

**Департамент образования Ярославской области**  
**Государственное профессиональное образовательное учреждение**  
**Ярославской области**  
**Переславский колледж им. А. Невского**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ**

**Профессия: 17544 «Рабочий по комплексному обслуживанию и ремонту  
зданий»**

**Форма обучения очная**

**Срок реализации адаптированной основной программы  
профессионального обучения**

**2года,**

**выпускников специальных (коррекционных) образовательных  
учреждений**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основании рабочего учебного плана ГПОУ ЯО Переславского колледжа им. А.Невского по реализации адаптированной основной программы профессионального обучения выпускников специальных (коррекционных) образовательных учреждений по профессии по ОК 016-94:

**17544 «Рабочий по комплексному обслуживанию и ремонту зданий»**

**Организация-разработчик:** ГПОУ ЯО Переславский колледж им. А.Невского

**Разработчики:**

Лойко Татьяна Михайловна – преподаватель

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по социальной адаптации составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Приказа Министерства образования Российской Федерации от 10 апреля 2002 г. № 29/2065 – п. «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;

2. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида" Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л., Щербакова А.М., «ВЛАДОС», 2005

3. Программа специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В.И. Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2001. – сб.1;

4. Учебный план колледжа на учебный год.

Цель:

практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Задачи:

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

2. коррекция недостатков психо-физического развития (психических функций и познавательной деятельности);

3. развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации;

4. формирование социально-нормативного поведения в семье и окружающей среде;

5. обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин;

6. воспитание положительного отношения к домашнему труду.

Результатами изучения курса являются:

-в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

-владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса социальной адаптации:

1. Личная гигиена.

2. Одежда и обувь.
3. Экология окружающей среды. Правила санитарии, гигиены, безопасной работы.
4. Семья.
5. Культура поведения.
6. Жилище.
7. Электротехника и электроника.
8. Средства связи.
9. Медицинская помощь.
10. Учреждения, организации, предприятия.
11. Будни и праздники.
12. Трудоустройство.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Изучение предмета «Социальная адаптация» обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы.

Важной задачей является обучение большому количеству приемов выполнения того или иного вида работ, обучающиеся, овладевшие их наибольшим количеством, могут лучше спланировать работу и успешнее ее выполнить. Формирование навыков, таких как правильное использование приспособлений, инвентаря, выполнение рабочих движений в определенной рабочей позе, быстро и качественно, происходит постепенно, в процессе многократных упражнений на протяжении всего периода обучения. Низкая степень самостоятельности обучающихся при выполнении заданий является основным недостатком их трудовой деятельности. Умение ориентироваться в задании, планировать

и контролировать свою работу не вырабатывается у детей с ограниченными возможностями здоровья автоматически и поэтому на уроках «Социальная адаптация» его надо целенаправленно формировать. Это является важнейшей коррекционной задачей специального обучения.

Межпредметная связь уроков «Социальная адаптация» и производственного обучения состоит в обучении планированию любого вида деятельности, т.е. в определении последовательности действий, подбора рациональных приемов выполнения задания, инструментов, приспособлений, инвентаря. Кроме того, данная категория обучающихся затрудняется представить конечный результат своей деятельности. Задача преподавателя - приучить обучающегося не начинать работу без конкретного представления продукта своей деятельности.

Развитие коммуникативных функций речи является неременным условием усвоения курса социальной адаптации. Эта задача решается в тесной связи с уроками русского языка и литературное чтение. Многократное употребление типовых фраз в письменной и устной речи способствует закреплению их в памяти. На уроках «Социальная адаптация» преподаватель может успешно решать эту задачу в ролевых играх, словесных описаниях обучающимися бытовых сцен.

Одной из важнейших задач курса является коррекция и формирование социальных норм поведения. Задача формирования правильного поведения должна решаться в той или иной степени при изучении любой темы. Это может быть и культура взаимоотношений при выполнении бригадных работ, культура общения при совершении покупок, и культура речи в ходе телефонного разговора.

