

ГКОУ «Плоскошская специальная школа – интернат»

Рассмотрено
на заседании ШМО учителей
Протокол № 1
от «27» августа 2024г.

Согласовано
на заседании Методического
совета
Протокол №. 1
от «28» августа 2024г.

Утверждаю
Директор ГКОУ
«Плоскошская специальная
школа-интернат»
/_____/Балакирев.В.В./
Приказ № 75
от 28 августа 2024г.

Рабочая программа
Предмета «Социально-бытовая адаптация»
адаптированной образовательной программы
профессионального обучения по профессии
рабочих 15415«Овощевод»

Составитель:

Трошенкова Е.А.

п. Плоскошь, 2024 год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПЛОСКОШСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ", Балакирев Владислав Владимирович

13.09.24 11:53
(MSK)

Простая подпись

Рабочая программа предмета разработана на основе нормативных документов:

-ФЗ№273«ОбобразованиивРоссийскойФедерации»от29.12.2012г;

- ПриказМинистерстватрудаисоциальнойзащитыРФот4августа2014 г.

№525н"Обутверждениипрофессиональногостандарта«Овощевод»;

-Приказ Минобрнауки России от 02.07.2013 N 513 (ред. от 27.06.2014) «Обутверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, покоторым осуществляется профессиональное обучение» (Зарегистрировано вМинюстеРоссии 08.08.2013N29322);

-Приказ Минобрнауки России от 18.04.2013 N 292 (ред. от 27.10.2015)«Обутверждении Порядка организации и осуществления образовательнойдеятельностипоосновнымпрограммампрофессиональногообучения»;

-Приказ 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 жизне деятельности»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования корганизациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Программа адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРЕДМЕТА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа предмета является частью адаптированной общеобразовательной программы профессионального обучения по профессии рабочих 15415 «Овощевод».

1.2.

Место предмета в структуре программы профессионального обучения: Предмет входит в адаптационный цикл теоретического обучения.

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

Цель предмета: формирование 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 семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, 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.

Результатом 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 в быту, самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

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

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебного предмета:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 138 часов, в том числе: практической работы обучающегося - 48 часов.

2.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «Социально-бытовая адаптация»

2.1. Объем предмета и виды учебной работы

1 год обучения

Вид учебной работы	Объем (часов)
Максимальная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
практические занятия	29

2 год обучения

Вид учебной работы	Объем (часов)
Максимальная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
практические занятия	19

2.2. Тематическое планирование предмета «Социально-бытовая адаптация» 1 год обучения

№	Тематика занятий	Кол-во часов	
		теория	практика
Личная гигиена.			
1	Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями.	1	
2	Маникюр (уход за ногтями). Принадлежности для маникюра: ножницы, пилочка, лак для ногтей. Санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями.	1	
3	Выполнение ухода за ногтями.		1
4	Бритье. Принадлежности для бритья: станок, помазок, электробритва, мыло, пена для бритья. Санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.	1	
5	Выполнение бритья		1
Медицинская помощь.			

6	Инфекционные заболевания (грипп, ветряная оспа, желудочно-кишечные инфекции, корь и т.п.) Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры.	1	
7	Понятие об иммунитете. Значение прививок.	1	
8	Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности. Значение дезинфекции помещения, в котором находился инфекционный больной. Методы санобработки в квартире.	1	
9	Выполнение процедур по уходу за больным дома.		1
Жилище.			
10	Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухни.	1	
11	Кухонные электроприборы (миксер, комбайн, электроплита, электрочайник, электросамовар, посудомоечная машина), их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при работе с электроприборами.	1	
12	Борьба с вредными насекомыми. Средства для борьбы с вредными насекомыми, меры безопасности при их использовании.	1	
13	Выполнение работ, связанных с использованием электроприборов.		1
14	Уборка кухни.		1
Одежда и обувь.			
15	Виды меховой одежды. Уход за меховой одеждой. Ремонт меховой одежды.	1	
16	Одежда из кожи. Уход за ней. Ремонт одежды из кожи.	1	
17	Работы по уходу, мелкому ремонту меховой и кожаной одежды (чистка в домашних условиях, пришиванию пуговиц, вешалки.)		1
18	Замшевая обувь. Уход за замшевой обувью.	1	
19	Чистка замшевой обуви.		1
20	Мода, стиль, назначение одежды. Как показать достоинства фигуры и скрыть ее недостатки. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба.	1	
21	Деловая игра: «Сдаем вещи в химчистку и вателью по ремонту одежды»		1
Средства связи.			
22	Оформление заказа на покупку товара по почте.	1	
23	Заполнение бланков для оформления заказа на покупку товара по почте.		1
24	Получение заказа наложенным платежом.	1	
25	Оформление подписки на газеты и журналы.	1	
26	Заполнение бланков при подписке на газеты и журналы.		1

