УЧЕБНОЕ СОПРОВОЖДАЕМОЕ ПРОЖИВАНИЕ

Псков

2024 год

ГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения» Псковской области

АНО Центр "Пространство общения"

методическое пособие

УЧЕБНОЕ СОПРОВОЖДАЕМОЕ ПРОЖИВАНИЕ

Псков

2024 год

УДК 364.043
ББК 60.99

Книга издана при финансовой поддержке Благотворительного фонда «СиЭсЭс» в рамках проекта "Взрослые" АНО Центр "Пространство общения" в партнёрстве с ГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения» Псковской области.

Научный редактор – Царёв Андрей Михайлович, кандидат педагогических наук

Учебное сопровождаемое проживание: Опыт работы Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области / Е.А. Виноградова, Е.А. Зуева, А.Г. Нестерова, А.М. Царёв; под ред. А.М. Царёва. – ООО «Галлея-Принт», 2024, 201 с.

В книге раскрываются организационные, содержательные и методические аспекты учебного сопровождаемого проживания людей с тяжелыми нарушениями развития (нарушениями интеллекта, расстройствами аутистического спектра, тяжелыми множественными нарушениями) в условиях обычного социального окружения. Содержание пособия включает описательную часть и приложения (примеры документов, наглядный дидактический материал и др.) для использования в процессе организации учебного и сопровождаемого проживания. Материалы методического пособия разработаны на основе десятилетнего опыта работы Отделения учебного проживания Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области.

Книга предназначена для специалистов, работающих с детьми и взрослыми с нарушениями развития, для родителей, имеющих детей и взрослых людей с ментальной инвалидностью, для преподавателей и студентов вузов.

ISBN 978-5-6051727-5-8

9 785605 172758 >

© Благотворительный Фонд «СиЭсЭс».

© АНО Центр "Пространство общения".

© Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Псковской области «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения».

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 4
ГЛАВА I. УЧЕБНОЕ СОПРОВОЖДАЕМОЕ ПРОЖИВАНИЕ 7
ОРГАНИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ (СОПРОВОЖДАЕМОМУ) ПРОЖИВАНИЮ 7
1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ 7
2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ 7
3. КАДРОВЫЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ 8
4. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРИЕМА ОБУЧАЮЩИХСЯ 9
5. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ 10
5.1. Продолжительность обучения 10
5.2. Распорядок обучения 10
5.3. Планирование обучения 11
5.4. Особенности процесса обучения 11
5.5. Подведение итогов обучения 15
5.6. Организация сотрудничества с семьями 15
5.7. Сотрудничество с местным сообществом 17
ГЛАВА II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ (СОПРОВОЖДАЕМОМУ) ПРОЖИВАНИЮ И МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ТРУДНОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ 19
1. БЫТОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ 19
1.1. Самообслуживание 19
1.2. Уборка помещений 37
1.3. Уход за вещами 44
1.4. Организация питания 53
1.5. Экономика домашнего хозяйства 74
2. СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ 88
3. ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ 103
3.1. Основные требования к организации досуга 104
3.2. Формы досуга. 105
3.3. Обучение организации досуга (этапы работы) 106
ГЛАВА III. УХОД 110
1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ РАЗВИВАЮЩЕГО УХОДА 110
1.1. Области развивающего ухода 110
1.2. Общие правила осуществления развивающего ухода 110
1.3. Планирование развивающего ухода 111
1.4. Процесс ухода 111
1.5. Присмотр 113
2. КРИТЕРИИ КАЧЕСТВА РАЗВИВАЮЩЕГО УХОДА 114
3. ТРЕБОВАНИЯ К СОТРУДНИКАМ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИМ УХОД 114
ПРИЛОЖЕНИЯ 115

ВВЕДЕНИЕ

В 2023 году принят Федеральный закон[1], который дал определения понятиям «Сопровождаемое проживание», «Социальная занятость», «Сопровождаемая трудовая деятельность», значимым для жизнеустройства людей с инвалидностью, имеющих тяжелые нарушения развития. Законодательное закрепление данных понятий обеспечивает правовую основу для развития сопровождаемого проживания и занятости лиц с инвалидностью в Российской Федерации.

Наряду с законодательными нововведениями в последние годы в стране увеличилось количество практик учебного и сопровождаемого проживания, которые реализуются как социально ориентированными некоммерческими организациями, так и государственными учреждениями. Некоторые интернатные учреждения для детей и взрослых людей с нарушениями психических функций стали искать возможности для вывода получателей услуг на сопровождаемое проживание, создавать для этого условия. При этом сопровождаемым проживанием часто называют мероприятия в учебных / тренировочных квартирах и других помещениях, создаваемых при учреждениях социального обслуживания. Однако такое толкование сопровождаемого проживания является ошибочным, поскольку последнее и учебное проживание имеют разные цели. Учебное сопровождаемое проживание ставит цель **развития самостоятельности** человека с инвалидностью, его подготовки к самостоятельному или сопровождаемому проживанию. Учебное сопровождаемое проживание всегда происходит в ограниченный период времени. Целью постоянного сопровождаемого проживания является **обеспечение проживания** человека с инвалидностью **в домашних условиях** и не имеет ограничений по времени. Вместе с тем подходы (задачи, услуги, методы, приемы сопровождения) к достижению целей учебного и сопровождаемого проживания могут быть похожими.

Федеральный закон даёт следующее определение **сопровождаемому проживанию**: «Комплекс мер, направленных на обеспечение проживания в домашних условиях инвалидов старше 18 лет, неспособных вести самостоятельный образ жизни без помощи других лиц, а также на повышение способности таких инвалидов к самообслуживанию и удовлетворению основных жизненных потребностей (осуществлению трудовой и иной деятельности, досугу и общению)». Ориентир на «повышение способности к самообслуживанию и удовлетворению основных жизненных потребностей» не является основным при сопровождаемом проживании, в отличие от учебного, но он указывает на необходимость использования таких подходов к сопровождению, которые способствуют развитию самостоятельности человека.

С учётом положений Федерального Закона и накопленного опыта к основным характеристикам сопровождаемого проживания можно отнести следующие:

1) <u>жизнь в домашних условиях, то есть дома</u>, а не в учреждении. Под домом важно понимать, во-первых, атмосферу дома: место, где человек чувствует себя хозяином, куда хочется возвращаться, где моё личное пространство и т.д.; во-вторых, жильё, документально закрепленное за гражданином либо в форме собственности человека с инвалидностью, либо оно предоставлено собственником в пользование человеку или группе людей на условиях социального найма, безвозмездного пользования или аренды/субаренды и т.д. Жилые помещения, находящиеся на территории учреждений стационарного обслуживания (интернатного типа) могут использоваться в целях учебного, но не сопровождаемого проживания. При сопровождаемом проживании услуги предоставляются на дому.
2) <u>жизнь с сопровождением</u> (сопровождение проживания) – комплекс мер (социальных, иных услуг и мероприятий), который, во-первых, обеспечивает удовлетворение основных жизненных потребностей человека (в быту, общении и досуге), во-вторых, поддерживает максимально возможную независимость в решении различных жизненных задач (бытовых, социально-коммуникативных, досуговых). Внесенные Федеральным законом № 137 (от 28 апреля 2023 г.) изменения в ФЗ «О социальной защите инвалидов» раскрывают содержание сопровождаемого проживания:
   - социальные услуги и социальное сопровождение инвалидов в соответствии с законодательством о социальном обслуживании;
   - услуги по реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе формирование навыков самообслуживания и иных бытовых навыков;

[1] О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации. Федеральный закон от 28 апреля 2023 г. № 137-ФЗ

– услуги ассистента (помощника), оказывающего персональную помощь инвалидам в передвижении, получении информации, ориентации и коммуникации, в том числе при получении образования, осуществлении трудовой деятельности и получении социальных услуг;
– создание специальных условий для получения инвалидами образования в соответствии с законодательством об образовании.

Сопровождаемое проживание предполагает поддержку активного участия и самостоятельности человека в выборе и принятии решения, при выполнении доступных действий в разных ситуациях в процессе повседневной жизни. Девиз сопровождения: «Помощи столько, сколько необходимо, самостоятельности столько, сколько возможно».

3) жизнь в местах обычного проживания людей: в населенном пункте, в отдельном жилом доме или в квартире жилого дома, где рядом живут другие люди, имеется инфраструктура для их жизни (магазин, общественный транспорт, поликлиника, почта и т.д.).
4) наличие дневной занятости (сопровождение в условиях социальной занятости или сопровождаемой трудовой деятельности): человек с тяжелыми нарушениями развития не находится дома 24 часа в сутки. Как и большинство взрослых людей, утром он уходит (добирается самостоятельно или его сопровождают, доставляют) на работу или в организацию, где ему предоставляют услуги социальной занятости или сопровождаемой трудовой деятельности, а ближе к вечеру (или на перерыв, если работа / соц. занятость рядом с домом) он возвращается домой.

Формы сопровождаемого проживания могут быть индивидуальными, когда человек живёт один в квартире или в доме, а также малогрупповыми – обычно от 4 до 7 человек, проживающих в одной квартире, в доме или в автономной части дома (с отдельными санузлами, кухней, общей комнатой и хозяйственным помещением). Индивидуальное сопровождаемое проживание обычно организуется для тех, кто не нуждается в ежедневной поддержке и может длительное время обходиться без сопровождения, но иногда, в течение нескольких часов в неделю, нуждается в помощи для решения отдельных жизненных задач (например, при распределении денег на покупки и др.). Индивидуальное сопровождаемое проживание в отдельных случаях может быть предпочтительным для людей с психическими заболеваниями, которые не могут проживать в группе в связи с нерегулируемой (медикаментозно) агрессией или другими формами опасного для окружающих поведения.

Групповое сопровождаемое проживание рекомендуется для тех, кто нуждается в регулярном (от 4 до 8 часов в день) и постоянном (до 24 часов в сутки) сопровождении. Анализ опыта практик формирования групп сопровождаемого проживания показывает, что важно соблюдать следующие условия:

- желание участников жить в одной квартире/доме;
- проведение курса учебного проживания или пробный период в условиях сопровождаемого проживания;
- включение в группу инвалидов разного пола и возраста;
- гетерогенный состав группы с разной потребностью в объеме услуг ее участников (регулярное, периодическое, постоянное сопровождение);
- трудовая или социальная занятость участников в дневное время (отдельно от места проживания).

В состав малых групп могут входить люди с ограничениями жизнедеятельности разной степени тяжести и сложности. Степень тяжести психических или физических/психофизических нарушений, а также высокий уровень зависимости от ухода не должны быть основанием для отказа при приёме на сопровождаемое проживание. В целях обеспечения безопасности и качества жизни малой группы в её состав могут включаться лица с разными особенностями и возможностями.

Перед началом сопровождаемого проживания важно предусмотреть период **учебного сопровождаемого проживания** – комплекс услуг и мероприятий, направленных на развитие самостоятельности людей с тяжелыми нарушениями развития в удовлетворении их основных жизненных потребностей в бытовой, социально-коммуникативной, досуговой и иной деятельности путем формирования навыков и умения их применять в естественных бытовых и социальных ситуациях при проживании в специально созданных условиях, приближенных к домашним, в том числе в целях подготовки к самостоятельному проживанию или к сопровождаемому проживанию.

Учебное сопровождаемое проживание занимает некоторый период времени. Пока нет нормативов, сколько должно продолжаться обучение, в практике разных организаций этот период длится от нескольких дней до нескольких лет. Наш опыт показывает эффективность курсового подхода к организации учебного сопровождаемого проживания. Обычная продолжительность курса обучения – 4 месяца. С учетом целей обучения и достижений обучающихся курс может повторяться не один раз. Для поддержания достигнутых

результатов и обеспечения преемственности необходимо обеспечить сотрудничество с родителями (законными представителями), или с работниками интерната, либо персоналом сопровождаемого проживания, куда переходят выпускники учебного проживания.

Деятельность сопровождающих на этапе учебного проживания направлена на формирование навыков доступной бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности и осуществляется в ходе решения конкретных жизненных задач (например, для того чтобы поужинать, нужно спланировать меню, купить продукты в магазине, приготовить из них блюда, накрыть на стол и т.д., при этом помощь оказывается только в том объёме, который необходим для самостоятельного выполнения отдельного действия или операции). Важно, чтобы вся работа сопровождающих была направлена на развитие личностного потенциала людей с нарушениями развития и поддержку их самореализации. Кроме того, в целях создания благоприятных условий для включения в жизнь местного сообщества организуются мероприятия, направленные на формирование уважительного отношения соседей, других окружающих людей к лицам с инвалидностью.

Учебное и постоянное сопровождаемое проживание организуются на основе следующих **принципов**:

- приоритет уважения человеческого достоинства и прав личности;
- добровольность: необходимо согласие человека с инвалидностью и его опекуна (если он лишен дееспособности) о предоставлении ему сопровождаемого проживания;
- комплексный межведомственный подход при предоставлении услуг и командная работа сопровождающих;
- нормализация жизни человека с инвалидностью: жизнь в обычных местах проживания, обычный, принятый в обществе ритм жизни, наличие личного пространства, занятость (трудовая, социальная) отдельно от места проживания и т.д.;
- ориентация на развитие максимально возможной независимости и самостоятельности человека с инвалидностью с целью нормализации его жизни и включения в жизнь общества;
- партнёрство, индивидуальный подход и оказание помощи человеку с инвалидностью соразмерно его потребности в ней, отношение к инвалиду как к субъекту совместной деятельности, а не объекту обслуживания.

