

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОЯРСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»**

РАССМОТРЕНО
методической комиссией
протокол № 10 от 10.06.2026

УТВЕРЖДЕНО
Директор КГАПОУ «ККОТиП»
_____/Н. В. Журова/
Приказ № 01-55-1п от 29.06.2026

**АДАПТИРОВАННАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ**

105364 «Швея»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

АЦ.01 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора
_____/Бесперстова И.В./

Красноярск, 2026г.

Рабочая программа (далее – программа) учебной дисциплины **АЦ.01 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ** комплекта учебной документации для профессиональной подготовки рабочих по профессии 105364 «Швея» из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, допущенной Министерством образования Российской Федерации в качестве примерной учебно-программной документации для профессиональной подготовки рабочих Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 _____ г.,

Организация-разработчик: КГАПОУ «ККОТиП»

Разработчики:

Н.С. Крапивина, преподаватель, КГАПОУ «ККОТиП»

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины
2. Структура и содержание учебной дисциплины
3. Условия реализации учебной дисциплины
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

АЦ.01 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО

Учебная дисциплина АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний является частью адаптационного цикла АОПОП ПО составленной на основании комплекта учебной документации для профессиональной подготовки рабочих по профессии 19601 «Швея» из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Содержание программы АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний направлено на достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС СПО.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК. В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код и расшифровка ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	анализировать рабочую ситуацию; определять этапы решения задач; выбирать оптимальные методы из известных	методы поиска и способы решения профессиональных задач; критерии оценки эффективности решений.
ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	искать данные в цифровых средах; проверять информацию на достоверность; применять ПО для систематизации данных.	современные источники информации; программное обеспечение для профессиональной деятельности; правила информационной безопасности.
ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	управлять личными финансами	основы финансовой грамотности; правовые нормы профессиональной деятельности
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	бесконфликтно общаться; брать на себя ответственность за результат группы; выполнять свою часть работы в срок	основы психологии общения; принципы командной работы; способы распределения ролей в группе

ОК 05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	грамотно излагать мысли (устно и письменно); составлять деловые письма; публично выступать по профессиональным темам	правила грамматики и пунктуации; нормы делового этикета; особенности профессиональной терминологии
ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	соблюдать правовые нормы; уважительно относиться к разным культурам и религиям; противодействовать коррупционным проявлениям	Конституция РФ; духовно-нравственные ценности российского общества; основы антикоррупционного законодательства
ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	соблюдать нормы экологической безопасности; оказывать первую помощь	основы экологии и ресурсосбережения; правила поведения при ЧС
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	выполнять упражнения для поддержания работоспособности; использовать средства физкультуры для снятия утомления	роль физической активности в профилактике профзаболеваний; основы здорового образа жизни
ОК 09 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	заполнять отчетную документацию	лексический минимум

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 73 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость, ч
Максимальная учебная нагрузка	73
Консультации	5
Всего учебных занятий	68
в том числе в форме практической подготовки	20

Основное содержание	
теоретические занятия	48
лабораторные занятия	
практические занятия	20
Прикладной модуль (практическая подготовка)	
теоретические занятия	
лабораторные занятия	
практические занятия	20
индивидуальный проект	
курсовая работа/проект	
самостоятельная работа	
Промежуточная аттестация в форме	Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины_АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Коды формируемых компетенций и методы контроля и оценки
1	2	3	4
Раздел 1. Я в мире людей (Личностная адаптация)	Содержание учебного материала	12	OK 1-OK9
	1 Кто я? Сильные стороны личности.		
	2 Я -студент. Новая социальная роль.		
	3 Мир эмоций: зачем они нам нужны?		
	4 Эмоциональный интеллект и саморегуляция.		
	5 Основы эффективного общения: «Слушать-слышать»		
	6 Психологические границы и культуры критики.		
	7 Цифровой этикет и деловая переписка.		
	8 Что такое конфликт? «Мы разные, и это нормально»		
	9 Как рождается ссора: «Искры» конфликта		
	10 Эмоции в конфликте: «Гнев и обида»		
	11 Способы выхода из конфликта		
	12 Дружба и доверие: Как укреплять мир.		
	Практические занятия: "Эмоции", "Коммуникативный батл",Тренажер «Стоп-сигнал», «Я сообщение» в споре, «Примирение: Как сделать первый».	5	
Раздел 2. Мои права и обязанности	Содержание учебного материала	8	OK 1-OK9
	Мой паспорт- мой главный документ		
	СНИЛС и Полис ОМС: зачем они нужны?		
	Что такое ИПРА простыми словами.		
	Мои льготы: как ими пользоваться?		
	Право на учебу и отдых (границы в колледже)		
	Право на медицинскую помощь.		
	Понятие "Чужое" и "Общее" (Ответственность)		
	Ответственность и полиция: правила безопасности		
	Практические занятия: "Что такое правонарушение?", "Моя папка документов",	2	
Раздел 3. Я и город: Быт и технологии	Транспорт и основы навигации.	6	OK 1-OK9
	Что делать, если я потерялся?		
	Цифровой мир: услуги и безопасность.		

