

Областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Большенагаткинский техникум технологии и сервиса»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

АД.01 Социально-бытовая адаптация

по профессии 16675 Повар

с. Большое Нагаткино

2023

Рабочая программа учебной дисциплины АД.01 Социально-бытовая адаптация разработана в соответствии с профессиональным стандартом Повар (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 9 марта 2022 г. N 113н)

РАССМОТРЕНА
на заседании ЦМК по
дисциплинам сферы обслуживания
Председатель ЦМК
Козлова Козлова О.В.
Протокол заседания ЦМК
№ 1 от 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УПР
ОГБПОУ Большенагаткинский ТТиС
Мынина Мынина О.Ю.
31 августа 2023 г.

Автор-разработчик: Наумова Татьяна Николаевна, преподаватель

Содержание

1.Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2.Структура и содержание рабочей программы учебной дисциплины	6
3.Условия реализации учебной дисциплины	15
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	16

Программа

АД.01 Социально-бытовая адаптация

для профессиональной подготовки рабочих по профессиям:

18545 « Слесарь по ремонту сельскохозяйственных машин и оборудования»,
16675 « Повар» и 17530 «Рабочий зеленого строительства»

1.1. Область применения программы.

Примерная программа учебной дисциплины является частью программы профессионального обучения, для лиц с ограниченными возможностями здоровья, не имеющих основного общего образования.

Практика показала, что особенности психофизического развития обучающихся с умственной недостаточностью затрудняют их вхождение в социум.

Курс занятий социально-средовой адаптации направлен на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни.

Задача ПОУ - вселить в подростка веру в себя, свои силы, научить максимально реализовывать свои физические и духовные возможности, гармонично войти в жизнь и чувствовать себя востребованным в полном смысле слова.

Для этого необходимо создавать условия, т.е. благоприятную социально-педагогическую, коррекционно-развивающую среду, включающую специально организованное пространство и условия для эмоционального, познавательного, коммуникативного развития.

При корректировке программы можно использовать для изучения дистанционно.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: Адаптационно-реабилитационный курс.

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

Цель программы: Социальная адаптация детей с ограниченными возможностями

здоровья и интеграция их в общество.

Задачи программы:

- Формирование умений ориентироваться в окружающем социуме на бытовом уровне.
- Формирование знаний, умений и навыков бытового труда.
- Формировать представления о чистоте и порядке в помещении, на территории дома-интерната.
- Формирование представлений и знаний о нормах культуры поведения, накопление соответствующего опыта.
- Формирование социального поведения, умение адекватно общаться, обращаться за помощью, соблюдая принятые правила приличия.

- Отработка навыков самообслуживания и личной гигиены для достижения возможной степени независимости.
- Развитие и коррекция познавательных функций, эмоционально – волевой сферы.
- Воспитание позитивных качеств личности.
- Воспитание уважительного отношения к труду людей.

Принципы программы:

- Дидактический принцип возможности и особенности познавательной деятельности умственно отсталых детей.
- Воспитывающая и развивающая направленность обучения.
- Научность и доступность обучения.
- Систематичность и последовательность обучения.
- Связь обучения с жизнью.
- Принцип коррекции в обучении.
- Принцип наглядности.
- Сознательность и активность воспитанников.
- Индивидуальный и дифференцированный подход.
- Прочность знаний, умений и навыков.
- Принцип практической направленности обучения.

Формы работы:

- Коррекционно – развивающие занятия (индивидуальные, коллективные, групповые).
- Экскурсии.
- Практические работы.
- Моделирование реальной ситуации.
- Совместная деятельность (праздники, конкурсы и развлечения).
- Трудовая деятельность.

Методы работы:

- Практические методы (дидактические игры, упражнения, задания, самостоятельная работа).
- Наглядные методы (натуральные предметы: одежда, обувь, посуда; реальные объекты: помещение, учреждение; муляжи, игрушки, изображения: предметные, сюжетные).
- Словесные методы (рассказ, объяснение, беседа).

Программа составлена с учетом возрастных и психофизиологических особенностей

развития воспитанников, уровня их знаний, умений. Материал расположен по принципу

усложнения и увеличения объема информации.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Общее количество часов-99 часов

Структура и содержание учебной дисциплины

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы на 1 курс

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	99
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

Тематический план

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические задания, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
Тема № 1 Личная гигиена	Содержание учебного материала		4	
	1	Правила личной гигиены в течение дня. Предметы и средства личной гигиены Уход за кожей рук и лица с помощью косметических средств. Маникюр, принадлежности для маникюра.	2	1
	2	Уход за волосами (мытьё, прическа). Уход за полостью рта Знать: последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета ; периодичность и правила чистки ушей; правила освещенности рабочего ме-ста; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;	2	
	Содержание учебного материала		4	
Тема № 2 Медицинская	1	Страховой медицинский полис, порядок получения, его	2	1