В контексте вышеизложенных общих положений в последующих главах книги вниманию читателя предлагается практическое руководство по организации учебного сопровождаемого проживания, разработанное на основе опыта работы Отделения учебного проживания государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Псковской области «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»[2] в период с 2006 по 2024 годы. Обучение в Отделении учебного проживания происходит на основе Адаптированной образовательной программы дополнительного образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями самостоятельному (сопровождаемому) проживанию[3].

Первая глава раскрывает вопросы **организации** учебного сопровождаемого проживания и предлагает учебно-методические рекомендации для сопровождающих.

Во второй главе представлено **содержание** обучения. Люди с тяжелыми нарушениями развития в большей или меньшей степени нуждаются в помощи и уходе, поэтому в третьей главе отражены основы **развивающего ухода** в условиях учебного сопровождаемого проживания. Приложение наполнено примерами **документов и материалов**, которые используются в практике учебного сопровождаемого проживания и могут пригодиться практикам в ходе организации работы.

Книга предназначена для руководителей и специалистов организаций образования и социальной защиты, социально-ориентированных некоммерческих организаций, работающих непосредственно с людьми с ментальной инвалидностью (педагогов, психологов, социальных работников и др.). Сборник может быть полезен родителям (иным законным представителям) детей и взрослых с ограниченными возможностями здоровья; студентам, обучающимся педагогическим и социальным профессиям, волонтерам, помогающим людям с инвалидностью.

Пособие издано в рамках проекта "Взрослые» в сотрудничестве с АНО «Пространство общения» при поддержке фонда БФ "СиЭсЭс". Коллектив авторов выражает глубокую благодарность партнёрам АНО «Пространство общения» за сотрудничество и издание данного пособия.

---

[2] Положение об Отделении учебного проживания https://clp.pskov.ru/downloads/2023/07/Polozhenie-OUP-2022.pdf

[3] Адаптированная образовательная программа дополнительного образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями самостоятельному (сопровождаемому) проживанию https://clp.pskov.ru/downloads/2023/07/Obr.-programma-Samostoyat.soprovozhd.-prozhivanie.pdf

ГЛАВА I. УЧЕБНОЕ СОПРОВОЖДАЕМОЕ ПРОЖИВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ (СОПРОВОЖДАЕМОМУ) ПРОЖИВАНИЮ

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ

Учебное сопровождаемое проживание – понятие, которое широко используется в практиках, направленных на подготовку людей с тяжелыми нарушениями развития к жизни в условиях сопровождаемого проживания или, очень редко, к самостоятельному проживанию. Если у человека имеются действительно тяжелые нарушения развития, то в большей или меньшей степени он всегда будет зависеть от посторонней помощи. Вместе с тем, даже в случаях с самыми тяжелыми множественными нарушениями возможно выделить те функции (физические, психические), которые можно развивать у такого человека для того, чтобы он становился более самостоятельным при выполнении отдельных действий / операций в быту, социальной коммуникации или во время досуга. В этом контексте учебное сопровождаемое проживание направлено на достижение максимально возможной самостоятельности человека с тяжелыми нарушениями развития в решении повседневных жизненных задач в бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности; на самореализацию и нормализацию его жизни в обществе.

Непосредственными участниками процесса обучения являются обучающиеся, члены их семей (опекуны, в случаях, когда обучающиеся недееспособны), педагоги, представители учреждения стационарного обслуживания (если обучающиеся являются получателями их услуг). Кроме того, с учетом проживания людей с инвалидностью в обычном социальном окружении, возникает необходимость проведения работы по созданию условий для формирования уважительного отношения со стороны соседей и других окружающих людей к людям с инвалидностью. В связи с этим основными задачами педагогической работы являются следующие:

- формирование у молодых людей с тяжелыми нарушениями развития навыков доступной бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности;
- развитие личностного потенциала обучающихся и поддержка их самореализации;
- организация сотрудничества с родителями (законными представителями) обучающихся по вопросам обучения и нормализации жизни их детей;
- содействие формированию уважительного отношения общества к лицам с тяжелыми нарушениями.

2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ[4]

Обучение осуществляется по трем направлениям:

- бытовая деятельность,
- социально-коммуникативная деятельность,
- досуговая деятельность.

Содержание обучения *бытовой деятельности* включает формирование умений по выполнению гигиенических процедур, уборки помещений, уходу за вещами, планированию расходов, совершению покупок, приготовлению пищи, осуществлению коммунальных и других платежей.

Обучение *социально-коммуникативной* деятельности включает развитие навыков общения, выстраивание межличностных отношений, ориентацию в социальном пространстве, соблюдение общепринятых норм и правил в процессе социальной и бытовой деятельности.

Содержательное направление *«досуговая деятельность»* предполагает обучение организации своего свободного времени, формирование потребности и умения культурно отдыхать дома и за его пределами, например, принимать гостей и ходить в гости, посещать общественно-культурные места, ходить на прогулку, выезжать за город и т.д.

В ходе обучения по каждому из обозначенных направлений происходит развитие личностного потенциала обучающихся и поддержка их самореализации.

Таким образом, выделенные направления охватывают все основные сферы жизнедеятельности человека, кроме трудовой деятельности.

[4] Содержание обучения в данной главе представлено обзорно. Подробно оно рассматривается в последующих главах.

3. КАДРОВЫЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ[5]

Обучение проводит команда специалистов, включающая педагогов (дефектологов, социальных педагогов) и психологов, при участии родителей (законных представителей) обучающихся. Так, в отделении учебного проживания (ОУП) Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области работают четыре социальных педагога, имеющих специальное педагогическое образование, и психолог.

Один из специалистов является руководителем команды. Он организует и координирует работу отделения, обеспечивает своевременное заполнение и ведение необходимой документации, координирует решение материально-технических и финансовых вопросов деятельности структурного подразделения ЦЛП.

Социальные педагоги работают посменно: в дневное время по два человека, ночью – по одному человеку (*Приложение 1*). В течение рабочей недели они осуществляют обучение, уход и присмотр за обучающимися. Кроме того, педагоги планируют обучение, описывают его в дневнике наблюдений, анализируют результаты педагогической работы и сотрудничают с родителями обучающихся (*Приложение 2*).

Основной задачей психолога является создание такого психологического климата в квартире, который способствует позитивному настрою обучающихся на совместное проживание, благоприятствует налаживанию доброжелательных конструктивных отношений между всеми участниками образовательного процесса (обучающимися, их родителями и специалистами), а также с соседями по дому.

Обучение людей с нарушениями развития происходит более эффективно в условиях обычного социального окружения, когда по соседству живут другие люди, когда инфраструктура населенного пункта способствует социальной интеграции: в шаговой доступности имеется магазин, остановка автобуса, почта и т.д.

Отделение учебного проживания ЦЛП создано на базе трехкомнатной квартиры в обычном жилом доме, которая была переоборудована с учётом особых потребностей обучающихся, имеющих различные нарушения опорно-двигательного аппарата. В частности, в подъезде дома был сооружен пандус, в квартире совмещен санузел, ванна была заменена на душевую кабину, кроме того, санузел был оборудован поручнями.

Мебель и оборудование приближены к современной обстановке обычных квартир: в комнатах обучающихся имеются спальные места, прикроватные тумбочки, шкафы для одежды, письменные столы, в общей комнате – мягкий уголок. Кухня, помимо разнообразной посуды, оснащена бытовыми приборами (посудомоечная машина, микроволновая печь, кухонный комбайн, электрический чайник и т.д.). Имеется стиральная машина.

[5] Кадровые и материально-технические условия рассматриваются на примере Отделения учебного проживания Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области. С положением об Отделении учебного проживания можно ознакомиться по ссылке https://clp.pskov.ru/downloads/2023/07/Polozhenie-OUP-2022.pdf

4. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРИЕМА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Учебное сопровождаемое проживание в условиях малой группы в квартире предназначено для людей с различными нарушениями развития, в частности:

- с нарушением интеллекта разной степени тяжести,
- с расстройствами аутистического спектра,
- с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата,
- с тяжелыми множественными нарушениями развития.

Прием на обучение происходит на добровольной основе. По обращению самих людей с инвалидностью и/или их родителей (законных представителей) составляется список желающих пройти курс обучения в ОУП. Затем молодые люди приглашаются "в гости", с целью их знакомства с условиями проживания в учебной квартире. Педагоги, в свою очередь, также оценивают возможности молодых людей, потребность в посторонней помощи, информируют семьи о целях обучения и условиях приёма. При необходимости такие встречи проводятся несколько раз.

Основными ***условиями приёма являются:***

- *Желание молодых людей участвовать в обучении.*
- *Готовность родителей (опекунов) к сотрудничеству:* наличие запроса на обучение их детей, готовности выполнять рекомендации специалистов.
- *Возраст: в* ОУП принимаются молодые люди и девушки, достигшие 18-летнего возраста.
- *Дневная занятость кандидатов.* Режим работы ОУП и штатная численность персонала не предусматривают нахождение специалистов в учебной квартире в дневное время с 8.00 до 15.00. Как правило, в этот период принимаемые на обучение молодые люди обеспечены дневной занятостью в Производственно-интеграционных мастерских для инвалидов Псковской области.
- *Состояние здоровья кандидатов:*
  - отсутствие заболеваний в острой, подострой стадии и хронических в стадии обострения и декомпенсации, требующих активного медицинского вмешательства;
  - отсутствие любых приступообразных и прогредиентно текущих психических заболеваний со склонностью к частым обострениям или рецидивам болезни с декомпенсациями, требующими лечения в стационаре;
  - отсутствие туберкулеза в активной стадии процесса;
  - отсутствие заразных заболеваний кожи и волос;
  - отсутствие острых инфекционных заболеваний.
- *Готовность нести текущие материальные расходы.* Обучающиеся оплачивают питание, коммунальные услуги и приобретение расходных материалов для проживания из средств своей пенсии. Сумма ежемесячного вклада может меняться в зависимости от изменений тарифов на коммунальные услуги и цен на продукты питания и хозяйственные товары.

Знакомство персонала ОУП с кандидатами и с их семьями продолжается в рамках домашнего визитирования, в ходе которого сотрудники собирают информацию о кандидате и заносят её в бланк первичного обследования (*Приложение 3*). Кроме того, педагоги посещают место дневной занятости молодого человека или девушки, беседуют с сопровождающими специалистами, знакомятся с характеристикой с места работы.

Формирование группы обучающихся в ОУП ***происходит с учётом следующих критериев:***

- *разнополый состав группы.* Рекомендуемое наполнение группы 4 человека: 2 молодых человека и 2 девушки;
- *психологическая совместимость потенциальных участников.* На этапе планирования группы выясняются предпочтения самих молодых людей («нравится», «дружу»), сведения от сотрудников мастерских о конфликтах, потенциальных симпатиях;
- *потребность в необходимой физической помощи со стороны сопровождающих.* Группа подбирается таким образом, чтобы в ее составе были молодые люди с различными физическими и умственными возможностями. Также важно предусмотреть, чтобы в составе группы были люди с разной степенью выраженности нарушений, нуждающиеся в дифференцированном объеме посторонней помощи. Смешанный состав дает возможность участия самих обучающихся в оказании помощи друг другу и разумное распределение ресурса персонала для обеспечения качественных услуг по сопровождению, а также создание условий безопасного проживания.

Собранная информация о кандидатах на обучение обсуждается командой специалистов ОУП. Затем, основываясь на результатах обсуждения, педагогический совет ОУП принимает решение о приеме и утверждает состав группы.

К началу обучения формируется ***следующий пакет документов:***

- заявление от родителей (законных представителей) и от самого обучающегося, если он не лишен дееспособности (*Приложение 4);*
- заполненная анкета № 1, содержащая запрос на обучение *(Приложение 5);*
- медицинская справка о состоянии здоровья;
- договор о сотрудничестве с родителями (законными представителями) и обучающимся, если он не лишен дееспособности *(Приложение 6);*
- договор пользования жилым помещением на период прохождения курса учебного проживания (безвозмездного пользования, аренды или другие формы пользования) *(Приложение 7).*

5. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ

5.1. Продолжительность обучения

Обучение в ОУП происходит курсами. Обычно курс длится от 1 до 5 месяцев. Опыт показывает, что оптимальная продолжительность курса 4 – 5 месяцев. В этот период происходит формирование отдельных умений и навыков, кроме того, к концу курса формируется новый запрос на будущее обучение как в родительском доме, так и возможный повторный курс в ОУП.

Обучающиеся с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР), нуждающиеся в постоянном уходе и присмотре, принимаются на ограниченный период (в зависимости от индивидуальных особенностей и потребностей период обучения может колебаться от нескольких недель до одного – двух месяцев). Во время обучения происходит оценка степени потребности в помощи и диапазона необходимых услуг для сопровождаемого проживания. Сами обучающиеся с ТМНР приобретают индивидуальный опыт проживания в новых условиях, учатся выполнять операции бытовой деятельности, общаться и взаимодействовать с окружающими на доступном уровне.

