Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 607
Пушкинского района Санкт-Петербурга

Принята на заседании педагогического совета ГБОУ школа № 607

Протокол № 1 от 31.08.2026 г.

«Согласовано»	«Утверждаю»
_____	_____ Директор
Заместитель директора ГБОУ школы № 607 Дворянкина Е. В.	ГБОУ школы № 607 Шамина Л. Н. Приказ № 64/3 от 31.08.2026 г.

ШАМИНА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА

Подписано цифровой подписью: ШАМИНА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА
Дата: 2026.09.24 15:28:25 +03'00'

Рабочая программа
по предмету
«Домоводство»
10 «А» класс

Срок реализации 2026-2027 учебный год

Автор-разработчик: Дворянкина Е.В.

Учитель высшей квалификационной категории

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» в 10 «А» классе на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушениями интеллекта ГБОУ школа № 607 Пушкинского района Санкт - Петербурга, 2 вариант.

Рабочая программа, в соответствии с учебным планом ГБОУ школа № 607, на 2026-2027 учебный год рассчитана на 170 часов, (исходя из 34 учебных недели в году).

При разработке программы учитывались индивидуальные особенности учащихся**.** В классе 4 детей. Дети с диагнозом: умеренная и тяжёлая умственная отсталость. У таких детей в результате тяжелых множественных нарушений развития недостаточно развита перцептивная (сенсорная) сфера по данному предмету, вследствие этого они испытывают значительные трудности в усвоении учебного материала. У детей также отмечается скованность, неполный объём движений, недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации. Речевые навыки на бытовом уровне не развиты, речь у детей либо отсутствует, либо представлена в очень скудном словарном запасе. На уроках дети быстро устают, отличаются пониженной работоспособностью. Все психические процессы развиты слабо. Внимание непроизвольное, крайне рассеянное, неустойчивое. Нарушена как логическая, так и механическая память. Обучение организуется с учетом традиционно-народного быта и художественных промыслов, а также современных и традиционных арт-терапевтических технологий. На уроках формируются элементарные трудовые навыки, позволяющие учащимся выполнять различные поделки вместе с учителем, по подражанию его действиям, по образцу, ориентируясь на реальные образцы, их объемные и плоскостные модели, а затем и самостоятельно.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределения содержания программы, исходя, из психофизиологических особенностей класса и предполагает индивидуальное психолого-медико-педагогическое сопровождение.

Программа может быть реализована, как в очной, так и в дистанционной форме обучения.

Краткое содержание разделов курса

Разделы программы	Количество часов	Содержание
Покупки		- Планирование покупок. - Выбор места совершения покупок. - Ориентация в расположении отделов магазина (молочный, хлебобулочный, напитки), кассы. Нахождение нужного товара в магазине. - Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе:

		выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, складывание покупок в сумку. - Раскладывание продуктов в места хранения.
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.
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 (разделочная доска). - 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 (электрический чайник, микроволновая печь, 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.
Приготовление пищи		**Подготовка к приготовлению блюда.** - Назначение кухонной мебели. - Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. - Обработка продуктов. - Наливание жидкостей в кружку (стакан). - Узнавание на вкус холодных напитков. - Правила хранения продуктов. - Заваривание чая - Перемешивание сахара ложкой. - Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. **Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда:** выбор продуктов (хлеб, колбаса, сыр, масло), выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож), нарезание хлеба, нарезание колбасы, нарезание сыра, намазывание хлеба маслом, сборка бутерброда (хлеб с маслом и колбаса, хлеб с маслом и сыр). **Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата:** выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, тарелки), очистка овощей и фруктов, нарезка кубиками (кольцами, полукольцами). **Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката**

Уборка помещений 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.
Итого	**170**	

Предметные результаты:

Достаточный уровень:

1. Умение ориентироваться в расположении отделов магазина, рынка, находить кассу, выбирать нужный отдел магазина для совершения покупок;
2. Умение выбирать и пользоваться орудиями и средствами для выполнения простых бытовых поручений (веник, швабра, мыло, средство для мытья посуды);
3. Умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения продуктов;
4. Умение выполнять доступные бытовые виды работ: уборку помещения, ручную стирку, сервировку стола, машинную стирку и глажение белья с помощью учителя, мытьё окон и зеркал, уборку бытового мусора;
5. Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику (микроволновая печь, холодильник, чайник, тостер, миксер, стиральная машина);
6. Умение соблюдать правила безопасности в работе с бытовыми электроприборами, с острыми, режущими предметами;
7. Умение готовить простые и горячие бутерброды;
8. Умение нарезать фрукты и овощи кубиками (кольцами), готовить салаты;
9. Умение соблюдать последовательность действий при варке яйца;
10. Умение готовить десерты с помощью учителя.

