Приложение 18

к Адаптированной основной

общеобразовательной программе обучающихся

с легкой умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями)(6-9 классы)

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

 **«Белоярская школа - интернат»**

**Рабочая программа**

**по социально- бытовой ориентировке**

**VII класс**

**с. Белый Яр, 2020**

Рабочая программа по предмету СБО разработана в соответствии с Положением о рабочей программе МКОУ «Белоярская ШИ», утвержденным приказом МКОУ «Белоярская ШИ» от 20.05.2016г. № 275-1.

Организация – разработчик: МКОУ «Белоярская ШИ»

Разработчик Масалова И.В.

**Пояснительная записка**

**Краткая характеристика предмета**

Обучение направлено на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации; ориентировки в экономико-бытовых вопросах; на повышение общего уровня развития культуры поведения и отношений в семье. Материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений от класса к классу. Для укрепления здоровья учащихся применяются здоровьесберегающие технологии. Для лучшего усвоения материала используется применение информационно-коммуникативных технологий (ИКТ).

**Цель:** формирование жизненных компетенций

Задачи:

* формировать положительное отношение к труду;
* формировать навыки самообслуживания;
* формировать навыки по сохранению здоровья;
* формировать умение работать с ПК

**Предметные результаты.**

*Обучающиеся должны знать:*

- значение первых и вторых блюд;

- правила личной гигиены девушки и юноши;

- особенности стирки изделий из х/б и шелковых тканей;

- последовательность и особенность утюжки брюк.

- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения;

- меры по предупреждению несчастных случаев;

- правила техники безопасности в работе с ПК;

- инструменты рисования графического редактора;

- правила техники безопасности при работе с сельскохозяйственными инструментами;

- правила уборки урожая овощей, сбора и посева семян овощей и цветов.

*Обучающиеся должны уметь:*

- готовить блюда по технологической карте;

- ухаживать за кожей лица;

- убирать жилые помещения, мыть окна;

- вводить информацию в компьютер с помощью клавиатуры и мыши;

- выполнять рисунок в программе «Paint»;

- соблюдать технику безопасности при работе с сельскохозяйственным инвентарем;

- выполнять уборку урожая овощей, сбор и посев семян овощей и цветов;

- пересаживать и ухаживать за рассадой овощей;

- оформлять гряды.

**Содержание предмета.**

Теоретические сведения.

*Личная гигиена*. Личная гигиена подростка. Уход за кожей лица.

*Одежда и обувь.* Ручная стирка белья. Стиральная машина. Правила и приемы утюжки брюк.

*Питание.* Электробытовые приборы. Приготовление первых блюд. Приготовление вторых блюд. Приготовление третьих блюд. Питание.

*Жилище.* Регулярная и сезонная уборка. Уход за полом. Уход за окнами. Животные в доме. Жилище.

*Культура поведения.* Проведение игр с детьми младшего возраста.

*Транспорт.* Железнодорожный транспорт.

*Торговля.* Универмаги. их назначение.

*Медицинская помощь*. Травмы. Домашняя аптечка. Лекарственные растения. Доврачебная помощь.

*ПК:* Устройство ПК. Клавиатура. Рисование. Калькулятор Набор текста.

*Экономика домашнего хозяйства* Деньги. Бюджет семьи.

*Сельскохозяйственные работы*: Техника безопасности. Уборка картофеля. Уборка моркови. Уборка свеклы. Уборка фасоли. Уборка цветов.Уборка урожая капусты на хранение. Подготовка огородного участка к зимнему периоду. Посев семян овощей.

Уход за рассадой. Разбивка гряд. Посев семян в грунт.

*Практические работы:*

*Личная гигиена:* нанесение крема на кожу лица

*Одежда и обувь:* утюжка брюк.

*Питание*: приготовление первых, вторых и третьих блюд.

*Жилище:* мытье окна, влажная уборка помещения.

*Культура поведения:* разучивание игр для детей младшего возраста.

*Медицинская помощь*: заваривание травяного настоя.