Таким образом, обычно за год обучение могут проходить две группы: первая с сентября по декабрь, вторая – с января по май.

После окончания обучения через полгода - год молодые люди имеют возможность проходить повторные курсы (по желанию).

5.2. Распорядок обучения

Обучающиеся и их родители (законные представители) договариваются следовать расписанию учебного проживания:

- с понедельника по пятницу после окончания работы обучающиеся приезжают в учебную квартиру на городском или специальном транспорте, где их встречают сопровождающие;
- с момента приезда и до сна, а так же утром до отправления на работу обучающиеся участвуют в различных учебных мероприятиях, направленных на развитие у них самостоятельной бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности;
- каждую четвертую субботу обучающиеся проводят в ОУП с целью обучения организации своего свободного времени;
- все остальные дни, а также в случае болезни, обучающиеся проживают с родителями.

С примерным расписанием обычного дня в ОУП можно познакомиться в *Приложении 8.*

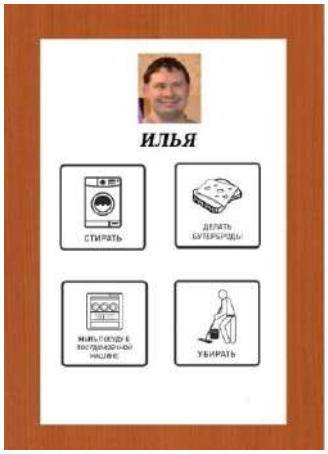
Расписание дня достаточно гибкое, и часто, по обстоятельствам, в него могут вноситься изменения. Например, среда выбирается как день приема гостей, и обучающиеся, зная об этом, заранее приглашают своих друзей после работы на чай. Кроме того, последовательность выполнения отдельных пунктов расписания может изменяться в связи с личными особенностями и желаниями обучающихся.

5.3. Планирование обучения

В ходе первых двух недель обучения на каждого обучающегося составляется психолого-педагогическая характеристика (*Приложение 9*) и индивидуальная программа обучения (*Приложение 10*).

Психолого-педагогическая характеристика состоит из двух частей: в первой части содержатся общие сведения, социальная картина развития и индивидуальные особенности обучающегося, во второй части описательная оценка сформированности навыков самостоятельной жизни до и после обучения.

Характеристика является основой для последующей разработки индивидуальной программы обучения (ИПО). Работа над составлением ИПО ведется всеми специалистами ОУП, при участии родителей или представителей учреждения стационарного обслуживания (если обучающиеся являются получателями их услуг). В ходе составления программы формулируются задачи обучения и детально излагается содержание по каждому направлению.



Содержание программы обучения зависит от запроса молодых людей («что я хочу научиться делать сам»), от запроса их родителей (законных представителей) или представителей учреждения стационарного обслуживания (если обучающиеся являются получателями их услуг) и возможностей обучающихся.

В случае, если родители выражают опасения по поводу формирования отдельных навыков (зажигать газ, включать утюг и т.д.), обосновывая их возможными рисками безопасности жизни по возвращении молодого человека домой, то обучающие задачи по формированию навыков, представляющих потенциальную опасность, не ставятся.

С учетом того, что курс обучения ограничен во времени (до 5-и месяцев), выбираются наиболее приоритетные задачи для каждого конкретного обучающегося на момент его поступления в ОУП (например, для М. научиться самостоятельно принимать душ является более приоритетной задачей, чем выполнять операции с деньгами). В ходе планирования сложные действия разбиваются на операции, и молодые люди могут осваивать несколько или только одну из них (например, выполняют не весь процесс мытья посуды, а только операцию – ополаскивание).

Таким образом, с учетом индивидуальных возможностей программа обучения может включать разное количество задач от 5 – 6 до 15 – 20 и более. Однако молодые люди или девушки могут участвовать во всех видах деятельности, даже если такой обучающей задачи для них не стоит (например, во время приготовления пищи обучающийся ассистирует другим, доставая необходимые посуду и продукты, но не готовит само блюдо).

5.4. Особенности процесса обучения

Обучение происходит не в классно-урочной форме, а в процессе естественного хода жизни, строящегося на основе принципа **нормализации**. Обучающиеся, как и все взрослые люди, живут в обычном ритме трудовой недели: в будние дни, придя с работы, готовят, убирают, стирают и т.д. А по выходным проводят досуг.

Процесс обучения условно разделён на несколько **этапов**.

Первый этап – ориентировочный – обучающиеся знакомятся с режимом, новыми обязанностями, требованиями. На этом этапе, как правило, молодые люди очень заинтересованы, им нравится новая ситуация проживания без родителей, они с удовольствием включаются в различные виды деятельности. Поэтому дополнительная мотивация на этом этапе не требуется. Педагоги налаживают взаимоотношения в группе, включают молодых людей в различные виды бытовой деятельности, наблюдают за обучающимися и при необходимости вносят изменения в индивидуальные программы.

Второй этап – формирующий – на этом этапе работы идёт формирование умений и навыков. Педагоги оказывают только необходимую помощь обучающимся, чтобы закрепить правильное выполнение действий; учат проживающих самостоятельно без вербальной инструкции переходить от выполнения одной деятельности к другой, пользуясь визуальными опорами (расписанием). Также последовательность графических изображений (фотографии, пиктограммы, напечатанные слова) используются в качестве алгоритма при формировании новых действий (например, во время приготовления пищи или в процессе уборки), в ходе выполнения которых необходимо соблюсти определенный порядок выполнения операций и научиться работать самостоятельно, без подсказки от начала до конца.

На данном этапе часто наблюдается частичное снижение заинтересованности обучающихся в выполнении бытовых дел. Трудности вызваны неготовностью к более интенсивной нагрузке, чем в родительском доме: дела, которые за них раньше делали родители, теперь необходимо выполнять самим. Некоторые возможные пути повышения мотивации бытовой деятельности рассмотрим ниже.

На *третьем этапе* – совершенствования навыков – заметно уменьшается объем помощи со стороны сопровождающих, молодые люди максимально самостоятельно планируют и выполняют домашние дела. При активном взаимодействии специалистов и родителей происходит перенос сформированных навыков в домашние условия. Именно на данном этапе, благодаря повышению уровня самостоятельности при выполнении различных видов деятельности, изменяется самооценка обучающихся, появляется стремление самостоятельно включаться в бытовую деятельность дома, растет интерес к активной социальной жизни, возникает желание жить отдельно от родителей.

Важно отметить, что у каждого обучающегося время прохождения перечисленных этапов индивидуально.

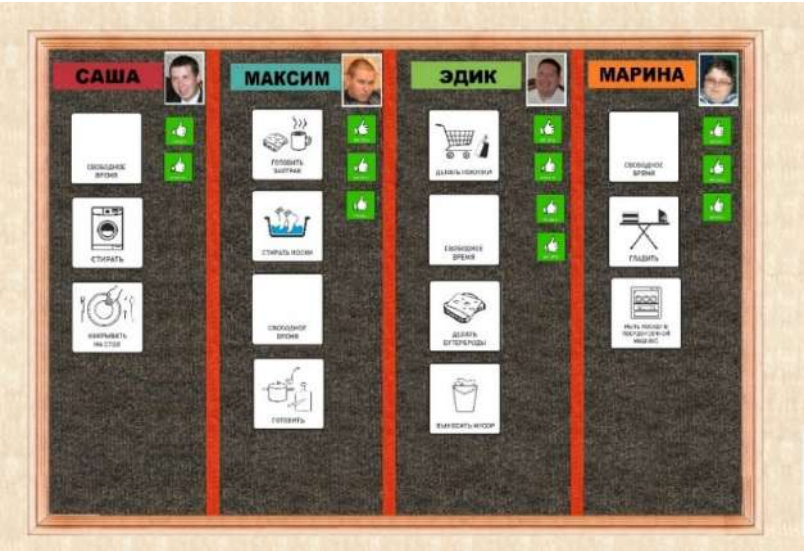
В процессе обучения используются различные ***методы и приёмы*** формирования навыков повседневной жизни.

Один из важнейших компонентов учебного проживания – ***мотивация активной деятельности.*** Как правило, первые полтора – два месяца обучающиеся с желанием учатся выполнять все запланированные дела по дому. Однако, как уже отмечалось выше, спустя какое-то время у них происходит пресыщение и интерес к работе по дому угасает.

С учетом неустойчивости интересов обучающихся, их быстрой пресыщаемости и слабости волевых процессов, необходимо осуществлять комплекс мер, направленных на поддержку мотивации активной деятельности.

В частности, важно строить обучение на основе партнерских взаимоотношений между участниками процесса обучения. Необходимо узнавать и, по возможности, учитывать мнение самого молодого человека о том, чему ему важнее всего научиться в данный период; постоянно принимать во внимание, что особенно трудно, а что дается легче. Важно не только рационально объяснять, почему все-таки необходимо научиться тому или иному делу, как бы это ни было утомительно, но выстраивать процесс обучения таким образом, чтобы овладение навыком становилось актуальным для обучающегося уже сейчас. И вместе с обучающимся эмоционально обсуждать, какие преимущества даст ему самостоятельное владение тем или иным навыком, как это будет здорово и радостно – не зависеть ни от кого в тех или иных повседневных бытовых ситуациях. Таким образом, перед сопровождающим стоит непростая задача увлечь юношу или девушку, вселить в них убежденность в необходимости и веру в возможность овладения различными бытовыми делами.

Общепризнано, что для мотивации обучения крайне важно создать ситуацию успеха. Поэтому педагоги сначала подключают обучающихся к самым легким операциям, подчеркивая, как у них все хорошо и ловко получается, как они чисто вытерли стол, как быстро нарезали салат, аккуратно едят и чисто вымыли кружку и т.д.



Однако период благоприятной исходной мотивации, когда обучающимся работа по дому в новинку, быстро проходит. Выполнение домашних дел и

обязанностей постепенно становится рутиной, и интерес к их выполнению закономерно снижается. В целях повышения мотивации используются внешние стимулы-поощрения (призы), которые обучающиеся получают по итогам недели. А для того, чтобы ежедневно отмечать достижения в домашнем хозяйстве, как элемент поощрения вводятся жетоны.

Их получает тот обучающийся, который, по своей оценке и мнению окружающих, качественно - в силу своих возможностей - выполнил заданное дело. В конце недели набравший наибольшее количество жетонов получает приз.

Другим приемом повышения мотивации является введение соревновательных элементов в выполнение домашних дел. Например, уборка превращается в соревнование, причём членами жюри становятся сами обучающиеся, которые на основе определенных критериев проверяют качество уборки друг у друга. Победитель соревнования получает приз: либо выходной (с минимумом домашней работы) день, либо значок «дежурный». Такой значок означает, что данный обучающийся является консультантом по домашним делам и по всем вопросам другие обучающиеся могут обратиться к нему.

Использование визуальных опор. На втором этапе в процессе обучения различным бытовым умениям молодым людям, в зависимости от их индивидуальных возможностей, необходим разный объем помощи и сопровождения. Так, например, при приготовлении пищи одним обучающимся требуется словесное руководство (инструкция), другим пиктографический план, третьим достаточно письменного алгоритма (рецепта)[6].

Для успешного формирования навыка необходимо соблюдать единство требований к качеству, темпу, операционной последовательности выполняемого действия. Данного правила должны придерживаться все специалисты, работающие с каждым конкретным обучающимся, а также их родители.

Прежде чем начать обучение, следует тщательно продумать схему действий, согласовать данную схему с родственниками и выбрать наиболее удобную и простую последовательность действий/операций для конкретной ситуации, представить эту последовательность визуально, проверить доступность всех необходимых материалов. Например, при умывании найти удобное место для мыла, зубной щетки, проверить, какой рукой лучше брать щетку, а какой – пасту. Эти детали, часто не имеющие большого значения для жизни обычного человека, могут оказаться критическими при обучении молодых людей с двигательными нарушениями. Кроме того, важна визуальная поддержка: надписи (или схематические рисунки), где именно и какие предметы хранятся в шкафу, на кухонных полках. Такие сигналы значительно облегчат ориентацию молодых людей в пространстве квартиры.

[6] подробнее см. разделы «приготовление пищи», «уборка».

Создание проблемных ситуаций. В ходе обучения эффективно применяются элементы метода проблемных ситуаций. Педагоги создают ситуации, стимулирующие самих обучающихся принимать решение и с максимально возможной степенью самостоятельности выполнять их.

В учебных целях обучающимся позволяется принимать неверные решения с учётом того, что они затем осознают их ошибочность (естественно, если это не несёт какой-либо угрозы для их жизни и здоровья). Такие ситуации тщательно планируются педагогами и затем анализируются вместе с обучающимися.

