**Государственное профессиональное образовательное учреждение**

**Ярославской области**

**Мышкинский политехнический колледж**

****

«Утверждаю»:

Директор ГПОУ ЯО

Мышкинского политехнического

колледжа

/ Т.А. Кошелева

«30» августа 2024 г.

**Адаптированная образовательная программа**

**для лиц с ограниченными возможностями здоровья**

**по учебной дисциплине**

**«Социальная адаптация»**

**Профессия: 13249 «Кухонный рабочий»**

форма обучения: очная

нормативный срок обучения: 1 год 10 месяцев

Разработчик:

преподаватель

Земских Т.В.

Согласовано на заседании МО

Мышкин, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины  **«Социальная адаптация»** разработана на основе Письма Министерства Просвещения России от 11.02.2019г. №05-108 «О профессиональном обучении лиц с различными формами умственной отсталости», Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 апреля 2013г. №292 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Паспорт программы учебной дисциплины…………………………….. 4 стр.

2. Структура и содержание учебной дисциплины………………………5 стр.

3. Тематическое планирование учебной дисциплины…………………..7 стр.

4. Условия реализации программы учебной дисциплины…………….15 стр.

5. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины…..16 стр.

**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Социальная адаптация» является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья (с нарушением интеллекта) по профессии 13249 Кухонный рабочий

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

адаптационный цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь**:

- Использовать нормы позитивного социального поведения;

- Использовать свои права адекватно законодательству;

- Обращаться в надлежащие органы за квалифицированной помощью;

- Анализировать и осознанно применять нормы закона с точки зрения конкретных условий их реализации;

- Составлять необходимые заявительные документы;

- Использовать приобретенные знания и умения в различных жизненных и профессиональных ситуациях.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать**:

- Механизмы социальной адаптации;

- Основополагающие международные документы по правам человека;

- Основы гражданского и семейного законодательства;

- Основы трудового законодательства, особенности регулирования труда инвалидов;

- Основные правовые гарантии инвалидам в области социальной защиты и образования;

- Функции органов труда и занятости населения.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

**1 курс:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **40** часов,

из низ:

практических занятий: 25 ч

контрольных работ: 2 ч

итоговое занятие: 1 ч

**2 курс:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **76** часов,

из низ:

практических занятий: 45 ч

контрольных работ: 3 ч

итоговое занятие: 1 ч

1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **Вид учебной работы** | | |  | | --- | | **Количество часов** | |
| **Максимальная учебная нагрузка (1 и 2 курс)** | **116** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **116** |
| в том числе: | **-** |
| практические занятия | 70 |
| Контрольная работа | 6 |
| ***Итоговая и промежуточная аттестация в форме*** *зачета по курсам* | **2** |
|  | |