Транспорт.			
27	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов.	1	
28	Экскурсия на автовокзал.		1
29	Порядок приобретения билета. Стоимость проезда. Страховка.	1	
30	Культура общения пассажиров.	1	
Культура общения.			
31	Прием гостей. Приглашение гостей. Подготовка к приему гостей: угощение, развлекающие веселые игры, танцы, конкурсы.	1	
32	Встреча гостей, знакомство родителей новыми друзьями, присутствующих с новыми гостями. Правила приема гостей.	1	
33	Проводы гостей. Уборка квартиры после приема.	1	
34	Ролевые игры: «Встреча гостей», «Знакомство родителей новыми друзьями»		1
35	Ты идешь в гости. Подготовка: выбор праздничной одежды, приобретение небольшого сувенира или цветов для хозяйки, выбор покупки подарка, если это день рождения, свадьба, Новый год, новоселье.	1	
36	Правила поведения в гостях.	1	
37	Ролевая игра: «Правила поведения в гостях»		1
Бюджет.			
38	Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи. Планирование расходов на месяц	1	
39	Тетрадь прихода и расхода средств семейного бюджета. Сбережения. Назначение сбережений.	1	
40	Ведение тетради прихода и расхода		1
41	Сбережения. Назначение сбережений	1	
42	Экскурсия в Сбербанк		1
43	Хранение денег в Сбербанке. Виды вкладов, их преимущества и недостатки. Оформление вкладов в Сбербанке.	1	
44	Оформление вкладов в Сбербанке.		1
Торговля.			
45	Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами.	1	
46	Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы. Отделы рынка.	1	

47	Экскурсия на рынок.		1
48	Выбор продуктов. Отличия рыночной торговли от магазинной (торг).	1	
49	Определение правильности отпусков товара и подсчета его стоимости.	1	
Семья.			
50	Состав семьи. Отношения между членами семьи.	1	
51	Обязанности детей по отношению к родителям.	1	
52	Помощь младшим членам семьи.	1	
Питание.			
53	Вторые блюда (котлеты, жаркое, рыба) и соответствующий гарнир к ним.	1	
54	Приготовление вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и гарнир к ним.		1
55	Приготовление вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и гарнир к ним.		1
56	Выпечка: булочки, кекс, печенье, блины.	1	
57	Выпечка булочек, кекса, печенья, блинов.		1
58	Выпечка булочек, кекса, печенья, блинов.		1
59	Приспособления для закатывания консервов. Правила консервирования фруктов (компот). Правила засолки грибов.	1	
60	Консервирование фруктов.		1
61	Консервирование фруктов.		1
62	Правила засолки грибов.	1	
63	Засолка грибов.		1
64	Засолка грибов.		1
65	Закрепление материала по теме «Личная гигиена», «Медицинская помощь», «Жилище».		1
66	Закрепление материала по теме «Одежда и обувь», «Служба быта», «Средства связи».		1
67	Закрепление материала по теме «Транспорт», «Культура общения», «Торговля».		1
68	Закрепление материала по теме «Семья», «Питание».		1
69	Итоговая контрольная работа	1	
70	Обобщение и изученного материала	1	

	Всего	41 час	29 часов
--	--------------	-------------------	---------------------

