

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Тайтурская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрено  
на заседании методического совета  
протокол № 3 от 25.05.2020 г.

Утверждено  
приказом по школе  
№ 63 от 10.06.2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного предмета «Хозяйственно-бытовой труд и  
привитие навыков самообслуживания»  
для обучающихся по АООП  
с умеренной умственной отсталостью**

Уровень образования: основное общее.  
Параллель: 6-9 классы

Разработчик программы:  
Новицкая Н.Г.  
Учителя коррекционных классов

р.п. Тайтурска  
2020 г.

Рабочая программа учебного предмета «Хозяйственно-бытовой труд и привитие навыков самообслуживания» разработана на основе требований к результатам освоения АООП ООО УУО

Год обучения	Кол-во часов в неделю	Всего часов за учебный год
6 класс	<b>5</b>	<b>170</b>
7 класс	<b>5</b>	<b>170</b>
8 класс	<b>5</b>	<b>170</b>
9 класс	<b>5</b>	<b>170</b>

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа обеспечивает достижения определенных личностных и предметных результатов.

*Личностные результаты* освоения программы:

- проявление познавательных интересов и активности в данной области предметной деятельности;
- овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- формирование принятия и освоения социальной роли обучающегося;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях;
- развитие трудолюбия и ответственности за качество своей деятельности;
- овладение установками, нормами и правилами научной организации умственного и физического труда;
- бережное отношение к природным и хозяйственным ресурсам;
- готовность к рациональному ведению домашнего хозяйства;
- знание и выполнение санитарно-гигиенических требований, правил безопасной работы;
- организация рабочего места;
- использование приобретённых знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни.

*Предметные результаты* освоения программы:

- представление о санитарно-гигиенических нормах; понятие о процессе пищеварения;
- общие сведения о питательных веществах и витаминах;
- виды экологического загрязнения пищевых продуктов, влияющих на здоровье человека;
- влияние способов обработки на пищевую ценность продуктов; правила сервировки стола к завтраку;
- правила столового этикета;
- стремление к экономии и бережливости в расходовании времени, материалов, денежных, средств и труда;
- развитие моторики и координации движения рук при работе с ручными инструментами и приспособлениями;
- достижение необходимой точности движений при выполнении различных технологических операций.

**Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков.** Обучение детей со сложной структурой дефекта делится на несколько образовательных этапов, целью каждого из которых является переход от достигнутого ребенком успеха к тому, что еще предстоит ему освоить. Наиболее значимыми этапами являются:

- действие выполняется взрослым (ребенок пассивен, позволяет что-либо делать с ним);
- действие выполняется ребенком со значительной помощью взрослого;
- действие выполняется ребенком с частичной помощью взрослого;
- действие выполняется ребенком по последовательной инструкции (изображения или вербально);
- действие выполняется ребенком по подражанию или по образцу;
- действие выполняется ребенком полностью самостоятельно.

Оценка отражает степень самостоятельности обучающегося при выполнении действий, операций, направленных на решение конкретных жизненных задач. Оценка фиксирует насколько самостоятельно или с помощью (значительной или частичной физической, по образцу, подражанию или по инструкции и т.д.) обучающийся выполняет осваиваемые действия и насколько он использует сформированные представления для решения жизненных задач.

Оценка «5» ставится, если учащийся самостоятельно и правильно выполняет все задания

Оценка «4» ставится, если учащийся самостоятельно выполняет все задания с незначительными ошибками или с незначительной помощью взрослого

Оценка «3» ставится, если учащийся выполняет все задания с помощью взрослого

Оценка учебной деятельности в специальном классе носит условный характер.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **6 КЛАСС**

#### **1. Навыки, связанные с гигиеной тела.**

Повторить и закрепить пройденное о частях тела и предметах санитарии и гигиены.

Уметь самостоятельно, без помощи взрослых, выполнить в нужной последовательности все этапы утреннего и вечернего туалета.

#### **2. Уход за одеждой и обувью.**

Повторение и закрепление пройденного материала.

Развешивание одежды на вешалки, раскладывание на спинке стула и складывание перед сном.

Чистка щеткой платья, пальто, головного убора.

Виды обуви.

Повторение и закрепление пройденного материала. Уход за обувью: удаление пыли и налипшей грязи с кожаной обуви; мытье резиновой обуви.

Продолжить обучение шнуровке ботинок и завязыванию и развязыванию шнурка.

Навыки владения иглой и наперстком.

Правила техники безопасности при работе с ручной иглой.

Сведения об иглах.

Гигиенические правила вдевания нити. Завязывание узелка.

Понятие о простых швах. Шитье по проколам.

Практическая работа. Вдевание нити в иглу, завязывание узелка, тренировочные упражнения по выполнению простых ручных швов на изделиях.

#### **3. Уход за жилищем.**

Закрепление всех навыков, полученных в младших классах по уборке классного помещения.

