

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья»**

Рассмотрена  
на заседании ШМК  
учителей -предметников  
Протокол № 1  
от 28.08.2024 г.

Принята  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от 29.08.2024 г.

Утверждена  
Приказом  
директора № 133-од  
от 29.08.2024 г.  
\_\_\_\_\_/Соснина Е.В./

Составлена в соответствии с  
Адаптированной основной  
общеобразовательной программой  
образования обучающихся с умственной  
отсталостью (интеллектуальными  
нарушениями) ГКОУ УР «Школа №79»;  
Программой специальных (коррекционных)  
учреждений VIII вида( 5-9 кл.) под редакцией  
И.М. Бгажноковой  
М., «Просвещение», 2011 г. ;  
Программно-методическим обеспечением  
для 10-12 классов СКОУ 8 вида М.,2004

## **Рабочая программа по домоводству для 10 классов**

Составитель: *Коренева Ю.С.*

Рецензент:  
Руководитель ШМК учителей -  
-предметников:  
\_\_\_\_\_ *А.Д.Зорина*

**г. Ижевск**

## Пояснительная записка по предмету «Домоводство» 10 класс

Рабочая программа по «Домоводству» для 10 классов составлена в соответствии с:

- Адаптированной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ УР «Школа № 79 для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Программой специальных (коррекционных) учреждений 8 вида (5-9 кл.) под редакцией И.М. Бгажноковой М. «Просвещение» 2011 г.; с учетом индивидуальной программы реабилитации и абилитации детей инвалидов и в соответствии с учебным планом ОУ. Программно-методическим обеспечением для 10-12 классов СКОУ 8 вида М., 2004;
- с учетом индивидуальной программы реабилитации и абилитации детей-инвалидов
- и в соответствии с учебным планом ОУ

Многовековые традиции каждого народа базируются на традициях семьи и дома.

«Строили» дома семейно, вместе мужчины и женщины, старики и дети. У каждого было своё дело, свои обязанности.

Семейные законы и обязанности были записаны в «Домострое» - своде житейских правил русского народа.

Обо всех задачах и проблемах ведения дома, построения семейных отношений, воспитания детей в семье, умения сообща вести домашнее хозяйство - идет речь в новом предмете «Домоводство».

Задачи предмета - научить детей правилам ведения семейного хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, и заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем окружении.

Цель предмета «Домоводство» - формирование у учащихся знаний о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

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.

Содержание программы «Домоводство» продолжает образовательные линии, заложенные в предмете «Живой мир», «Мир истории», «Естествознание».

Основные разделы предмета «Домоводство»:

1. Дом, семья, семейные отношения
2. Содержание и уход за городским и сельским жилищем (дачным домом)
3. Индивидуальные санитарно-гигиенические правила и навыки
4. Ремонтные работы в доме
5. Одежда, обувь, бельё; уход за ними
6. Организация питания в семье, кулинарные рецепты, домашние заготовки
7. Охрана здоровья, признаки болезни, оказание первой помощи
8. Юноши и девушки – будущие родители; половое воспитание и ролевые функции в семье
9. Ребёнок в семье, правила ухода
10. Планирование и распределение бюджетных средств семьи
11. Досуг и его организация в семье
12. Правила этики и этических отношений в семье и с окружающими людьми
13. Основные сельскохозяйственные работы в саду и огороде

## Описание учебного предмета в учебном плане

№ п/п	Класс	Количество часов	
		в неделю	в год
1	10	2 часа	68 часов

## Тематическое планирование

10 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1.	Личная гигиена	4
2.	Одежда и обувь	6
3.	Транспорт	4
4.	Торговля	4
5.	Жилище	6
6.	Средства связи	2
7.	Культура поведения	4
8.	Медицинская помощь	2
9.	Питание	14
10.	Культура поведения	4
11.	Бюджет	2
12	Семья	2
13	Трудоустройство	14
<b>Итого:</b>		<b>68</b>

**Календарно-тематическое планирование  
по домоводству  
10 класс**

Последовательность тем	Последовательность уроков в теме	Минимальный объем содержания на урок	Виды контроля за уровнем усвоения знаний	Словарная работа	Учебно-методическое обеспечение	Дата изучения
1	2	3	4	5	6	7
Личная гигиена	1. Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Уход за кожей лица.	Повторение материала по личной гигиене. Косметические средства по уходу. Правила личной гигиены	Опрос, работа по карточкам	Косметические средства Гель Крем	Наборы косметических средств, книга «Дом вести — не лапти плести», карточки	
	2. Первичный инструктаж по ОТ и ТБ. Уход за кожей тела, ног.					
	3. Уход за ногтями	Маникюр. Правила обработки ногтей. Техника безопасности при работе. Принадлежности для маникюра. Санитарно-гигиенические правила. Декоративная косметика	Практическая работа: выполнение ухода за ногтями. Выполнение	Маникюр Макияж Маникюрный набор Декоративная косметика	Маникюрные наборы. Наборы декоративной косметики	
	4. Макияж. Соответствие макияжа ситуации. Практическое занятие					
Одежда и обувь	5. Стиль. Мода и коррекция фигуры с помощью одежды	Мода, стиль, назначение одежды. Как скрыть недостатки фигуры. Выбор одежды при покупке. Уход за одеждой. Практическая работа	Практическая работа по уходу за одеждой. Изучение модных тенденций	Мода Стиль	Журналы мод, молодежные журналы. Щетки, утюг	
	6. Повседневный уход за одеждой. Практическое занятие					

