

Министерство образования и науки Мурманской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Мурманской области  
**«Оленегорский горнопромышленный колледж»**

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник отдела  
по учебной работе  
\_\_\_\_\_ И.Р. Машнина

\_\_\_ . \_\_\_\_\_ 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины

**Социальная адаптация и основы социально-правовых  
знаний**

По профессии

**43.01.09 Повар, кондитер**

**РАЗРАБОТЧИК:**

преподаватель ГАПОУ МО «ОГПК» \_\_\_\_\_ Калиновская Анна Викторовна

**ЭКСПЕРТ:** \_\_\_\_\_ преподаватель Акиншина Екатерина Леонидовна

**РАССМОТРЕНА**

На заседании цикловой методической комиссии общеобразовательных дисциплин \_\_\_\_\_ (наименование ЦМК)

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2020г.

Председатель \_\_\_\_\_ Е.Л. Акиншина  
подпись (инициалы, фамилия)

Рабочая программа рекомендована к переутверждению на \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ учебный год

\_\_\_\_\_ (с изменениями без изменений)

(лист с внесенными изменениями прикладывается к рабочей программе).

**РАССМОТРЕНА**

На заседании цикловой методической комиссии

\_\_\_\_\_ (наименование ЦМК)

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель \_\_\_\_\_  
подпись (инициалы, фамилия)

## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Содержание учебной дисциплины и тематическое планирование
3. Требования к уровню подготовки
4. Список использованной литературы

Рабочая программа предмета «Социальная адаптация и основы правовых знаний», целью которой является подготовка обучающихся к самостоятельной жизнедеятельности, успешной адаптации и интеграции в современное общество, составлена для подготовки обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья или инвалидностью.

Курс «Социальная адаптация и основы правовых знаний» рассчитан на 62 учебных часа.

**Основные задачи курса «Социальная адаптация и основы правовых знаний»:**

- формирование у обучающихся коммуникативных умений и навыков, умения взаимодействовать с людьми различных социальных групп;
- формирование у обучающихся умения самостоятельно решать свои проблемы, привлекая внутренний и внешний ресурс;
- формирование у обучающихся мотивации к обучению и труду, вовлечению в социально полезную деятельность.;
- формирование у обучающихся практических навыков самопрезентации в обществе.

Обучающиеся в ходе изучения предмета «**Социальная адаптация и основы правовых знаний**» расширят свои знания о современном мире и способах взаимодействия в обществе; изучат социально-правовые и этические нормы, установленные в современном обществе; познакомятся с правилами поведения человека в различной обстановке.

Расширят представления о семье, семейных взаимоотношениях; правах и обязанностях супругов, родителей и детей; формировании семейного бюджета.

Познакомятся со структурой различных служб, их назначением;

Узнают о способах трудоустройства, правилах регулирования трудовых отношений.

Особое внимание при проведении занятий уделяется обучающимся, испытывающим особые трудности в процессе социальной адаптации, в ходе занятий им оказывается повышенная педагогическая помощь.

Обязательным условием является коррекция психологического развития обучающихся, применяются здоровьесберегающие технологии.

Во время занятий применяются следующие методы обучения: рассказ, беседа, дискуссия; используются наглядные материалы: электронные презентации, видеофильмы, таблицы, плакаты, материалы дополнительной литературы и периодической печати. Для формирования практических навыков применяются такие методы обучения как упражнение, игра (деловая игра).

Для проверки теоретических знаний используются методы контроля: устный и письменный опросы, тестирование.

В ходе работы ведётся индивидуальный контроль за усвоением учебного теоретического материала и сформированностью умений и навыков обучающихся.

### **Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	62
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	53
в том числе:	
практические занятия	18
контрольные работы	1
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	5
в том числе:	
Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа	5
<i>Итоговая аттестация в форме зачета</i>	

**Тематическое планирование содержание учебной дисциплины «Социальная адаптация и основы правовых знаний»**

Разделы и темы программы	Количество часов			
	По теме	теория	Практ. занятия	Контроль знаний
<b>I. Человек в современном обществе</b>	<b>27</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
Правила и нормы поведения в обществе	5	3	-	-
Этикет делового общения	6	4	-	-
Конфликты. Методы разрешения конфликтных ситуаций	2	1	1	-
Здоровый образ жизни	3	2	1	-
Медицинские организации, обязательное медицинское страхование.	1	1	-	-
Самостоятельная работа обучающихся. Основные медицинские документы. Посещение поликлиники, диспансеризация.	1	1	-	-
Самостоятельная работа обучающихся. Домашняя аптечка	1	1	-	-
Правильное питание	2	1	1	-
Социальные болезни, их профилактика	2	1	1	-
Обеспечение личной безопасности. Обращение за помощью в полицию.	1	1	-	-
Обобщение пройденного материала. Проверочная работа	3	1	1	1

