


Областное казенное общеобразовательное учреждение «Тёткинская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

«Рассмотрена и принята»
на заседании педагогического
совета
Протокол № 6 от
07.06.2023 г.

«Согласована»
Зам. директора по УР
 Сергиенко Н.И.

«Согласовано»
Директор ОКОУ «Тёткинская
школа-интернат»
 Бабкина Н.Н./
Приказ № 22/1 от 05.07.2023г



Рабочая программа учебного предмета «Социально-бытовая адаптация»

основной адаптированной образовательной программы профессионального обучения –
программы профессиональной подготовки по профессии рабочих 15415 «Овощевод»

| | |
|-----------------------------|--|
| Учитель | Горбунова Оксана Викторовна, I кв. категория |
| Класс | 11 проф. |
| Всего часов в год | 68 |
| Всего часов в неделю | 2 |
| Срок реализации | 1 год |

пгт. Теткино, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа предмета разработана на основе:

- ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г;
 - Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 г. № 525н "Об утверждении профессионального стандарта «Овощевод»;
 - Приказа Минобрнауки России от 02.07.2013 N 513 (ред. от 27.06.2014) «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение» (Зарегистрировано в Минюсте России 08.08.2013 N 29322);
 - Приказа Минобрнауки России от 18.04.2013 N 292 (ред. от 27.10.2015) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;
 - Приказа Минтруда России от 04.08.2014 N 515 «Об утверждении методических рекомендаций по перечню рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности»;
 - Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
 - ОАП ПО ОКОУ «Тёткинская школа-интернат» ;
 - Положения о рабочих программах профессионального обучения - программах профессиональной подготовки;
 - Учебного плана ОКОУ «Тёткинская школа-интернат» на 2023-2024 учебный год.
- Программа адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
- Организация- разработчик- Областное казенное общеобразовательное учреждение «Тёткинская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья».
- Разработчик: Горбунова Оксана Викторовна, учитель ОКОУ « Тёткинская школа-интернат».

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРЕДМЕТА

Область применения программы

Рабочая программа предмета является частью основной программы профессионального обучения – программы профессиональной подготовки по профессии рабочих 15415 « Овощевод».

Место предмета в структуре программы профессионального обучения:

Предмет входит в адаптационный цикл теоретического обучения.

Цели и задачи предмета – требования к результатам освоения предмета:

Цель предмета: формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, повышению общего уровня развития культуры поведения и отношений в семье, обеспечению их подготовки к самостоятельной жизни, хозяйственно-бытовому труду.

Задачи предмета:

- овладение обучающимися теоретическими знаниями, трудовыми умениями и навыками, достаточными для самообслуживания, помощи в семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве;

- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);

- развитие коммуникативной функции речи как неременное условие социальной адаптации;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и окружающей среде;
- обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду.

В результате освоения учебного предмета обучающийся **должен знать**: правила ведения домашнего хозяйства; правила самостоятельной жизни, жизненно необходимые бытовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и в быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

В результате освоения учебного предмета обучающийся **должен уметь**: использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Количество часов на освоение рабочей программы учебного предмета:
 максимальной учебной нагрузки обучающегося 68 часов, в том числе:
 практической работы обучающегося- 19 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «Социально-бытовая адаптация»

2.1. Объем предмета и виды учебной работы

11 класс

| Вид учебной работы | Объем часов |
|---------------------------------------|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 68 |
| в том числе: | |
| практические занятия | 15 |
| контрольные работы | 2 |

2.2. Календарно-тематическое планирование предмета «Социально-бытовая адаптация»

11 класс

| № | Тема урока | Дата проведения урока | |
|-------------------------|---|-----------------------|---------|
| | | По плану | Фактич. |
| Личная гигиена. | | | |
| 1 | Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями. | | |
| 2 | Маникюр. Бритье. Прически. | | |
| 3 | Пр.р. Выполнение процедур по уходу за кожей лица | | |
| 4 | Макияж. Косметические средства для выполнения макияжа. Соответствие макияжа ситуации. Удаление макияжа. | | |
| 5 | Пр.р. Уход за ногтями | | |
| 6 | Средства для загара. Срок годности косметических средств. | | |
| Вредные привычки | | | |
| 7 | Вред курения. | | |
| 8 | Вред алкоголя и наркотиков. | | |