Наш дом. Название мебели и ее назначение.

Гигиенические правила уборки класса.

Уборка и заправка своей постели.

Назначение каждого предмета постельного белья.

Уборка и соблюдение порядка на письменном столе. (Размещение книг и других письменных принадлежностей по своим местам, вытирание пыли и соблюдение порядка).

Практическая работа. Проведение ежедневной и еженедельной влажной уборки класса. Уход за комнатными цветами. Предметы для подметания пола (веник, щетка, совок).

#### **4. Приготовление пищи.**

Знакомство с кухней и кухонной посудой.

Соблюдение чистоты и порядка.

Название кухонной посуды, нагревательных приборов и правила пользования ими.

Техника безопасности при приготовлении пищи.

Режим питания – завтрак, обед, полдник, ужин.

Кто и где готовит пищу (в школе, дома). Умение пользоваться столовыми приборами.

Практическая работа. Сервировка стола в школьной столовой. Экскурсия в хлебный и овощной магазины, покупка продуктов.

### **7 КЛАСС**

#### **1. Уход за одеждой и обувью.**

Повторение и закрепление пройденного.

Просушивание намокшей одежды и ее чистка.

Моющие средства: сода, мыло, стиральный порошок.

Правила пользования моющими средствами и их хранение.

Повторить виды одежды и обуви по сезонам.

Уметь привести в порядок свою обувь и одежду. Чистка войлочной и текстильной обуви.

Практическая работа. Стирка рабочей одежды (фартук, косынка). Чистка зимней обуви.

Экскурсия в магазин. Ремонт белья по распоротому шву.

#### **2. Уход за жилищем.**

Подметание пола и удаление пыли со стульев, со столов, подоконников.

Виды освещения и отопления жилых помещений.

Практическая работа. Чистка мебели, мытье рабочих столов и подоконников.

#### **3. Приготовление пищи.**

Повторение норм и режима питания. Значение витаминов в питании.

Виды мясных и рыбных продуктов.

Виды круп.

Холодильник.

Где и как хранятся продукты.

Практическая работа. Мытье столовой посуды в горячей воде и споласкивание ее в чистой горячей воде. Приемы сушки посуды. Правила накрывания стола к обеду, размещение каждого предмета на столе. Назначение и правила пользования каждым предметом во время приема пищи. Уборка со стола после еды. Приготовление бутербродов с маслом, колбасой и сыром.

### **8 КЛАСС**

#### **1. Уход за одеждой и обувью.**

Изучение названий одежды и обуви: уличной, школьной, домашней.

Смена одежды и обуви по сезонам.

Сроки смены белья.

Правила хранения белья до стирки.

Правила применения мыла при стирке.

Посуда, применяемая для стирки белья.

Приемы стирки и сушки, мелких вещей: носовой платок, воротничок, носки.

Сушка мокрой обуви.

Ежедневное вытряхивание и чистка щеткой своей одежды.

Пришивание пуговиц.

#### **1. Уход за жилищем.**

Виды жилых помещений: общежитие, квартиры, индивидуальные дома.

Правила поведения в квартире.

Ежедневная, периодическая и генеральная уборка.

Мебель обыкновенная, мягкая, полированная.

Правила ухода за мебелью.

Практическая работа. Участие в подготовке жилого помещения к зиме. Участие в генеральной уборке жилого помещения. Чистка мебели. Натирка пола. 3. Безопасность в доме. Домашние опасности. Безопасное поведение в ванной комнате. Правила безопасности на кухне.

### **3. Организация питания.**

Помещение кухни.

Кухонная посуда.

Правила пользования нагревательными приборами. Нагревательные приборы.

Помощь взрослым в приготовлении овощных блюд из сырых овощей (салат).

Чистка овощей.

Отваривание картофеля.

Практическая работа. Чистка овощей. Отваривание картофеля. Приготовление бутербродов.

### **4. Безопасность в доме.**

Домашние опасности.

Безопасное поведение в ванной комнате.

Правила безопасности на кухне.

## **9 КЛАСС**

### **1. Уход за жилыми помещениями.**

Квартира и уход за ней. Гигиенические требования к жилому помещению. Виды уборки. Предметы (инвентарь) и средства по уходу за чистотой жилища (веник, щётка, швабра, ведро, моющие средства).

Виды моющих средств.

Кухня и её оборудование. Кухонная утварь и уход за ней.

Мебель. Уход за мебелью.

Практические работы. Последовательность действий при ежедневной /еженедельной уборке. Уход за инвентарём и приспособлениями, проветривание класса и мытьё классной доски. Подметание пола, сбор и вынос мусора из класса. Влажная уборка полов. Уход за руками до и после уборки. Практическая работа с использованием пылесоса: чистка мягкой мебели.

### **2. Уход за одеждой.**

Общие сведения по уходу за одеждой. Сезонная одежда. Виды одежды.