Анализ и самоанализ выполненной работы[7]**.**

Каждый вечер обучающиеся собираются вместе для подведения итогов прошедшего дня. При этом ребята вспоминают, какие обязанности по дому они выполняли, что получилось или не получилось, что запомнилось, понравилось или не понравилось в завершающемся дне. Изначально данный процесс вызывает у ребят значительные затруднения: они не могут оценить качество выполненной ими работы, увидеть причинно-следственные связи, выразить свое эмоциональное отношение к отдельным событиям дня. Для того чтобы помочь им, используются не только беседы, но и демонстрация видеозаписей. Это помогает обучающимся в спокойной обстановке еще раз увидеть и оценить ситуацию и, что наиболее важно, посмотреть на себя со стороны.

Ежедневный анализ прошедшего дня и совместное обсуждение с педагогами способствуют тому, что со временем молодые люди более уверенно начинают выражать свое мнение, более развернуто рассказывать о своих переживаниях и достижениях. Опыт показывает, что у обучающихся даже появляется потребность в совместном обсуждении возникшей в течение дня проблемы и они сами зачастую становятся инициаторами этого обсуждения. Одним из наглядных результатов этого стали разработанные обучающимися правила проживания в квартире**.**

Планирование своей деятельности. После обсуждения прошедшего дня молодые люди переходят к планированию дел на следующий день. Значительные трудности у молодых людей вызывает необходимость вспомнить перечень предстоящих дел и распределить их между собой. С целью решения данной проблемы совместно с обучающимися составляются «График распределения ежедневных дел» *(Приложение 12*), «График распределения еженедельных дел» *(Приложение 13).* Молодые люди быстро обучаются ориентироваться в этих графиках, что позволяет значительно повысить их активность в планировании и уменьшить объём помощи педагога. После распределения обязанностей проживающие составляют индивидуальное пиктографическое расписание дел, которые каждому предстоит выполнить в течение следующего дня.

[7] См. план-конспект планирования (*Приложение 11*)

5.5. Подведение итогов обучения

Для того чтобы отследить происходящие в развитии обучающихся изменения, педагогами ведется ежедневный дневник наблюдений, в котором отражаются действия молодых людей и дается качественная характеристика их выполнения, также отмечается эмоциональный фон и особенности поведения *(Приложение 14).*

Изменения в развитии самостоятельности обучающихся отмечаются в индивидуальных программах с помощью оценочных знаков в начале и в конце обучения (*Приложение 10).* С помощью знаков отмечается объём помощи, который необходим обучающемуся для выполнения того или иного действия:

Показатели самостоятельности обучающегося (ПС)	**Условные обозначения**
Действие выполняется обучающимся:	
- со значительной физической помощью	**пп**
- с частичной физической помощью	**п**
- по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	**и**
- подражая или по образцу действия	**о**
- самостоятельно, но не аккуратно	**с**
- самостоятельно аккуратно	**са**
- самостоятельно, но после напоминания	**сн**
- представление сформировано	*****
- представление сформировано неверно	**х**
- представление не сформировано	**хх**
- нет данных	**-**
- ранее не делал	

В конце обучения на каждого обучающегося вновь составляется характеристика, где отражаются изменения, произошедшие в течение курса учебного проживания. Кроме того, родители заполняют анкеты, где отмечают изменения, замеченные у их детей в процессе обучения, и делают свои замечания и предложения.

Молодые люди, прошедшие курс, также оценивают свои достижения, отвечая на вопросы: «Что я умею делать сам?», «В чем мне нужна помощь?», «Чему я хотел бы научиться?». Ответы записываются словами или обозначаются с помощью пиктограмм (*Приложение 15*).

Собранная и обобщенная в конце курса обучения информация является основой для рекомендаций родителям по дальнейшему развитию самостоятельности, но уже в условиях родительского дома (*Приложение 16*).

По завершении курса обучения, при необходимости, проводится дальнейшее «заочное» обучение в форме консультаций с родителями и выпускниками ОУП (это могут быть домашние визиты, консультации по телефону и др.).

5.6. **Организация сотрудничества с семьями**

Успех обучения по каждому из содержательных направлений во многом зависит от готовности родителей (законных представителей) к сотрудничеству с педагогами, так как процесс обучения не может быть ограничен рамками учебной квартиры, он должен иметь продолжение в условиях семьи. Понимая это, мы с самого начала в качестве важного условия успешного обучения самостоятельному проживанию определили активное участие родителей в процессе обучения.

Для того чтобы процесс адаптации молодых людей в условиях учебной квартиры происходил менее болезненно, на этапе предварительного знакомства педагоги узнают установки родителей относительно

самостоятельности их детей, домашние традиции в решении бытовых, социальных задач в условиях семьи. С этой целью специалисты посещают семьи, проводят индивидуальные беседы, в ходе которых получают необходимую информацию о молодых людях. В частности, выясняют, что, по мнению родителей, молодые люди могут делать сами, что ожидают родители от их пребывания в учебной квартире, какие отмечают приоритеты для развития самостоятельности их детей.

При первичном знакомстве оговариваются условия прохождения курса обучения и мероприятия, в которых предполагается обязательное участие родителей. Родителям предлагается ответить на вопросы разработанной нами анкеты (*Приложение 5*). В анкетах их просят указать перспективные области развития их детей, области, которые, по их мнению, могут быть им недоступны; какие опасения вызывает участие их сына или дочери в обучении; сообщить другие важные сведения (например, о диете, приеме лекарств и т.д.).

Очень важно выяснить позицию семьи по отношению к обучению и воспитанию их сына или дочери. Полученные данные показывают, что в большинстве семей по отношению к уже взрослым детям проявляется гиперопека. Ребенок находится на особом положении в семье, где со стороны родителей, осознанно или неосознанно, основное внимание уделяется именно ему. Преобладание гиперопеки ограничивает активность человека, что является основной трудностью, с которой столкнулся педагогический коллектив учебной квартиры. В некоторых семьях складывается отношение к детям как к полноправным членам семьи, но нуждающимся в помощи и сопровождении. Разные позиции родителей в оценке возможностей своего ребенка вызывают сложности для командной работы.

На первом родительском собрании заключается договор с родителями или законными представителями (*Приложение 6*). Договор предусматривает регулярные контакты между родителями и специалистами ОУП, осуществление единых согласованных подходов к обучению в учебной квартире и в семье. В частности, оговаривается участие родителей в составлении индивидуальной программы обучения, в контроле выполнения домашних заданий, участие в мероприятиях, организуемых специалистами ОУП.

В течение всего времени пребывания молодых людей в программе обучения с родителями проводятся индивидуальные консультации, в ходе которых родители и специалисты обмениваются информацией о выполнении программы.

Работа по индивидуальным программам предполагает активное участие родителей в процессе обучения. В домашних условиях продолжается формирование навыков по программе обучения. В конце каждой недели учащиеся получают «домашнее задание» в форме письменного или пиктографического плана тех дел, которые они осваивали в учебной квартире, для их выполнения в условиях дома. К этому плану предлагаются детальные рекомендации для родителей: что, как и в каком объеме должен выполнять их ребенок. После выполнения «домашнего задания» родители описывают, каким образом обучающийся его выполнял, с какими трудностями столкнулся, как их преодолел. Таким образом осуществляется обратная связь *(Приложение 17)*.

На ежемесячных родительских собраниях специалисты и родители информируют друг друга о ходе обучения, высказывают пожелания и предложения, обсуждают актуальные вопросы, связанные с учебным проживанием. Важной формой информирования является комментируемый просмотр видеоматериалов процесса обучения, которые готовят специалисты ОУП. Важно, чтобы родители могли увидеть детализацию формирования навыков повседневной жизни, услышать комментарии педагогов. Кроме того, в ходе собраний обсуждаются организационные вопросы, заслушиваются финансовые отчеты. По договоренности с родителями педагоги составляют ежемесячный финансовый отчет о расходовании средств, которые вносят обучающиеся на питание, коммунальные платежи и расходные материалы.

На собраниях или в ходе индивидуальных консультаций даются рекомендации по оптимизации условий жизни молодого человека в семье. Повышение уровня родительской компетенции включает в себя объяснение родителям значимости создания условий для организации самостоятельной деятельности молодых людей в семье: например, введение постоянных домашних обязанностей, необходимости принятия самостоятельных, пусть не всегда правильных, решений. Ведь развитие самостоятельности молодого человека или девушки невозможно без изменений его взаимоотношений с представителями старшего поколения в семье.

Эффективной формой консультирования родителей и обучения их педагогическим технологиям является сопровождение обучающихся педагогами в домашней обстановке. Эта форма сотрудничества применяется в тех случаях, когда перенос полученных умений затруднён из-за уже выработанных стереотипов и со стороны детей, и со стороны родителей. Иногда родителям требуется не только консультативная, но и практическая помощь по организации деятельности молодого человека в домашних условиях. Для этого один из педагогов приходит домой к обучающемуся, где помогает спланировать день и организовать бытовую деятельность в соответствии с возможностями обучающегося.

В ходе бесед с родителями было выяснено, что некоторые из них чувствуют себя подавленными, стесняются посещать общественные места со своими детьми, опасаясь реакции окружающих. Они часто

думают, что проблемы их детей неразрешимы, чувствуют себя одинокими и изолированными. Поэтому второе важное направление в работе с родителями - осуществление психологической поддержки в разрешении личностных проблем, накладывающих отрицательный отпечаток на характер семейного воспитания.

Анализ сотрудничества с родителями выявил необходимость проведения как индивидуальных консультаций с психологом, так и общих психологических тренингов, которые позволяют привлечь внимание родителей к себе, избавиться от чувства повышенной тревожности, эмоционально поддержать родителей, дать им возможность общения и обмена мнениями, помочь родителям сформировать реалистичное отношение к семейному воспитанию детей.

По окончании курса обучения родители вновь заполняют анкеты, где отмечают новообразования, замеченные у детей в ходе обучения, делятся своими мыслями и надеждами на будущее *(Приложение 5),* а также получают письменные рекомендации специалистов по дальнейшему обучению молодых людей в условиях семьи. *(Приложение 16).*

Сотрудничество с семьями не ограничивается временем пребывания обучающихся в ОУП. Для поддержания интереса к самостоятельной деятельности в домашних условиях важно, чтобы после окончания курса обучения общение с выпускниками и родителями не прекращалось. С этой целью организуются встречи, совместные мероприятия, причем инициатива исходит не только со стороны специалистов ОУП, но и родители активно предлагают различные варианты продолжения сотрудничества. Стало традицией проведение совместных праздничных мероприятий с участием выпускников ОУП и их родственников. Например, новогодние карнавалы, пикники за городом и др.

В ходе общения с родителями педагоги интересуются динамикой развития детей, дают необходимые рекомендации. Многие из родителей высказывают целесообразность повторения курса обучения, обсуждают возможные варианты будущего сопровождаемого проживания.

5.7. Сотрудничество с местным сообществом

Важную роль в жизни любого человека играют отношения с соседями, контакты с незнакомыми или малознакомыми людьми, с работниками сферы обслуживания. Способы и формы взаимоотношений между людьми формируют эмоциональный настрой и установки на продолжение или прекращение контактов, на доброжелательное или недоброжелательное отношение.

Нормализация жизни людей с инвалидностью предполагает такое включение в жизнь общества, когда они «на равных» с другими или с помощью сопровождающих решают свои жизненные задачи. Успех социальной интеграции во многом определяется уважительным отношением «здорового» большинства к согражданам с инвалидностью, в частности, принятием ситуации, когда люди с нарушениями развития живут с ними по соседству, доброжелательностью к ним, готовностью поддержать в случае необходимости. К сожалению, такое отношение к инвалидам не всегда является нормой для большинства наших сограждан. В связи с этим одной из важнейших задач учебного проживания является формирование **уважительного отношения местного сообщества к людям с инвалидностью.**

В своей работе мы руководствовались следующими правилами, соблюдение которых способствует установлению доброжелательных отношений с соседями:

- соблюдение общепринятых норм и правил социального поведения в обществе людей,

- доброжелательное, приветливое отношение к окружающим людям,
- игнорирование агрессии,
- инициация и выполнение добрых дел для всех жителей дома (посадить цветы, подмести лестничную клетку, организовать праздник двора и др.), предварительное информирование персонала обслуживающих организаций – магазин, почта, транспорт и др. об особых клиентах,
- распространение информации о сопровождаемом проживании людей с инвалидностью.

Таким образом, для эффективной подготовки молодых людей с тяжёлыми множественными нарушениями развития к самостоятельному (сопровождаемому) проживанию необходимо наличие **ряда условий:**

- группа людей с инвалидностью, желающих пройти обучение,
- подготовленные специалисты (педагоги, психологи, социальные работники),
- готовность родителей (законных представителей) обучающихся взаимодействовать в процессе обучения,
- материальная среда, доступная и приближенная к домашним условиям, режим проживания, соответствующий принципу нормализации жизни,
- реалистичная индивидуальная программа обучения,
- поэтапный процесс обучения, реализация задач с учетом индивидуальных потребностей и особенностей обучающихся,
- фиксирование и учет результатов обучения,
- активное участие семьи в процессе обучения,
- уважительное отношение представителей местного сообщества к людям с тяжелыми нарушениями развития.

