

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Астраханской области для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Общеобразовательная школа-интернат №5»
ГКОУ АО «ОШИ №5»

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей – предметников

О. В. Отчик
Протокол №1
от «26» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

А. А. Вострикова
Протокол №1
от «26» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора
ГКОУ АО «ОШИ № 5»

И. О. Уткин
Приказ № 1
от «28» августа 2025 г.

АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

адаптационного модуля

АПД.01 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ

по профессии

11284 «Брошюровщик»

Составитель: И. М. Искендерова,
учитель высшей
квалификационной категории

Астрахань, 2025

СОДЕРЖАНИЕ	Страница
1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	7
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	22
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	25

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Область применения программы

Адаптированная рабочая программа «Социальная адаптация» предназначена для обучения лиц с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР), в том числе с расстройствами аутистического спектра (РАС), с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

При разработке АРП учтены:

- особые образовательные потребности обучающихся;
- неоднородность состава группы;
- диапазон возможностей освоения программы обучающимися.

Место учебной дисциплины в структуре основной программы профессионального обучения:

Дисциплина «Социальная адаптация» входит в адаптационный модуль.

Цель и планируемые результаты освоения адаптированной рабочей программы:

Цель – формирование жизненных компетенций, способствующих повышению качества жизни в области социализации и бытовых навыков у молодых людей с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР), в том числе с расстройствами аутистического спектра (РАС).

Задачи:

- максимально возможное развитие умений самообслуживания и самостоятельного жизнеобеспечения, снижающих степень зависимости обучающихся с ТМНР от окружающих людей;

- обучение на доступном уровне нормам и правилам поведения в социуме, способам индивидуального взаимодействия с окружающим миром;
- формирование общетрудовых прикладных умений и навыков.

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

- окружающие его явления природы;
- основные правила безопасности жизнедеятельности;
- основные способы удовлетворения бытовых нужд;
- основы культуры приёма пищи и подготовки к приему пищи;
- основные способы культурного проведения досуга;
- основные функции компьютерной техники;
- способы поддержания академических знаний и умений (чтение, счёт) и использования их в различных жизненных ситуациях.

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

- ориентироваться в основных явлениях окружающего мира;
- соблюдать основные правила безопасности жизнедеятельности;
- владеть основными навыками самообслуживания;
- реализовывать культуру приготовления и приёма пищи;
- планировать и занимать своё свободное время;
- пользоваться на доступном уровне компьютерной техникой;
- пользоваться основными академическими знаниями (чтение, счёт) на доступном уровне.

В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает общие компетенции:

ОК 1. Способность к самообслуживанию.

ОК 2. Способность самостоятельно перемещаться по городу, пользоваться общественным транспортом.

ОК 3. Умение работать в паре, группе.

ОК4. Осуществление поиска информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Владение правилами социальных норм.

ОК 6. Владение общими правилами этикета (правила поведения за столом, умение пользоваться столовыми приборами, правила поведения в обществе).

ОК 7. Способность самостоятельной организации личного досуга.

ОК 8. Способность к выполнению ручного труда.

ОК 9. Понимание значимости общественно-полезного труда.

ОК 10. Уровень развития кругозора.

Описание предмета в учебном плане

Учебный предмет «Социальная адаптация» является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). На изучение учебного предмета отводится 78 часов в год (39 учебных недель). Количество часов в неделю составляет 2 часа.

Количество часов на изучение дисциплины:

Четверть	I	II	III	IV	Всего
Количество часов	16 ч.	16 ч.	20 ч.	26 ч.	78 ч.

Виды учебной работы	Объём часов
Общий объем учебной нагрузки обучающихся	76
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	76
Промежуточная аттестация в форме текущего контроля	2

Тематический план и содержание дисциплины

№	Содержание учебного материала, теоретические и практические занятия	Объем часов	Дата
1 четверть		16	
Тема 1 Окружающий мир			
1	Как устроен мир. Природа. Ее разнообразие.	2	04.09.
2	Сутки. Смена дня и ночи.	2	11.09.
3	Времена года.	2	18.09.
4-5	Путешествия и прогулки по Астрахани. Ориентирование на местности.	4	25.09. 02.10.
6-7	Календарь. Использование календаря.	4	09.10. 16.10.
8	Государственные праздники.	2	23.10.
2 четверть		16	
9-10	Путешествия и прогулки по Астрахани. Ориентирование по карте, схеме, иллюстрациям с изображением Астрахани.	4	06,13.11.
Тема 2 Основы домоводства			
11	Соблюдение правил личной гигиены. Понятие личной гигиены. Правила личной гигиены. Внешний вид во время приготовления пищи (чистые руки, косынка, фартук). Тщательное мытье рук с мылом, тщательное смывание моющих средств. Использование полотенец (многоцветные/однотонные).	2	20.11.
12-13	Соблюдение техники безопасности в быту. Правильное и безопасное пользование кранами горячей и холодной воды. Отработка навыка регулировки температуры воды.	4	2.11. 04.12.
14-15	Уборка помещения. Определение необходимости уборки помещения. Вытирание поверхностей влажной тряпкой, споласкивание тряпки и вывешивание для просушивания.	4	11,18.12.
16	Подведение итогов полугодия	2	25.12.
3 четверть		20	
17	Уборка и распределение по местам вымытой после использования посуды.	2	15.01.
18-20	Подметание пола: соблюдение направления движения при подметании; заметание мусора на совок; высыпание мусора в урну; уборка инвентаря.	6	22,29.01. 05.02.
21	Вывоз мусора в контейнер, смена пакета в мусорной корзине. Оценка качества уборки помещения. Критерии оценки качества.	2	12.02.
22-23	Знакомство с утюгом и гладильной доской. Способы глажки простых изделий. Сортировка и уборка по шкафам чистых кухонных принадлежностей.	4	19,26.02.

