

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО «БРАТСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТУРМАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Заседание МС
МКОУ «Турманская СОШ»
Протокол № _____
от « » _____ 2020 г.
Зам. Директора по УВР
Онищук С.В. _____

Приказ № _____
от « » _____ 2020 г.
Директор МКОУ
«Турманская СОШ»
МО «Братский район»
Московских Т.А. _____

Адаптированная рабочая программа учебного
предмета (курса)
«Хозяйственно-бытовой труд и привитие навыков
самообслуживания»
для учащихся 6 класса с умеренной умственной отсталостью
на 2020– 2021 учебный год

Предметная область: «Трудовая подготовка»

Разработала:
учитель
Чистякова Антонина Ильинична

Турма 2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы (1 вариант) для обучающейся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), образовательные отношения с которыми возникли до 01.09.2016г (3-9 классы) и «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов», под редакцией Бгажноковой И.М., 2013 (Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 8-е издание, 2013 год).
(5 час. в неделю, всего 170 часов)

Цель:

Формирование навыков социально-адаптивного поведения у детей.

Задачи:

- Расширять и углублять знания детей об основных правилах соблюдения гигиенических требований;
- Учить детей осуществлять мелкий ремонт личной одежды;
- Расширять и углублять знания о пользе и разнообразии продуктов питания;
- Формировать основы здоровьесберегающего поведения

Основные требования к знаниям и умениям учащихся.

1. Личная гигиена

Обучающиеся должны уметь:

- Содержать в чистоте и порядке свои личные вещи;
- Содержать в чистоте и опрятности свой внешний вид;

Обучающиеся должны знать:

- Правила ухода за своим телом;
- Правила гигиены зрения

2. Уход за одеждой и обувью

Обучающиеся должны уметь:

- уметь осуществлять стирку и мелкий ремонт одежды;
- научиться испытывать чувство ответственности за собственные действия, оказывающие влияние на здоровье;
- уметь соблюдать гигиенические требования;

Обучающиеся должны знать:

- Знать основные правила здоровьесберегающего поведения;
- Научиться испытывать чувство ответственности за собственные действия, оказывающие влияние на здоровье.
- Знать основные правила ухода за телом, уметь соблюдать гигиенические требования;

3. Уход за жилищем

Обучающиеся должны уметь:

- мыть подоконники;
- поливать и опрыскивать растения; рыхлить почву;
- удалять пыль соблюдать правила безопасной работы и использовать средства защиты при работе с землей;
- работать с пылесосом;
- выполнять повседневную уборку в помещении; складывать бельё в шкаф

Обучающиеся должны знать :

- правила мытья оконных переплетов;
- правила мытья стен, покрытых краской;
- правила ухода за комнатными растениями;
- правила работы с пылесосом;

4. Медицинская помощь

Обучающиеся должны уметь:

- Оказать первую простую медицинскую помощь

Обучающиеся должны знать:

- Виды медицинских учреждений
- Номер 03

5. Приготовление пищи

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться столовой посудой и столовыми приборами;
- мыть и чистить кухонное оборудование;
- обращаться с горячими предметами;
- готовить в соответствии с рецептурой: блины; изделия из замороженного теста; холодные напитки; заправочные овощные супы; сервировать стол к обеду.

Обучающиеся должны знать:

- санитарно-гигиенические требования к кухонной и столовой посуде;
- правила пользования столовой посудой и столовыми приборами;
- приемы безопасного обращения с горячими предметами;

6. Семья

Обучающиеся должны уметь:

- Оказывать помощь членам семьи

Обучающиеся должны знать:

- Место работы членов семьи

7. Культура поведения

Обучающиеся должны уметь:

- Вести себя в гостях, в общественных местах

Обучающиеся должны знать:

- Правила поведения в гостях, в общественных местах

8. Транспорт

Обучающиеся должны уметь:

- Оплачивать проезд в городском транспорте

Обучающиеся должны знать:

- Правила пешехода

9. Организации и учреждения

10. Средства связи

Обучающиеся должны уметь:

- Пользоваться телефоном;
- Подписывать адрес на конверте, открытке

Обучающиеся должны знать:

- Почтовый адрес дома

11. Торговля

Обучающиеся должны уметь:

- Ходить в магазин и совершать покупки необходимых товаров

Обучающиеся должны знать:

- Правила покупки товара

12. Профессии

Обучающиеся должны знать:

- 3-4 профессии

Тематическое планирование по разделам

№	Тема	Кол-во часов
1	Личная гигиена	25
2	Уход за одеждой и обувью	13
3	Уход за жилищем	22
4	Медицинская помощь	12
5	Приготовление пищи	43
6	Семья	9
7	Культура поведения	7
8	Транспорт	10
9	Организации и учреждения	4
10	Средства связи	8
11	Торговля	9
12	Профессии	8
	Итого	170