**2.2 Тематическое планирование учебной дисциплины «Социальная адаптация»**

**для учащихся группы «Кухонный рабочий»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название темы, урока** | **Кол – во часов** | **Контролирующие мероприятия** |
| **I курс** | | | |
| 1 - 2 | Введение в курс «Социальная адаптация» | 2 |  |
| **1.** | **Личная гигиена7** | **8** |  |
| 3 | Понятие «Личная гигиена» | 1 |  |
| 4 | **Практическое занятие №1:** Заполнение таблицы **«**Средства ухода за волосами, кожей лица, рук» | 1 |  |
| 5 | Чистка зубов. Бритье. | 1 |  |
| 6 | **Практическое занятие № 2:** Заполнение таблицы: «Принадлежности и гигиенические средства» | 1 |  |
| 7 | Гигиена тела | 1 |  |
| 8 | **Практическое занятие №3:** Заполнение таблицы «Характеристика гигиенических средств по уходу за телом» | 1 |  |
| 9 - 10 | Посещение общественных мест с гигиенической целью (туалет) | 2 | Самостоятельная работа №1 |
| **2.** | **Одежда и обувь** | **8** |  |
| 11 | **Практическое занятие №4:** заполнение таблицы «Твой гардероб одежды». | 1 |  |
| 12 | **Практическое занятие №5:** заполнение таблицы «Виды ухода за одеждой и обувью». | 1 |  |
| 13 - 14 | Стиль, мода и коррекция фигуры с помощью одежды | 2 | Самостоятельная работа №2 |
| 15 | **Практическое занятие №6:** Выполнение мелкого ремонта одежды своими силами | 1 |  |
| 16 | **Практическое занятие №7:** Выполнение мелкого ремонта обуви своими силами | 1 |  |
| 17 - 18 | Обобщение по теме | 2 | Контрольная работа №1 |
| **3.** | **Питание** | **8** |  |
| 19 - 20 | Санитарно – гигиенические требования к приготовлению пищи | 2 |  |
| 21 | **Практическое занятие №8:** Посещение столовой колледжа | 1 |  |
| 22 | **Практическое занятие №9:** Изучение меню столовой колледжа | 1 |  |
| 23 | **Практическое занятие № 10: З**аполнение таблицы «Виды продуктов и их характеристика» | 1 |  |
| 24 | **Практическое занятие №11:** Составление таблицы «Заменяемость продуктов в зависимости от приготовляемых блюд» | 1 |  |
| 25 | **Практическое занятие № 12:** Составление меню праздничного традиционного стола. | 1 | Самостоятельная работа №3 |
| 26 | **Практическое занятие № 13:** Составление меню праздничного стола (фуршет) | 1 |  |
| **4.** | **Культура общения** | **8** |  |
| 27 | **Практическое занятие №14:** Заполнение таблицы «Правила проживания в общежитии». | 1 |  |
| 28 | **Практическое занятие № 15:** Ролевая игра «Я и соседи» | 1 |  |
| 29 | **Практическое занятие №16:** Заполнение таблицы «Правила этикета общения». | 1 |  |
| 30 | **Практическое занятие №17:** Ролевая игра «Приглашение и прием гостей». | 1 |  |
| 31 | **Практическое занятие №18:** Заполнение таблицы «Правила поведения юноши по отношению к девушке». | 1 |  |
| 32 | **Практическое занятие №19:** Заполнение таблицы «Правила поведения девушки по отношению к юноше | 1 |  |
| 33 - 34 | Обобщение по теме | 2 | Контрольная работа №2 |
| **5.** | **Жилище** | **8** |  |
| 35 | **Практическое занятие № 20:** Заполнение таблицы «Санитарно – гигиенические требования к уборке жилища». | 1 |  |
| 36 | **Практическое занятие № 21:** Заполнение таблицы «Дезинфицирующие средства для уборки жилища». | 1 |  |
| 37 | **Практическое занятие № 22:** Уборка жилой зоны. | 1 |  |
| 38 | **Практическое занятие № 23:** Уборка жилой зоны | 1 |  |
| 39 | **Практическое занятие №24:** Определение последовательности косметического ремонта | 1 |  |
| 40 | **Практическое занятие №25:** Оформление жилища к новогоднему празднику или торжеству  Итоговое занятие: зачет | 1 |  |
| **Итого** | | **40** |  |
| **II курс** | | | |
| **1.** | **Транспорт** | **7** |  |
| 1 - 2 | Виды городского транспорта | 2 |  |
| 3 – 4 | Виды железнодорожного транспорта | 2 |  |
| 5 - 6 | Обязанности водителя | 2 |  |
| 7 | Обязанности пассажира | 1 | Самостоятельная работа №1 |
| **2.** | **Торговля** | **8** |  |
| 8 | **Практическое занятие №1:** Составление таблицы «Виды рынков (продуктовые, вещевые)». | 1 |  |
| 9 | **Практическое занятие №2:** Заполнение таблицы «Местоположение рынков (крытые, открытые)» | 1 |  |
| 10 | **Практическое занятие №3:** Составление характеристики «Отличия рынка от магазина» | 1 |  |
| 11 | **Практическое занятие №4:** Составление способов нахождения наиболее низких цен на продукцию | 1 |  |
| 12 | **Практическое занятие №5:** Ролевая игра «Я – покупатель» | 1 | Самостоятельная работа № 2 |
| 13 | **Практическое занятие №6:** Ролевая игра «Я – продавец» | 1 |  |
| 14 | Торговля в кредит | 1 |  |
| 15 | Оптовая и розничная торговля | 1 |  |
| **3.** | **Семья и семейные отношения** | **10** |  |
| 16 | **Практическое занятие № 7:** Заполнение таблицы «Состав моей семьи» | 1 |  |
| 17 | **Практическое занятие № 8:** Заполнение таблицы «Взаимоотношения внутри моей семьи» | 1 |  |
| 18 | **Практическое занятие № 9:** Составление перечня «Основы семейных отношений» | 1 | Самостоятельная работа №3 |
| 19 | **Практическое занятие № 10:** Ролевая игра: «Твоя будущая семья» | 1 |  |
| 20 | **Практическое занятие № 11:** Заполнение таблицы «Семейное законодательство» | 1 |  |
| 21 | **Практическое занятие № 12:** Заполнение таблицы «Распределение обязанностей между родителями в моей семье» | 1 |  |