*ПК:* набор текста по заданию, выполнение вычислений с помощью приложения «Калькулятор», рисование в программе Paint/

*Сельскохозяйственные работы:* Уборка урожая на пришкольном участке. Подготовка огородного участка к зимнему периоду. Посев и сбор семян овощей. Уход за рассадой. Разбивка гряд.

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №урока п/п | Тема | Кол-во часов | Планируемые результаты | Дата проведения | Примечание |
| план | факт |
| **1 четверть – 18 часов.** |
| Раздел «Сельскохозяйственный труд» |
| 1 | Техника безопасности | 1 | Знать правила техники безопасности при работе с сельскохозяйственными инструментами | 02.09 |  |  |
| 2,3,4 | Уборка картофеля.  | 3 | Уметь выполнять сбор урожая картофеля, перебирать и подготавливать к хранению | 03.0909.0910.09 |  |  |
| 5,6,7 | Уборка моркови | 3 |  Уметь выполнять сбор урожая моркови, перебирать и подготавливать к хранению | 16.0917.0923.09 |  |  |
| 8,9 | Уборка свеклы | 2 | Уметь соблюдать правила уборки и хранения свеклы, перебирать и подготавливать к хранению  | 24.0930.09 |  |  |
| 10,11 | Уборка фасоли  | 2 | Уметь выполнять сбор стручков фасоли, срезка ботвы, шелушение. | 01.1007.10 |  |  |
| 12,13 | Уборка цветов | 2 | Уметь выкапывать для хранения корнеклубней цветов | 08.1014.10 |  |  |
| 14,15, 16 | Уборка урожая капусты на хранение | 3 | Уметь срезать и складировать капусту для хранения | 15.1021.1022.10 |  |  |
| 17, 18 | Подготовка огородного участка к зимнему периоду | 2 | Уметь наводить порядок в огороде после сбора урожая | 28.1029.10 |  |  |
| **2 четверть – 14 часов.** |
| Раздел «Личная гигиена» |
| 19 | Личная гигиена подростка | 1 | Знать правила гигиены девушки и юноши, правила смены одежды | 11.11 |  |  |
| 20 | Уход за кожей лица  | 1 | Знать особенности ухода за кожей лицаУметь наносить крем | 12.11 |  |  |
| 21 | Закаливание организма | 1 | Знать способы закаливания (воздушные и солнечные ванны) | 18.11 |  |  |
| Раздел «Одежда и обувь» |
| 22 | Ручная стирка белья  | 1 | Знать особенности стирки вручную х/б и шелковых тканей | 19.11 |  |  |
| 23 | Стиральная машина  | 1 | Знать правила пользования стиральной машиной и ТБ | 25.11 |  |  |
| 24, 25 | Правила и приемы утюжки брюк | 2 | Знать ТБ при работе с утюгомУметь утюжить брюки | 26.1102.12 |  |  |
| Раздел «Медицинская помощь» |
| 26 |  Травмы. | 1 | Знать способы оказания первой помощи при разных травмах | 03.12 |  |  |
| 27 | Домашняя аптечка | 1 | Знать состав домашней аптечки | 09.12 |  |  |
| 28 | Лекарственные растения. | 1 | Знать лекарственные растенияУметь заваривать травяной настой | 10.12 |  |  |
| 29 | Доврачебная помощь | 1 | Знать виды доврачебной помощи | 16.12 |  |  |
| Раздел «Жилище»  |
| 30 |  Регулярная и сезонная уборка | 1 | Знать необходимость регулярной и сезонной уборки помещения для сохранения здоровья. | 17.12 |  |  |
| 31 | Уход за полом | 1 | Знать правила ухода за полом и половым покрытием | 23.12 |  |  |
| 32 | Уход за окнами  | 1 | Знать средства и правила ухода за окнами.Уметь мыть окно | 24.12 |  |  |
|  |  |  | **3 четверть – 22 часов.** |  |  |  |
| 33 | Животные в доме | 1 | Знать правила ухода за животными в жилом помещении  | 13.01 |  |  |
| 34 | Жилище (урок контроля и систематизации знаний) | 1 | Уметь соблюдать правила гигиены жилища (влажная уборка) | 14.01 |  |  |
| Раздел «Культура поведения» |