Тематическое планирование

Личная гигиена – 25 ч.		
1-2	Водное занятие. Знакомство с предметом.	2
3-4	Средства личной гигиены.	2
5	Просмотр мультфильма «Мойдодыр». Обсуждение.	1
6-8	Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки.	3
9-10	Закаливание организма	2
11-12	Разучивание упражнений для укрепления здоровья	2
13-14	Гигиена кожи.	2
15-16	Практическое занятие. Мытье рук. Мытье волос, тела, ног (куклы)	2
17-18	Гигиена зрения	2
19-20	Вредные привычки: курение и алкоголь	2
21	Просмотр фильма о вреде курения	1
22-23	Гигиена воды. Средства фильтрации воды.	2
24-25	Просмотр развивающего мультика про личную гигиену и чистоту. Обсуждение.	2
Уход за одеждой и обувью – 13 ч.		
26-27	Опрятный вид человека	2
28-29	Гигиена одежды.	2
30-31	Поддержание одежды в порядке	2
32-33	Практическое занятие. Стирка носков, носовых платков, мелких предметов	2
34	Правила пользования утюгом	1
35-36	Утюжка вещей	2
37-38	Дидактическая игра. Закрепление знаний.	2

Уход за жилищем – 22 ч.		
39-40	Гигиенические требования к жилому помещению	2
41	Гигиена жилища. Протирание подоконников в кабинете	1
42	Складывание кроватных покрывал	1
43-44	Уборка в шкафу	2
45-46	Ремонт книг.	2
47	Складывание одежды в шкафу	1
48	Уборка кровати	1
49	Повседневная сухая и влажная уборка	1
50	Пылесос. Техника безопасности в работе с пылесосом	1
51-52	Практическая работа. Уборка помещения	2
53-54	Виды мебели	2
55-56	Уход за мебелью	2
57-58	Уход за комнатными растениями. Полив, рыхление. Опрыскивание, подкормка.	2
59-60	Дидактическая игра «С чего начинаю»	2
Медицинская помощь – 12 ч.		
61	Дидактическая игра «Если кто-то заболел»	1
62-63	Знакомство с предметами для оказания первой помощи.	2
64-65	Виды медицинской помощи	2
66-67	Основы оказания первой помощи.	2
68	Виды медицинских учреждений	1
69-70	Дидактическая игра «Скорая помощь»	2
71-72	Экскурсия в медицинское учреждение. Аптека	2
Приготовление пищи – 43 ч.		
73-74	Гигиена питания.	2
75-76	Правила приема пищи.	2
77-78	Режим питания	2
79-80	Пирамида питания	2
81-82	Рацион дня подростка	2
83-84	Правила хранения продуктов	2
85-86	Практическая работа. Составление меню: завтрак, обед, ужин	2
87-88	Практическая работа. Составление меню: праздничный стол	2
89-90	Приготовление холодных напитков	2
91-92	Варка яиц, приготовление яичницы, омлета	2
93-94	Приготовление салатов из овощей	2
95-96	Приготовление салатов из консервированных продуктов	2
97-98	Желудочно-кишечные инфекции и профилактика.	2
99-100	О пользе витаминов.	2
101	Первая помощь при отравлении	1
102-103	Дидактическая игра «Полезная – вредная еда»	2
104-107	Сервировка стола	4
108	Правила поведения за столом	1
109-110	Практическое занятие	2
111-112	Дидактическая игра. Закрепление навыков.	2
113	Жвачка-враг или друг?	1
114-115	Просмотр мультфильма «Таня и Вика в стране продуктов» Обсуждение	2
Семья – 9 ч.		
116-117	Что такое семья	2

118-119	Место работы членов семьи	2
120-121	Права и обязанности членов семьи	2
122	Уход за младшим членом семьи	1
123	Оказание помощи старшим членам семьи	1
124	Дидактическая игра «Моя семья»	1
Культура поведения – 7		
125	Культура поведения. Что это?	1
126-127	Правила поведения в общественных местах (кино, театр, цирк)	2
128-129	Правила поведения в общественных местах (транспорт, стадион)	2
130-131	Правила поведения в гостях	2
Транспорт – 10		
132-133	Виды транспорта	2
134-135	Городской транспорт. Оплата проезда	2
136-137	Маршруты городского транспорта	2
138-139	Правила дорожного движения	2
140	Дорога в школу и обратно	1
141	Дидактическая игра «Мы пешеходы»	1
Организации и учреждения – 4		
142-143	Дошкольные учреждения	2
144-145	Экскурсия в СДК	2
Средства связи – 8		
146	Телефон	1
147	Интернет	1
148	Почтовый адрес дома	1
149	Письмо, открытка	1
150-151	Составление письма, подписание открытки	2
152	Экскурсия на почту	1
153	Дидактическая игра «Почта»	1
Торговля – 9		
154-155	Виды магазинов	2
156-157	Специализированные магазины. Их сотрудники	2
158-159	Правила покупки товаров	2
160-161	Экскурсия в магазин	2
162	Дидактическая игра «Магазин»	1
Профессии - 8		
163-164	Все профессии важны, все профессии нужны	2
165	Я хочу стать ...	1
166-167	Выбор профессии	2
168	Дидактические игры	1
169-170	Повторение пройденного за год.	2