| 22 | **Практическое занятие № 13:** Заполнение таблицы «Трудовое законодательство для родителей» | 1 |  |
| 23 | **Практическое занятие № 14:** Заполнение таблицы «Жилищные права членов моей семьи» | 1 |  |
| 24 - 25 | Обобщение по теме | 1 | Контрольная работа № 1 |
| **4** | **Медицинская помощь** | **9** |  |
| 26 | **Практическое занятие № 15:** Изучение собственного страхового медицинского полиса | 1 |  |
| 27 | **Практическое занятие № 16:** Изучение образца больничного листа | 1 |  |
| 28 | **Практическое занятие № 17:** Заполнение таблицы «Разновидности несчастных случаев» | 1 |  |
| 29 | **Практическое занятие № 18:** Заполнение таблицы «Доврачебная помощь, виды» | 1 |  |
| 30 | **Практическое занятие № 19:** Заполнение таблицы «Признаки солнечного и теплового удара» | 1 |  |
| 31 | **Практическое занятие № 20:** Последовательность оказания первой помощи при солнечном и тепловом ударах | 1 |  |
| 32 | **Практическое занятие № 21:** Заполнение таблицы «Правила спасения утопающего» | 1 |  |
| 33 | **Практическое занятие № 22:** Последовательность оказания первой помощи на площади | 1 |  |
| 34 | **Практическое занятие № 23:** Заполнение таблицы «Правила поведения в незнакомых местах» | 1 | Самостоятельная работа № 4 |
| **5** | **Средства связи** | **10** |  |
| 35 | Понятие «телефон» | 1 |  |
| 36 | Проводная и беспроводная телефонная связь | 1 |  |
| 37 | **Практическое занятие № 24:** Заполнение таблицы «Разновидности телефонных справочников, справочники моего города, служба 112» | 1 |  |
| 38 | **Практическое занятие № 25:** Заполнение таблицы «Культура разговора по телефону» | 1 |  |
| 39 | **Практическое занятие № 26:** Заполнение таблицы «Правила этикета звонящего» | 1 |  |
| 40 | **Практическое занятие № 27:** Заполнение таблицы «Правила беседы отвечающего» | 1 |  |
| 41 | **Практическое занятие № 28:** Ролевая игра «У меня зазвонил телефон» | 1 |  |
| 42 | **Практическое занятие № 29:** Ролевая игра «Правила пользования мобильным телефоном» | 1 |  |
| 43 | **Практическое занятие № 30:** Заполнение таблицы «Телефонные тарифы, способы оплаты» | 1 |  |
| 44 | Обобщение по теме | 1 | Контрольная работа № 2 |
| **6** | **Бюджет** | **10** |  |
| 45 | Понятие «бюджет», составляющие бюджета | 1 |  |
| 46 | **Практическое занятие № 31:** Составление семейного бюджета на месяц в моей семье | 1 |  |
| 47 | **Практическое занятие № 32:** Заполнение таблицы «Источники дохода, статьи расхода в моей семье» | 1 | Самостоятельная работа № 5 |
| 48 | **Практическое занятие № 33:** Заполнение таблицы «Ежемесячные платежи в моей семье» | 1 |  |
| 49 | **Практическое занятие № 34:** Заполнение таблицы «Разновидности налогов» | 1 |  |
| 50 | **Практическое занятие № 35:** Составление перечня: вещи первой необходимости, выделение средств из бюджета семьи | 1 |  |
| 51 | Виды работ, доступных подросткам | 1 |  |
| 52 | Сбербанк, виды вкладов и сбережений | 1 |  |
| 53 | Ссуды и кредиты | 1 |  |
| 54 | Оплата коммунальных расходов через банк |  |  |
| **7** | **Предприятия и организации** | **8** |  |
| 55 | Центр социальной защиты населения | 1 |  |
| 56 | **Практическое занятие № 36:** Заполнение таблицы «Функции центра соцзащиты» | 1 |  |
| 57 | **Практическое занятие № 37:** Составление и подача заявления в центр соцзащиты» | 1 |  |
| 58 | **Практическое занятие № 38:** Понятие «Департамент», заполнение таблицы «Предоставляемые услуги» | 1 |  |
| 59 | **Практическое занятие № 39:** Составление перечня «Услуги паспортного стола» | 1 |  |
| 60 | Понятие «Муниципалитет», предоставляемые услуги | 1 |  |
| 61 | Понятие «Префектура», предоставляемые услуги | 1 |  |
| 62 | Полиция, предоставляемые услуги  Обобщение по теме | 1 | Контрольная работа № 3 |
| **8** | **Трудоустройство** | **14** |  |
| 63 | Закон РФ «О занятости населения» | 1 |  |
| 64 | **Практическое занятие № 40:** Заполнение таблицы «Формы занятости населения» | 1 |  |
| 65 | **Практическое занятие № 41:** Заполнение таблицы «Мои союзники в поисках работы» | 1 | Самостоятельная работа №6 |
| 66 | **Практическое занятие № 41:** Заполнение таблицы «Формы безработицы» | 1 |  |
| 67 | **Практическое занятие № 42:** Заполнение таблицы «Порядок признания гражданина безработным» | 1 |  |
| 68 | **Практическое занятие № 43:** Заполнение таблицы «Варианты поиска работы» | 1 |  |
| 69 | Трудовое законодательство РФ | 1 |  |
| 70 | Трудовой договор, его содержание | 1 |  |
| 71 | **Практическое занятие № 44:** Составление резюме и автобиографии | 1 |  |
| 72 | Перечень работ, на которые запрещено принимать несовершеннолетних | 1 |  |
| 73 | Собеседование при приеме на работу | 1 |  |
| 74 | Испытательный срок для принятых на работу | 1 |  |
| 75 | Обобщение по теме | 1 | Контрольная работа №4 |
| 76 | Итоговое занятие - зачет | 1 |  |
|  | **Итого** | **76** |  |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Для реализации учебной дисциплины имеется учебный кабинет.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя, стенды, шкафы для хранения дидактических пособий, учебники и учебные пособия, карточки-задания, тесты проверочные, учебные тексты,

