

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Новосибирской области  
«Искитимский центр профессионального обучения»

СОГЛАСОВАНО

Зав. учебной частью

Осокина Н.А. Осокина Н.А.

« 30 » 08 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УВР

ГБПОУ НСО «ИЦПО»

Солонко Д.А. Солонко Д.А.

« 30 » 08 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
АДАПТАЦИОННОГО ЦИКЛА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ  
«Социальная адаптация»  
по профессиональной подготовке обучающихся для лиц с  
ограниченными возможностями здоровья и инвалидов  
по профессии «Рабочий зеленого хозяйства»  
2022-2024 уч. г.**

Разработала:

Преподаватель спец. дисциплин

Иванова И.В. Иванова И.В.

Принято на заседании ПЦК

« 30 » августа 2022 г.

Протокол № 1

Председатель ПЦК:

Грамотина А.С. Грамотина А.С.

Агролес, 2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы адаптационного цикла учебной дисциплины «Социальная адаптация».
2. Результатом освоения учебной дисциплины.
3. Структура и содержание учебной дисциплины.
4. Условия реализации программы учебной дисциплины.
5. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Социальная адаптация».

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОГО ЦИКЛА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Социальная адаптация»

### 1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа адаптационного цикла по учебной дисциплине является частью адаптированной основной программы профессионального обучения по профессии «Рабочий зеленого хозяйства» для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, осваивающих следующие виды профессиональной деятельности:

ВПД – *Производственно-технологическая деятельность в области декоративного садоводства.*

Рабочая программа разработана с учетом рабочей программы воспитания и календарным планом воспитательной работы ИЦПО.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре адаптированной образовательной программы:** дисциплина входит в адаптационный цикл.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.**

Целью программы является создание условий для социальной адаптации обучающихся через организацию системы дополнительных занятий с обучающимися.

В результате изучения обязательной части адаптационного цикла обучающийся по учебной дисциплине:

**должен уметь:**

- соблюдать правила личной гигиены
- ухаживать за одеждой, обувью;
- выбирать одежду и обувь при покупке;
- соблюдать гигиену питания;
- пользоваться бытовыми приборами;
- производить расчет потребительской корзины;
- производить расчет стоимости ремонта квартиры
- планировать семейные отношения;
- пользоваться услугами страховой медицины;
- заботиться о здоровья;
- основные предприятия торговли, виды;
- основные правила покупки через интернет;
- операции с банковскими картами;
- основные средства связи;
- основы семейных отношений, семейное законодательство, семейный бюджет;
- учреждения и организации социального назначения;
- порядок обращения в государственные организации и учреждения.

**должен знать:**

- правила личной гигиены, предметы и средства личной гигиены;
- способы ухода за одеждой и обувью;
- правила подбора одежды и обуви;
- санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи;
- условия и сроки хранения продуктов;
- правила техники безопасности при работе с бытовыми приборами;
- требования к содержанию квартиры;
- причины возникновения распространенных, профилактические меры;
- порядок вызова экстренной помощи;

- назначение страхового медицинского полиса, порядок его получения;
- альтернативы вредным привычкам;
- применять правила поведения и общения в общественных местах и учреждениях культуры;
- пользоваться основными средствами связи;
- пользоваться интернетом, «полезными» сайтам;
- составить приблизительный расчет расходов бюджета семьи;
- пользоваться банковскими картами;
- обращаться в государственные учреждения и многофункциональные центры

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы адаптационного цикла:**

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 36 часов, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 36 часов.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатами освоения дисциплины адаптационного цикла является социальная адаптация обучающихся через организацию системы дополнительных занятий с обучающимися.

## 3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	Практическая подготовка
Максимальная учебная нагрузка (всего)	36	1
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36	1

### 3.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

#### «Социальная адаптация».

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Личностные результаты
Раздел 1. Личная гигиена	Уход за кожей лица, тела, ног. Уход за ногтями (маникюр) Уход за волосами. Косметические средства. Бритьё. Принадлежности, гигиенические средства.	4	ЛР 7
Раздел 2. Одежда и обувь	Гардероб одежды. Обuvi и головных уборов разного назначения. Дресс- код как элемент организационной системы	2	ЛР 7
Раздел 3. Жилище	Содержание жилья и текущий ремонт. Расчет стоимости содержания жилья, виды оплаты коммунальных услуг (практические упражнения) Льготы при оплате коммунальных услуг.	3	ЛР 7
Раздел 4. Питание	Здоровое рациональное питание. Гигиена питания. Бытовые приборы на кухне: плюсы и минусы. Расчет потребительской корзины питания на 1 месяц. Составление меню на день. Составление меню на неделю.	4	ЛР 7
Раздел 5 Здоровье человека	Медицинские учреждения. Платные медицинские услуги. Здоровье-стратегический потенциал страны. Профилактика заболеваний. Планирование семьи и репродуктивного здоровья. Альтернативы вредным привычкам. Профилактика употребления ПАВ	5	ЛР 7