помощь	2	Листок нетрудоспособности. Порядок его получения. Женская консультация, ее назначение и порядок записи на прием.	2	
		<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -порядок вызова экстренной помощи -профилактические меры -назначение страхового медицинского полиса. 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ухаживать за больным в домашних условиях -пользоваться услугами страховой -сообщать четкую информацию по гужбы 	
Тема № 3 Вредные привычки	Содержание учебного материала		4	1
	1	Вред курения Вред алкоголя	2	
	2	Вред наркотиков	2	
		<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о вреде алкоголя -о вредном воздействии алкоголя и наркотиков на организм человека - о социальных последствиях, к которым приводят вредные привычки -о способах борьбы с вредными привычками 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -обращаться за помощью к старшим и в медучреждение 	

Тема № 4 Жилище	Содержание учебного материала		11	1
	1	Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни	2	
	2	Кухонные электроприборы, их использование, уход за ними	2	
	3	Правила техники безопасности при работе с электроприборами	1	
	4	Сухая и влажная уборка помещения	2	
	5	Борьба с вредными насекомыми. Средства борьбы, меры безопасности	2	
	6	Оформление жилища к праздникам	2	
	Знать: -санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни -правила техники безопасности при работе с электроприборами -средства и способы борьбы с вредными насекомыми	Уметь: -пользоваться бытовыми приборами -производить уборку кухни -покупать предметы оформления жилья к различным праздникам		
Тема № 5 Одежда и обувь	Содержание учебного материала		8	1
	1	Виды одежды и головных уборов, их назначение	2	
	2	Повседневный уход за одеждой	2	

	3	Виды обуви, их назначение		2	
	4	Повседневный уход за обувью		2	
	Знать: -способы ухода за одеждой -правила чистки обуви -правила подбора одежды и обуви		Уметь: -ухаживать за одеждой -чистить обувь -выбирать одежду и обувь при покупке		
Тема № 6 Служба быта	Содержание учебного материала			4	1
	1	Виды ателье. Стоимость услуг в ателье		2	
	2	Химчистка вещи, которую нужно сдавать в химчистку		2	
	Знать: -порядок сдачи и получения вещей в ателье -стоимость услуг		Уметь: -сдавать вещи в химчистку и ателье		
Тема № 7 Средства связи	Содержание учебного материала			6	1
	1	Сотовая связь. Назначение, стоимость услуг.		2	
	2	Интернет, стоимость услуг		2	
	3	Правила пользования интернетом. «Полезные» сайты		2	

	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -назначение, стоимость услуг сотовой связи -назначение, стоимость услуг интернета 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -пользоваться интернетом, «полезными» сайтами 		
Тема № 8 Транспорт	Содержание учебного материала		8	1
	1	Общегородской транспорт. Оплата в городском транспорте. Правила поведения в транспорте	2	
	2	Маршруты района. Варианты маршрутов. Порядок приобретения билетов	2	
	3	Такси. Вызов такси	2	
	4	Правила дорожного движения	2	
	<p style="text-align: center;">Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виды общегородского транспорта -порядок оплаты проезда -основные маршруты района -правила проезда в такси -правила дорожного движения -правила поведения в общественном транспорте 	<p style="text-align: center;">Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -оплатить проезд -пользоваться основными и дополнительными маршрутами от дома к различным учреждениям -получать необходимую информацию от прохожих и от работников транспорта -пользоваться такси 		
Тема № 9 Культура	Содержание учебного материала		11	1

общения	1	Поведение в музее, кино, театре	2	
	2	Прием гостей. Подготовка к приему гостей	2	
	3	Правила поведения в гостях	2	
	4	Поведение за столом при приеме пищи	2	
	5	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании	1	
	6	Формы обращения с просьбой к сверстникам и старшим	2	
	Знать: -правила приема гостей и поведения в гостях -правила поведения за столом при приеме пищи -правила поведения в музее, театре, кино	Уметь: -выполнять правила приема гостей и поведения в гостях -выбрать правильный подарок на день рождения		
Тема № 10 Бюджет	Содержание учебного материала		10	1
	1	Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи.	2	
	2	Планирование расходов на месяц.	2	
	3	Сбережения. Лотереи, целесообразность участия в них	2	
	4	Виды вкладов. Их преимущества и недостатки Кредит. Банковские ссуды, их виды, условия	2	

