

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

СОГЛАСОВАНО

Зав. учебной части

Осокина Н.А. Осокина

« 15 » 03 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УВР

ГБПОУ «ИЦПО»

Солонко Д.А. Солонко

« 15 » 03 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
АДАПТАЦИОННОГО ЦИКЛА
ПО ПРАКТИЧЕСКОМУ КУРСУ**

«Социально-бытовые навыки»

по профессиональной подготовке

лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

(с нарушением интеллекта)

по профессии «Рабочий зеленого хозяйства»

2024-2026 у.г.

Разработал:

Глебова Т.В. Глебова

Принято на заседании ПЦК

« 14 » марта 2024 г.

Протокол № 10

Председатель ПЦК: Грамотина

Грамотина А.С.

Агролес 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО- БЫТОВЫЕ НАВЫКИ».....	3
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА.....	5
3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА	6
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА	11
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА.....	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВЫЕ НАВЫКИ»

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа практического курса «Социально-бытовые навыки» адаптационного учебного цикла является частью адаптированной профессиональной образовательной программы по профессиональной подготовке для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов по профессии «Рабочий зеленого хозяйства», осваивающих следующий вид профессиональной деятельности: *Производственно-технологическая деятельность в области декоративного садоводства*

ПК 1. - Выполнение работ по подготовке почвы к посадке и посеву древесно-кустарниковой, цветочно-декоративной растительности и газонных трав;

ПК 2. - Выполнение работ по посадке и посеву древесно-кустарниковой, цветочно-декоративной растительности и газонных трав;

ПК 3. - Выполнение операций по уходу за древесно-кустарниковой, цветочно-декоративной растительностью, газонам.

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

1.2. Цель и задачи освоения практического курса «Социально-бытовые навыки»

Цель программы: формирование у обучающихся с ОВЗ и инвалидов социально-бытовых представлений и навыков, необходимых для подготовки к самостоятельной жизни и успешной адаптации в социум.

Задачи программы:

Для достижения поставленной цели необходимо решение следующих задач:

1. Формирование и закрепление социально-бытовых навыков в трудовой, практической, индивидуальной и коллективной деятельности.
2. Формирование основ социальной ориентировки на основе расширения круга социально-нравственных представлений об окружающем мире.
3. Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания.
4. Создание основы для проявления самостоятельности в дальнейшей жизни.
5. Развитие мелкой и общей моторики.
6. Воспитание бережливости, аккуратности в процессе действий с предметами домашнего обихода, предметами гигиены, обогащение опыта самостоятельных действий в бытовых процессах.

7. Воспитание привычки к здоровому образу жизни.

1.3 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Сроки реализации программы – 1 год 10 месяцев – 240 часов:

1 год обучения – 120 часов,

2 год обучения – 120 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА

Результатами освоения практического курса «Социально-бытовые навыки» адаптационного цикла являются:

- сформированность у обучающихся:
 - социально-бытовых навыков в трудовой, практической, индивидуальной и коллективной деятельности;
 - основ социальной ориентировки на основе расширения круга социально-нравственных представлений об окружающем мире;
 - навыков поведения в быту;
 - навыков самообслуживания;
 - культурно-гигиенических навыков;
 - представлений и знаний о нормах культуры, этики;
 - навыков общения и поведения;
 - навыков ручного труда (бытовой ремонт, использование ручного и автоматизированного инструментов);
 - навыков грамотного потребителя (в том числе финансовой, правовой грамотности);
 - минимальной бытовой грамотности;
 - навыков безопасного поведения на улице и дома;
 - навыков обслуживания пожилых родственников;
 - навыков ремонта и пошива необходимых в быту изделий.
 - развитие познавательных функций, эмоционально-волевой сферы, поведенческого репертуара;
 - развитие позитивных качеств личности;
 - повышение ответственности, дисциплины, внимательного отношения к себе и людям, толерантность;
 - сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.
 - ориентировка в бытовых вещах и технических объектах;
 - ознакомление обучающихся с социально-бытовой сферой;
- Контроль за прохождением практического курса осуществляет мастер производственного обучения.