ГЛАВА II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ (СОПРОВОЖДАЕМОМУ) ПРОЖИВАНИЮ И МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ТРУДНОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

1. БЫТОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1.1. Самообслуживание

Умение себя обслуживать является одним из важнейших компонентов независимости и самостоятельности в повседневной жизни человека. Процесс формирования навыков самообслуживания у взрослых людей с нарушениями развития является логическим продолжением педагогической работы, проводимой с ними в детском и подростковом возрасте. Несмотря на то, что прием пищи, действия с одеждой, гигиенические процедуры происходят каждый день, с самого раннего возраста, в силу разных причин молодые люди с нарушениями развития и к 18 годам не полностью реализуют потенциал своих возможностей. Они остаются недостаточно самостоятельны в выполнении тех или иных действий по самообслуживанию, либо делают их очень некачественно, или, столкнувшись с какой-либо трудностью, отказываются от самостоятельных попыток и ждут помощи со стороны.

Трудности в процессе самообслуживания возникают вследствие комплекса взаимосвязанных причин. Прежде всего они вызваны особенностями психофизического развития человека. В частности, нарушения общей и мелкой моторики, двигательной координации приводят к потере равновесия во время приема душа, невозможности застегнуть одежду на пуговицах, трудности в согласованной работе рук при одновременном использовании ножа и вилки и т.д. Нарушение интеллектуального развития затрудняет формирование устойчивых навыков и функции контроля при обращении с одеждой, выполнении гигиенических процедур, соблюдении последовательности действий в туалете и т.д. В значительной степени развитию самостоятельности препятствует гиперопека со стороны взрослых. В силу разных обстоятельств родители выполняют за ребенка то, что он мог бы сделать сам: мама подбирает одежду, моет и чистит зубы, накладывает в тарелку и поит из кружки, папа бреет и застегивает куртку и т.д. Конечно, взрослому здоровому человеку проще и быстрее все сделать самому, но такое обращение приводит к снижению мотивации активной жизни со стороны молодых людей и девушек с нарушениями развития.

С учетом выявленных фактически имеющихся навыков самообслуживания у обучающихся педагоги ставят задачи их дальнейшего совершенствования, формирования умений использовать имеющиеся навыки вовремя и в должном месте, обращая внимание на качество выполняемых действий. Как и в других направлениях обучения самостоятельному проживанию, в самообслуживании происходит обучение самостоятельному планированию своей деятельности, самостоятельному исполнению запланированного и оценке полученного результата.

Ниже представлено содержание обучения самообслуживанию в Отделении учебного проживания, включающее пять подразделов: прием пищи, обращение с одеждой и обувью, пользование туалетом, гигиена тела и забота о собственной безопасности. В каждом подразделе перечислены основные действия, которые обучающемуся необходимо освоить. В ходе планирования те или иные действия, с учетом индивидуальных возможностей и образовательных потребностей обучающегося, включаются в индивидуальную программу обучения. При необходимости, если освоение действия целиком невозможно для обучающегося, оно дробится на доступные для него операции, которые вносятся в ИПО. Например, действие «питьё из кружки» включает в себя операции: захват, удержание кружки, поднесение ее ко рту, наклон кружки, проглатывание жидкости, перенос кружки ото рта на стол и отпускание. В случае, когда у обучающегося имеются нарушения моторики и координации движений, каждая из перечисленных операций может стать отдельной задачей для ИПО. После содержания обучения представлена таблица с обзором наиболее часто встречающихся трудностей в процессе формирования навыков самообслуживания с рекомендациями по их преодолению.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения

Прием пищи

- моет руки перед приемом пищи
- принимает пищу аккуратно:
  - использует салфетку
  - не роняет пищу за край тарелки
- накладывает еду в тарелку:
  - кладет твердую пищу с общего блюда на свою тарелку
  - наливает жидкую пищу себе в тарелку
  - берет порции разумного размера
- ест из тарелки
- наполняет кружку:
  - наливает холодный напиток
  - наливает горячий напиток
- пьет из кружки
- использует столовые приборы:
  - ложку
  - вилку:
    - ест вилкой
    - отделяет кусочки пищи вилкой
  - нож:
    - отрезает столовым ножом кусочки еды
    - ест пищу при помощи ножа и вилки
- ест в разумном темпе
- кладет в рот кусочки подходящего размера
- жует с закрытым ртом

Обращение с одеждой и обувью

- различает свою и чужую одежду
- снимает одежду без застежек
- надевает одежду без застежек
- надевает предметы одежды на соответствующие части тела
- соблюдает последовательность одевания, раздевания
- ориентируется в одежде:
  - передняя /задняя сторона
  - лицевая/изнаночная сторона
- застегивает одежду и обувь на:
  - пуговицах
  - молниях
  - кнопках
  - шнурках
- расстегивает одежду и обувь на:
  - пуговицах
  - молниях
  - кнопках
  - шнурках
- выбирает одежду соответственно:
  - ситуации
  - событию
  - погоде

Пользование туалетом

- выражает потребность в посещении туалета
  - спускает/надевает (заправляет) одежду
- выполняет действия при пользовании туалетом:
  - поднимает крышку (сиденье)
  - оправляется в унитаз
  - использует туалетную бумагу
  - спускает воду в унитазе
  - использует ершик по необходимости
  - закрывает крышку (сиденье)
  - моет руки после оправления нужды
  - использует освежитель воздуха
- соблюдает последовательность действий при пользовании туалетом

Гигиена тела

Мытье рук

- выполняет действия при мытье рук:
  - включает/выключает воду
  - регулирует воду:
    - температуру воды
    - напор воды
  - смачивает руки
  - намыливает руки
  - ополаскивает руки
  - вытирает руки
- соблюдает последовательность действий при мытье рук

Мытье лица

- выполняет действия при мытье лица:
  - включает/выключает воду
  - регулирует воду:
    - температуру воды
    - напор воды
  - набирает воду в ладони
  - умывает лицо водой
  - вытирает лицо
- соблюдает последовательность действий при мытье лица

Чистка зубов

- выполняет действия при чистке зубов:
  - включает/выключает воду
  - регулирует воду:
    - температуру воды
    - напор воды
  - набирает воду в стаканчик
  - смачивает щетку
  - открывает тюбик с зубной пастой
  - выдавливает пасту на зубную щетку (небольшое количество)
  - чистит зубы щеткой:
    - передние зубы
    - задние зубы
    - в течение 1-2 минут

- ополаскивает рот
- моет лицо
- закрывает тюбик с зубной пастой
- моет зубную щетку

– соблюдает последовательность действий при чистке зубов

Мытье тела

– выполняет действия при мытье под душем:
  - готовит смену белья
  - включает/выключает воду
  - регулирует воду:
    - температуру воды
    - напор воды
  - определяет свои предметы гигиены
  - выбирает подходящее средство гигиены (гель для душа, мыло)
  - дозированно наносит гель для душа на мочалку
  - намыливает мочалку
  - намыливает части тела:
    - шея
    - руки
    - подмышки
    - грудь
    - живот
    - бока
    - спина
    - промежность
    - ягодицы
    - ноги
    - ступни
  - ополаскивает тело
  - вытирает полотенцем части тела:
    - шея
    - руки
    - подмышки
    - грудь
    - живот
    - бока
    - спина
    - промежность
    - ягодицы
    - ноги
    - ступни

– соблюдает последовательность намыливания и ополаскивания частей тела

– соблюдает последовательность вытирания частей тела

Уход за волосами

Мытье волос:

– выполняет действия при мытье волос:
  - выбирает средство для мытья волос (шампунь, бальзам для волос)
  - дозированно использует средство
  - наносит средство на волосы
  - намыливает волосы
  - ополаскивает волосы
  - вытирает волосы полотенцем

– соблюдает последовательность действий при мытье волос

Сушка волос феном:

– выполняет действия при сушке волос феном:
  - включает/выключает фен
  - устанавливает оптимальный режим сушки
  - направляет струю воздуха на волосы
  - укладывает волосы при помощи фена и расчески

Причесывание волос:

– расчесывает волосы по всей длине
– укладывает волосы в прическу (хвост, коса)

Бритье

– выполняет действия при **бритье лица при помощи станка:**
  - включает/выключает воду
  - регулирует воду:
    - температуру воды
    - напор воды
  - выбирает подходящее средство (пена для бритья, гель для бритья)
  - моет лицо
  - наносит на лицо средство
  - бреет части лица:
    - щеки
    - подбородок
    - верхняя губа
    - шея
  - регулярно ополаскивает лезвие под струей воды
  - моет лицо
  - вытирает лицо
  - выбирает подходящее увлажняющее средство (лосьон, крем)
  - наносит увлажняющее средство на лицо
  - моет станок
– соблюдает последовательность действий при бритье при помощи станка
– выполняет действия при **бритье лица при помощи электробритвы:**
  - включает/выключает электробритву
  - бреет части лица:
    - щеки
    - подбородок
    - верхняя губа
    - шея
  - моет лицо
  - вытирает лицо
  - выбирает подходящее увлажняющее средство (лосьон, крем)
  - наносит увлажняющее средство на лицо
  - чистит бритву
– соблюдает последовательность действий при бритье при помощи электробритвы

Чистка носовой полости

– сморкается в носовой платок

Уход за ногтями

– выполняет действия при уходе за ногтями:

- подстригает ногти (ножницами, щипчиками)
- подпиливает ногти
- чистит ногти
- покрывает ногти лаком
- удаляет лак с ногтей специальным средством
- увлажняет кутикулу

Использование женских гигиенических средств

- выполняет действия при использовании прокладки:
  - достает прокладку из упаковки
  - разворачивает прокладку
  - снимает клейкую ленту с центральной части
  - закрепляет прокладку на нижнем белье
  - снимает клейкую ленту с «крылышек» прокладки
  - закрепляет «крылышки» прокладки на нижнем белье
  - выбрасывает использованную прокладку в урну
- соблюдает последовательность действий при использовании прокладки
- своевременно меняет прокладку
- соблюдает правила утилизации прокладки:
  - заворачивает в туалетную бумагу (в гигиенический пакет)
  - выбрасывает только в урну

Использование косметических средств

Использование дезодоранта:

- наносит дезодорант на кожу подмышек (шариковый, с распылителем, гелевый)
- регулярно использует дезодорант

Использование крема для рук (лица):

- выполняет действия при использовании крема:
  - открывает/закрывает тюбик с кремом
  - выдавливает крем на руку
  - распределяет крем по всей поверхности рук (лица)
- соблюдает последовательность действий при использовании крема
- регулярно использует крем

Использование духов, туалетной воды:

- наносит духи (туалетную воду)
- дозированно использует духи (туалетную воду)

Использование декоративной косметики:

- делает макияж
- снимает макияж
- использует гигиеническую помаду

Забота о собственной безопасности

Забота о здоровье

- соблюдает режим сна и бодрствования:
  - ложится спать в установленное время
  - просыпается в установленное время
  - поддерживает активность в течение дня
- соблюдает питьевой режим
- соблюдает режим питания

- контролирует / избегает вредных привычек
- знает приемы первой медицинской помощи
  - знает местонахождение аптечки
  - обрабатывает небольшой порез
  - обрабатывает небольшой ожог
- контролирует отдельные показатели своего здоровья:
  - измеряет артериальное давление
  - измеряет температуру
  - измеряет уровень глюкозы в крови
  - взвешивается
- контролирует свой менструальный цикл
- сообщает о плохом самочувствии
- обращается за медицинской помощью в случае необходимости
- своевременно принимает медикаменты
- знает телефоны экстренных служб

<u>Безопасное передвижение</u>

- смотрит перед собой во время ходьбы, езды на коляске
- обходит, объезжает препятствия
- ходит, ездит с подходящей для ситуации скоростью
- перемещается по тротуару, дорожке
- перешагивает через поребрик
- поднимается/спускается на ступени/бордюры
- съезжает/заезжает по пандусу
- останавливается перед проезжей частью
- при подъёме/спуске по лестнице держится за перила, поручень

<u>Безопасность в быту</u>

- соблюдает правила безопасности в быту:
  - осторожно использует острые предметы
  - осторожно обращается со средствами бытовой химии
  - осторожно обращается с горячими поверхностями и кипящими жидкостями
  - осторожно обращается с открытым огнем
  - соблюдает осторожность при пользовании газовой плитой
  - осторожно обращается с электрическими бытовыми приборами
  - осторожно передвигается по мокрому полу
  - осторожно подходит к открытым окнам
  - осторожно обращается с системой водоснабжения
  - с осторожностью принимает ванну
  - не ест испорченную, просроченную пищу
  - сообщает о появлении дыма
  - сообщает о запахе газа
  - распознает опасные ситуации
  - обращается за помощью в случае опасной ситуации
- соблюдает правила при работе с электроприборами:
  - ставит электроприборы только на сухую поверхность
  - вставляет вилку в розетку сухими руками
  - не оставляет без присмотра включенные газ и электроприборы
  - отключает электроприборы от сети после использования
  - при отключении электроприборов от сети тянет за штепсельную вилку, а не за шнур

Безопасность личного пространства

- держит входную дверь запертой
- проверяет, кто стоит за дверью прежде чем открыть (не открывать дверь посторонним людям)
- закрывает шторы на окнах
- осторожно вступает в контакт с посторонними людьми
- соблюдает правила безопасного сексуального поведения
- знает, как реагировать в случае опасности сексуализированного насилия
- соблюдает телесные границы:
  - свои границы
  - границы других людей
- понимает неприкосновенность интимных частей тела

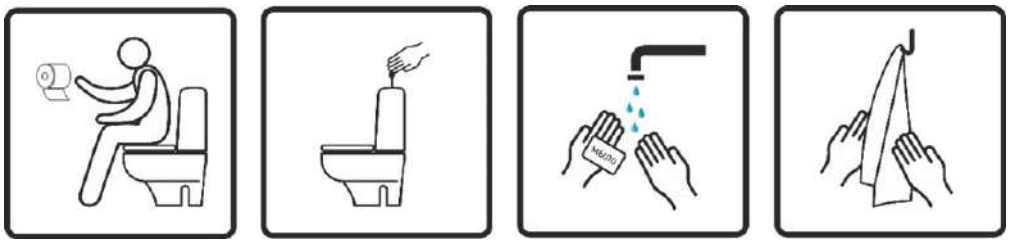
Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих в процессе формирования навыков самообслуживания

Содержание обучения (ожидаемые результаты	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Прием пищи		
Моет руки перед приемом пищи.	Забывает мыть руки перед едой.	Использование визуальной опоры.
Накладывает пищу в тарелку.	В процессе накладывания роняет пищу мимо тарелки.	• Использование удобных столовых приборов (большие ложки с утолщенной ручкой, щипцы и т.д.). • Использование ограничителей края на тарелке. • Маркировка края тарелки. • Использование больших по размеру тарелок.
	Не может определить, сколько нужно положить еды на тарелку: накладывает слишком большие или слишком маленькие порции.	Введение правила «Для начала кладём в тарелку не более 3 – 4 ложек пищи, потом можно положить добавки» и т.д.
Ест в разумном темпе.	Торопливо ест, проглатывает непережеванную пищу.	• Накладывание небольших порций с постоянным контролем процесса жевания. • Использование столовых приборов меньшего размера (например, вместо столовой ложки использование десертной ложки). • Использование таймера как визуального ориентира времени приема пищи.