| | | | |
|--------------------------|---|--|--|
| 9 | Социальные последствия вредных привычек | | |
| Одежда и обувь. | | | |
| 10 | Значение одежды в жизни человека. Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей) | | |
| 11 | Размеры одежды и обуви | | |
| 12 | Значение ухода за одеждой и обувью. | | |
| 13 | Правила выполнения утюжки одежды в зависимости от свойств ткани: платьев, рубашек, юбок со складками, оборками, брюк. | | |
| 14 | Пр.р. Утюжка одежды. | | |
| 15 | Чистка обуви всех видов. Рекомендуемые сроки носки одежды и обуви с учетом их назначения и материальных возможностей. | | |
| 16 | Пр.р. Чистка обуви. | | |
| 17 | Одежда и принадлежности для пеленания для младенца. Стирка и кипячение пеленок. | | |
| 18 | Пр.р. Пеленание ребенка | | |
| Питание | | | |
| 19 | Составление меню завтраков, обедов и ужинов на неделю. | | |
| 20 | Составление месячной сметы расходов на продукты питания, в соответствии с недельным меню. | | |
| 21 | Полноценное питание грудных младенцев, дошкольников, подростков. | | |
| 22 | Пр.р. Составление меню на неделю. | | |
| 23 | Технология рационального приготовления обеда из трех блюд: первое - на мясном или рыбном бульоне, второе – с использованием мяса или рыбы из бульона, третье – выпечка: пироги, пирожные, торт. | | |
| 24 | Виды праздничного стола: традиционный, фуршет. Меню праздничного стола. | | |
| 25 | Культура поведения за столом. Правила пользования столовыми приборами. | | |
| 26 | Пр.р. Приготовление обеда из трех блюд. | | |
| 27 | Пр.р. Консервирование овощей (соления и маринады) | | |
| 28 | Контрольная работа за 1 полугодие | | |
| 29 | Пр.р. Выпечка: пироги, пирожные, торт. | | |
| Семья. | | | |
| 30 | Основы семейных взаимоотношений, семейные традиции, распределение и выполнение домашних обязанностей, организация досуга и отдыха в семье. | | |
| 31 | Семейная ситуация в семье учащегося. Представления учащихся об их будущих семьях. | | |
| 32 | В семье ждут ребенка: полноценное питание и здоровый образ жизни будущей мамы, спокойная семейная атмосфера – залог здоровья ребенка. | | |
| 33 | Санитарно-гигиенические правила содержания детских принадлежностей для купания, детского белья, детской посуды, игрушек. Уход за грудным ребенком (купание, пеленание, одевание). | | |
| 34 | Кормление грудного ребенка | | |
| 35 | Пр.р. Уход за грудным ребенком (на кукле): кормление, пеленание, подмывание и т.д. | | |
| Культура общения. | | | |

| | | | |
|------------------------|--|--|--|
| 36 | Поведение юноши по отношению к девушке. Знаки внимания, которые юноша может проявлять по отношению к понравившейся ему девушке. | | |
| 37 | Поведение девушки по отношению к юноше. Правила общения девушек и юношей, предупреждающие сексуальное насилие. | | |
| 38 | Практическое занятие: знакомство | | |
| Жилище | | | |
| 39 | Оборудование детской комнаты или детской зоны (отгорожена ширмой) в общей комнате. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской комнаты или зоны. | | |
| 40 | Моющие и дезинфицирующие средства, используемые при уборке детской комнаты. Ежедневная уборка квартиры в полном объеме: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел, ванная. | | |
| 41 | Последовательность уборки. | | |
| 42 | Пр.р. Уборка квартиры. | | |
| 43 | Пользование бытовыми электроприборами для уборки квартиры. Моющие средства, используемые при уборке квартиры в полном объеме. | | |
| 44 | Пр.р. Пользование бытовыми электроприборами моющими средствами для уборки квартиры | | |
| Транспорт | | | |
| 45 | Водный транспорт. Виды водного транспорта. | | |
| 46 | Речной вокзал. Расписание. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда в зависимости от класса. | | |
| 47 | Правила поведения на водном транспорте. | | |
| 48 | Воздушный транспорт. Аэровокзал и аэропорт, их назначение. | | |
| 49 | Расписание. Порядок приобретения билетов, их стоимость в зависимости от класса. Порядок оформления билетов перед вылетом. | | |
| 50 | Порядок посадки в самолет. Сервис, предоставляемый пассажиру авиакомпанией. Правила поведения в салоне самолета. | | |
| 51 | Такси. Виды такси: пассажирское и грузовое. Заказ такси по телефону. Стоимость проезда, порядок оплаты. | | |
| 52 | Обязанности пассажира. Культура общения пассажира с водителем. Опасность использования частного транспорта. | | |
| Торговля. | | | |
| 53 | Комиссионные магазины. Торговля уцененными товарами в обычных магазинах (распродажа). | | |
| 54 | Ломбард. Правила получения ссуды под залог и хранения вещей в ломбарде. Целесообразность пользования ломбардом. | | |
| 55 | Пр.р. Повторение пройденного материала. | | |
| Средства связи. | | | |
| 56 | Повторение: виды связи. | | |
| 57 | Сотовая связь. | | |
| 58 | Назначение, стоимость услуг. Денежные переводы (телеграфный перевод). | | |
| 59 | Заполнение бланков телеграфного перевода для отправления или получения. Стоимость услуги. | | |
| 60 | Контрольная работа за год | | |