3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА

3.1. Объем практического курса и виды учебной работы:

Виды учебной работы	Количество часов	Практическая подготовка
1	2	3
Максимальная учебная нагрузка (всего)	240	240
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	240	240
Всего:	240	240

3.2. Тематический план и содержание практического курса

Тема занятий	Содержание учебного материала	Объем часов	Личностные результаты
1 курс 1 семестр – 60 часов			
Тема 1. Уход за одеждой и обувью и их классификация.	Вводное занятие. Свойства тканей и уход за ними. Деловой и другие стили одежды. Правила выбора одежды по стилю. Хранение одежды и обуви.	5	ЛР 5, ЛР 11
Тема 2. Техника в быту	Кухонные помощники. Техника для уборки. Техника частного дома. Техника для ухода за одеждой и обувью.	5	
Тема 3. Торговля	Основные виды магазинов. Правила поведения в магазине. Назначения различных отделов. Оплата покупки на кассе.	5	
Тема 4. Рукоделие	Декоративно – прикладное творчество. Лоскутное шитьё. Аппликация. Ремонт одежды. Декоративная отделка для шитья. Изготовление прихваток, салфеток. Изготовление кухонных полотенец	35	
Тема 5. Средства ухода за одеждой и обувью.	Синтетические моющие средства. Выбор СМС в зависимости от свойств ткани. Умение гладить одежду.	5	

Тема 6. Семейный бюджет	Откуда берутся деньги? Планирование семейного бюджета. Пенсия: задумаемся о будущем.	5	
<i>1 курс 2 семестр – 60 часов</i>			
Тема 7. Культура поведения	Праздники нашего города и страны. Поведение в общественных местах.	5	ЛР 5, ЛР 11
Тема 8. Медицинская помощь	Домашняя аптечка. Виды медицинской помощи. Первая помощь при ожогах и бытовых травмах.	5	ЛР 5
Тема 9. Кухня без секретов	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы при приготовлении пищи. Блюда из яиц. Салаты летние и зимние.	5	ЛР 5
Тема 10. Средства связи	Основные средства связи (почта, телефон, телеграф). Виды почтовых отправлений.	5	ЛР 5
Тема 11. Культура поведения	Праздники нашего города и страны (1 мая, 9 мая, День города). Поведение в общественных местах (музее, кино, транспорте).	5	ЛР 5, ЛР 15
Тема 12. Жилище	Мебель, строительные профессии. Виды жилых помещений в городе и деревне. Мой город, поселок.	5	ЛР 5
Тема 13. Здоровый образ жизни	Вредные и полезные привычки. Спорт и здоровье. Режим питания. Режим дня.	5	ЛР 5, ЛР 13
Тема 14. Торговые отношения	Пластиковая карта как современный вид денежных расчетов. Помощь продавца. Упаковка и транспортировка продуктов после покупки.	5	ЛР 5
Тема 16. Работа на кухне	Продукты. Значение продуктов питания для здоровья. Все по полочкам. Кухонная посуда (чайная, столовая), приборы, назначение. Правила пользования холодильником. Непростой бутерброд. Каша – не пустяк!	10	ЛР 5