2 курс			
Раздел 11. Моя страна. Мой город.	Родина. Страна. Герб. Флаг. Столица. Город. Гимн.	3	ЛР 7
Раздел 12. Транспорт	Городской транспорт. Порядок оплаты проезда. (льготные документы) Междугородний транспорт, ориентирование в расписании. Условия приобретения, возврата, обмена проездных документов (билетов) на междугородние перевозки.	3	ЛР 7
Раздел 13. Торговля.	Услуги торговли. Классификация предприятий торговля Банковские карты. Операции с банковской картой в банкомате (экскурсия в банк). Рынок.	3	ЛР 7
Раздел 14. Семья и семейные отношения	Состав семьи. Отношения между членами семьи. Основы семейных отношений, семейное законодательство. Обязанности детей по отношению к родителям. Помощь младшим членам семьи. Основы семейных взаимоотношений, семейные традиции, распределение и выполнение домашних обязанностей, организация досуга и отдыха в семье. В семье ждут ребенка: полноценное питание и здоровый образ жизни будущей мамы, спокойная семейная атмосфера – залог здоровья ребенка. Учреждение социальной защиты. Предоставление социальных гарантий	2	ЛР 7
Раздел 15. Средства связи	Основные виды связи. (Почта, телеграф, телефон, компьютер). Их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Интернет.	2	ЛР 7
Раздел 16. Бюджет	Бюджет семьи, статьи расходов Анализ и расчет стоимости потребительской корзины. Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование	2	ЛР 7
Раздел 17. Учреждения и организации	Предоставление государственных услуг через государственные учреждения и многофункциональные центры. Правоохранительные органы, МЧС функции, местонахождение, порядок обращения.	3	ЛР 7
Итого		36	

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4.1 Требования к минимальному материально – техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины не требует наличие учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;

Технические средства обучения:

- ПК с выходом в интернет;
- мультимедиа проектор;
- экран.

### **4.2 Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет- ресурсов, дополнительной литературы.

#### **Основные источники:**

1. Диагностика и формирование навыков самообслуживания, хозяйственно-бытового и ручного труда у умственно ограниченных детей: Методические материалы в помощь педагогом специальных учреждений и родителям. Минск, 1997.

2. Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. М., 2000.

3. Петров В.Г., Белякова И.В. Психология умственно отсталых школьников. М., 2002.

4. Психологические проблемы коррекционной работы во вспомогательной школе /Под ред. Ж.И. Шиф, В.Г. Петровой, Т.Н. Головиной. М., 1980.

5. Смирнова А.Н. Коррекционно-воспитательная работа учителя вспомогательной школы: Пособие для учителей и воспитателей. Из опыта работы. 3-е изд., перераб. М., 1982.

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов,**

1. МСЭ. Мероприятия социальной реабилитации в ИПР // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.invalidnost.com/forum/9-541-1>

2. Научная электронная библиотека «Киберленинка» // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-kak-sotsiokulturnaya-problema>

3. Альманах Института коррекционной педагогики РАО // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://alldef.ru/ru/articles/almanah-14>

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и выполнения обучающимися индивидуальных заданий, конспектов.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>Умения:</b>  соблюдать гигиену тела; содержать в порядке помещение; обращаться в медицинские учреждения; ухаживать за одеждой и обувью;  рационально питаться; добираться общественным и междугородним транспортом до пункта назначения; покупать продукты; составить приблизительный расчет расходов бюджета семьи; пользоваться основными средствами связи; пользоваться банковскими картами</p>	<p>Решение ситуационных задач;  Деловые игры;  Опрос, беседы;  Моделирование ситуаций;  Развитие сюжета по заданной теме;  Дидактические игры</p>
<p><b>Знания:</b>  правила личной гигиены; правила и способы ухода за одеждой и обувью; санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни и приготовлению пищи; правила безопасности при работе с бытовыми приборами; требования к содержанию помещения; порядок вызова экстренной медицинской помощи; альтернативы вредным привычкам; назначение медицинского полюса, листа нетрудоспособности; правила дорожного движения; виды общественного транспорта, правила поведения в нем; права и обязанности членов семьи; культурные и государственные учреждения в городе; порядок обращения в государственные организации и учреждения</p>	<p>Решение ситуационных задач  Опрос, беседы  Моделирование ситуаций  Развитие сюжета по заданной теме  Дидактические игры</p>