Минимальный уровень:

1. Умение выполнять простые поручения в доступной форме, связанные с уборкой рабочего места, сервировкой и уборкой столов с помощью учителя;
2. Умение ориентироваться в расположении отделов магазина, нахождение кассы в магазине с помощью учителя;
3. Умение выбирать несколько товаров в магазине с помощью учителя;
4. Умение выполнять отдельные действия (из конкретных поручений) по подражанию и по инструкции учителя;
5. Умение выбирать и пользоваться орудиями и средствами для выполнения простых бытовых поручений (веник, совок, мыло, средство для мытья посуды);
6. Умение ориентироваться в простых бытовых решениях, связанных с чистотой (гигиеной) и опрятностью;
7. Умение решать элементарные бытовые задачи с учетом собственных желаний и потребностей;

8. Соблюдение режима дня и правил гигиены, умение следить за своим внешним видом;
9. Умение выполнять доступные бытовые виды работ;
10. Умение готовить простые бутерброды с помощью учителя.

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Номер урока	Дата проведения		Примечание
				По плану	По факту	
1.	Что такое домоводство?	1	1	03.09.		
2.	Режим питания школьника	1	2	03.09.		
3.	Полдник. Рацион питания	1	3	04.09.		
4.	Как готовят сладкие булочки?	1	4	04.09		
5.	Мука. Виды и способы приготовления	1	5	07.09.		
6.	Виды мучных изделий	1	6	10.09.		
7.	Последовательность приготовления теста (слоёного)	1	7	10.09.		
8.	Последовательность приготовления булочки с джемом из готового слоёного теста в микроволновой печи (рецепт)	1	8	11.09.		
9.	Места хранения продуктов и посуды на кухне	1	9	11.09.		
10.	Выбор посуды, столовых приборов и инвентаря для приготовления булочки с джемом	1	10	14.09.		
11.	Ориентация в расположении отделов и кассы магазина. Работники магазина	1	11	17.09.		
12.	Правила поведения покупателя в магазине	1	12	17.09.		
13.	Выбор товаров в магазине для приготовления булочек с джемом (готовое слоёное тесто, джем). Оплата товаров	1	13	18.09.		
14.	Приготовление булочки с джемом в микроволновой печи	1	14	18.09.		
15.	Уборка мест приготовления пищи. Мытьё и сушка инвентаря и посуды	1	15	21.09.		
16.	Мытьё и сушка столовых приборов	1	16	24.09.		
17.	Мытьё и сушка мисок (пиал, горшков)	1	17	24.09.		

18.	Мытьё и сушка тарелок	1	18	25.09.		
19.	Подметание пола	1	19	25.09.		
20.	Сухая и влажная уборка мебели	1	20	28.09.		
21.	Мытьё пола	1	21	01.10.		
22.	Ручная стирка и сушка одежды (рубашка)	1	22	01.10.		
23.	Раскладывание рубашки на гладильной доске	1	23	02.10.		
24.	Глажение рубашки	1	24	02.10		
25.	Глажение рубашки	1	25	05.10.		
26.	Ремонт одежды. Приклеивание термонаклейки с помощью утюга	1	26	08.10.		
27.	Вывешивание одежды на «плечики». Места и правила хранения одежды	1	27	08.10.		
28.	Правила техники безопасности при работе с колющими и режущими предметами. Места хранения ниток и иголок.	1	28	09.10.		
29.	Пришивание пуговиц	1	29	09.10.		
30.	Пришивание пуговиц	1	30	12.10.		
31.	Ремонт одежды. Зашивание дырок вручную	1	31	15.10.		
32.	Ремонт одежды. Зашивание дырок вручную	1	32	15.10.		
33.	Уборка бытового мусора. Подметание территории	1	33	16.10.		
34.	Уборка бытового мусора. Подметание территории	1	34	16.10.		
35.	Сгребание травы и листьев	1	35	19.10.		
36.	Определение необходимости уборки в помещении	1	36	22.10.		
37.	Инвентарь для уборки помещения	1	37	22.10.		
38.	Подметание пола	1	38	23.10.		
39.	Сухая и влажная уборка мебели	1	39	23.10.		
40.	Мытьё пола	1	40	05.11.		
41.	Консервы. Почему так названы?	1	41	05.11.		
42.	Виды консервированных продуктов	1	42	06.11.		
43.	Способы консервации продуктов. Сушка.	1	43	06.11.		
44.	Нарезка и засушивание зелени	1	44	09.11.		
45.	Способы консервации продуктов. Замораживание.	1	45	12.11.		
46.	Приготовление мороженого из сливок и сгущённого молока	1	46	12.11.		
47.	Способы консервации продуктов. Квашение.	1	47	13.11.		