	5	Оплата коммунальных услуг. Обязательные платежи	2	
		Знать: -источники семейного бюджета -необходимые ежемесячные платежи -виды вкладов, их преимущества и недостатки -порядок оформления вклада в Сбербанке	Уметь: -планировать расходы на месяц -вести тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета	
Тема № 11 Торговля	Содержание учебного материала		12	1
	1	Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами	2	
	2	Основные виды магазинов. Плодоовощные базы	2	
	3	Правила поведения в магазине	2	
	4	Виды продуктов	2	
	5	Порядок покупки товаров в продовольственном магазине	2	
	6	Выбор продуктов	2	
		Знать: -отделы рынка -выбор продуктов -отличие рыночной торговли от магазинной	Уметь: -выбирать продукты -следить за правильностью отпуска товара и подсчета его стоимости	
Тема № 12 Семья	Содержание учебного материала		10	1
	1	Состав семьи. Отношения между членами семьи.	4	

	2	Обязанности детей по отношению к родителям.	4	
	3	Помощь младшим членам семьи	2	
	Знать: -состав семьи, обязанности ее членов		Уметь: -помогать родителям -ухаживать за младшими сестрами и братьями	
Тема № 13 Питание	Содержание учебного материала		6	1
	1	Продукты. Их виды	2	
	2	Взаимозаменяемость продуктов с целью экономии средств	2	
	3	Использование полуфабрикатов для приготовления	2	
Дифференцир. зачет			1	
Всего:	Обязательная учебная нагрузка		99	

По окончании курса обучения учащийся должен:

Знать:

- правила личной гигиены, предметы и средства личной гигиены.
- санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями
- косметические средства для макияжа
- средства по уходу за волосами, полостью рта
- причины возникновения инфекционных и венерических заболеваний, профилактические меры

- основные лекарства и пищевые добавки
- порядок вызова экстренной помощи
- назначение страхового медицинского полиса, порядок его получения
- назначение листка нетрудоспособности, порядок его получения и предъявления по месту работы и учёбы

- о вредном воздействии алкоголя и наркотиков на организм человека
- о социальных последствиях, к которым приводят вредные привычки
- о способах борьбы с вредными привычками

93

- правила техники безопасности при работе с электроприборами
- средства и способы борьбы с вредными насекомыми
- символику и традиции праздников
- способы ухода за одеждой и обувью
- правила подбора одежды и обуви
- назначение, стоимость услуг сотовой связи, интернета
- порядок сдачи и получения вещей в ателье
- виды общегородского транспорта
- порядок оплаты проезда
- основные маршруты района
- правила дорожного движения
- правила поведения в общественном транспорте
- правила приема гостей и поведения в гостях
- правила поведения за столом при приеме пищи
- правила поведения в музее, театре
- о кредитах, ссудах, налоговых льготах
- отличие рыночной торговли от магазинной
- способы определения правильности отпуска товара и подсчета его стоимости
- состав семьи, обязанности ее членов

- взаимозаменяемость продуктов
- правила приготовления полуфабрикатов

Уметь:

- ухаживать за ногтями, волосами, кожей лица
- выполнять несложный макияж и удалять его с помощью косметических средств
- ухаживать за волосами, делать несложные прически
- ухаживать за полостью рта
- ухаживать за больным в домашних условиях
- пользоваться услугами страховой медицины
- пользоваться бытовыми приборами
- покупать предметы оформления жилья к различным праздникам
- ухаживать за одеждой, обувью
- выбирать одежду и обувь при покупке
- пользоваться интернетом, «полезными» сайтами
- пользоваться основными и дополнительными маршрутами от дома к различным учреждениям
- получать необходимую информацию от прохожих и от работников транспорта
- выполнять правила приема гостей и поведения в гостях
- выбрать правильный подарок на день рождения
- составить приблизительный расчет расходов бюджета семьи
- следить за правильностью отпуска товара и подсчета его стоимости
- помогать родителям ухаживать за младшими сестрами и братьями
- заменять продукты с целью экономии и их пищевой ценности
- использовать полуфабрикаты для приготовления пищи
- покупать продукты на оптовом рынке

Библиографический список

1. Воронкова В.В. Социально – бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя. – М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 247 с.
94
2. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития: (программно-методические материалы), под редакцией И.М. Бгажноковой. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011. – 239 с.
3. Галле А.Г., Кочетова Л.Л. Программа по обслуживающему труду для детей с умственной отсталостью. 6-9 классы. – М.: АРКТИ, 2009. – 72с.
4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя / под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2013. – 302 с.
5. Денисов А.А. Психология воздействия знаковых систем на половую идентификацию подростков. Дис... канд. Психол. Наук. – М., 2010.
6. Е.Д. Худенко, Г.Ф. Гаврилычева и другие – Организация и планирование воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе – интернате, детском доме: пособие для воспитателей и учителей. – М.: АРКТИ, 2012 – 312 с. __