	7. Одежда из меха и кожи. Уход	Виды меховой одежды. Уход. Ремонт меховой одежды.	Журналы, книги, образцы меха и кожи. Знакомство, запись в тетрадь	Мех Кожа Замша Нубук Антимоль	Журналы, книги, образцы меха и кожи	
	8. Хранение одежды из меха и кожи	Правила хранения — в чистом, просушенном виде. Чехлы. Анти-моль				
	9. Практическое занятие по уходу за обувью	Экскурсия с ознакомлением с ассортиментом обувного отдела. Сезонная продажа обуви. Распродажи. Средства по уходу за обувью	План экскурсии, задания			
	10. Экскурсия в магазин «Обувь»					
Транспорт	11. Виды такси: пассажирское, грузовое	Заказ такси по телефону. Стоимость проезда, порядок оплаты. Культура общения. Опасность использования частного транспорта	Беседа. Повторение правил культурного общения	Такси Диспетчер	Иллюстрации, рекламные листы	
	12. Вызов такси. Оплата					
	13. Маршруты городского транспорта	Повторение правил передвижения в общественном транспорте. Общение с кондуктором	Экскурсия на трамвае №2 и №4	Трамвай Кондуктор		
	14. Экскурсия в общественном транспорте					
Торговля	15. Торговля в кредит, по каталогам	Выбор товаров по каталогам. Оформление покупки в кредит. Заполнение анкеты. Распродажи сезонные. Скидки	Беседа, опрос, повторение учебного материала 9 класса	Кредит Скидка Распродажи	Каталоги, журналы, газеты, калькуляторы	
	16. Распродажи сезонные, со скидкой					
	17. Экскурсия в торговый центр	«Выбор» желаемого товара, соотношение желаний и возможностей. Расчет оплаты по месяцам. Условия кредита		Кредит Скидка Распродажи		
	18. Планирование кредита					
Жилище	19. Интерьер кухни	Мебель, оборудование для	Беседа,	Сервиз	Оборудование на	

	20. Правила уборки помещения	кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Кухонные электроприборы (миксер, комбайн, блендер, электрочайник). Правила безопасной работы с ними	повторение, опрос о доске, самостоятельная творческая работа	Миксер Электрочайник Блендер	кухне, плакаты, электроприборы, тетрадь	
	21. Мебель и оборудование детской комнаты или детской зоны	Мебель для детской, санитарно-гигиенические требования к содержанию детской комнаты. Моющие и дезинфицирующие средства, используемые для уборки детской комнаты	Беседа, повторение материала 9 кл.	Детская зона Ширма	Плакаты, книги «Дом вести- не лапти плести». Кроватка детская, стол+стул	
	22. Уборка детской комнаты					
	23. Еженедельная уборка всей квартиры	Еженедельная уборка: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел.				
	24. Последовательность уборки. Практическое занятие	Последовательность уборки. Бытовые приборы для проведения уборки. Моющие средства	Практическая работа, перед ней — планирование работы	Моющие средства Пылесос	Инвентарь для уборки, план	
Средства связи	25. Мобильная (сотовая) связь	Стоимость услуг, тарифы. Оплата сотовой связи.				
	26. Условия получения сотовой связи	Возможности, необходимость в сотовом телефоне. Особенности мобильной связи	Беседа. Заполнение бланка оплаты	Сотовая связь Мобильные телефон Сотовый Оператор	Телефоны, проспекты сотовой связи, реклама тарифов	
Культура поведения	27. Культура общения					
	28. Экскурсия в краеведческий музей или изобразительных	Знание и применение правил поведения в общественных местах	Беседа о правилах поведения и безопасного	Экскурсовод Смотритель Музей		