48.	Квашение капусты	1	48	13.11.		
49.	Способы консервации продуктов. Соление и мочение	1	49	16.11.		
50.	Приготовление малосольных огурцов	1	50	19.11.		
51.	Способы консервации продуктов. Маринование.	1	51	19.11.		
52.	Различение на вкус свежего и маринованного огурца.	1	52	20.11.		
53.	Способы консервации продуктов. Копчение.	1	53	20.11.		
54.	Различение на вкус варёной и копчёной колбасы	1	54	23.11.		
55.	Консервы. О пользе и вреде консервированных продуктов.	1	55	26.11.		
56.	Последовательность действий при приготовлении картофельного салата с рыбными консервами (рецепт)	1	56	26.11.		
57.	Места хранения продуктов (консервы, овощи, яйца, зелень, майонез)	1	57	27.11.		
58.	Выбор посуды и инвентаря для приготовления картофельного салата с рыбными консервами	1	58	27.11		
59.	Правила пользования консервным ножом	1	59	30.11.		
60.	Глобальное чтение слова «КОНСЕРВЫ», соотнесение с изображением	1	60	03.12.		
61.	Глобальное чтение слова «КОНСЕРВЫ», соотнесение с изображением	1	61	03.12.		
62.	Магазин. Ориентация в расположении отделов магазина и кассы. Нахождение отдела «консервы»	1	62	04.12.		
63.	Ассортимент консервированных товаров в отделе	1	63	04.12.		
64.	Выбор товаров в магазине для картофельного салата с рыбными консервами (рыбные консервы, картофель, лук, яйца, солёные огурцы, укроп, майонез). Оплата товаров. Складывание покупок	1	64	07.12.		
65.	Отваривание и чистка картофеля в мундире. Очищение лука.	1	65	10.12.		
66.	Отваривание и чистка яиц	1	66	10.12.		
67.	Нарезание картофеля, лука, яиц	1	67	11.12.		

68.	Открывание рыбных и овощных, нарезание огурцов и зелени. Приготовление и заправка картофельного салата с рыбными консервами	1	68	11.12.		
69.	Уборка мест приготовления пищи. Мытьё посуды и инвентаря	1	69	14.12.		
70.	Опасные бытовые отходы. Куда выбрасывать консервные банки?	1	70	17.12.		
71.	Ассортимент отдела новогодних украшений	1	71	17.12.		
72.	Сюжетно-ролевая игра «Покупаю всё для новогоднего праздника»	1	72	18.12.		
73.	Украшаю класс к Новому году	1	73	18.12.		
74.	Украшаю класс к Новому году	1	74	21.12.		
75.	Подметание пола	1	75	24.12.		
76.	Сухая и влажная уборка мебели	1	76	24.12.		
77.	Мытьё пола	1	77	25.12.		
78.	Виды и назначение скатертей.	1	78	25.12.		
79.	Сервировка стола для чаепития	1	79	28.12.		
80.	Заваривание чая. Праздничное чаепитие	1	80	11.01.		
81.	Уборка снега (сгребание, перебрасывание)	1	81	14.01.		
82.	Уборка снега (сгребание, перебрасывание)	1	82	14.01.		
83.	Виды моющих средств и их назначение	1	83	15.01.		
84.	Правила безопасного обращения и хранения моющих средств	1	84	15.01.		
85.	Виды средств для мытья посуды	1	85	18.01.		
86.	Мытьё и сушка столовых приборов	1	86	21.01.		
87.	Виды стиральных порошков	1	87	21.01.		
88.	Ручная стирка и сушка белья	1	88	22.01.		
89.	Последовательность действий при машинной стирке.	1	89	22.01.		
90.	Машинная стирка белья. Практикум	1	90	25.01.		
91.	Вынимание белья из машины. Вывешивание белья на просушку	1	91	28.01.		
92.	Мытье и сушка стиральной машины	1	92	28.01.		
93.	Места хранения белья и одежды	1	93	29.01.		
94.	Установка гладильной доски, раскладывание белья на гладильной доске	1	94	29.01.		