	Молоко и молочные продукты. Безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, колющими и режущими инструментами, горячими поверхностями		
Тема 17. Домоводство	Названия и назначение инструментов и приспособлений ручного труда приёмы и правила пользования ими. Основы материаловедения. Основы цветоведения: основные сочетания цветов. Специальные термины. Приёмы при изготовлении изделий в техниках лоскутного шитья, аппликации, вышивки. Пошив мягких игрушек. Пошив грелки на чайник. Пошив игольниц. Панно-аппликации.	10	ЛР 5, ЛР 11
Итого	за 1 курс – 120 часов		
<i>2 курс 1 семестр – 60 часов</i>			
Тема 18. Личная гигиена	Кожа – зеркало здоровья. Декоративная косметика. Правила личной гигиены. Предметы и средства личной гигиены. Охрана зрения. Уход за кожей. Прическа для работы и отдыха.	6	ЛР 5, ЛР 11
Тема 19. Семья – опора счастья	Уход за младшими членами семьи. Уход за старшими членами семьи. Встреча гостей. Семейные обязанности. Правовые нормы внутри семьи.	6	ЛР 5, ЛР 9

Тема 20. Социально-бытовое ориентирование	<p>Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече, прощании или с просьбой.</p> <p>Правила поведения в гостях.</p> <p>Поведение за столом при приёме пищи. Подарок на день рождения.</p> <p>Почтовый адрес. Поддержание порядка в доме. Гигиена жилища.</p> <p>Фасад. Правила содержания в доме собаки, кошки.</p>	12	ЛР 5, ЛР 9
Тема 23. Социально-коммуникативное ориентирование	<p>Сюжетно-ролевая игра «Продуктовый магазин». Игра «Разложи продукты по отделам».</p>	6	ЛР 5
Тема 24. Санитарные правила на кухне	<p>Санитарные требования к помещению кухни, к посуде и кухонному инвентарю.</p> <p>Соблюдение санитарных правил и личной гигиены при кулинарной обработке продуктов для сохранения их качества и предупреждения пищевых отравлений.</p> <p>Правила мытья посуды. Применение моющих и дезинфицирующих средств для мытья посуды. Соблюдение безопасных приемов мытья посуды и использования бытовой химии.</p>	6	ЛР 5
Тема 25. Озеленение и благоустройство территории	<p>Выбор растений для участка.</p> <p>Уход за растениями. Дизайн цветника, подбор растений для него.</p>	6	ЛР 5, ЛР 11
Тема 26. Дизайн интерьера	<p>Уютный дом. Интерьер.</p> <p>Зонирование помещения.</p> <p>Основные цвета и их оттенки.</p> <p>Цвета в природе. Радуга.</p> <p>Цветовой круг. Сочетаемые цвета.</p>	6	ЛР 5, ЛР 11
Тема 27. Инструменты и материалы для рукоделия	<p>Нити для ручного вязания.</p> <p>Техника безопасности при вязании крючком и спицами.</p> <p>Дополнительные материалы и инструменты, необходимые при</p>	12	ЛР 5, ЛР 11

	вязании различных изделий. Поиск модели в сети Интернет. Подбор нитей по составу и метражу.		
2 курс 2 семестр – 60 часов			
Тема 28. Основы здорового питания	Приготовление полезных напитков. Диетические блюда. Полезные блюда из полуфабрикатов.	12	ЛР 5
Тема 29. Оформление приусадебного участка	Высадка рассады в грунт и уход за цветником. Правила размещения цветов разных видов. Правила правильного расположения клумб на участке.	12	ЛР 5, ЛР 11
Тема 30. Проектирование дизайна интерьера	Разработка интерьера и элементов декора комнаты. Создание проектов.	6	ЛР 5, ЛР 11
Тема 31. Изготовление швейных изделий малых форм	Основы лоскутного шитья. Материалы и швы. Изготовление наволочки. Изготовление фартука. Изготовление накидки на стул.	30	ЛР 5, ЛР 11
Итого	за 2 курс – 120 часов		
Всего	240 часов		

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА

4.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация практического курса требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

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

Технические средства обучения:

- ПК с выходом в интернет;
- мультимедиапроектор;
- экран;
- швейные машины;
- электроплита.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Иванова Ю. Б. Игра в лоскуты Веры Щербаковой. - М.: Культура и традиции, 2007.
2. Костикова И. Ю. Школа лоскутной техники. - М.: Культура и традиции, 1997.
3. Лазарева Т. А. Рукотворные чудеса. - М.: Изд-во «Краун», 2005.
4. Митителло К. Б. Аппликация и пэчворк для дома и дачи. - М.: Эксмо, 2006.
5. А.А. Власова, Л.Ю. Карельская, Л.В. Ефременко Рукоделие в школе. Практическое пособие. – СПб.: ТОО “Диамант”, ТОО “Фирма ЛЮКСИ”, 1996 – 560 с.
6. Для тех, кто вяжет. Сборник. (Под ред. Л.Ю. Кереевой) – СПб, СКФ “Человек”, 1992 – 376 с.
7. Рукоделие / Сост. И.А. Сокол. – Харьков: Фолио, 1998. – 480 с.
8. Гильман Р.А. Иголка и нитка в умных руках. М. Легпромбытиздат. 1993.
9. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Формула правильного питания: Методическое пособие для педагога. М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.
10. Киселева Е.А., Павлова О.В., Попова Г.П., Иванова Е.А. Развернутое тематическое планирование по программе В.Д.Симоненко. Технология 5-11 классы (вариант для девочек). Волгоград: Издательство «Учитель», 2008.
11. Примерные программы по учебным предметам. Технология. 5-9 классы. — М.: Просвещение, 2011 — 96 с. — (Стандарты второго поколения).

12. Сеница Н.В., Симоненко В.Д. Технология (Технологии ведения дома). М.: «Вентана-Граф», 2013.

13. Технология. Содержание образования. Сборник нормативно-правовых документов и методических материалов. М.: Вентана-Граф, 2008.

14. Ерзенкова Н. В. Свой дом украшу я сама. - ТОО «Лейла», 1995.

Дополнительные источники:

1. Иллюстрированная энциклопедия огородника, Чебаева С.О., Москва, 2010
2. Полная энциклопедия комнатных растений, Ю.В. Сергиенко, Москва, 2008
3. Азбука цветовода, М.:Дрофа-2003г.

Интернет-ресурсы:

www.schoolpress.ru

www.nsportal.ru

<http://files.school-collection.edu.ru>

<https://domovenokk.ru/>

<https://www.povarenok.ru/>

<https://svojo-rukodelie.ru/>

<https://infourok.ru/>

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО КУРСА

Контроль и оценка результатов освоения учебной и производственной практики осуществляется мастером в процессе проведения практических занятий и выполнения обучающимися практических работ.

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Сформированность у обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none">-социально-бытовых навыков в трудовой, практической, индивидуальной и коллективной деятельности;-основ социальной ориентировки на основе расширения круга социально-нравственных представлений об окружающем мире;-навыков поведения в быту;-навыков самообслуживания;-культурно-гигиенических навыков;-представлений и знаний о нормах культуры, этики;-навыков общения и поведения;-навыков грамотного потребителя (в том числе финансовой, правовой грамотности);-минимальной бытовой грамотности;-навыков безопасного поведения на улице и дома;-навыков обслуживания пожилых родственников;- развитие познавательных функций, эмоционально-волевой сферы, поведенческого репертуара;- развитие позитивных качеств личности;- повышение ответственности, дисциплины, внимательного отношения к себе и людям,	<p>Практические занятия</p> <p>Оценка выполнения практического задания</p> <p>Опрос устный</p>

<p>толерантность;</p> <p>-сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся;</p> <p>- ориентировка в бытовых вещах и технических объектах;</p> <p>- ознакомление обучающихся с социально-бытовой сферой;</p>	
<p>Сформированность у обучающихся:</p> <p>-навыков ручного труда (бытовой ремонт, использование ручного и автоматизированного инструментов);</p> <p>-навыков ремонта и пошива необходимых в быту изделий.</p>	<p>Практические занятия</p> <p>Оценка выполнения практического задания</p> <p>Опрос устный</p> <p>Выставка проектных работ</p>