начинкой».

Цель программы:

Содействие в повышении социальной компетентности воспитанников, способствующей их успешной адаптации в обществе и формирование основных социальных знаний, умений и навыков, необходимых для жизни.

Задачи:

- Формирование навыков межличностного общения, социального взаимодействия, развитие мотивации на принятие активной социальной роли.
- Формирование социально значимых качеств личности, необходимых для успешной социализации, моральных и нравственных основ гражданского поведения, приобщение воспитанников к общечеловеческим ценностям.

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

Основными формами и методами обучения являются практические работы, сюжетно-ролевые игры, беседы, используются наглядные средства обучения: демонстрация учебных кинофильмов, компьютерных презентаций. Особое внимание уделяется обогащению словарного запаса, зрительной памяти. При проведении практических работ, в зависимости от целей и задач урока и оснащённости кабинета, учащиеся работают коллективно, или выполняют всю работу индивидуально, по картинно-графическому плану под руководством учителя. На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения практических работ, доводя их до навыка.

Предполагаемые результаты освоения программы:

Учащиеся должны иметь представление:

- иметь представления о ежедневных гигиенических правилах ;
- знать свои личные гигиенические вещи и применять их по назначению;
- последовательно выполнять утренний и вечерний туалета;
- уметь пользоваться зубной щёткой и зубной пастой;
- мыть и вытирать руки полотенцем;
- знать и отличать виды одежды, обуви и их назначение;
- чистить одежду щёткой сухим способом;
- складывать одежду в стопку, размещать в шкафу, вешать на плечики;
- выбирать хозяйственное и моющее средство;
- наливать тёплую воду в тазик, насыпать определённое количество моющего средства для стирки;
- отстирывать загрязнённые вещи, прополаскивать, отжимать;
- вывешивать одежду на сушилку;
- убирать инвентарь на место;

знать назначение кухонной утвари, использовать её по назначению;
правила сервировки стола;
сметать крошки со стола в тарелку, владеть приёмами вытирания со стола;
прополаскивать кухонную тряпку, отжимать, правила мытья посуды;
значение питания;

- правила безопасной работы режущими инструментами;
- разрезать и резать хлеб, колбасу, сыр, овощи на кусочки, ломтики;
- намазывать ломтики хлеба маслом, паштетом;
- тереть на тёрке сыр, отварные овощи;
- выполнять первичную обработку овощей и фруктов;
- накрывать на стол;
- правила поведения за столом;

Личностные результаты.

- проявлять познавательный интерес;
- проявлять и выражать свои эмоции;
- обозначать свое понимание или непонимание вопроса;
- участвовать в совместной, коллективной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;
- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- умение слушать и слышать учителя (взрослого);
- умение работать по предложенному плану;
- умение использовать средства альтернативной коммуникации (мимика, жесты, слоги);
- умение с помощью взрослого найти и исправить свои ошибки;
- умение использовать полученные знания в повседневной жизни;
- умение находить ответы на картинке;
- умение работать в паре и микрогруппе;
- умение следовать правилам поведения.

Достаточный уровень:

- умение использовать полученные знания в повседневной жизни;
- совместные действия с педагогом;
- деятельность по подражанию;
- деятельность по образцу;
- деятельность по последовательной инструкции;
- самостоятельная деятельность воспитанника;
- умение ребенка исправить допущенные ошибки.
- умение оценить собственные чувства, поведение, способности;

Структура рабочей программы включает следующие разделы:

- 1.Титульный лист
- 2.Пояснительная записка
- 3.Содержание программы предмета
- 4.Требование к уровню подготовки учащихся
- 5.Контроль, учет знаний и практических умений на занятиях домоводства.
- 6.Учебно-методические средства обучения
- 7.Календарно-тематическое планирование
8. Приложения к рабочей программе.
9. Литература

Содержание программа

(128 ч. в год, 4 ч. в неделю)

Личная гигиена

Личная гигиена – основа здорового образа жизни. Как оставаться здоровым. Советы и правила.

Понятие о здоровье и факторах на него влияющих. Личная заинтересованность каждого человека в здоровье.

Значение кожи. Типы кожи, особенности.

Значение выполнения санитарно-гигиенических процедур по уходу за телом.

Уход за телом. Очищение, мытье, душ. Принадлежности для принятия водных процедур: мыло, мочалка, полотенце. Санитарно-гигиенические требования к ним. Правила посещения бассейна: купальник, шапочка, полотенце. Косметические средства ухода за телом.

Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

Санитарно-гигиенические процедуры по уходу за волосами. Виды волос. Перхоть, выпадение волос. Мытье волос. Косметические средства по уходу за волосами: шампунь, бальзам, ополаскиватель. Прическа. Виды причесок (повседневная, вечерняя).

Медицинская помощь .

Основные меры предосторожности от ушибов, порезов, ожогов.

Медицинская помощь. Значение.

Первая помощь при травмах: порез, ушиб.

