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 | | 03.09  09.09  10.09 | |  | | |  |
| 5,6,7 | Уборка моркови | | 3 | | | Уметь выполнять сбор урожая моркови, перебирать и подготавливать к хранению | | 16.09  17.09  23.09 |  | | | |  |
| 8,9 | Уборка свеклы | 2 | | | | Уметь соблюдать правила уборки и хранения свеклы, перебирать и подготавливать к хранению | | 24.09  30.09 | |  | | |  |
| 10,11 | Уборка фасоли | 2 | | | | Уметь выполнять сбор стручков фасоли, срезка ботвы, шелушение. | | 01.10  07.10 | |  | | |  |
| 12,13 | Уборка цветов | 2 | | | | Уметь выкапывать для хранения корнеклубней цветов | | 08.10  14.10 | |  | | |  |
| 14,15, 16 | Уборка урожая капусты на хранение | 3 | | | | Уметь срезать и складировать капусту для хранения | | 15.10  21.10  22.10 | |  | | |  |
| 17, 18 | Подготовка огородного участка к зимнему периоду | 2 | | | | Уметь наводить порядок в огороде после сбора урожая | | 28.10  29.10 | |  | | |  |
| **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 лица  Уметь 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 утюгом  Уметь утюжить брюки | | 26.11  02.12 | |  | | |  |
| 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 растения  Уметь 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 детьми  Уметь 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 | | 18.03  24.03 |  | | | |  |
| 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 | | 07.04  08.04  14.04  15.04  21.04 | |  | | |  |
| 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) | | 06.05  12.05 | |  | | |  |
| 66, 67, 68 | Разбивка гряд | 3 | | | | Знать правила техники безопасности при работе на огороде с сельскохозяйственными инструментами  Уметь оформлять гряды | | 13.05  19.05  20.05 | |  | | |  |
| 69, 70 | Посев семян в грунт | 2 | | | | Знать правила техники безопасности при работе на огороде с сельскохозяйственными инструментами  Уметь сеять семена овощей (моркови, свеклы) | | 26.05  27.05 | |  | | |  |

**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!