	Мой дом -моя крепость.	3	
	Культура и этикет в обществе		
	Маршрут к успеху: я готов к самостоятельности.		
	Практические занятия: «Штурман в большом городе», «Киберщит и онлайн-помощник», «Хозяин в доме и гость в городе».		
Раздел 4. Труд и самостоятельная жизнь	Моя профессия: Что я умею делать?	11	OK 1-OK9
	Где искать работу?		
	Моя визитная карточка (Резюме).		
	Первое впечатление: внешний вид и подготовка.		
	Трудовой договор: на что смотреть в бумаге		
	Мой первый рабочий день		
	Дисциплина-это деньги		
	Безопасность на рабочем месте.		
	Решаем рабочие конфликты и общаемся.		
	Зарплата: аванс и расчет		
	Я молодой специалист		
	Практические занятия: «Создаем первое резюме», Разговор с работодателем: от входа до выхода, Собеседование - это легко, Бюджет на месяц, Ловушки для денег (Микрозаймы и и кредиты), Магазин и чеки.	6	
Раздел 5. Безопасность и здоровье	Мой профиль -моя крепость.	11	OK 1-OK9
	Незнакомцы в сети (Мессенджеры и ссылки)		
	Кибербуллинг: как защитить себя от травли		
	Шопинг в интернете и безопасная оплата		
	Номера телефонов экстренных служб		
	Алгоритм передачи информации экстренным службам		
	Первая помощь до приезда врача		
	Домашняя аптечка: что должно быть под рукой		
	Я - покупатель: срок годности и условия хранения		
	Чек -это твой документ		
	Обман на кассе и лишние услуги		
	Практические занятия: Настройка приватности (аккаунты), Вызов помощи.	2	
	Промежуточная консультация (Дифференцированный зачет)	2	
Консультации		5	
Всего:		73	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Минимальное материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предусматривает наличие учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- рабочая программа по предмету АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний;
- комплект методических пособий по предмету;
- комплект учебников.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер (преподавательский);
- проектор, экран;
- акустическая система;
- источник бесперебойного питания;
- программное обеспечение;
- учебный материал в электронном виде.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.3. Кадровое обеспечение реализации программы

Требования к квалификации педагогических кадров

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 33 Сервис, оказание услуг населению при наличии среднего общего образования (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет).

Квалификация педагогических работников образовательной организации должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

Реализацию программы учебной дисциплины АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний обеспечивают кураторы групп. Педагогические работники, участвующие в реализации учебной дисциплины АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний, должны быть ознакомлены с психолого-физическими особенностями обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и учитывать их при организации образовательного процесса.

Основные источники:

1. **Конституция Российской Федерации** (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020). — М.: Эксмо, **2024**.
2. **Мухаев, Р. Т.** Основы права : учебник для среднего профессионального образования / Р. Т. Мухаев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, **2024**.

3. **Шеламова, Г. Н.** Деловая культура и психология общения : учебник для использования в учебном процессе образовательных организаций, реализующих программы СПО / Г. Н. Шеламова. — 18-е изд., стер. — Москва : Академия, **2023**.

4. **Горелов, А. А.** Социология : учебник для среднего профессионального образования / А. А. Горелов. — 2-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, **2023**.

5. **Правдюк, С. А.** Основы социально-правовых знаний : учебное пособие для СПО / С. А. Правдюк. — Москва : КноРус, **2022**.

Дополнительные источники:

1. **Трудовой кодекс Российской Федерации.** — Москва : Проспект, **2024**.

2. **Братова, И. В.** Социальная адаптация и основы профессионального самоопределения : учебное пособие / И. В. Братова. — Санкт-Петербург : Лань, **2021**.

3. **Попов, Ю. Н.** Основы правовых знаний : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Попов. — Москва : Юрайт, **2023**.

4. **Склярова, Т. В.** Психология общения : учебник для среднего профессионального образования / Т. В. Склярова. — Москва : Юрайт, **2024**.

Интернет-ресурсы:

1. **КонсультантПлюс** : справочно-правовая система. — URL: consultant.ru (дата обращения: **2024**).

2. **Электронно-библиотечная система Юрайт.** — URL: <https://urait.ru> (дата обращения: **2024**).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
Умения:		
Анализировать социально-правовую информацию, необходимую для адаптации в обществе.	Точность поиска и интерпретации правовых норм; логичность выводов при анализе ситуаций.	Тестирование, анализ конкретных ситуаций (кейс)
Применять эффективные приемы общения в профессиональной и социальной среде.	Соответствие речи нормам этикета; способность конструктивно решать конфликтные ситуации.	Ролевые игры, тренинги общения, наблюдение за работой в малых группах.
Использовать механизмы защиты своих прав в различных жизненных ситуациях.	Правильность выбора алгоритма действий при защите прав (трудовых, гражданских, социальных).	Практические занятия (составление заявлений, претензий, обращений).
Планировать собственную траекторию профессионального и личностного развития.	Реалистичность поставленных целей; обоснованность выбора средств саморазвития.	Составление «Индивидуального плана развития» или портфолио.
Знания:		

сновы законодательства РФ, регулирующего социальные и трудовые отношения.	Свободное владение терминологией; знание структуры органов власти и ключевых статей кодексов (ТК, ГК).	Фронтальный опрос, контрольные работы.
Сущность и виды социальной адаптации, способы саморегуляции поведения.	Понимание механизмов адаптации; знание методов борьбы со стрессом и эмоциональным выгоранием.	Устный опрос, подготовка рефератов или презентаций.
Социально-правовой статус личности в современном обществе.	Четкое разграничение прав, свобод и обязанностей гражданина РФ.	Дискуссии, проверочные работы с открытыми вопросами.
Правила финансовой и правовой грамотности.	Демонстрация знаний о налогах, кредитах и методах противодействия коррупции.	Решение ситуационных задач (финансовые расчеты, правовой ликбез).