	Растягивает прием пищи на длительное время.	• Введение определенного периода времени для приема пищи. • Использование таймера как визуального ориентира времени приема пищи.
Ест аккуратно.	Вываливает пищу за край тарелки.	Использование ограничителей на тарелке или тарелки с высокими краями.
	Не использует салфетку при необходимости.	• Использование визуальной подсказки. • Использование настольного зеркала.
Наполняет кружку.	Боится горячего чайника.	• Использование прихваток. • Использование чайника с ненагревающейся поверхностью.
	Не может ровно удерживать чайник, поэтому проливает воду мимо кружки.	• Наливание в чайник небольшого количества воды. • Использование термопота.
	Наливает слишком много напитка.	Маркировка кружки (полоска, до которой следует наполнять).
Пьёт из кружки.	Испытывает трудности при удержании кружки в руках.	Использование облегченной (пластиковой) посуды, кружек с более широкой ручкой или с двумя ручками.
	Испытывает трудности при глотании (может проглотить только небольшую порцию жидкости).	Использование соломинки для питья, кружки с поильником и др.
Использует столовые приборы (ложка, вилка, нож).	Испытывает трудности при удержании ложки/вилки в руках и донесении её до рта.	Использование насадок на ручки столовых приборов, приборов с изогнутой рукояткой, липучкой и т.д.
	Не пользуется ножом во время приема пищи.	Напоминание, образец, помощь и тренировка.

Одевание, раздевание		
Различает свою и чужую одежду.	Путает свою и чужую одежду.	• Одежда каждого обучающегося помечается меткой, например, стежком нитки определенного цвета. • Каждый обучающийся стирает свою одежду отдельно от чужих вещей. • Составление «фото-каталога вещей» обучающегося.
Ориентируется в одежде (передняя и задняя, лицевая и изнаночная сторона).	Не обращает внимание на правильность одевания той или иной одежды.	• Использование зеркала для контроля своего внешнего вида. • Определение четких критериев аккуратного внешнего вида (шапка одета ровно, швом назад, куртка ровно застегнута и т.д.).
	Не может определить переднюю и заднюю, лицевую и изнаночную сторону.	Использование ориентиров (на передней стороне – принт, вырез воротника, шнуровка, молния; на задней части и на изнаночной стороне – ярлычок).
Соблюдает последовательности одевания, раздевания.	Не соблюдает последовательность одевания, раздевания (например, сначала надевает футболку и джемпер, затем колготки).	• Выкладывание одежды в нужной последовательности. • Визуальная опора в виде ряда картинок, изображающих последовательность выполнения действий с одеждой. • Предварительное проговаривание порядка одевания.
Застегивает и расстегивает одежду и обувь.	Испытывает трудности в застегивании / расстегивании одежды.	• Использование специальных тренажеров. • Тренировка на своей одежде (не надевая её).
	Не может застегивать/ расстегивать одежду на пуговицах, молниях, шнурках.	Подбор одежды с удобной застежкой (вместо пуговиц – липучки, вместо брюк с молнией – брюки на резинке и т.п.).
Подбирает одежду соответственно (ситуации, событию, погоде).	Не видит необходимости менять одежду (рабочую на домашнюю, домашнюю на одежду для сна).	Включение данного пункта в ежедневную деятельность.
	Не выбирает одежду соответственно ситуации, событию, погоде.	• Надевание заранее приготовленной одежды. • Проигрывание различных ситуаций и обсуждение подходящей одежды. • Составление фото-каталога одежды с разными разделами (праздничная, домашняя и т.д.).
Регулярно меняет одежду.	Не видит необходимости в смене одежды.	

	Носит одну и ту же (любимую) одежду, отказывается её менять.	• Включение в план дня проверку одежды на чистоту и приготовление смены комплекта одежды на следующий день. • Определение четких критериев чистоты одежды (отсутствие пятен, запаха пота). • Обязательная смена повседневной одежды в день стирки (индивидуально, 1-3 раза в неделю). • Создание отдельных комплектов одежды на каждый день недели (одинаковых или похожих).
Пользование туалетом		
Посещает туалет при необходимости.	Не посещает туалет без напоминания.	• Составление индивидуального графика посещения туалета и включение его в ежедневную последовательность дел. • Использование напоминания в мобильном телефоне.
Сообщает о своих потребностях социально приемлемым способом.	Не может привлечь внимание сопровождающего, находящегося в другом помещении, или делает это социально неприемлемым способом (крик, повышение голоса) при выражении просьбы о помощи (вынести горшок, вытереть попу, поменять памперс и т.д.).	Использование кнопки-вызова (например, беспроводной звонок).
Соблюдает правила пользования туалетом.	Забывает поднять крышку, сиденье унитаза.	Использование сиденья и крышки контрастного цвета.
	Использует очень большое количество туалетной бумаги.	• Маркировка туалетной бумаги по перфорации. • Нарезать туалетную бумагу на полоски достаточной длины. • Использовать листовую туалетную бумагу.
	Испытывает трудности при использовании туалетной бумаги.	• Заменить обычную туалетную бумагу на: влажную бумагу, бумажные полотенца, специальные гигиенические «карманы», в которые можно вставить руку. • Использование унитаза с функцией биде. • В некоторых случаях целесообразно приучать подмываться после посещения туалета.

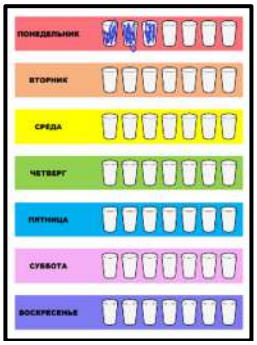
	Не соблюдает последовательность действий в туалете.	Использование графических изображений.
 		
	Неаккуратен в процессе оправления в унитаз.	• Использование удобной позы (например, юношам ходить в туалет сидя). • Использование технических приспособлений для удобства (ручки, опоры, поручни и т.д.).
	Не может нажать на клавишу пульверизатора обычного освежителя воздуха.	• Использование освежителя воздуха с более широкой клавишей, удобной для нажатия ладонью. • Использование освежителей с автоматическим распылением.
Гигиена тела		
Моет руки.	Не соблюдает последовательность действий при мытье рук.	Использование графических изображений.
	Испытывает трудности при открывании крана.	Установка смесителя с рычагом.

	Испытывает трудности при регулировке температуры воды (путает краны с холодной и горячей водой, бесконтрольно крутит вентиль крана).	• Дополнительная маркировка кранов. • Использование смесителя с рычагом вместо вентилей. • Использование смесителя с термостатом.
	Испытывает трудности при использовании мыла.	Использование жидкого мыла с дозатором.
Чистит зубы.	Нерегулярно чистит зубы.	Использование памятки «ежедневные утренние дела» и т.д. *(Приложение 18).*
	Из-за нарушений моторики рук испытывает затруднения при выполнении большинства операций по чистке зубов.	Подбор приспособлений: зубные щетки с толстой ручкой или насадкой, электрическая щетка, тюбик с зубной пастой без винтовой крышки, а с откидным верхом и т.д.
	Использует очень большое количество зубной пасты.	• Использование зубного порошка (намочить щетку, обмакнуть в порошок 1 раз). • Использование автоматического дозатора зубной пасты.

	Чистит зубы очень быстро.	Использование таймера для установки интервала чистки зубов.
Очищает носовую полость.	Вытирает нос рукой, рукавом и т.д.	Постоянное ношение носового платка, бумажных платков и напоминание, помощь.
Моется под душем.	Не желает принимать душ.	• Подбор визуально привлекательных и удобных аксессуаров (губки, варежки, мочалки с двумя ручками, моющие средства с дозаторами). • Включение мытья под душем в план дня.Место для принятия душа должно быть максимально безопасным и удобным для использования (оборудовано поручнями, сидением, резиновым ковриком на дне ванной и на полу, удобные вентили смесителя и т.п.).

	Моет только отдельные части тела.	Соблюдение определенной последовательности намыливания, ополаскивания и вытирания полотенцем тела *(Приложение 19).*
	Испытывает затруднения при намыливании частей тела.	Подбор приспособлений в соответствии с возможностями человека (мочалка с удобным хватом, на длинной ручке и т.д.).
Использует по назначению предметы и средства гигиены.	Забывает назначение тех или иных средств.	Использование напоминающих графических изображений на каждом из флаконов.
	Путает сходные внешне ёмкости с гигиеническими средствами.	
	Использует для личной гигиены средства, принадлежащие другим людям.	Маркировка самих средств гигиены и мест их хранения.
Использует женские гигиенические средства.	Забывает о необходимости регулярной смены прокладки.	• Использование таймера на мобильном телефоне (прозвенел – необходимо поменять прокладку). • Введение правила: смена прокладки при каждом посещении туалета (использование визуальной подсказки).
	Испытывает затруднения при закреплении прокладки на белье.	• Тренировка навыка. • Смена трусов с заранее прикрепленной прокладкой при каждом посещении туалета.

	Не соблюдает правила утилизации прокладки.	• Использование гигиенических пакетов для утилизации прокладки. • Использование визуальных подсказок. • Использование последовательности смены прокладки.
	Забывает последовательность смены прокладки.	
Бреется.	Не видит необходимости в бритье.	Включение бритья в план еженедельных дел.
	Не контролирует качество бритья.	Контроль качества бритья тактильно и визуально.
Пользуется косметическими средствами.	Употребляет чрезмерное количество косметических средств.	• Тренировка в использовании различных косметических средств. Например, введение в план недели «Дня красоты» или проведение его перед некоторыми досуговыми мероприятиями. • Определение нормы распыления (одно нажатие на распылитель) косметических средств. • Подбор косметических средств без резкого запаха.
	Забывает использовать косметические средства.	Включение использования косметических средств в последовательность выполнения гигиенических процедур.
Ухаживает за ногтями.	Не видит необходимости в подстригании и чистке ногтей.	• Включение в последовательность выполнения гигиенических процедур. • Проведение «Дня красоты».
	Боится ножниц.	Вместо ножниц использовать щипчики, пилочку для ногтей.
Ухаживает за волосами.	Не видит необходимости в мытье волос.	• Включение мытья волос в еженедельный план дел. • Подбор привлекательного шампуня.
	Не удерживает расчёску или держит её неправильно.	Подбор удобных расчесок (щетки, гребешки с различными по толщине ручками)

	Не видит необходимости в ежедневном причесывании.	• Контроль за своим внешним видом с использованием зеркала. • Выбор и приобретение украшений (резинок, заколочек) и/или привлекательных косметических средств (пенка для укладки, лак для волос). • Использование памятки «ежедневные утренние дела» (Приложение 17) и т.д.
Контролирует свой внешний вид.	Не контролирует внешний вид в зеркале.	Использование зеркала для контроля своего внешнего вида – например, подсказка (картинка на двери) перед выходом «Посмотри в зеркало».
Устраняет недостатки внешнего вида.	Не обращает внимание на недостатки своего внешнего вида (грязное лицо, испачканная одежда).	Определение четких критериев аккуратного внешнего вида (чистое лицо, аккуратная прическа и т.д.).
Забота о собственной безопасности		
Соблюдает режим сна и бодрствования.	Не ложится спать в установленное время.	Введение правил «Отбой в 22.00».
	Не просыпается в установленное время.	• Обозначение времени подъема в распорядке дня. • Использование будильников (в том числе на мобильном телефоне).
	Мало двигается в течение дня.	Включение физической активности и прогулок в график ежедневных дел.
Соблюдает питьевой режим.	Без инструкции в течение дня (вне приемов пищи) не пьёт.	• В свободном доступе вода и удобная для наливания воды посуда. • Внесение этого пункта в распорядок дня. • Использование напоминаний на фитнес браслетах и мобильных телефонах. • Использование визуальных напоминаний. 