| 35 | Проведение игр с детьми младшего возраста. | 1 | Знать тихие и подвижные игры с младшими детьмиУметь играть в тихие и подвижные игры с младшими детьми | 20.01 |  |  |
| Раздел «Питание» |
| 36 | Электробытовые приборы  | 1 | Знать электробытовые приборы для приготовления пищи. | 21.01 |  |  |
| 37 | Приготовление первых блюд.  | 1 | Знать виды первых блюд | 27.01 |  |  |
| 38 | Приготовление первых блюд.  | 1 | Уметь приготовить суп с макаронными изделиями | 28.01 |  |  |
| 39 | Приготовление первых блюд.  | 1 | Уметь приготовить уху  | 03.02 |  |  |
| 40 | Приготовление первых блюд.  | 1 | Уметь приготовить щи  | 04.02 |  |  |
| 41 | Приготовление вторых блюд | 1 | Знать виды вторых блюд | 10.02 |  |  |
| 42 | Приготовление вторых блюд | 1 | Уметь приготовить макароны по – флотски | 11.02 |  |  |
| 43 | Приготовление вторых блюд | 1 | Уметь приготовить рис с овощами | 17.02 |  |  |
| 44 | Приготовление вторых блюд | 1 | Уметь приготовить картофель в духовке | 18.02 |  |  |
| 45 | Приготовление третьих блюд | 1 | Знать виды третьих блюд.Уметь готовить компот из сухофруктов | 24.02 |  |  |
| 46 | Приготовление третьих блюд | 1 | Уметь готовить кисель | 25.02 |  |  |
| 47 | Питание. (урок контроля и систематизации знаний) | 1 | Уметь приготовить первое блюдо по технологической карте | 03.03 |  |  |
| Раздел «Транспорт» |
| 48 | Железнодорожный транспорт | 1 | Иметь представление о видах железнодорожного транспорта.  | 04.03 |  |  |
| Раздел «Торговля» |
| 49 | Универмаги, их назначение. | 1 | Знать назначение универмага и его отделов | 10.03 |  |  |
| Раздел «ПК» |
| 50 | Устройство ПК | 1 | Знать основные блоки персонального компьютера и назначение его основных устройств | 11.03 |  |  |
| 51 | Клавиатура. | 1 | Уметь: пользоваться компьютерной клавиатурой | 17.03 |  |  |
| 52, 53 | Рисование | 2 | Уметь пользоваться инструментами графического рисования на компьютере | 18.0324.03 |  |  |
| 54 | Калькулятор | 1 | Уметь выполнять вычисления с помощью приложения Калькулятор | 25.03 |  |  |
| **4 четверть – 16 часов.** |
| 55,56, 57, 58, 59 | Набор текста | 5 | Уметь вводить и редактировать текст по заданию | 07.0408.0414.0415.0421.04 |  |  |
| 60 | Набор текста (урок контроля и систематизации знаний) | 1 | Уметь самостоятельно вводить и редактировать текст по заданию | 22.04 |  |  |
| Раздел «Экономика домашнего хозяйства» |
| 61 | Деньги | 1 | Знать номиналы денежных знаков, значение денег в нашей жизни | 28.04 |  |  |
| 62 | Бюджет семьи  | 1 | Знать составные части бюджета семьи | 29.04 |  |  |
| Раздел «Сельскохозяйственный труд» |
| 63 | Посев семян овощей | 1 | Уметь сеять семена томатов, кабачков | 05.05 |  |  |
| 64, 65 | Уход за рассадой | 2 | Уметь ухаживать за рассадой (полив, подкормка) | 06.0512.05 |  |  |
| 66, 67, 68 | Разбивка гряд | 3 | Знать правила техники безопасности при работе на огороде с сельскохозяйственными инструментамиУметь оформлять гряды | 13.0519.0520.05 |  |  |
| 69, 70 | Посев семян в грунт | 2 | Знать правила техники безопасности при работе на огороде с сельскохозяйственными инструментамиУметь сеять семена овощей (моркови, свеклы) | 26.0527.05 |  |  |

**Материально – техническое обеспечение.**

Учебники и учебные пособия

В.П. Субчева Социально – бытовая ориентировка. Учебное пособие. 7 класс. Для специальных (коррекционных) школ VIII вида. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2013.