	искусств		передвижения на дороге			
	29. Культура общения	Умение вести себя в общественных местах, задавать вопросы, вести себя сообразно ситуации	Беседа о предстоящей экскурсии, о ПДД	Ярмарка Выставка		
	30. Экскурсия на выставку или производство (профессии) или на «Ярмарку вакансий» (по трудоустройству)					
Мед. помощь	31. Профилактика гриппа. ОРВИ	Повторение правил 9 класса, закаливание, иммунизация, страховой медицинский полис. Уход за больным в домашних условиях. Первая доврачебная помощь при сердечном приступе	Закаливание естественным путем, беседа. Работа по учебнику. Запись в тетрадь	Вирус Полис ОРВИ	Учебник «Дом вести — не лапти плести», журналы, домашняя аптечка, термометр	
	32. Уход за больным дома					
Питание	33. Повторный инструктаж по ОТ и ТБ. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи	Требования, правила, предъявляемые к приготовлению пищи. Оборудование кухни. Внешний вид. Правила безопасной работы на кухне, повторение	Беседа и сдача правил на оценку, оформление в журнале по т/б		Плакаты, записи в тетради за 9 класс	
	34. Правила безопасной работы на кухне					
	35. Приготовление котлет с гарниром. Практическое занятие	Запись рецепта. Знать последовательность приготовления, продукты, время приготовления	Практическая работа	Котлеты Фарш	Инвентарь, рецепт, продукты	
	36. Планирование работы. Практическое занятие					
37. Приготовление	Запись рецепта, знать	Практическая	Гарнир	Инвентарь,		

	жареной рыбы с гарниром. Практическое занятие	последовательность приготовления, продукты, время приготовления	работа. Запись рецепта	Рыба	рецепт, продукты	
	38. Запись рецепта, подсчет стоимости продуктов. Практическое занятие					
Питание	39. Приготовление вторых блюд из замороженных овощей. Практическое занятие	Запись рецепта, соблюдать последовательность приготовления, продукты, время работы	Практическая работа. Запись рецепта	Морозильник	Инвентарь, рецепт, продукты	
	40. Запись рецепта. Подсчет стоимости продуктов. Практическое занятие					
	41. Приготовление торта из готовых коржей. Практическое занятие	Запись рецепта, приготовление крема по рецепту, украшение фруктами	Практическая работа. Запись рецепта	Корж Торт Бисквит	Инвентарь, рецепт, продукты	
	42. Подсчет стоимости продуктов, запись рецепта. Практическое занятие					
	43. Консервирование. Приготовление салата из капусты. Практическое занятие	Запись рецептов консервированных продуктов. Соблюдение санитарно-гигиенических правил при приготовлении консервов	Практическая работа. Запись рецепта	Консервация Стерилизация	Инвентарь, рецепт, продукты, закаточная машинка	
	44. Запись рецепта, подсчет стоимости продуктов. Практическое					

	занятие					
	45. Любимый рецепт	Знакомство с доступными рецептами, приготовление, стоимость, время приготовления, доступность	Практическая работа. Обмен рецептами	Блюдо	Инвентарь, посуда, готовые блюда	
	46. Ярмарка любимых блюд. Практическая работа					
Культура поведения	47. Приглашение и прием гостей	Сюжетно-ролевая игра «В гостях». Подготовка к приему гостей, встреча гостей. Привила приема гостей. Ты — идешь в гости: выбор одежды, выбор подарка, цветов. Правила поведения в гостях	Разыгрывание ситуации — ты-гость, ты-хозяин. Правильность поведения в роли. Знание правил (9кл.)	Гость Сувенир Этикет	Сюжетно-ролевые игры. Запись в тетрадь, повторение правил (9 кл.)	
	48. Правила приема гостей					
	49. Правила проживания в коммунальной квартире	Общение с соседями, очередность уборки мест общественного пользования, использование мест общего пользования. Способы разрешения конфликтных ситуаций по подъезду, квартире	Беседа, анкетирование, знакомство с правилами	Сосед Квартира Конфликт	Книги по этикету, правила общежития	
	50. Ситуация «Я и соседи»					
Бюджет	51. Оплата коммунальных услуг	Пенсионное обеспечение как доход. Пенсия через почту и «Сбербанк», преимущества и недостатки. Оплата коммунальных услуг на почте. Планирование расходов. Вклады в «Сбербанке»	Беседа. Опрос, работа с проспектами	Квартплата Пенсия Сбербанк	Информационные листки, рекламные объявления	
	52. Получение пенсии на почте и через «Сбербанк»					
Семья	53. Обязанности детей по отношению к родителям	Посильная помощь родителям в уходе за младшими детьми, по	Беседа, личный опыт учащихся,	Семья	«Дом вести - не лапти плести»,	