| | | | |
|---|--|-----------|--|
| Медицинская помощь. | | | |
| 61 | Страховой медицинский полис, порядок получения, его назначение. | | |
| 62 | Листок нетрудоспособности. Порядок получения и предъявления по месту работы или учебы. | | |
| 63 | Пр.р. Порядок записи на прием. Газетные объявления об оказании платных медицинских услуг. | | |
| Предприятия бытового обслуживания. | | | |
| 64 | «Прокат», его назначение, виды услуг. Порядок обращения и получения вещи на прокат. Целесообразность пользования прокатом вещей. | | |
| 65 | Пр.р. Бюро или фирма «Ремонт квартир» - назначение, виды услуг. Порядок обращения и оформления заказа. | | |
| Бюджет семьи. | | | |
| 66 | Сбережения. Облигации как вид сбережения. Лотереи, целесообразность участия в них. | | |
| 67 | Кредит. Банковские ссуды, их виды, условия. Порядок получения банковской ссуды. Льготы по налогообложению в связи со строительством жилья или приобретением недвижимого имущества. | | |
| 68 | Пр.р. Составление расходов бюджета семьи с учетом расходов на удовлетворение культурных потребностей членов семьи и на некоторые текущие расходы | | |
| Всего | | 68 | |

2.3.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПРЕДМЕТА «Социально-бытовая адаптация»

Личная гигиена. (4ч.+2 практ.)

Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями. Маникюр. Бритье. Прически.

Макияж. Косметические средства для выполнения макияжа. Соответствие макияжа ситуации. Удаление макияжа.

Средства для загара. Срок годности косметических средств.

Вредные привычки. (3ч.)

Вред курения. Вред алкоголя и наркотиков.

Одежда и обувь. (6ч.+3 практ.)

Значение одежды в жизни человека. Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей). Размеры одежды и обуви. Значение ухода за одеждой и обувью. Правила выполнения утюжки одежды в зависимости от свойств ткани: платьев, рубашек, юбок со складками, оборками, брюк.

Чистка обуви всех видов. Рекомендуемые сроки носки одежды и обуви с учетом их назначения и материальных возможностей. Одежда и принадлежности для пеленания для младенца. Стирка и кипячение пеленок.

Питание. (6ч.+5 практ.)

Составление меню завтраков, обедов и ужинов на неделю. Составление месячной сметы расходов на продукты питания, в соответствии с недельным меню. Полноценное питание грудных младенцев, дошкольников, подростков.

Технология рационального приготовления обеда из трех блюд: первое - на мясном или рыбном бульоне, второе – с использованием мяса или рыбы из бульона, третье – выпечка: пироги, пирожные, торт. Виды праздничного стола: традиционный, фуршет.

Меню праздничного стола. Культура поведения за столом. Правила пользования столовыми приборами. Консервирование овощей.

Семья. (5ч.+1 практ.)

Основы семейных взаимоотношений, семейные традиции, распределение и выполнение домашних обязанностей, организация досуга и отдыха в семье.

Семейная ситуация в семье учащегося. Представления учащихся об их будущих семьях.

В семье ждут ребенка: полноценное питание и здоровый образ жизни будущей мамы, спокойная семейная атмосфера – залог здоровья ребенка. Приготовление необходимых вещей для младенца (кровать, коляска, одежда, пеленки, ванночки и т.п.). Необходимость регулярного посещения женской консультации в дородовой период. Санитарно-гигиенические правила содержания детских принадлежностей для купания, детского белья, детской посуды, игрушек. Уход за грудным ребенком (купание, пеленание, одевание). Кормление грудного ребенка. Подготовка груди к кормлению ребенка при грудном вскармливании. Подготовка посуды для кормления ребенка при искусственном вскармливании. Режим дня грудного ребенка. Значение прогулок на воздухе для здоровья ребенка. Необходимость регулярного посещения детского врача. Культура поведения в женской консультации и в детской поликлинике.

Культура общения. (2ч.+1 практ.)

Поведение юноши по отношению к девушке. Знаки внимания, которые юноша может проявлять по отношению к понравившейся ему девушке. Поведение девушки по отношению к юноше. Правила общения девушек и юношей, предупреждающие сексуальное насилие.