Межпредметные связи:

СА – русский язык /закрепление навыков письма при выполнении письменных работ/;

СА – математика /математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п./;

СА – география /знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий/;

СА – биология /знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления/;

#### **Формы и методы реализации программных задач**

Решение образовательных, коррекционно-развивающих и воспитательных задач требует использования на уроках социальной адаптации различных методов обучения:

• Устный рассказ преподавателя (без использования наглядных пособий; с использованием наглядных пособий; с использованием различных технических средств обучения)

- Беседа
- Лабораторный метод
- Упражнения в виде записей и графических работ
- Упражнения в применении полученных знаний
- Методы проверки знаний

На уроках социальной адаптации могут использоваться также следующие методы и приемы обучения: демонстрация, наблюдение, объяснение, экскурсия, моделирование реальных ситуаций, дидактические, режиссерские, сюжетно – ролевые игры, упражнения, личностная аналогия, проблемные ситуации, решение логических задач, оценивание действий людей в реальных жизненных ситуациях, чтение и обсуждение художественной литературы, просмотр и обсуждение фильмов.

Для повышения эффективности учебного процесса на уроках используются цифровые образовательные ресурсы (ЦОР): демонстрация видеосюжетов, фотографий, слайдов; использование компьютерных технологий; работа с дисками медиатеки.

Оценочная деятельность состоит из фронтального и индивидуального письменного и устного опроса с использованием тестов, кроссвордов, буквенных и цифровых заданий (карточек-заданий), перфокарт, перфоконвертов, практических работ.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ темы	Содержание темы	Кол-во часов
1.	Введение.	1
2.	Личная гигиена.	7
3.	Одежда и обувь.	10
4.	Экология окружающей среды. Правила санитарии, гигиены, безопасной работы.	10
5.	Жилище.	9
6.	Культура общения и поведения в общественных местах.	12
7.	Семья и семейные отношения.	12
8.	Электротехника и электроника.	6
9.	Медицинская помощь.	7
10.	Учреждения экстренного вызова.	8
11.	Средства связи.	4
12.	Будни и праздники.	9
13.	Трудоустройство.	9
	<b>Итого</b>	<b>104</b>

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

### 1. Введение. Значение и содержание предмета.

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- для чего необходим предмет «Социальная адаптация»

*Содержание учебного материала:*

Цели и задачи предмета.

### 2. Личная гигиена

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- правила личной гигиены девушки и юноши,
- виды косметических средств,
- правила и приемы ухода за кожей лица,
- гигиенические и косметические материалы, основные правила применения косметических средств, нанесения их на лицо, шею, руки, голову;
- гигиенические требования по уходу за кожей, волосами, ногтями;
- правила ухода за кожей лица, волосами, ногтями;
- приемы профилактической защиты кожи от солнца;
- элементы прически;
- виды парикмахерских услуг, цены стрижки.

*Уметь:*

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног;
- использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам;
- соблюдать правила личной гигиены дома, в образовательном учреждении;
- в меру пользоваться косметикой;
- определить тип кожи и волос;
- ухаживать за волосами;
- подбирать прическу с учетом типа лица и структуры волос;
- ходить в парикмахерскую;
- правильно обращаться к мастеру;
- культурно и вежливо себя вести в парикмахерской.

*Содержание учебного материала:*

Косметика.

Значение косметики для девушки и юноши.

Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики: лосьон, кремы, пудра и природные средства.

Повседневная и праздничная косметика. Гигиенические и косметические материалы: кремы, лосьоны, шампуни, оттеночные растительные красители (хна, басма, ромашка, чешуя лука, кора дуба, чай, кофе и др.), тени, тушь, лаки, гели и др.; основные правила их применения.

Уход за волосами. Общие сведения о волосах. Элементы прически (коса, волна, пробор, жгут, локон). Средства и инструменты для ухода за волосами.