2 год обучения

№	Тематика занятий	Кол-во часов	
		теория	практика
Личная гигиена.			
1	Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями.	1	
2	Маникюр. Бритье. Прически.	1	
3	Выполнение процедур по уходу за кожей лица		1
4	Макияж. Косметические средства для выполнения макияжа. Соответствие макияжа ситуации. Удаление макияжа.	1	
5	Выполнение макияжа.		1
6	Средства для загара. Срок годности косметических средств.	1	
Вредные привычки			
7	Вред курения.	1	
8	Вред алкоголя и наркотиков.	1	
9	Социальные последствия вредных привычек	1	
Одежда и обувь.			
10	Значение одежды в жизни человека. Стили одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей)	1	
11	Размеры одежды и обуви	1	
12	Значение ухода за одеждой и обувью.	1	
13	Правила выполнения утюжки одежды в зависимости от свойств ткани: платьев, рубашек, юбок со складками, оборками, брюк.	1	
14	Утюжка одежды.		1
15	Чистка обуви всех видов. Рекомендуемые сроки носки одежды и обуви с учетом их назначения и материальных возможностей.	1	
16	Чистка обуви.		1
17	Одежда и принадлежности для пеленания младенца. Стирка и кипячение пеленок.	1	

18	Пеленание ребенка		1
Питание			
19	Составление меню завтраков, обедов и ужинов на неделю.	1	
20	Составление месячной сметы расходов на продукты питания, в соответствии с недельным меню.	1	
21	Полноценное питание грудных младенцев, дошкольников, подростков.	1	
22	Составление меню на неделю.		1
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.	1	
24	Виды праздничного стола: традиционный, фуршет. Меню праздничного стола.	1	
25	Культура поведения за столом. Правила пользования столовыми приборами.	1	
26	Приготовление обеда из трех блюд.		1
27	Консервирование овощей (соленья и маринады)		1
28	Выпечка: пироги, пирожные, торт.		1
29	Выпечка: пироги, пирожные, торт.		1
Семья.			
30	Основы семейных взаимоотношений, семейные традиции, распределение и выполнение домашних обязанностей, организация досуга и отдыха в семье.	1	
31	Семейная ситуация в семье учащегося. Представления учащихся об их будущих семьях.	1	
32	В семье ждут ребенка: полноценное питание и здоровый образ жизни будущей мамы, спокойная семейная атмосфера – залог здоровья ребенка.	1	
33	Санитарно-гигиенические правила содержания детских принадлежностей для купания, детского белья, детской посуды, игрушек. Уход за грудным ребенком (купание, пеленание, одевание).	1	
34	Кормление грудного ребенка	1	
35	Уход за грудным ребенком (накормление): кормление, пеленание, подмывание и т. д.		1
Культура общения.			
36	Поведение юноши по отношению к девушке. Знаки внимания, которые юноша может проявлять по отношению к понравившейся ему девушке.	1	

37	Поведение девушки по отношению к юноше. Правила общения девушек и юношей, предупреждающие сексуальное насилие.	1	
38	Практическое занятие: знакомство		1
Жилище			
39	Оборудование детской комнаты или детской зоны (отгорожена ширмой) в общей комнате. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской комнаты или зоны.	1	
40	Моющие и дезинфицирующие средства, используемые при уборке детской комнаты. Ежедневная уборка квартиры в полном объеме: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел, ванная.	1	
41	Последовательность уборки.	1	
42	Уборка квартиры.		1
43	Пользование бытовыми электроприборами для уборки квартиры. Моющие средства, используемые при уборке квартиры в полном объеме.	1	
44	Пользование бытовыми электроприборами моющими средствами для уборки квартиры		1
Транспорт			
45	Водный транспорт. Виды водного транспорта.	1	
46	Речной вокзал. Расписание. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда в зависимости от класса.	1	
47	Правила поведения на водном транспорте.	1	
48	Воздушный транспорт. Аэровокзал и аэропорт, их назначение.	1	
49	Расписание. Порядок приобретения билетов, их стоимость в зависимости от класса. Порядок оформления билетов перед вылетом.	1	
50	Порядок посадки в самолет. Сервис, предоставляемый пассажиру авиакомпанией. Правила поведения в салоне самолета.	1	
51	Такси. Виды такси: пассажирское и грузовое. Заказ такси по телефону. Стоимость проезда, порядок оплаты.	1	
52	Обязанности пассажира. Культура общения пассажира с водителем. Опасность использования частного транспорта.	1	
Торговля.			
53	Комиссионные магазины. Торговля ценными товарами в обычных магазинах (распродажа).	1	