Учебно – методическое обеспечение

Плакаты: «Приготовление блюд», «Нарезка овощей», «Разделка мяса», «Столовые приборы и приспособления»,

 Наборы тематических картинок: «Обувь», «Одежда», «Мебель», «Электроприборы», «Семья»

Приложение

Контрольно – оценочные средства 7 класс

**Раздел «Жилище»**

Выбери правильный ответ.

1. Уборка, которая проводится каждую неделю, называется:

А) еженедельная (регулярная);

Б) ежедневная;

В) сезонная.

2. Как называется вид уборки, когда моют окна, люстры, стирают шторы?

А) ежедневная; Б) еженедельная; В) сезонная.

3. Отметь месяц года, в котором нужно утеплять окна в доме:

А) декабрь; Б) апрель; В) октябрь.

4. Как называется стеклянная поверхность, предназначенная для отражения в ней находящихся перед ней предметов?

А) окно; Б) телевизор; В) зеркало.

5. Стёкла окон и зеркало после мытья нужно вытирать:

А) мыльной тряпкой;

Б) сухой тряпкой или газетой;

В) мокрой тряпкой.

6. Какой вид мебели можно пылесосить?

А) пластиковая; Б) мягкая; В) полированная.

7. С чего надо начинать уборку квартиры?

А) вымыть пол; Б) протереть пыль; В) подмести пол.

**Раздел «Питание»**

1. Подчеркни названия продуктов, которые нужны для приготовления щей из кислой капусты.

Продукты: картофель, морковь, свёкла, капуста квашеная, капуста свежая, лук, соль, жир, лавровый лист, мясной бульон, вермишель.

1. Соотнеси название продукта с местом хранения:

|  |  |
| --- | --- |
| Название продукта | Место хранения |
| 1 | Рыба, мясо |  |
| 2 | Крупа, сахар |  |
| 3 | Овощи  |  |
| 4 | Консервы  |  |

 А) подвал, погреб; Б) банки; В) холодильник; Г) пакеты полиэтиленовые.

1. Отметь последовательность приготовления отварных макарон:

\_\_\_ вари 15-20 минут;

\_\_\_ смешай с луком, морковью, подай на стол в тарелке;

\_\_\_ опусти макароны в кипящую подсоленную воду;

\_\_\_ обжарь лук и морковь;

\_\_\_ откинь на дуршлаг и промой.

1. Выбери правильный ответ.

Как называется измельченное в мясорубке мясо?

А) гарнир; Б) фарш.

1. Как называется сладкий напиток из сваренных фруктов?

А) вода; Б) компот.

**Раздел «ПК»**

Набор текста по заданию

Встреча.

Мальчик первый услышал фырканье зверя. Мы притихли. Через полчаса зверь высунул из травы мокрый чёрный нос, похожий на свиной пятачок. Нос долго нюхал воздух и дрожал от жадности. Потом из травы показалась острая морда с чёрными глазками. Наконец показалась полосатая шкурка. Из зарослей вылез маленький барсук. Он поджал лапу и посмотрел на меня. Зверёк имел забавный вид. Потом он фыркнул и сделал шаг к нам.

Скворцы.

Из всех певчих самая близкая к человеку птица – скворец. Кто не видал, не знает скворцов, не слушал их весеннего пения! С давних пор русские люди устраивали для скворцов деревянные домики – скворечники. Они украшали их затейливой резьбой, укрепляли под крышами своих домов, подвешивали на шестах и стволах деревьев.

Прилетают скворцы ранней весной. Ещё в полях лежит снег. После прилёта скворцы торопливо начинают устраивать свои гнёзда. Они носят в клювах былинки и мягкую подстилку. Каких только звуков не услышишь в скворцовой песне!