Соблюдает режим питания.	Ест только тогда, когда ему предлагают. Сам не проявляет инициативы приема пищи.	• Составление расписания дня, в котором отражено время приема пищи (завтрак, обед, ужин, чаепитие). • Стимуляция самостоятельных действий (обращения к расписанию и организации приема пищи).
	Не может ограничить себя в еде: накладывает большую порцию, требует добавку, съедает всю еду из холодильника (в т.ч. ночью).	• Порционное приготовление пищи. • Отведение в холодильнике специальной полки, с которой можно брать еду в любое время, а с остальных - только для приготовления общих блюд. • Введение правила «ночью есть нельзя».
Знает приемы первой медицинской помощи.	Не знает местонахождение аптечки.	Использование визуальной опоры.
	Не может обработать небольшой порез или ожог.	Использование графических изображений.
Своевременно принимает медикаменты.	Забывает принимать ежедневные медикаменты.	• Использование недельных органайзеров для таблеток. • Использование бланков контроля приема медикаментов. • Использование напоминаний на мобильных телефонах.
Соблюдает правила безопасности в быту.	Не соблюдают правила безопасности.	• Перед началом выполнения любой деятельности обсуждаются правила безопасности. • Использование визуальных напоминаний.

Важно!

В связи с тем, что все гигиенические процедуры — это достаточно интимный процесс, наша задача - создать для их выполнения максимально комфортную обстановку.

Нет необходимости в постоянном присутствии сопровождающего, но молодой человек или девушка должны иметь возможность в любой момент попросить о помощи. В туалетной комнате, например, рядом с унитазом помещается кнопка вызова (или другое техническое средство для коммуникации), чтобы в нужный момент позвать на помощь, не используя крик.

Для некоторых обучающихся очень важно, чтобы помощь ему оказывал сопровождающий того же пола. Другие, наоборот, не осознают интимности этого процесса, могут выходить из ванны раздетыми, раздеваться стоя перед открытым окном и т.п. В таком случае следует закреплять правильные образцы поведения (раздеваться перед приемом душа только в ванной комнате, задергивать шторы вечером и т.д.). Тех же правил необходимо придерживаться при уходе за людьми с тяжелыми двигательными нарушениями: недопустимо переодевать их или менять памперс в присутствии других людей.

Обучение и обсуждение трудностей по всем вопросам, связанным с личной гигиеной, должно проходить в строго индивидуальной обстановке.

1.2. Уборка помещений

Поддержание чистоты в помещении – необходимое условие безопасного и комфортного проживания. Благодаря освоению обучающимися доступных действий уборки помещения реализуется возможность посильного участия людей с ментальной инвалидностью в ведении домашнего хозяйства, формируется потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами, развивается самостоятельность молодых людей.

Обучение уборке помещения включает в себя освоение следующих видов деятельности: подметание пола, вытирание пыли, уборка пылесосом, влажная уборка пола, мытье зеркал и окон, чистка сантехники, вынос мусора, уход за холодильником.

Каждый из видов деятельности предполагает выполнение действий, которые обучающимся необходимо освоить по отдельности и в комплексе. Это:

1) оценка потребности в уборке;
2) подготовка пространства для выполнения работы;
3) подготовка необходимых инструментов и материалов;
4) выполнение действий по уборке;
5) оценка качества уборки;
6) размещение использованных при уборке инструментов в места хранения;
7) расстановка перемещенных предметов на свои места.

В связи с этим основными **задачами** обучения уборке помещения являются:

- формирование умения определять необходимость в уборке;
- формирование умений обращаться с необходимыми для уборки инвентарем и средствами;
- формирование навыков организации и выполнения уборочных работ.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения

- определяет необходимость уборки
- определяет необходимый вид уборки
- подготавливает пространство для уборки
- подготавливает необходимые инструменты и средства для уборки
- соблюдает последовательность действий при уборке
- оценивает качество уборки
- размещает использованные при уборке инструменты и средства в места хранения
- расставляет перемещенные предметы на свои места

Подметание пола

- выполняет действия при подметании пола:
  - определяет необходимость подметания пола (подметает, если что-то рассыпал / уронил)
  - подметает пол
  - сметает мусор в определенное место
  - заметает мусор на совок
  - высыпает мусор в урну
- соблюдает последовательность действий при подметании пола
- соблюдает направление движения при подметании

Вытирание пыли

- выполняет действия при вытирании пыли:
  - освобождает поверхность (убирает все предметы со стола, тумбочки)
  - выбирает средство для протирания мебели
  - выбирает необходимые инструменты (тряпочка, салфетка)
  - дозированно наносит средство
  - смачивает тряпочку
  - отжимает тряпочку
  - вытирает всю поверхность
  - расставляет вещи по местам
  - ополаскивает тряпочку
  - вывешивает тряпку для просушивания
  - убирает средство в место хранения
- соблюдает последовательность действий

Уборка пылесосом

- собирает / разбирает детали пылесоса
- выполняет действия при уборке пылесосом:
  - включает \ выключает пылесос
  - пылесосит пол (ковер)
  - регулирует мощность
- соблюдает последовательность действий при уборке пылесосом
- соблюдает направление движения
- чистит пылесос:
  - открывает/закрывает отсек
  - вынимает заполненный контейнер (мешок)
  - вытряхивает мусор из контейнера (выбрасывает заполненный мешок)
  - моет и просушивает контейнер
  - вставляет контейнер (мешок) в отсек

Влажная уборка пола

- выполняет действия при влажной уборке пола:

    - выбирает инвентарь для мытья пола (швабра, таз, ведро, тряпка, насадка на швабру)
    - выбирает средство для мытья пола
    - наполняет емкость для мытья пола (ведро, таз) водой
    - определяет необходимое количество воды
    - определяет необходимое количество моющего средства
    - ополаскивает тряпку
    - отжимает тряпку руками
    - отжимает насадку швабры (при помощи рычага, поворотом, в сито)
    - надевает тряпку на швабру
    - фиксирует насадку на швабру
    - моет пол:
        - руками
        - при помощи швабры и тряпки
        - при помощи швабры с насадкой
  - соблюдает направление движения
  - определяет необходимость ополаскивания тряпки (насадки)
  - определяет необходимость замены воды
  - сливает грязную воду в указанное место
  - просушивает мокрую тряпку (насадку)

Мытье зеркал, окон

  - выполняет действия при мытье зеркал (окон):
    - выбирает инвентарь для мытья стекол (стекломой, тряпка, бумажное полотенце, салфетка, газета)
    - выбирает средство для мытья стекол (вода, специальное средство)
    - наносит моющее средство на стекло (с помощью распылителя)
    - наполняет емкость для мытья водой
    - определяет необходимое количество воды
    - определяет необходимое количество моющего средства
    - смачивает тряпку
    - отжимает тряпку
    - протирает стекло влажной тряпкой
    - наносит на стекло средство при помощи распылителя
    - удаляет загрязнения стекломоем
    - протирает стекло сухой тряпкой (салфеткой, бумажным полотенцем, газетой)
  - соблюдает последовательность действий при мытье зеркал (окон)
  - моет подоконник

Чистка сантехники

  - выполняет действия при чистке сантехники:
    - выбирает инвентарь для чистки сантехники (щетка, тряпка, губка)
    - выбирает моющее средство для чистки сантехники
    - определяет необходимое количество моющего средства
    - наносит моющее средство
    - чистит сантехнику:
        - раковина
        - унитаз
        - ванна
        - смеситель
    - смывает моющее средство
  - соблюдает последовательность действий при чистке сантехники
  - использует перчатки при чистке сантехники

Вынос мусора

- сортирует мусор
- выполняет действия при выносе мусора:
  - определяет необходимость выноса мусора
  - извлекает переполненный мусорный мешок из урны
  - завязывает мешок с мусором
  - выносит мусор в специально отведенное место (мусоропровод, мусорный контейнер)
  - выбрасывает мешок с мусором
  - отрывает мешок для мусора от рулона
  - расправляет мешок для мусора
  - помещает мешок для мусора в урну
- соблюдает последовательность действий при выносе мусора

Уход за холодильником

- размораживает холодильник:
  - по графику
  - по необходимости
- моет холодильник

Методические рекомендации по преодолению типичных трудностей, возникающих при обучении различным видам уборки

Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Определяет необходимость уборки.	Не замечает загрязнений, не испытывает потребности в уборке помещения.	• Обозначение критериев чистоты комнаты (вещи лежат на своих местах, покрывала аккуратно застелены и т.д.). • Использование графика уборки комнат, сантехники и т. д. (*Приложения 12,13).*
Соблюдает последовательность операций при уборке.	Путается в последовательности операций, пропускает отдельные операции. Например, сначала моет пол, а затем вытирает пыль и моет зеркало.	• Использование графического или письменного алгоритма *(Приложения 20, 21, 22, 23, 24, 25).* • Проговаривание последовательности перед началом уборки.
Выбирает инвентарь для уборки.	Не может выбрать специальный инвентарь (например, может протирать унитаз и раковину одной и той же тряпкой).	• Пространственное разделение инвентаря. Например, возле унитаза находится губка для его чистки. • Маркировка инвентаря и его хранение в контейнерах с этикетками.

Выбирает чистящие средства.	Не может выбрать нужное средство.	• Пространственное разделение чистящих средств (например, около унитаза располагаются средства для его чистки и т.п.). • Использование картинок, обозначающих назначение данного чистящего средства.
Определяет нужное количество моющего или чистящего средства.	Использует при уборке слишком большое или недостаточное количество моющего средства.	• Использование мерных стаканчиков и дозаторов. • Указание в последовательности уборки необходимого количества моющего средства.
Соблюдает направление движения при уборке.	При уборке хаотично двигается, пропуская загрязненные участки (например, моет пол вокруг себя).	• Проговаривание движений (например, при мытье пола шваброй: «Раз, два, три - шаг назад»). • Использование ориентиров, указывающих направление уборки (например, стрелки на полу, на схеме и др.).
Убирает инвентарь и чистящие средства в места хранения.	Забывает убрать инвентарь после уборки.	• Включение в последовательность уборки пункта, обозначающего уборку инвентаря.

Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих при выполнении отдельных видов уборки

Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Подметание пола		
Заметает мусор на совок.	Заметает мусор мимо совка: - не видит край совка, - не может рассчитать силу движения, в результате чего мусор разлетается по помещению и не попадает на совок.	• Выделение края совка цветом (скотч). • Подбор инвентаря для подметания с учетом индивидуальных особенностей моторики.

Вытирание пыли		
Вытирает всю поверхность.	Вытирает пыль не на всей поверхности.	Формирование навыка начинаем с вытирания маленьких поверхностей (например, тумбочка) • Нанесение средств для вытирания пыли в середину и на края вытираемой поверхности (чтобы было видно, где надо вытереть поверхность). • Тренировка движения руки «от края до края» на небольших поверхностях.
Уборка пылесосом		
Собирает/разбирает детали пылесоса.	Не может правильно собрать детали пылесоса.	Составление схемы сборки в зависимости от модели пылесоса, маркировка деталей.
Включает \ выключает пылесос.	Путает кнопки включения пылесоса и сматывания электропровода.	Маркировка кнопки включения пылесоса.
Чистит пылесос.	Забывает чистить пылесос.	Включение этого пункта в последовательность уборки.
Влажная уборка пола		
Отжимает тряпку руками.	Не может мыть пол руками, не может отжать тряпку.	Индивидуальный подбор инвентаря (веревочная швабра и ведро с сеткой для отжима, швабра с ручкой механического отжима).
Определяет необходимое количество воды.	Набирает в емкость слишком мало либо слишком много воды.	Использование разметки на внутренней поверхности емкости.
Мытье зеркал, окон		
Наносит моющее средство на стекло.	Неравномерно наносит чистящее средство.	• Обучение пользованию аэрозольными средствами (нажимать на распылитель точечно: по одному разу вверху, в середине и

		внизу зеркала). • Нанесение чистящего средства на салфетку. • Использование специальных салфеток для чистки зеркал (с пропиткой).
Протирает стекло.	Протирает только часть поверхности.	• Нанесение чистящего средства в середину и на края зеркала (чтобы было видно, где надо вытереть). • Тренировка движения «от края до края» на небольших поверхностях.
Вынос мусора		
Сортирует мусор.	Затрудняется в сортировке мусора	Размещение на крышках мусорных контейнеров пиктограмм (бумага, пищевые отходы).
Выбрасывает мешок с мусором.	Не соблюдает чистоту при выбрасывании мусорного пакета в мусоропровод.	• Тренировка и напоминание правил. • Использование мусорных мешков с завязками.
Отрывает мешок для мусора от рулона.	Испытывает трудности при отрывании нового пакета от рулона по линии перфорации.	• Выделение контрастным цветом линии перфорации. • Использование штучных мусорных пакетов, которые не соединены в рулон.
Расправляет мешок для мусора, помещает мешок для мусора в урну.	Не может расправить пакет и правильно поместить его в ведро	Использование больших по объему мусорных пакетов.
	Не может зафиксировать края мешка на краях ведра.	Использование мешков с затяжкой или с ручками.