54	Ломбард. Правила получения ссуды под залог и хранения вещей в ломбарде. Целесообразность пользования ломбардом.	1	
55	Повторение пройденного материала.		1
Средства связи.			
56	Повторение: виды связи.	1	
57	Сотовая связь.	1	
58	Назначение, стоимость услуг. Денежные переводы (телеграфный перевод).	1	
59	Заполнение бланков телеграфного перевода для отправления или получения. Стоимость услуги.	1	
60	заполнение бланка для отправления или получения телеграфного денежного перевода.		1
Медицинская помощь.			
61	Страховой медицинский полис, порядок получения, его назначение.	1	
62	Листок нетрудоспособности. Порядок получения и предъявления по месту работы или учебы.	1	
63	Порядок записи на прием. Газетные объявления об оказании платных медицинских услуг.		1
Предприятия бытового обслуживания.			
64	«Прокат», его назначение, виды услуг. Порядок обращения и получения вещи на прокат. Целесообразность пользования прокатом вещей.	1	
65	Бюро или фирма «Ремонт квартир» - назначение, виды услуг. Порядок обращения и оформления заказа.		1
Бюджет семьи.			
66	Сбережения. Облигации как вид сбережения. Лотереи, целесообразность участия в них.	1	
67	Кредит. Банковские ссуды, их виды, условия. Порядок получения банковской ссуды. Льготы по налогу обложению в связи со строительством жилья или приобретением недвижимого имущества.	1	
68	Составление расходов бюджета семьи с учетом расходов на удовлетворение культурных потребностей членов семьи и на некоторые текущие расходы		1
	Всего	49 часов	19 часов

2.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПРЕДМЕТА «Социально-бытовая адаптация»

1 год обучения

Личная гигиена.

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

Маникюр (уход за ногтями). Принадлежности для маникюра: ножницы, пилочка, лак для ногтей. Санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями. Бритье. Принадлежности для бритья: станок, помазок, электробритва, мыло, пенка для бритья. Санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.

Практические занятия:

Выполнение ухода за ногтями; выполнение бритья.

Обучающиеся должны знать:

- способы ухода за ногтями и выполнения бритья;
- санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями;
- санитарно-гигиенические правила пользования бритвенными принадлежностями.

Обучающиеся должны уметь:

- ухаживать за ногтями; бриться.

Медицинская помощь.

Инфекционные заболевания (грипп, ветряная оспа, желудочно-кишечные инфекции, корь и т.п.) Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры. Понятие об иммунитете. Значение прививок. Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности. Значение дезинфекции помещения, в котором находился инфекционный больной. Методы санобработки в квартире.

Практические занятия:

Выполнение процедур по уходу за больным дома.

Обучающиеся должны знать:

- причины возникновения инфекционных заболеваний;
- профилактические меры;
- значение прививок;
- методы санобработки в квартире.

Обучающиеся должны уметь:

- ухаживать за больным в домашних условиях;
- производить санобработку помещения.

Жилище.

Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухни.

Кухонные электроприборы (миксер, комбайн, электроплита, электрочайник, электросамовар, посудомоечная машина), их использование, уход за ними. Правила техники безопасности при работе с электроприборами.

Борьба с вредными насекомыми. Средства для борьбы с вредными насекомыми, меры безопасности при их использовании.

Практические занятия:

Выполнение работ, связанных с использованием электроприборов; уборка кухни.

Обучающиеся должны знать:

- санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни.
- правила техники безопасности при работе с электроприборами:

- средства и способы борьбы с вредными насекомыми.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться бытовыми электроприборами;
- производить уборку кухни.

Одежда и обувь.

Виды меховой одежды. Уход за меховой одеждой. Ремонт меховой одежды. Одежда из кожи. Уход за ней. Ремонт одежды из кожи. Замшевая обувь. Уход за замшевой обувью.

Мода, стиль, назначение одежды. Как показать достоинства фигуры и скрыть ее недостатки. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба.

Практически знания:

- работы по уходу, мелкому ремонту меховой и кожаной одежды (чистка домашних условий, пришиванию пуговиц, вешалки);

- чистка замшевой обуви.

Обучающиеся должны знать:

- способы ухода за меховой и кожаной одеждой;
- правила чистки замшевой обуви;
- правила подбора одежды и обуви.