95.	Смачивание белья водой, глажение	1	95	01.02.		
96.	Складывание белья	1	96	04.02.		
97.	Одежда из различных материалов. Чтение бирок с правилами ухода.	1	97	04.02.		
98.	Различение одежды по сезонам. Правила хранения.	1	98	05.02.		
99.	Различение одежды на женскую, мужскую и детскую.	1	99	05.02.		
100.	Размер одежды. Нахождение и чтение бирок.	1	100	08.02.		
101.	Определение размера одежды	1	101	11.02.		
102.	Детали одежды	1	102	11.02.		
103.	Аксессуары для одежды	1	103	12.02.		
104.	Сюжетно-ролевая игра «Выбираю брюки (платье) в магазине»	1	104	12.02.		
105.	Мастерские по пошиву и ремонту одежды (ателье). Виды услуг	1	105	15.02.		
106.	Последовательность действий при пошиве одежды в ателье, оплата услуг.	1	106	18.02.		
107.	Последовательность действий при сдаче одежды в ремонт, оплата услуг.	1	107	18.02.		
108.	Пришивание пуговиц	1	108	19.02.		
109.	Пришивание пуговиц	1	109	19.02.		
110.	Зашивание дырок вручную	1	110	20.02.		
111.	Зашивание дырок вручную	1	111	25.02.		
112.	Виды обуви	1	112	25.02.		
113.	Виды обуви	1	113	26.02.		
114.	Средства для ухода и выбор способа чистки обуви из различных материалов	1	114	26.02.		
115.	Правила хранения обуви	1	115	01.03.		
116.	Обувные отделы в магазинах	1	116	04.03.		
117.	Размер обуви	1	117	04.03.		
118.	Определение размера обуви	1	118	05.03.		
119.	Сюжетно-ролевая игра «Покупаю обувь в магазине»	1	119	05.03.		
120.	Обувь порвалась. Что делать? Мастерская по ремонту обуви.	1	120	11.03.		
121.	Последовательность действий при сдаче обуви в ремонт, оплата услуг.	1	121	11.03.		
122.	Виды головных уборов	1	122	12.03.		
123.	Виды головных уборов ??????	1	123	12.03.		

124.	Средства для ухода и правила хранения головных уборов из различных материалов	1	124	15.03.		
125.	Отделы головных уборов в магазинах	1	125	18.03.		
126.	Размер головных уборов	1	126	18.03.		
127.	Определение размера головных уборов	1	127	19.03.		
128.	Сюжетно-ролевая игра «Покупаю шапку в магазине»	1	128	19.03.		
129.	Шапка порвалась. Что делать?	1	129	22.03.		
130.	Места хранения одежды, обуви и головных уборов	1	130	25.03.		
131.	Декорирование одежды. Практикум	1	131	25.03.		
132.	Декорирование одежды. Практикум	1	132	26.03.		
133.	Выбор одежды, обуви, головного убора в соответствии с ситуацией	1	133	26.03.		
134.	Одежда для животных	1	134	05.4.		
135.	Сюжетно-ролевая игра «Одень мальчика и девочку»	1	135	08.04.		
136.	Для чего нужны шторы?	1	136	08.04.		
137.	Ручная стирка и сушка белья (шторки)	1	137	09.04.		
138.	Ручная стирка и сушка белья (шторки)	1	138	09.04.		
139.	Раскладывание белья (шторки) на гладильной доске	1	139	12.04.		
140.	Глажение белья (шторки)	1	140	15.04.		
141.	Глажение белья (шторки)	1	141	15.04.		
142.	Подгиб ткани с помощью клейкой ленты	1	142	16.04.		
143.	Подгиб ткани с помощью клейкой ленты	1	143	16.04.		
144.	Подвешивание штор	1	144	19.04.		
145.	Подвешивание штор	1	145	22.04.		
146.	Складывание и правила хранения штор	1	146	22.04.		
147.	Подметание пола	1	147	23.04.		
148.	Сухая и влажная уборка мебели	1	148	23.04.		
149.	Мытьё пола	1	149	26.04.		
150.	Уборка бытового мусора. Подметание территории	1	150	29.04.		
151.	Уборка бытового мусора. Подметание территории	1	151	29.04.		
152.	Сгребание травы и листьев	1	152	30.04.		
153.	Сгребание травы и листьев	1	153	06.05.		

154.	Последовательность приготовления теста для бисквитных коржей (рецепт)	1	154	06.05.		
155.	Последовательность приготовления бисквитного торта (рецепт)	1	155	07.05.		
156.	Места хранения продуктов и посуды на кухне (коржи из бисквитного теста, сгущёнка, сметана, сливочное масло).	1	156	07.05.		
157.	Последовательность действий при работе с миксером	1	157	13.05.		
158.	Выбор посуды, столовых приборов и инвентаря для приготовления бисквитного торта. Правила пользования консервным ножом	1	158	13.05.		
159.	Нахождение в магазине товаров, необходимых для приготовления бисквитного торта с	1	159	14.05.		
160.	Приготовление крема для бисквитного торта	1	160	14.05.		
161.	Приготовление бисквитного торта	1	161	17.05.		
162.	Уборка мест приготовления пищи. Мытьё посуды и инвентаря	1	162	20.05.		
163.	Устройство посудомоечной машины	1	163	20.05.		
164.	Последовательность действий при загрузке/выгрузке посуды	1	164	21.05.		
165.	Виды сушилок для посуды.	1	165	21.05.		
166.	Последовательность действий при сушке посуды в сушилке	1	166	24.05.		
167.	Подметание пола	1	167			
168.	Сухая и влажная уборка мебели	1	168			
169.	Мытьё пола	1	169			
170.	Что узнали, чему научились?	1	170			