Уход за кожей, волосами, ногтями.

Гигиенические требования по уходу за кожей, волосами, ногтями. Средства ухода за кожей. Средства борьбы с потливостью. Воспалительные гнойничковые угри. Уход за кожей, пораженной угрями. Положительное и отрицательное воздействие солнечного загара. Профилактическая защита кожи.



*Практические работы:*

Выбор косметики в соответствии со своим стилем.

Приемы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки, голову.

Определения типа кожи, волос.

Подбор гигиенических средств для ухода за кожей, волосами, ногтями.

Экскурсия в парикмахерскую.

Выбор прически в зависимости от типа волос.

### **3. Одежда и обувь**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- виды одежды и обуви и их назначении;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы с колющими и режущими предметами, электронагревательными приборами;
- правила стирки изделий из х/б и льняных тканей;
- правила хранения шерстяных и меховых изделий;
- размеры своих одежды и обуви;
- гарантийные сроки носки;
- правила возврата;
- способы обновления одежды с помощью мелких деталей;
- приемы чистки обуви разного вида;
- правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных);
- правила сушки обуви и ее растяжки.

*Уметь:*

- различать одежду и обувь в зависимости от ее назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирать моющие средства для стирки изделий из х/б и льняных тканей; стирать их, гладить одежду и белье;
- подготавливать одежду и обувь к хранению;
- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями;
- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;
- ухаживать за обувью и одеждой из различных материалов;
- подбирать крем и чистить обувь.

*Содержание учебного материала:*

Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека.

Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением.

Одежда для работы и дома.

Условные обозначения на маркировке швейных изделий.

Уход за одеждой из хлопчатобумажных и льняных тканей. Уход за платьем, брюками, рубашкой, верхней одеждой, головными уборами.

Хранение шерстяных и меховых изделий. Подготовка к хранению. Применение химических и природных средств защиты от моли и других насекомых. Чехлы для одежды. Условия хранения.

Уход за обувью и одежды из кожи. Правила ухода за одеждой из кожи, замши, велюра. Чистка кожаной обуви. Пасты, эмульсии и кремы для ухода за обувью. Смазка

(пропитка) кожаной обуви жирами и касторовым маслом. Специальные салфетки для чистки обуви одноразового и многоразового пользования. Дезодорация внутренней поверхности обуви. Приемы сохранения формы обуви. Правила сушки обуви. Допустимая температура сушки.

Чистка замшевой, велюровой обуви. Правила ухода за обувью из лакированной кожи, обувью с верхом из ткани и резиновой обувью. Растяжка обуви в домашних условиях.

Рациональный выбор товара.

Стиль одежды. Мода, обновление одежды.

Выбор одежды и обуви в соответствии с индивидуальными особенностями.

*Практические работы:*

Расшифровка обозначений на маркировках швейных изделий;

Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями;

Отработка правил ухода за одеждой и обувью.

#### **4. Экология окружающей среды.**

##### ***Правила санитарии, гигиены, безопасной работы.***

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- негативные последствия трудовой деятельности человека на окружающую среду;
- экологию жилого дома;
- основы рационального питания;
- способы сохранения витаминов при хранении и кулинарной обработке продуктов;
- правила поведения в кафе, столовой;
- виды питания и их особенности;
- правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу;
- способы обеззараживания воды;
- правила сохранения электроэнергии;
- безопасные приемы работы с кухонным оборудованием и горячими жидкостями;
- виды пищевых отравлений;
- правила кулинарной обработки пищевых продуктов;
- условия и сроки хранения пищевых продуктов, полуфабрикатов, готовой пищи;

*Уметь:*

- соблюдать санитарные правила при кулинарной обработке для сохранения качества продуктов;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- соблюдать меры противопожарной безопасности;

*Содержание учебного материала:*

Предупреждение возможных негативных последствий хозяйственной деятельности человека. Экологические проблемы и способы их решения. Негативные последствия трудовой деятельности человека на окружающую среду и здоровье человека. Экология жилого дома.