Обучающиеся должны уметь:

- ухаживать за меховой и кожаной одеждой;
- чистить замшевую обувь;
- выбирать одежду и обувь при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба.

Служба быта.

Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. Заполнение бланков для сдачи вещей в ателье по ремонту одежды. Порядок сдачи и получения вещей в ателье. Стоимость услуг в ателье.

Химчистка. Вещи, которые следует сдавать в химчистку. Заполнение бланков для сдачи вещей в химчистку. Порядок сдачи и получения вещей в химчистке. Химчистка – самообслуживания. Стоимость услуг в химчистке.

Практически знания:

Экскурсия в ателье; заполнение бланков.

Обучающиеся должны знать:

- порядок сдачи и получения вещей в ателье и в химчистке;
- стоимость услуг.

Обучающиеся должны уметь:

- сдавать вещи в химчистку и в ателье по ремонту одежды.

Средства связи.

Оформление заказа на покупку товара по почте. Получение заказа наложенным платежом. Оформление подписки на газеты и журналы.

Практически знания:

Заполнение бланков для оформления заказа на покупку товара по почте.

Заполнение бланков при подписке на газеты и журналы.

Обучающиеся должны знать:

- порядок оформления заказа на покупку товара по почте.
- порядок получения заказа наложенным платежом;
- порядок оформления подписки на газеты и журналы.

Обучающиеся должны уметь:

- заполнять необходимые бланки.

Транспорт.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билета. Стоимость проезда. Страховка. Багажное отделение автобуса. Культура

общения пассажиров.

Практические задания. Экскурсия на автовокзал.

Обучающиеся должны знать:

- порядок приобретения билета на автовокзале.

Обучающиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании отправления рейсовых автобусов;
- производить покупку билета на междугородный автобус.

Культура общения.

Прием гостей. Приглашение гостей. Подготовка к приему гостей: угощение, развлекающие веселые игры, танцы, конкурсы. Встреча гостей, знакомство родителей с новыми друзьями, присутствующих с новыми гостями. Правила приема гостей. Проводы гостей. Уборка квартиры после приема.

Ты идешь в гости. Подготовка: выбор праздничной одежды, приобретение небольшого сувенира или цветов для хозяйки, выбор и покупка подарка, если это день рождения, свадьба, Новый год, новоселье. Правила поведения в гостях.

Практические задания. Ролевые игры.

Обучающиеся должны знать:

- правила приема гостей и поведения в гостях.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять правила приема гостей и поведения в гостях.

Бюджет.

Источники семейного бюджета. Необходимые ежемесячные платежи. Планирование расходов на месяц. Тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в Сбербанке. Виды вкладов, их преимущества и недостатки.

Оформление вклада в Сбербанке. Практические задания.

Экскурсия в Сбербанк; ведение тетради прихода и расхода; планирование расходов на месяц.

Обучающиеся должны знать:

- источники семейного бюджета;
- необходимые ежемесячные платежи;
- назначение сбережений;
- виды вкладов, их преимущества и недостатки;
- порядок оформления вклада в Сбербанке.

Обучающиеся должны уметь:

- планировать расходы на месяц;
- вести тетрадь прихода и расходования средств семейного бюджета.

Торговля.

Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами. Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы. Отделы рынка. Выбор продуктов. Отличия рыночной торговли от магазинной (торг). Определение правильности отпускатовара и подсчета его стоимости.

Практические задания.

Экскурсия на рынок.

Обучающиеся должны знать:

- отделы рынка;
- выбор продуктов;
- отличия рыночной торговли от магазинной (торг);
- способы определения правильности отпускатовара и подсчета его стоимости.

Обучающиеся должны уметь:

- выбирать продукты;
- следить за правильностью отпускатовара и подсчета его стоимости.

Семья.

Состав семьи. Отношения между членами семьи. Обязанности детей по отношению к родителям. Помощь младшим членам семьи.

Обучающиеся должны знать:

- состав семьи;
- обязанности детей по отношению к родителям.

Питание.

Вторые блюда (котлеты, жаркое, рыба) и соответствующий гарнир к ним. Выпечка: булочки, кекс, печенье, блины. Приспособления для закатывания консервов. Правила консервирования фруктов (компот). Правила засолки грибов.