	Тема 3 Основы безопасности жизнедеятельности		
24	Здоровый образ жизни. Основные элементы ЗОЖ.	2	05.03.
25	Составление режима дня. Развитие физических качеств, необходимых для хорошей физической формы.	2	12.03.
26	Основы правильного питания. Соблюдение режима питания. Переедание, недоедание, вредная еда и их негативное влияние на здоровье человека.	2	19.03.
	4 четверть	26	
27	Вредные привычки: курение, алкоголь и их негативное влияние на здоровье. Профилактика зависимостей.	2	02.04.
28-29	Оказание первой медицинской помощи. (Значение первой медицинской помощи. Правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. В каких случаях следует вызывать «скорую помощь» и каков порядок ее вызова.	4	09,16.04.
30	Правила поведения на солнце. Профилактика теплового удара и солнечного ожога.	2	23.04.
31	Профилактика переохлаждения.	2	30.04.
32	Погодные условия. Как одеваться по погоде.	2	07.05.
	Тема 4 Обучение основам организации культурного досуга		
33	Чтение, как форма проведения досуга. Формирование и поддержание навыка восприятия художественного текста на слух.	2	14.05.
34	Культура просмотра художественного фильма. Формирование и отработка навыка совместного просмотра художественного фильма, умение выделять главных героев, следить за эмоциональным и сюжетным развитием фильма.	2	21.05.
35-36	Культура посещения театрального представления. Отработка навыка посещения театрального представления с последующим обсуждением. Посещение спектакля в ТюЗе.	4	28.05. 04.06.
37	Музыка и танец как форма отдыха. Многообразие ритмов и темпов. Многообразие эмоциональных оттенков музыки, музыка, подходящая под настроение.	2	11.06.
38-39	Культура посещения музеев. Отработка навыка посещения музейного пространства. Посещение картинной галереи.	4	18,25.06.
		78	

2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение

Оборудование кабинета социально-бытовой адаптации

- бытовая техника;
- посуда;
- уборочный инвентарь

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- интернет;
- учебные электронные материалы;
- комплект наглядных пособий (плакаты, иллюстрации, схемы, образцы и др.).

Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н., Ульянова М.А. Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5–9 классов общеобразовательных учреждений, М.: изд-во «Дрофа», 2019.

Интернет-ресурсы:

1. <https://recyclemap.ru/> - карта пунктов приёма вторсырья «Гринпис»
2. <https://www.m24.ru/shows1/10> - программа «Безопасность» на канале «Москва-24»
3. https://www.youtube.com/channel/UCpNzWUIO6PVb_v7chefBnig - познавательная программа «Галилео»

Дидактические материалы:

1. Комплексы дидактических материалов, карточек по окружающему миру. Эл. ресурсы:

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/06/19/entsiklopedicheskie-materialy-dlya-rebyat-i>

https://easyen.ru/load/metodika/kompleksy/kompleks_didakticheskikh_materialov_kartochek_igr_i_trenazhиров_по_окружайushhemu_miru_1_4_klass/457-1-0-60021

https://zazaschool.com/ru/zaza_quiz/человек-и-его-тело/

http://detsadmickeymouse.ru/publ/deti_ot_1_do_3_let_obuchenie_i_vospitanie/didakticheskij_material_quot_vremena_goda_quot/91

Условия реализации образовательного процесса для лиц с расстройствами аутистического спектра:

– Организация образовательного процесса направлена на формирование у обучающихся позитивной, социально-направленной мотивации; развитие общих компетенций/освоение трудовых операций; создание атмосферы эмоционального комфорта, что включает:

– применение современных образовательных технологий (информационных, личностно-ориентированных);

– применение методов обучения: мультимедийные, объяснительно-иллюстративные, частично-поисковые;

– использование разнообразных средств обучения: наглядные учебные пособия, макеты, презентации, опорные схемы, карточки-помощники, разноуровневые задания, ресурсы сети Интернет, интерактивная доска и т.д.;

– проведение групповых и индивидуальных занятий;

– психолого-педагогическое сопровождение.

3 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Оценка результатов освоения программы, формируемые компетенции и методы контроля приведены в таблице 4.

Таблица 4 – Контроль и оценка результатов обучения

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формируемые ОК, ПК	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать: – окружающие его явления природы; – основные правила безопасности жизнедеятельности; – основные способы удовлетворения бытовых нужд; – основы культуры приёма пищи и подготовки к приему пищи; – основные способы культурного проведения досуга; – основные функции компьютерной техники; – способы поддержания академических знаний и умений (чтение, счёт) и использования их в различных жизненных ситуациях.	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8, ОК9, ОК10	Выполнение практических работ, устный опрос, выполнение индивидуальных заданий, тестирование.
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: – ориентироваться в основных явлениях окружающего мира; – соблюдать основные правила безопасности жизнедеятельности; – владеть основными навыками самообслуживания; – реализовывать культуру приготовления и приёма пищи; – планировать и занимать своё свободное время; – пользоваться на доступном уровне компьютерной техникой; – пользоваться основными академическими знаниями (чтение, счёт) на доступном уровне.		