Жилище. (4ч.+2 практ.)

Оборудование детской комнаты или детской зоны (отгорожена ширмой) в общей комнате. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской комнаты или зоны. Моющие и дезинфицирующие средства, используемые при уборке детской комнаты. Ежедневная уборка квартиры в полном объеме: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел, ванная. Последовательность уборки. Пользование бытовыми электроприборами для уборки квартиры. Моющие средства, используемые при уборке квартиры в полном объеме.

Транспорт. (10ч.+1 практ.)

Водный транспорт. Виды водного транспорта. Речной вокзал. Расписание. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда в зависимости от класса. Правила поведения на водном транспорте.

Воздушный транспорт. Аэровокзал и аэропорт, их назначение. Расписание. Порядок приобретения билетов, их стоимость в зависимости от класса. Порядок оформления билетов перед вылетом. Порядок посадки в самолет. Сервис, предоставляемый пассажиру авиакомпанией. Правила поведения в салоне самолета.

Такси. Виды такси: пассажирское и грузовое. Заказ такси по телефону. Стоимость проезда, порядок оплаты. Обязанности водителя такси. Обязанности пассажира. Культура общения пассажира с водителем. Опасность использования частного транспорта.

Торговля. (2ч.+1 практ.)

Повторение пройденного материала.

Комиссионные магазины. Торговля уцененными товарами в обычных магазинах (распродажа). Магазины «секондхенд». Скупка вещей у населения. Ломбард. Правила получения ссуды под залог и хранения вещей в ломбарде. Целесообразность пользования ломбардом.

Средства связи.

Повторение: виды связи. Пейджинговая связь. Сотовая связь. Назначение, стоимость услуг. Денежные переводы (телеграфный перевод). Заполнение бланков телеграфного перевода для отправления или получения. Стоимость услуги. Порядок получения пенсии по почте.

Медицинская помощь. (2ч.+1 практ.)

Страховой медицинский полис, порядок получения, его назначение. Листок нетрудоспособности. Порядок получения и предъявления по месту работы или учебы. Женская консультация. Ее назначение. Порядок записи на прием. Детская консультация. Ее назначение. Порядок записи на прием. Газетные объявления об оказании платных медицинских услуг. Целители, знахари, экстрасенсы. Рекомендации по обращению за медицинской помощью по газетным и рекламным объявлениям.

Предприятия бытового обслуживания. (1ч.+1 практ.)

«Прокат», его назначение, виды услуг. Порядок обращения и получения вещи на прокат. Целесообразность пользования прокатом вещей. Бюро или фирма «Ремонт квартир» - назначение, виды услуг. Порядок обращения и оформления заказа. Культура общения с работниками предприятий службы быта (приемщик заказа, работники, выполняющие заказ).

Бюджет семьи. (2ч.+1 практ.)

Расходы на удовлетворение культурных потребностей членов семьи и на некоторые текущие расходы (билеты в кино, театр, на стадион, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви, сантехники и т.д.)

Сбережения. Облигации как вид сбережения. Лотереи, целесообразность участия в них. Кредит. Банковские ссуды, их виды, условия. Порядок получения банковской ссуды. Льготы по налогообложению в связи со строительством жилья или приобретением недвижимого имущества.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРЕДМЕТА «Социально-бытовая адаптация»

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации рабочей программы предмета имеется учебный кабинет.

Оснащение кабинета:

Мойка- 1

Электроплита «Gefest»- 1 шт.

Холодильник «Exqvisit»- 1шт.

Кухонный стол -1шт.

Стол учителя -1 шт.

Ученические столы и стулья -4 комплекта

Мягкие стулья- 5шт.

Настенная доска- 1шт.

Мебель – стенка- 1шт.

Микроволновая печь «LG»-1шт.

Кухонный гарнитур - 1шт.

Мягкая мебель - 1шт.

Пылесос «DAEVOO»- 1шт.

Компьютер «Mac» -1шт.

Стиральная машина «Zanussi FA 822»- 1шт.

Швейная машина «Leader»- 1шт.

Утюг «Delta»- 2шт.

3.2. Методическое обеспечение учебного процесса.

Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М.Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2016

4. ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ АДАПТАЦИЯ»

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Система оценивания в конце изучения каждой темы предусматривает тестирование, устные опросы, самостоятельные и практические работы.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей обучающихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику.

| Оценка | % выполнения заданий |
|-------------------|----------------------|
| | |
| удовлетворительно | 35 – 50% |
| хорошо | 50 – 65% |
| очень хорошо | свыше 65% |