Практические занятия.

Приготовление вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и гарнира к ним.

Выпечка булочек, кекса, печенья, блинов. Консервирование фруктов. Засолка грибов. *Обучающиеся должны знать:*

- рецепты и способы приготовления вторых блюд (котлеты, жаркое, рыба) и соответствующего гарнира к ним;
- рецепты и способы выпекания булочек, кекса, печенья, блинов.
- правила консервирования фруктов. Правила засолки грибов.

Обучающиеся должны уметь:

- готовить вторые блюда;
- выпекать булочки, кексы, печенье, блины;
- консервировать фрукты и засаливать грибы.

2 год обучения

Личная гигиена.

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.

Практические занятия:

Выполнение процедур по уходу за кожей лица. Выполнение макияжа.

Обучающиеся должны знать:

- косметические средства для макияжа;
- косметические средства для загара.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять несложный макияж и удалять его с помощью косметических средств.

Вредные привычки.

Вред курения. Вред алкоголя и наркотиков.

Обучающиеся должны знать:

- о вреде курения, наносимом здоровью курящих и окружающих людей;
- о вредном воздействии алкоголя и наркотиков на организм человека;
- о социальных последствиях, к которым приводят вредные привычки;
- способы борьбы с вредными привычками.

Одежда и обувь.

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: платья, 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.

Практические занятия.

Утюжка одежды. Чистка обуви.

Обучающиеся должны знать:

- правила подбора одежды, обуви и аксессуаров;
- правила выполнения утюжки одежды в зависимости от свойств ткани;
- рекомендуемые сроки носки одежды и обуви с учетом их назначения и материальных возможностей;

- необходимый набор одежды и принадлежностей для пеленания младенца;

- правила стирки и кипячения пеленок.

Обучающиеся должны уметь:

- правильно подбирать одежду, обувь и аксессуары;
- правильно выполнять утюжку одежды в зависимости от свойств ткани;
- стирать и кипятить пеленки.

Питание.

Составление меню завтраков, обеда и ужина 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.

Практические занятия.

Составление меню на неделю. Приготовление обеда из трех блюд.

Консервирование овощей (соления и маринады). Выпечка: пироги, пирожные, торт.

Обучающиеся должны знать:

- технологию рационального приготовления обеда из трех блюд;

- выпечка: пироги, пирожные, торт;

- виды праздничного стола: традиционный, фуршет;

- меню праздничного стола;

- правила консервирования овощей.

Обучающиеся должны уметь:

- составлять меню на неделю;

- приготовить обед из трех блюд;

- консервировать овощи (соления и маринады);

- выпекать пироги, пирожные, торт.

Семья.

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 к грудному вскармливанию 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.

Практические занятия:

Уход за грудным ребенком (на кукле): кормление, пеленание, подмывание и т.д.

Обучающиеся должны знать:

- основы семейных взаимоотношений;
- список необходимых вещей для младенца (кровать, коляска, одежда, пеленки, ванночка и т.п.);
- санитарно-гигиенические правила содержания детских принадлежностей для купания, детского белья, детской посуды, игрушек;
- правила ухода за грудным ребенком (купание, пеленание, одевание);
- кормление грудного ребенка;
- режим дня грудного ребенка.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять уход за грудным ребенком.

Культура общения.

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.

Практические занятия. Ролевые игры.

Обучающиеся должны знать:

- Правила общения девушек и юношей, предупреждающие сексуальное насилие.

Жилище.

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.

Практические занятия:

Уборка квартиры.

Пользование бытовыми электроприборами моющими средствами для уборки квартиры.

Обучающиеся должны знать:

- санитарно-гигиенические требования к содержанию детской комнаты или зоны;
- моющие и дезинфицирующие средства, используемые при уборке детской комнаты;
- последовательность ежедневной уборки квартиры в полном объеме: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел, ванная;
- правила пользования бытовыми электроприборами для уборки квартиры.
- моющие средства, используемые при уборке квартиры в полном объеме.

Обучающиеся должны уметь:

- производить ежедневную уборку квартиры в полном объеме;

- пользоваться бытовыми электроприборами моющими средствами для уборки квартиры.

Транспорт.

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 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.