Правила санитарии, гигиены, безопасной работы с пищевыми продуктами, кухонными инструментами и приспособлениями.

Физиология питания. Рациональное питание. Роль витаминов в обмене веществ, их классификация, содержание витаминов в пищевых продуктах, их суточная потребность. Способы сохранения витаминов при хранении и кулинарной обработке. Основы рационального питания: пищевой рацион, режим питания, условия приема пищи.

Общественное питание. Столовая, кафе. Покупки в кафе, столовой. Правила поведения в кафе при посещении его. Знакомство со столовой. Столовые на производстве.

Специализированные кафе «Пельменная», «Блинная», «Бистро», детское кафе.

Ресторан. Правила поведения в кафе и ресторане. Меню. Порция. Первые, вторые, третьи блюда. Комплексный обед. Официант, заказ, счет, меню.

Влияние промышленного и сельскохозяйственного производства на экологию водоемов. Влияние экологического состояния водоема на качество воды. Определение качества воды. Способы обеззараживания воды.

Понятие о пищевых отравлениях, их классификация. Пищевые отравления бактериального характера, интоксикация. Отравления бактериального происхождения: солями тяжелых металлов (медь, цинк, свинец, мышьяк и др.), ядовитыми продуктами и растениями (грибы, белена и др.), ядохимикатами.

Профилактика пищевых отравлений. Соблюдение правил кулинарной обработки, условий и сроков хранения пищевых продуктов, полуфабрикатов, готовой пищи. Значение соблюдения санитарных правил на производстве и быту. Первая помощь при отравлении.

Сведения о вреде курения и употребления алкоголя для молодого организма.

Соблюдение мер противопожарной безопасности. Экологические мероприятия. Индикаторы загрязнения окружающей среды.

*Практические работы:*

Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

## 5. Жилище

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели);
- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;
- способы и периодичность ухода за окнами;
- виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;
- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;
- правила пользования электропылесосом;
- роль освещения в интерьере;
- правила выбора освещения;
- значение предметов ручного труда в интерьере;
- способы использования современных материалов в отделке жилья;
- способы создания единого художественного стиля;
- виды систематизации и способы хранения книг, компакт-дисков и др.

*Уметь:*

- расставлять мебель в квартире (на макете);
- подбирать детали интерьера;
- убирать жилые помещения;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке жилых помещений, окон;
- производить сухую и влажную уборку;
- соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами;
- создавать единый художественный стиль в жилом помещении.

*Содержание учебного материала:*

Требования к интерьеру жилого дома (эргономические, эстетические, экономические).

Понятие о композиции в интерьере. Характерные особенности интерьера жилища, отвечающие национальному укладу и образу жизни.

Оформление интерьера.

Создание единого художественного стиля (подбор штор, мебели, обоев и др.). Систематизация и хранение коллекций, книг, компакт-дисков и т.д.

Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к уборке жилых помещений. Повседневная и генеральная уборка помещений. Влажная и сухая уборка. Применение бытовой техники.

Моющие и чистящие препараты, инструменты и приспособления.

Роль освещения в интерьере. Естественное и искусственное освещение. Использование общего и местного освещения. Виды и формы светильников.

Значение предметов ручного труда в интерьере. Использование современных материалов в отделке жилья. Украшение жилища изделиями, сделанными своими руками.

Этикет добрососедских отношений.

*Практические работы:*

Отработка правил пользования моющими средствами и электроприборами.

Моделирование ситуации «Новая квартира» (упражнение в рациональной расстановке мебели, подборке деталей интерьера)

## **6. Культура поведения**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома;
- требование к внешнему виду молодых людей;
- правила поведения с просьбой, вопросом, формы отказа;
- правила поведения в обществе;
- правила приема гостей (правила хозяев при встрече, расставании, во время визита);
- правила поведения в различных культурно-просветительских учреждениях;
- способы ведения разговора со старшими и сверстниками;
- правила неживого общения (SMS, электронное письмо и т.п.).