Технические средства обучения: компьютер для преподавателя, мультмедийная установка, экран.

**3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Основные источники:**

1. Конституция РФ.
2. Трудовой кодекс РФ.
3. Семейный кодекс РФ.
4. Гражданский кодекс РФ.
5. Конвенция ООН о правах инвалидов.
6. Конвенция о правах ребенка.
7. **Дополнительные источники:**
8. Основы правоведения, учебник для учреждений СПО/ А.Я. Яковлева – Москва, «Академия, 2007 год».
9. Основы права, учебник для учреждений НПО/ В.В. Румынина – Москва, «Форум-инфра-М», 2007.

**4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины**

**Контроль** **и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

**Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)**

**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь**:

- Использовать нормы позитивного социального поведения;

- Использовать свои права адекватно законодательству;

- Обращаться в надлежащие органы за квалифицированной помощью;

- Анализировать и осознанно применять нормы закона с точки зрения конкретных

условий их реализации;

-Составлять необходимые заявительные документы;

- Использовать приобретенные знания и умения в различных жизненных ситуациях

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать**:

- Механизмы социальной адаптации;

- Основополагающие международные документы по правам человека;

- Основы гражданского и семейного законодательства;

- Основы трудового законодательства.

-Основные правовые гарантии инвалидам в области социальной защиты и образования;

- Функции органов труда и занятости населения.

**Экспертная оценка результата выполнения практического задания.**

- Устный опрос;

- Письменный опрос (тестирование, работа по карточкам, разбор ситуаций, вопросы для

самоконтроля, письменные ответы на вопросы, выполнение практических работ, и др.);

- Проверка ведения тетрадей;

-Внеаудиторная самостоятельная работа;

- Итоговая аттестация - зачет