Обучающиеся должны знать:

- виды водного транспорта. Назначение речного вокзала. Расписание. Порядок приобретения билетов, стоимость проезда в зависимости от класса. Правила поведения на водном транспорте;

- аэровокзал и аэропорт, их назначение. Расписание. Порядок приобретения билетов, их стоимость в зависимости от класса. Порядок оформления билетов перед вылетом. Порядок посадки в самолет. Правила поведения в салоне самолета;

Виды такси: пассажирское и грузовое. Заказ такси по телефону. Стоимость проезда, порядок оплаты. Опасность использования частного транспорта.

Обучающиеся должны уметь:

- приобрести билет;
- пользоваться расписанием.

Торговля.

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.

Практические занятия:

- заполнение бланка для отправления или получения телеграфного денежного перевода.

Обучающиеся должны знать:

- порядок оформления отправления или получения телеграфного денежного перевода.

Обучающиеся должны уметь:

- оформить отправление или получение телеграфного денежного перевода.

Медицинская помощь.

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

м и рекламным объявлениям.

Обучающиеся должны знать:

- назначения страхового медицинского полиса, порядка его получения;
- листок нетрудоспособности;
- порядка его получения и предъявления по месту работы или учебы.

Предприятия бытового обслуживания.

«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).

Практические занятия:

Ролевые игры.

Обучающиеся должны знать:

- назначения и виды услуг «Проката»;
- порядок обращения и получения вещи на прокат;
- целесообразность пользования прокатом вещей;
- бюро или фирма «Ремонт квартир» - назначение, виды услуг;
- порядок обращения и оформления заказа.

Обучающиеся должны уметь:

- обратиться с просьбой, вопросом к приемщику заказа в службе быта.

Бюджет семьи.

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.

Практические занятия:

Составление расходов бюджета семьи с учетом расходов 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.)

Обучающиеся должны знать:

- иметь представление об облигациях, кредитах, ссудах, налоговых льготах.

Обучающиеся должны уметь:

- составить приблизительный план расходов бюджета семьи.

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

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации рабочей программы предмета имеется учебный кабинет.

Оснащение кабинета:

1. Отпариватель вертикальный напольный - 1 шт.
2. Весы настольные электронные кухонные - 1 шт.
3. Стиральная машина - 1 шт.
4. Вытяжка кухонная - 1 шт.
5. Духовой шкаф электрический - 1 шт.
6. Посудомоечная машина - 1 шт.
7. Мультиварка - 1 шт.
8. Кухонный комбайн - 1 шт.

9. Варочная панель (электрическая) -1 шт.
10. Паровая швабра -1 шт.
11. Тележка многофункциональная для комплексной уборки -1 шт.
12. Набор посуды для приготовления -1 комплект
13. Окномойка -1 шт.
14. Набор для мытья пола -1 комплект
15. Набор для уборки пола -1 комплект
16. Швабра с отжимом -1 шт.
17. Сушилка напольная -1 шт.
18. Гладильная доска-1 шт.
19. Хлебопечь-1 шт.
20. Пылесос -1 шт.
21. Компьютерное кресло -1 шт.
22. Стол эргономичный с приставной тумбой -1 шт.
23. Стул ученический регулируемый -6 шт.
24. Стол одноместный регулируемый -6 шт.
25. Мультифункциональная педагогическая система хранения -1 комплект
26. Прихожая -1 шт.
27. Обеденная группа -1 комплект
28. Кухонный гарнитур -1 комплект
29. Стол журнальный на колесиках -1 шт.
30. Кресло-кровать -2 шт.
31. СВЧ печь -1 шт.
32. Водонагреватель аккумуляторный электрический -1 шт.
33. Утюг -1 шт.
34. Чайник -1 шт.
35. МФУ- 1 шт.
36. Стол эргономичный с приставной тумбой -1 шт.
37. Интерактивная панель – 1 шт.
38. Ноутбук-1 шт.

3.2. Методическое обеспечение учебного процесса.

- Наглядные пособия по технике безопасности для изучения направления «поварское дело»;
- Учебно-методические материалы -1 комплект;
- Социально-бытовая ориентировка специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Пособие для учителя/Под ред. А.М.Щербаковой.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2016

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ 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	%выполнениязаданий
удовлетворительно	35–50%
хорошо	50–65%
оченьхорошо	свыше65%