*Уметь:*

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах;
- культурно отказывать людям;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;
- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема их;
- культурно вести себя в театре, залах музея, ресторане, ночных клубах, церкви;
- культурно вести себя в общественном транспорте;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими, сверстниками и младшими детьми.

*Содержание учебного материала:*

Понятие общения. Вербальное, невербальное общение

Культура общения юноши и девушки. Правила общения девушек и юношей, предупреждение сексуального насилия. Внешний вид молодых людей.

Способы ведения разговора со старшими, сверстниками и младшими.

Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. Формы отказа.

Адекватность поведения в обществе.

Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.

Правила поведения в общественных местах (театр, музей, кинотеатр).

Правила поведения в общественных местах (церковь, ресторан, ночной клуб).

Правила поведения в общественных местах (поезд, самолёт, теплоход)

Основные правила поведения за столом.

«Неживое» общение: письмо, SMS, электронное письмо, сетевой этикет, этикет

ICQ.

*Практические работы:*

Ролевая игра – ситуативные диалоги – при встрече, расставании и за столом; обращения с просьбой, вопросом, формы отказа;

Упражнения в написании SMS, электронных писем.

Отработка правил сетевого интернета.

## **7. Семья и семейные отношения**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- родственные отношения в семье;
- состав семьи, имена, отчества, фамилии родственников и их возраст;
- семейные традиции;
- адреса своих родных;
- основные виды семейных отношений, - формы организации досуга и отдыха

в семье;

- условия создания семьи;
- что такое ЗАГС;
- условия сохранения здоровья родителей;
- о морально-этических нормах взаимоотношений в семье;
- обязанности, связанные с заботой о детях;
- правила ухода за младшими детьми.

*Уметь:*

- оказывать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся члену семьи;

- активно включаться в организации досуга и отдыха в семье;

- поддерживать и укреплять семейные традиции;

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку;

- выполнять морально-этические нормы взаимоотношений в семье;

- выполнять обязанности, связанные с заботой о детях;

- ухаживать за младшими детьми;

- планировать семейный бюджет.

*Содержание учебного материала:*

Состав семьи. Отношение между членами семьи. Помощь младшим и старшим членам семьи.

Семейные традиции, организация досуга и отдыха в семье.

Основы семейных взаимоотношений, распределение и выполнение домашних обязанностей.

Семейное законодательство: права и обязанности родителей в соответствии с законом.

Российская семья. Необходимые документы для регистрации брака, процедура регистрации брака. Свадьба. Условия создания семьи. Место регистрации брака и регистрации рождения ребенка (ЗАГС).

Здоровье родителей – залог здоровья их детей. Материальные условия в семье, необходимые для воспитания ребенка. Уход за младенцем, ребенком раннего возраста, воспитание дошкольников и школьников, подготовка подростка и будущей самостоятельной жизни.

Образ жизни будущей мамы. Подготовка необходимых вещей для ребенка. Уход за грудным ребенком.

Знакомство с Семейным кодексом.

Этика семейных отношений.

Льготы молодым семьям: оплата отпуска по беременности и родам, пособие единовременное и ежемесячное. Льготы молодым семьям. Трудовое законодательство для родителей.

*Практические работы.*

Анализ семейных ситуаций и отработка поведения при их решении;

Моделирование ситуации «Моя семья» (упражнение в планировании бюджета семьи и распределение обязанностей в семье).

## **8. Электротехника и электроника**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- принципы работы и правила эксплуатации бытовых электроприборов;
- правила раскладывания продуктов в холодильнике;
- правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами;
- правила пользования инструкциями.

*Уметь:*

- соблюдать правила безопасной работы с электроприборами;
- пользоваться инструкциями к бытовой электронной аппаратуре.

*Содержание учебной дисциплины:*

Бытовые электроприборы. Осветительные и электронагревательные приборы. Бытовые микроволновые печи, их устройство, правила эксплуатации.