	54. Основы семейных взаимоотношений. Твоя будущая семья	хозяйству. Обязанности членов семьи. Предоставления о будущей семье	составление рассказа «Моя семья»		альбомы семейные	
Трудоустройство	55. Отчет учащихся о работе прошедшим летом. Трудовая практика	Служба благоустройства, озеленитель, уборщик. Заполнение необходимых документов. Умение вести диалог с работодателем	Беседа, работа с образцами документов	Договор Контракт	Образцы деловых бумаг	
	56. Временная занятость					
	57. Варианты поиска работы	Ориентировка в перечне рабочих специальностей, знакомство со списком вакансий	Беседа с инспектором бюро занятости	Вакансия		
	58. Экскурсия в агентство «Занятость» - вакансии					
	59. Подготовка к контрольной работе					
	60. Контрольная работа					
Трудоустройство	61. Имидж молодого человека	Отличительные особенности деловой и рабочей одежды. Правила гигиены. Правила поведения с коллегами, с администрацией. Правила поведения на рабочем месте	Беседа, зарисовки рабочей одежды, деловой одежды	Имидж Коллеги Администрация Стиль	Журналы, книги	
	62. Особенности деловой и рабочей одежды					
	63. Поиск работы				Телефонные аппараты. Справочник. Газеты «Работа для вас». Карточки-опросники	
	64. Телефонный разговор. Практическое занятие	Поиск работа по телефону: порядок начала разговора, сообщение и получение информации. Правила этикета	Решение реальных ситуаций. Практическое занятие			
	65. Поиск работы в	Умение ориентироваться в	Решение	Агентство по	Газеты, журналы	

печатных изданиях. Практическое занятие	вакансиях, строить разговор с кадровым агентством, уметь позвонить в кадровое агентство	реальных ситуаций	трудоустройству		
66. Поиск работы в сети Интернет. Практическое занятие					
67. Договор или контракт. Практическое занятие	Что такое контракт. Правила и порядок составления контракта	Самостоятельная работа	Контракт	Деловые бумаги (образцы)	
68. Инструктаж по безопасности в летний период. Деловые бумаги					

### Учебная литература

1. Социально-бытовая ориентировка.учеб. Пособие: 8 класса образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В. П. Субчева. - М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
2. Социально-бытовая ориентировка.учеб. Пособие: 9 класса образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В. П. Субчева. - М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.

### Научно – методическая литература

1. Воронкова В.В., Казакова С.А, Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. М., ВЛАДОС,2006
2. «Социальная адаптация учащихся. 5-9 классы программы, планирование, тематические занятия/ авт. – сост. С.А. Родионова, Т.А. Корепанова. – Волгоград:Учитель ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида». Владос, Москва, 2010г.
3. Социально-бытовая ориентировка. Метод.пособие: 5-9 классы образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями/ В.П. Субчева. – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017. – 87 с.: ил.
4. Львова С.А., Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) школе VIII вида. – М., ВЛАДОС,2005
5. Учебник для общеобразовательных учреждений. Гостюшин А.В. «Основы безопасности жизнедеятельности» 1 - 4 кл.
6. Пособие для учителя Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г. и др. «Социальн -бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях 8 вида» М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003 г. (кор. педагогика). Допущено Министерством образования и науки РФ.
7. Домашняяэнциклопедия С. К. Кузьменко. «Всё для дома».
8. Г. Н. Калашников Настольная книга для девочек. «Издательство Эксмо», 2002
9. Книга Е. Молоховец Золотая книга домашних заготовок. Москва, Эксмо «Форум», 2007.

### Интернет-ресурсы

1. <http://www.ed.gov.ru>,
2. <http://www.rfh.ru>,
3. <http://www.int-edu.ru>,
4. <http://www.rsl.ru>,
5. <http://www.gnpbu.ru>,
6. <http://www.pedlib.ru>,
7. <http://dic.academic.ru>,
8. <http://dictionary.fio.ru>,
9. <http://www.ug.ru>,
10. <http://skazochki.narod.ru>,
11. <http://www.uroki.net/>

Материально-техническое обеспечение реализации программы Учебный кабинет, соответствует санитарно-гигиеническим нормам, обеспечен санитарно- бытовыми и социально-бытовыми условиями, в котором соблюдены пожарная и электробезопасность, требования охраны труда. Материально-техническое обеспечение

1. Телевизор
2. Кухонная мебель
3. Электрическая плита
4. Микроволновая печь
5. Кухонная посуда
6. Столовая посуда
7. Домашняя аптечка
8. Моющие, чистящие средства

## **Контрольно-измерительные материалы**

**по «ДОМОВОДСТВУ» 10 класс**

**Ответь на вопросы:**

**II четверть:**

- 1.Что такое стиль ?
- 2.Последовательность уборки квартиры.
- 3.Умение вести себя в общественных местах.

**IV четверть:**

**Ответь на вопросы:**

- 1.Какие обязанности по дому должен выполнять мужчина?
- 2.Какие обязанности по дому должна выполнять женщина?
- 3.Объясни, как ты понимаешь, что такое семейное счастье?
- 4.Правила написания резюме для приема на работу.
- 5.Правила поведения с коллегами, с администрацией