<b>II. Человек и социальная сфера</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
Социальное законодательство в РФ	2	2	-	-
Самостоятельная работа обучающихся. Инфраструктура социальных служб	1	1	-	-
Защита социальных прав и интересов. Составление обращений в органы государственной власти	2	1	1	-
Личные документы, их оформление	1	1	-	-
Обобщение пройденного материала.	3	1	2	1
<b>III. Домашняя экономика и быт</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
Домашняя экономика, её цели и задачи	3	2	1	-
Деньги	3	2	1	-
Самостоятельная работа обучающихся. Расходы на питание. Продовольственная корзина	1	1	-	-
Самостоятельная работа обучающихся. Покупки. Защита прав потребителя	1	1	-	-
Обустройство жилья. Создание уюта в доме.	2	1	1	-
Обобщение пройденного материала. Проверочная работа	2	-	1	1
<b>IV. Семья</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Понятие «Семья», структура семьи, типы семей	1	1	-	-
Основные функции семьи.	2	2	-	-
Брак. Юридическое оформление брачных отношений	1	1	-	-
Адаптация молодых супругов к условиям совместной жизни	2	1	1	-
Обобщение пройденного материала.	1	-	-	1



<b>V. Человек и сфера труда</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>1</b>
Трудовое законодательство	1	1	-	-
Трудовой договор, его содержание	1	1	1	-
Методы активного поиска работы. Устройство на работу через ЦЗН.	2	1	1	-
Самопрезентация на рынке труда. Собеседование.	2	1	1	-
Резюме при устройстве на работу. Составление сопроводительного письма	2	1	1	-
Риски трудоустройства	2	1	-	-
Обобщение пройденного материала по курсу «Социальная адаптация и основы правовых знаний». Итоговая контрольная работа.	2	-	-	2
Всего за курс обучения	62	35	18	2

## **Требования к уровню подготовки обучающихся**

### **Обучающиеся должны иметь представление:**

- о процессе социальной адаптации человека в обществе;

### **Обучающиеся должны знать:**

- правила общения и взаимодействия людей в обществе;
- сущность семьи, её функции;
- источники дохода семьи и основные семейные расходы;
- назначение жилья;
- санитарно-гигиенические требования к содержанию жилья;
- государственные учреждения, их функции;
- порядок обращения в социальные службы;
- права и обязанности отдела по защите прав потребителя;
- номера экстренной помощи;
- порядок обращения в учреждения здравоохранения;
- методы активного поиска работы;
- необходимый перечень документов при устройстве на работу;
- права и обязанности работника и работодателя.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- ✓ устанавливать контакты (деловые и личные) с людьми разных социальных групп;
- ✓ при возникновении проблем обращаться за помощью в городские учреждения и службы;
- ✓ составлять заявления-обращения в различные службы;
- ✓ составлять приблизительный бюджет семьи на месяц;
- ✓ вести переговоры с работодателем;
- ✓ составлять резюме;
- ✓ поддерживать гигиену ведения домашнего хозяйства.

### **Список использованной литературы**

1. Бочкарева Л.С. Как стать уверенным. Формирование уверенности в себе у воспитанников и выпускников интернатных учреждений – Настольная книга жизни и сборник рецептов для специалистов: метод. пособие/Л.С. Бочкарева. – СПб.: Изд-во Политехн. ун-та, 2009. – 139 с;
2. Владимирова Н.В., Коблик Е.Г. и др. Программа повышения социальной компетентности воспитанников образовательных учреждений - детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Мы сами». - М., 2006;
3. Мони́на Г. Б., Лютова-Робертс Е. К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). – СПб.: Изд-во «Речь», 2007. – 227 с ;
4. Рожков М.И, Сапожникова Т.Н., Черепенникова Т.П. Навигатор по рынку труда: справочник для выпускников детских учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. - Калининград: Изд-во РГУ им. И. Канта, 2009;
5. Шевырева Ю., Пезова В. и др. Путеводитель по самостоятельной жизни. – ООО «Изд-во «Вокруг света», М., 2015