Виды бытовых холодильников. Правила эксплуатации холодильника. Порядок расположения продуктов в холодильном шкафу.

Бытовая электронная аппаратура: аудио- и видео-. Правила эксплуатации cd-дисков. Определение качества звука и изображения.

Технические характеристики электронной аппаратуры, работа с инструкциями. Техническое обслуживание бытовой аппаратуры.

*Практические работы:*

Чтение инструкций по эксплуатации электронной аппаратуры.

## **9. Медицинская помощь**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- способы вызова врача на дом;

- о возможном вреде самолечения;
- виды доврачебной помощи;
- правила оказания первой медицинской помощи при электротравме, ожогах термических и электрических, химических ожогах, отравлении бытовым газом и дымом;
- меры по предупреждению несчастных случаев в быту;
- функции основных врачей специалистов;
- правила получения больничного листа;
- условия нарушения больничного листа;
- условия освобождения от работы; по болезни, для ухода за больным.

*Уметь:*

- вызвать врача на дом; в экстренных случаях врачей «Скорой помощи»;
- оказать первую медицинскую помощь при различных несчастных случаях;
- сообщать четкую информацию по телефону, задав вопросы о дальнейших действиях до приезда машины «Скорой помощи».
- строго соблюдать меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

*Содержание учебной дисциплины*

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды врачебной помощи: помощь на дому «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация.

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран, искусственное дыхание, наружный массаж сердца.

Обследование у разных врачей специалистов. Обследование детей в образовательном учреждении, в поликлинике.

Обследование у глазного врача (офтальмолога). Врач-лор. Врач-хирург. Зубной врач. Врач-гинеколог. Врач-нарколог.

Вызов врача на дом, посещение поликлиники, назначение лечения, посещение процедурных кабинетов, выздоровление (закрытие больничного листа) и направление на работу.

Пропуск работы по болезни. Больничный лист, его оформление и получение в поликлинике. Нарушение больничного листа.

*Практические работы:*

Алгоритм действия при различных несчастных случаях.

## **10. Учреждения экстренного вызова**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- способы вызова пожарной охраны и милиции;
  - алгоритмы действий при возникновении пожаров;
  - приемы оказания первой медицинской помощи;
  - способы обеспечения своей безопасности в квартире, на улице;
  - как действовать по схеме «вы – ваши соседи – службы экстренной помощи»;
  - способы вызова аварийной газовой службы и коммунальных служб;
  - алгоритм действий в экстремальных ситуациях;
  - приемы оказания первой мед. помощи при отравлении газом, взрыве газа;
- способы выхода из экстремальной ситуации;
- правила поведения в разнообразных учреждениях, организациях и предприятиях.

*Уметь:*

- вызывать пожарную охрану и милицию;
- действовать в конкретной ситуации по обеспечению своей безопасности в квартире, на улице;
- оказывать первую медицинскую помощь в конкретной ситуации;
- вызывать аварийную газовую службу и коммунальные службы;
- оказывать первую медицинскую помощь при отравлении газом, взрыве газа;
- действовать по алгоритму в экстремальной ситуации.

*Содержание учебной дисциплины*

Пожарная охрана – 01.

Действия в экстремальных ситуациях до приезда пожарной охраны. Оказание первой медицинской помощи. Ситуации: пожар в квартире, пожар на балконе (лоджии) запах дыма в подъезде, пожар в соседнем доме, горит автомобиль, человек горит (вспыхнула одежда и т.п.).

Милиция – 02.

Действия в ситуациях: многократные телефонные звонки, телефонные звонки (брань, оскорбления), телефонный звонок (угрозы, шантаж, вымогательство).

Звонок в квартиру (глазок закрыт снаружи, телефон отключен извне). Внезапное погашение света в квартире. Взлом входной двери или открытие ключом снаружи.

Хулиганские действия в общественных местах.