Учащиеся должны знать: знание выполнения правил личной гигиены для здоровья; правила ухода за телом, кожей рук, ногтями; средства ухода, предметы и санитарно-гигиенические требования к ним; правила поведения при ушибах, порезах.

Учащиеся должны уметь: выполнять правила личной гигиены; применять различные виды косметических средств по уходу за телом; что делать при ушибах, порезах.

Жилище

Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухни.

Кухонные электроприборы (электроплита, электрочайник), их использование, уход за ними. Правила техники безопасной работы с электроприборами.

Ознакомление со способами борьбы с насекомыми (комары, мухи)

Одежда и обувь

Виды одежды. Уход за одеждой. Ремонт одежды. Обувь. Уход за обувью.

Мода, стиль, назначение одежды. Выбор одежды и обуви при покупке.

Учащиеся должны знать: санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни, правила техники безопасности при работе с электроприборами, способы борьбы с вредными насекомыми, правила ухода за одеждой, правила подбора одежды в зависимости от гардероба.

Учащиеся должны уметь: пользоваться бытовыми электроприборами, убирать кухню, ухаживать за одеждой, выбирать при покупке в зависимости от имеющегося гардероба.

Кулинария

Значение белков, жиров, углеводов в питании человека. Витамины, значение в питании. Рациональное питание, нормы питания. Первичная обработка значение.

Технология приготовления овощных салатов. Особенности нарезки овощей.

Технология приготовления салата с использованием мяса птицы. Требования к качеству.

Первичная обработка домашней птицы (разрезание). Блюда из птицы, значение. Первые блюда, требования.

Техника безопасной работы с электроплитой, ножом. Требования к качеству блюда.

Соусы, история появления. Виды соусов. Совершенствования в кулинарии.

Ознакомление: Заготовки впрок. Консервирование, значение, способы. Правила хранения консервов.

Соление, маринование, особенности выполнения технологий. Рецепты солений. Варенья, джемы. Подготовка (блиндирование) крышек, банок. Правила приготовления, рецепты. Компоты (блиндирование), особенности. Технология приготовления. Пряности и приправы.

Значение в приготовлении кулинарных блюд.

Виды теста, значение в питании человека. Разрыхлители. Фарши и начинки. Технология приготовления теста. Технология приготовления пирожков с картофельной начинкой.

Повторение изученного по теме «Тесто, изделия из теста».

Должны знать: значение белков, жиров, углеводов, витаминов в питании человека, правила рационального питания, санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи, правила безопасной работы на кухне, технологию приготовления всех видов салатов, особенности нарезки продуктов, нарезка птицы, простые блюда с использованием мяса птицы.

Должны уметь: соблюдать санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи, правила безопасной работы на кухне, нарезать продукты, готовить доступные виды салатов, готовить простые блюда с использованием мяса домашней птицы.

Содержание программы носит ориентировочный характер, поэтому учитель может изменять последовательность изучения тех или иных тем, дополнять или вносить в них необходимые изменения.

С целью реализации программных задач в реабилитационном пространстве школы работает кабинет СБО, созданного для обеспечения социализации детей, находящихся в особо трудных обстоятельствах, их полноценной реабилитации, успешной интеграции в обществе .

Занятия проводятся в оборудованном кабинете, отвечающем санитарно - гигиеническим требованиям. Кабинет светлый, сухой с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией. Учебная кухня оборудована подвесными шкафами, разделочными столами.

В наличии имеются: разделочные доски с обязательной маркировкой для сырых и вареных овощей, и т.д.; разделочные доски для теста; кухонные ножи маленькие или средние. Кастрюли емкостью от 1 до 3 л., сковороды разных размеров, столовую и чайную посуду, в том числе столовый и чайный сервизы, и приборы приобретают с учетом количества обучающихся.

Продукты питания для занятий приобретаются экологически-чистые, при покупке обращается внимание на маркировку, не имеет ли данный продукт красителей, добавок, на дату выхода продукта. Кроме того, товары имеют этикетки и ярлыки - средства маркировки, содержащие следующую информацию: наименование изделия, его описание, название и адрес изготовителя и др.

На занятиях по кулинарии реализуется задачи, направленные на здоровьесбережение воспитанников, к примеру, зелень, овощи для практических работ учащиеся выращивают сами. На территории школы имеется фруктовые деревья.

В настоящее время в кабинете СБО имеются информационно-технические средства обучения: персональный компьютер, цифровая фотокамера, доступ к ресурсам Интернет.

Создан банк дидактических материалов для каждого раздела домоводства.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартука и косынки для девочек; фартука и колпака для мальчиков, а также сменной обуви.

Контроль и учет теоретических знаний учащихся осуществляется учителем путем бесед, с использованием дидактических карточек, заданий.

Наиболее распространенной формой контроля является практическая работа: демонстрация умений, приготовление, выполнение определенных действий.