Предметы и средства по уходу за одеждой (порошок, щётка).

Практические работы. Выбор одежды в зависимости от её функционального назначения (деловой, домашней, праздничной, спортивной и т.п.) и сезона. Размещение одежды на плечиках в шкафу, на полке в шкафу, на спинке стула.

Способы ухода за одеждой: сухая чистка, стирка.

Сушка одежды.

Практические работы. Подбор приспособлений и средств для ручной стирки. Ручная стирка одежды из хлопчатобумажной ткани.

### **3. Уход за обувью.**

Виды обуви по назначению: уличная обувь, домашняя обувь, праздничная обувь. Сменная для школы обувь. Значение сменной обуви в школе и дома.

Предметы и средства по уходу за обувью (щётка для обуви, крем для обуви).

Общие правила ежедневного ухода за обувью. Способы ухода за обувью: мытьё и чистка обуви.

Обучение шнуровке ботинок, завязыванию и развязыванию шнурка.

Практические работы. Подбор приспособлений для ухода за обувью. Шнурование ботинок: завязывание / развязывание шнурка. Подготовка обуви к сушке – набивание обуви газетной бумагой.

#### **4. Уход за комнатными растениями.**

Общие представления о комнатных растениях.

Виды комнатных растений.

Условия, необходимые для жизни и роста растений: свет, вода, температура воздуха.

Инвентарь для ухода за комнатными растениями. Полив растений. Опрыскивание растений. Удаление пыли с листьев. Мытьё поддонов.

Практические работы. Полив растений. Опрыскивание растений, удаление пыли с крупных плотных гладких листьев. Мытьё поддонов.

#### **5. Организация питания.**

Значение режима питания и его соблюдение. Правила питания. Полезные и вредные продукты.

Культура приёма пищи и правила поведения за столом. Знакомство со способами хранения продуктов.

Правила обработки фруктов и овощей. Первичная обработка продуктов: мытьё, очистка и нарезка.

Упражнения в сервировке стола для чая или обеда.

Правила приготовления бутербродов.

Практические работы. Сервировка стола к завтраку или ужину. Подготовка продуктов к хранению. Заваривание чая. Приготовление бутербродов.

#### **6. Представления о здоровом образе жизни.**

Беседы о необходимости закалывающих процедур и тренировочных упражнений для глаз, рук, ног (на доступном для восприятия учащихся уровне).

Профилактика простудных заболеваний. Значение закалывания, правила закалывания.

Гимнастика и её значение для здоровья. Гимнастика в домашних условиях: санитарные правила и правила безопасности.

Правила поведения во время болезни. Правила ухода за больным в доме, вызов врача на дом. Экскурсия в аптеку – покупка лекарственных средств.

Практические работы. Тренировочные упражнения по сохранению зрения. Выполнение комплекса гимнастики в домашних условиях; Выполнение действий по уходу за больным в доме.

#### **7. Безопасность в доме.**

Правила поведения на кухне.

Беседы с наглядными примерами о правилах безопасности при пользовании электрическими розетками. Правила безопасного обращения с бытовыми приборами.

Практические упражнения и формирование алгоритма обращения с пылесосом. Правила пользования ножом.

Практические работы. Выполнение действий по включению / выключению электроприборов в розетки; практические действия по использованию пылесоса и утюга. Сметание мусора в совок, высыпание мусора в ведро, вынос мусора в определённое место. Практические действия при наливании кипятка.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **6 КЛАСС**

№	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	<b>Навыки, связанные с гигиеной тела.</b>	50
2	<b>Уход за одеждой и обувью.</b>	30
3	<b>Уход за жилищем.</b>	40
4	<b>Приготовление пищи.</b>	40
5	<b>Повторение</b>	10

	<b>Итого</b>	170
--	--------------	-----

### 7 КЛАСС

№	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	<b>Уход за одеждой и обувью.</b>	50
2	<b>Уход за жилищем.</b>	40
3	<b>Приготовление пищи.</b>	70
4	<b>Повторение</b>	10
	<b>Итого</b>	170

### 8 КЛАСС

№	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	<b>Уход за жилым помещением.</b>	50
2	<b>Уход за обувью.</b>	30
3	<b>Организация питания.</b>	50
4	<b>Безопасность в доме.</b>	60
5	<b>Повторение</b>	10
	<b>Итого</b>	170

### 9 КЛАСС

№	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	<b>Жилище.</b>	30
2	<b>Уход за одеждой.</b>	30
3	<b>Уход за обувью.</b>	10
4	<b>Уход за комнатными растениями.</b>	20
5	<b>Организация питания.</b>	25
6	<b>Безопасность в доме.</b>	15
7	<b>Представление о здоровом образе жизни.</b>	30
8	<b>Повторение.</b>	10
	<b>Итого</b>	170