Аварийная газовая служба – 04.

Действия в экстренных ситуациях до приезда аварийной газовой службы: запах газа в квартире (задувание или заливание горелки, утечка и т.п.); запах газа в квартире при перекрытом кране; запах газа в подъезде, взрыв газа.

Правила поведения в учреждениях, организациях и на предприятиях.

Вызов коммунальных служб.

Отсутствие освещения во дворе, подъезде, на этаже. Лифт не работает, открыты люки для выхода на чердаке или крышу; квартиру заливает водой, неисправен электрощиток, неисправен кодовый замок; неисправна дверь в подъезде, во дворе оборван со столба электропровод.

Правила поведения в учреждениях и организациях.

*Практические работы.*

Алгоритм действия в экстремальной ситуации;

Моделирование ситуаций «Вызов пожарных», «Вызов полиции» (действия обучающихся по ситуации до приезда пожарной охраны и полиции);

Моделирование ситуаций «Вызов аварийной службы», «Вызов коммунальной службы» (действия обучающихся по ситуации до приезда аварийной газовой и коммунальной служб).

## ***11. Средства связи***

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- основные средства связи;
- виды телефонной связи;
- номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа и др.
- условия получения сотовой связи;
- порядок оформления сотовой связи;
- порядок эксплуатации мобильного телефона.
- периодичность оплаты телефона;



- правила культурного краткого разговора;
- виды связи (сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, АОН). Их значимость, необходимость.

*Уметь:*

- культурно разговаривать по телефону;
- получить по телефону справку;
- кратко объяснять причину звонка по телефону срочного вызова;
- пополнять счет мобильных услуг;
- производить оплату интернет услуг.

*Содержание учебной дисциплины*

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Виды телефонной связи. Правила пользования телефонным справочником.

Вызов милиции – 02, пожарной команды – 01, скорой помощи – 03, утечка газа – 04, и другие квартирные службы. Получение справок по телефону.

Культура разговора по телефону.

Особенность каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни.

Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, АОН, телефон с определителем.

## **12. Будни и праздники**

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- красные дни календаря;
- день своего рождения и своих родных, друзей;
- день рождения страны, города;
- семейные праздники;
- какие подарки принято дарить на праздничные дни;
- религиозные праздники которые отмечают в семье(Рождество, Пасха и др.)..

*Уметь:*

- ориентироваться в календаре, уметь показать в нем праздничные и выходные дни;
- вести себя на празднике;
- составлять тексты поздравлений к праздникам;
- поздравлять и дарить подарки;
- благодарить за поздравления и подарки;
- ориентироваться в ритуалах религиозных праздников, которые отмечают в семье.

*Содержание учебной дисциплины*

Понятие «неделя». Будни и выходные дома и в техникуме. Обозначение рабочих, выходных и праздничных дней на календаре официальные праздники – нерабочие дни, их названия.

Праздники дома и в техникуме. Празднование своего дня рождения и дней рождения друзей. Поздравления с днем рождения и с праздником. Дни рождения родных. Хождение в гости и приглашение гостей к себе.

Праздники: День учителя, Новый год, День защитника Отечества, 8 Марта, 1 мая, 9 Мая. День рождения страны, День рождения города.

Свадьба – торжественное событие в жизни. Подготовка к свадьбе, приглашение и угощение гостей, свадебные подарки и поздравления. Повседневная семейная жизнь, забота мужа и жены друг о друге, их семейные обязанности, забота о детях.

Семейные праздники – годовщина свадьбы. История семьи в семейных альбомах.

Рождение ребенка. Посещение роддома и передача поздравлений матери ребенка. Поздравления отцу ребенка. Помощь молодым родителям в приобретении необходимых вещей для новорожденного.

Торжественная встреча матери и ребенка в роддоме. Подарки по случаю рождения ребенка. Небольшие подарки для малыша при посещении его семьи.