Учебно-тематический план «Домоводство»

128 часов в год / 4 часа в неделю

№ п/п	Наименование темы	Часы	Дата	Практическая работа
I четверть				

1.	<u>Личная гигиена – основа образа жизни</u>	4 ч		
2.	Типы кожи (особенности). Значение кожи (повторение)	4ч		Упражнения, работа с таблицами, букв. задания
3.	Уход за телом (очищение, мытье, душ)	3 ч		
4.	Уход за кожей рук, ног, ногтями. Косметические средства (повторение)	3 ч		
5.	Уход за волосами. Косметические средства	4 ч		Упражнения в моделировании прически, сушка волос (естественная, феном)
6.	Тестирование по теме «Личная гигиена»	2 ч		Тесты
II.1.	<u>Медицинская помощь</u> Основные меры предосторожности от ушибов, порезов, ожогов.	4ч		
2.	Поведение при травмах (порез, ушиб)	4 ч		
3.	Тестирование по теме «Медицинская помощь»	2 ч		
II четверть				
I.	<u>Жилище</u>	6 ч		Уборка учебной столовой, чистка моек, кафеля, стен и т.п. (упражнения)
1.	Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Мебель, оборудование, интерьер. Уборка кухни			
2.	Кухонные электроприборы, их использование. Правила безопасной работы	4 ч		Упражнения в работе с кухонным комбайном, тостером
3.	Способы борьбы с вредными насекомыми (мухи, тараканы, комары).	4 ч		
II.	<u>Одежда и обувь</u>	4 ч		Задания индивидуальные
1.	Виды одежды. Уход.			
2.	Мода, стиль. Назначение одежды.	4 ч		Схемы-зарисовки, работа с перфокартой
3.	Выбор одежды и обуви в зависимости от уже имеющегося	4 ч		Упражнения (таблицы, памятки)

	гардероба			
	Итоговое занятие по теме. Тестирование	2 ч		Тесты

III-IV четверть				
1.	<u>Кулинария</u> Значение белков, жиров, углеводов в питании человека	4 ч		Составление таблицы, схем в рабочей тетради
2.	Витамины, значение в питании	4 ч		Запись в рабочей тетради
3.	Рациональное питание, нормы питания	4ч		
4.	Первичная обработка значение	4ч		Упражнения в обработке овощей
5.	Технология приготовления овощных салатов. Особенности нарезки овощей	4 ч		Приготовление овощного салата
6.	Технология приготовления салата с использованием мяса птицы. Требования к качеству	4 ч		Приготовление салата «Дубки»
7.	Разрезание домашней птицы. Блюда из птицы, значение. Первые блюда, требования	4 ч		Приготовление картофельного супа на курином бульоне
8.	Технология приготовления простых блюд с использованием мяса птицы. Техника безопасной работы с электроплитой, ножом. Требования к качеству блюда	4ч		Приготовление
9.	Ознакомление. Соусы, история появления. Виды соусов. Совершенствования в кулинарии	4 ч		Приготовление соуса
10.	Ознакомление. Заготовки впрок. Консервирование, значение, способы. Правила хранения консервов	4 ч		
11.	Ознакомление. Соление, маринование, особенности выполнения технологий.	4 ч		
12.	Ознакомление. Варенья, джемы. Подготовка (блиндирование) крышек, банок. Правила приготовления, рецепты	4 ч		
13.	Компоты (блиндирование), особенности. Технология приготовления	4ч		
14.	Пряности и приправы. Значение в приготовлении кулинарных блюд	4 ч		
15.	Виды теста, значение в питании человека. Разрыхлители. Фарши и начинки	4ч		Тестирование

16.	Технология приготовления теста. Технология приготовления пирожков с картофельной начинкой	4 ч	Выпечка
17.	Повторение изученного по теме «Тесто, изделия из теста»	2 ч	Тестирование

Литература

1. Адаптированная на основе «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5 - 9 классы» под редакцией И.М. Бгажноковой (Москва, "Просвещение", 2011 года).

Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе под редакцией В.В. Воронковой . Москва, 1994.

Выготский Л .С. Педагогическая психология. – М., 1991.

Забрамная С. Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей. - М., 1995.

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5 - 9 классы под редакцией И.М. Бгажноковой (Москва, "Просвещение", 2011 года).

В.А. Шинкаренко «Диагностика и формирование навыков самообслуживания хоз-бытового и ручного труда у умственно-ограниченных детей»

В.В. Гладкая «Подготовка учащихся мл. классов школ-интернатов к бытовому труду»

А.П. Тарасова «Домоводство и обслуживающий труд»

Ярошенко «Все о здоровом образе жизни»

С.Н. Лексина «Косметика, возраст, время года»; «Дом, хозяйство, семья»

Т.А. Девяткова «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях»

Е.В. Разамат «Секреты домоводства»

А.О. Измайлов «1000 секретов домоводства»

А.С. Тарасова «Трудовое обучение и домоводство»

В.А. Шинкаренко «Диагностика и формирование навыков самообслуживания»

В.И. Ермакова «Основы кулинарии»

Н.В. Сапожникова «Блюда из хлеба»