Представление о религиозных обрядах, связанных с рождением ребенка, а также со свадьбой и смертью (крестины, венчание, отпевание).

Религиозные праздники: Рождество, Пасха и т.д. у христиан.

*Практические работы.*

Составление текста поздравлений к праздникам;

Составление текста приглашений гостям;

Выбор подарков к разнообразным праздникам.

### ***13. Трудоустройство***

*Обучающийся должен:*

*Знать:*

- все о службе занятости;
- варианты поиска работы;
- основные виды работ и профессий, запрещенных подросткам;
- некоторые статьи кодекса законов о труде.
- структуру производства;
- о мерах поощрения и наказания на производстве;
- местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в техникуме;
- правила приема и увольнения с работы;
- правила написания автобиографии для приема на работу;
- виды документов, необходимых для поступления на работу;
- перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

*Уметь:*

- ориентироваться в структуре управления на производстве;
- писать заявление на отпуск;
- написать расписку, докладную записку и объяснительную;
- написать заявление о предоставлении очередного отпуска и другого содержания;
- написать заявление на работу;
- написать заявление об увольнении с работы;
- заполнить анкету.

*Содержание учебной дисциплины*

Знакомство с кодексом законов о труде.

Основные виды работ и профессий, запрещённых для подростков.

Знакомство с системой управления на производстве. Структура производства. Знакомство с правилами приема и увольнения с работы.

Должностные обязанности администрации, рабочих и служащих. График работы. Табель. Зарплата и премии.

Меры наказания на производстве: замечание, выговор, перевод на другую работу, увольнение, штраф. Отпуск на работе.

Знакомство с коллективом. Адаптация на рабочем месте.

Документы, необходимые для оформления на работу (заявление, паспорт, автобиография, и т.д.). Процедура оформления на работу. Трудовая книжка. Увольнения с работы.

*Практические работы.*

Составление деловых бумаг: заявления на отпуск, о переходе с одной работы на другую, о предоставлении очередного отпуска, и другого содержания.

Составление деловых бумаг: заявление, автобиография, заполнение анкеты, расписка, докладная записка, резюме.

## ***Критерии и нормы оценки знаний и умений, обучающихся применительно к различным формам контроля знаний***

### **Нормы оценки знаний**

Отметка «5» ставится, если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Отметка «4» ставится, если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы.

Отметка «3» ставится, если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные примеры.

### **Нормы оценки практической работы**

#### **Организация труда**

Отметка «5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам - бережное, экономное.

Отметка «4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технологической дисциплины, правила техники безопасности.

Отметка «3» ставится, если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технологической дисциплины, организации рабочего места.

#### **Приемы труда**

Отметка «5» ставится, если все приемы труда выполнялись правильно, не было нарушений правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

Отметка «4» ставится, если приемы выполнялись в основном правильно, допущенные ошибки исправлялись самостоятельно, не было на рушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

Отметка «3» ставится, если отдельные приемы труда выполнялись неправильно, но ошибки исправлялись после замечания учителя, допущены незначительные нарушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

#### **Качество работы**

Отметка «5» ставится, если работа выполнена точно по технологической карте; соблюдена последовательность; действия выполнены качественно в соответствии с требованиями.

Отметка «4» ставится, если работа выполнена по технологической карте, соблюдена последовательность, но действия выполнены с ошибкой.

Отметка «3» ставится, если работа выполнена по технологической карте с некоторыми отклонениями от качества выполнения.

## Литература

1. В.В.Гладкая «Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида» М., «Издательство НЦ ЭНАС» 2003;
2. Девяткова Т. А. и др. Социально-бытовая ориентировка в специальных /коррекционных/ учреждениях 8 вида. Москва, 2003;
3. Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. М., 2000.
4. Психологические проблемы коррекционной работы во вспомогательной школе /Под ред. Ж.И. Шиф, В.Г. Петровой, Т.Н. Головиной. М., 1980.
5. Трудовой кодекс РФ
6. Семейный кодекс РФ