1.3. Уход за вещами

Обучение людей с нарушениями развития уходу за вещами, аккуратности является важной задачей, от решения которой в определенной степени зависит успех социальной интеграции лиц с ментальной инвалидностью. Аккуратная внешность придает уверенность в себе и вызывает доверие у окружающих. Это помогает преодолеть барьеры в общении с окружающими людьми, способствует формированию уважительного отношения общества к людям с инвалидностью. Зачастую потребность в аккуратном обращении с одеждой у обучающихся не сформирована, так как уход за вещами обычно выполняется их родителями.

Обучение уходу за вещами включает в себя освоение следующих видов деятельности: уход за обувью, чистка одежды, хранение одежды, ручная стирка, машинная стирка, утюжка. Каждый из видов деятельности предполагает выполнение действий, которые обучающимся необходимо освоить по отдельности и в комплексе.

Это:

1) определение необходимости устранения недостатков внешнего вида одежды и обуви,
2) подготовка пространства для выполнения работы,
3) подготовка необходимых инструментов и материалов,
4) выполнение действий ухода за вещами,
5) оценка качества ухода за вещами,
6) размещение использованных инструментов в места хранения.

В процессе обучения уходу за вещами решаются следующие задачи:

- развитие способности замечать недостатки внешнего вида своей одежды и обуви;
- воспитание бережного отношения к вещам;
- формирование умений обращаться с оборудованием, необходимым для поддержания чистоты вещей: стиральная машина, гладильная доска, утюг и др.;
- формирование умений по уходу за вещами;
- формирование потребности в поддержании опрятного и аккуратного внешнего вида.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения уходу за вещами:

Стирка белья

<u>Ручная стирка белья</u>

– выполняет действия при ручной стирке белья:
  - определяет необходимость стирки
  - выбирает емкость (таз) подходящего размера для ручной стирки
  - выбирает средство для ручной стирки (мыло, стиральный порошок, гель для стирки)
  - определяет температуру воды
  - определяет подходящее количество воды
  - дозированно использует моющее средство
  - замачивает белье
  - определяет время замачивания белья
  - намыливает белье

    - застирывает белье
    - ополаскивает белье
    - отжимает белье
    - встряхивает белье перед вывешиванием на просушку
    - вывешивает белье на просушку
    - закрепляет белье прищепками
- соблюдает последовательность действий при ручной стирке белья

Машинная стирка белья

- выполняет действия при машинной стирке белья:
    - определяет необходимость стирки:
        - по количеству грязного белья
        - по наличию загрязнений
        - по отсутствию чистого белья
    - сортирует белье:
        - по цвету: (цветное, светлое, тёмное)
        - по виду ткани (шерсть, синтетика, хлопок, деликатные ткани)
    - открывает / закрывает дверцу люка стиральной машины
    - закладывает / вытаскивает белье из машины
    - использует мешок для стирки
    - выбирает программу стирки в соответствии с видом белья
    - устанавливает регулятор машины на определенную программу
    - устанавливает температурный режим
    - устанавливает силу отжима
    - выбирает моющее средство (стиральный порошок, гель для стирки, капсулы, кондиционер)
    - открывает / закрывает отсек для моющих средств
    - определяет необходимое количество моющего средства
    - заправляет моющее средство в соответствующий отсек
    - включает / выключает стиральную машину
    - встряхивает белье перед вывешиванием на просушку
    - вывешивает белье на просушку
    - закрепляет белье прищепками
- соблюдает последовательность действий при машинной стирке белья

Утюжка белья

- выполняет действия при утюжке белья:
    - определяет необходимость утюжки белья
    - устанавливает гладильную доску
    - заливает/сливает воду в отсек утюга
    - включает / выключает утюг
    - выбирает температурный режим, подходящий к типу ткани
    - определяет готовность утюга к работе
    - раскладывает белье на гладильной доске
    - смачивает белье водой (используя клавишу на утюге)
    - утюжит белье:
        - прямое небольшое белье (носовые платки, полотенца, наволочки)
        - прямое большое белье (постельное белье)
        - фигурное простое белье (брюки, футболки)
        - фигурное сложное белье (рубашки, платья с рюшами)
    - проглаживает края
    - разглаживает складки на белье
    - сортирует и убирает белье в места хранения
- соблюдает последовательность действий при утюжке белья

Чистка одежды

- выбирает приспособление для чистки одежды (щетка, липкий ролик)
- чистит загрязненную поверхность одежды
- стряхивает загрязнения с одежды

Хранение одежды и белья

- определяет лицевую и изнаночную сторону одежды
- выворачивает одежду на лицевую сторону
- складывает:
  - полотенца
  - постельное белье
  - брюки
  - футболку
  - свитер
  - рубашку
- вывешивает одежду на:
  - спинку стула
  - крючок
  - плечики
- складывает чистую одежду на полку в шкафу
- хранит раздельно чистую и ношеную одежду (шкаф, корзина для белья, стул)

Уход за обувью

- выполняет действия по уходу за обувью:
  - определяет необходимость мытья и чистки обуви
  - выбирает средства по уходу за обувью в соответствии с материалом (крем, спрей)
  - выбирает инвентарь по уходу за обувью в соответствии с материалом (щетка, губка, тряпочка, таз, салфетка)
  - моет загрязненные подошвы
  - дозированно наносит средство
  - чистит обувь (губкой, щеткой)
  - протирает обувь влажной тряпочкой, салфеткой
  - определяет необходимость просушивания обуви
  - просушивает обувь:
    - возле обогревательных систем
    - при помощи электросушилки
- соблюдает последовательность действий по уходу за обувью
- хранит обувь в специально предназначенном месте

Застилание постели и смена постельного белья

- снимает грязное постельное белье:
  - простынь
  - наволочка
  - пододеяльник
- заправляет чистое постельное белье:
  - наволочка
  - пододеяльник
- расстилает постельное белье на кровати:
  - простынь
  - одеяло
- убирает постельные принадлежности в места хранения
- заправляет кровать покрывалом

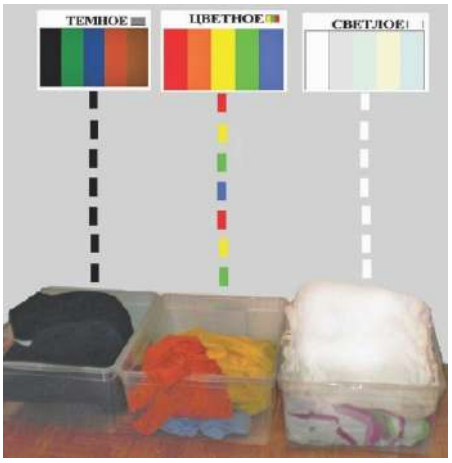
Мелкий ремонт одежды

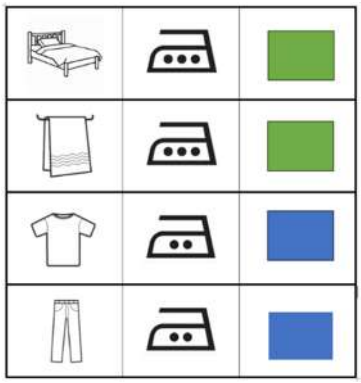
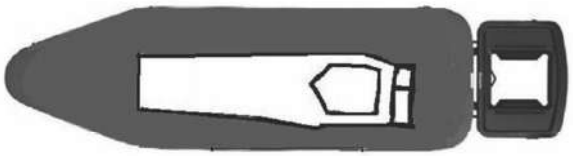
- определяет необходимость ремонта одежды
- вдевает нитку в иглу
- завязывает узелок
- пришивает пуговицу (на ножке, с дырочками)
- подшивает нижний край одежды швом «вперед иглой»
- зашивает дырки швом «через край»
-

Методические рекомендации по преодолению типичных трудностей, возникающих во время выполнения всех действий по уходу за вещами

Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Определяет необходимость устранения недостатков внешнего вида одежды и обуви.	Надевает мятую или грязную одежду, обувает грязную обувь.	• Введение правила периодического использования зеркала для оценки своего внешнего вида. • Обращение к мнению других обучающихся о своем внешнем виде. • Аккуратное вывешивание носимой одежды на спинку стула, плечики. • Ежедневная смена нательного белья и регулярная смена (не реже чем раз в 2-3 дня) повседневной одежды. Хранение в шкафу только чистой, отутюженной одежды.
Выбирает средства по уходу за одеждой и обувью.	Не может выбрать подходящее средство по уходу за одеждой и обувью.	• Пространственное разделение хранения средств по уходу. Например, средства по уходу за обувью хранятся на отдельной полке. • Маркировка мест хранения средств по уходу за одеждой и обувью. Использование визуальной опоры.
	Путает сходные по внешнему виду средства.	Маркировка средств: например, на коробки с порошком пиктограмм: для ручной и машинной стирки.
Соблюдает последовательности действий по уходу за вещами и обувью.	Не соблюдает последовательность: пропускает операции или путает их очередность.	Использование алгоритма *(Приложения 26, 27).*

Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих при выполнении отдельных видов ухода за вещами

Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Машинная стирка белья		
Определяет необходимость стирки.	Не может определить необходимость стирки.	• Включение стирки в план еженедельных дел. • Введение правила: заранее готовить одежду на следующий день и определять ее чистоту.
Сортирует белье перед стиркой.	Затрудняется в сортировке белья для стирки.	• Использование визуальных опор: размещение около корзины с бельем карточек с образцами белого, темного и цветного белья. • Использование для сортировки белья ёмкостей различного цвета (тазы, корзины и т.д.). 
Выбирает программу стирки в соответствии с видом белья.	Затрудняется выставлять программу и температурный режим стирки.	Использование визуальных опор с указанием типа белья и подходящей программы стирки.
Встряхивает белье перед вывешиванием на просушку.	Не расправляет бельё, прежде чем развесить.	Использование алгоритма развешивания белья (взять одну вещь за края, встряхнуть, повесить на веревку).

Вывешивает белье на просушку.	Неаккуратно развешивает бельё (неравномерно распределяет вещь на струне сушилки, «закидывает» вещь не на одну, а на несколько струн сразу).	• Использование напольных (либо подъемных) сушилок, что позволяет лучше контролировать процесс развешивания белья. • Использование сушилок с разноуровневым расположением струн; с толстыми струнами и большим расстоянием между струнами. • Постепенное усложнение (от развешивания маленьких вещей к более крупным).
Включает / выключает стиральную машину.	Путает кнопки запуска и выключения стиральной машины и включает машину повторно.	Выделение кнопки включения цветом.
	Забывает о том, что выстиранное белье необходимо развесить для сушки.	• Использование алгоритма стирки (Приложение 28). • Выставление времени стирки на таймере или будильнике. • Выделение развешивания белья как отдельного дела в плане дня.
Утюжка белья		
Включает/выключает утюг.	Забывает выключить утюг.	• Внесение этого пункта в последовательность утюжки. • Проговаривание правил техники безопасности до начала утюжки.
Выбирает температурный режим, подходящий к типу ткани.	Затрудняется выбрать температурный режим.	• Использование визуальной опоры (образцы тканей с проставленным рядом температурным режимом). • Определение стандартных температурных режимов для наиболее часто встречающихся видов белья. 
Раскладывает белье на гладильной доске.	Неправильно раскладывает белье на гладильной доске.	Использование визуальной опоры с образцом раскладывания разного вида белья. 

Утюжит белье.	Некачественно утюжит вещи (заглаживает складки, оставляет некоторые участки белья не проглаженными, не передвигает белье по доске).	Начинаем формировать навык с утюжки прямого небольшого белья (носовые платки, полотенца, наволочки), постепенно увеличивая размер и сложность белья. • Использование схем утюжки простого и фигурного белья. • Сопровождение действий инструкцией: «Взять за края и потянуть белье на себя».
Складывает выглаженное белье.	Неаккуратно складывает выглаженное белье, в результате чего оно сильно мнется.	Использование схем, демонстрирующих последовательность складывания белья.
Сортирует выглаженное белье.	Испытывает трудности при сортировке выглаженного белья.	Использование карточек для сортировки разного типа белья (постельное, полотенца, личные вещи).
Убирает выглаженное белье в места хранения.	Забывает разложить выглаженное бельё в места хранения.	Использование последовательности действий, связанных с утюжкой белья.

Хранение одежды и белья		
Складывает одежду, белье.	Сминает, неаккуратно складывает одежду.	• Использование схем складывания определенного вида одежды. • Подбор удобного способа складывания (например: шарф или полотенце можно скатывать в рулон).
Вывешивает одежду на «плечики».	Не вешает одежду на «плечики».	• Фиксация «плечиков» (чтобы можно было вешать вещь двумя руками). • Использование разного типа «плечиков» (например, с зажимами или с нескользящей поверхностью). • Использование крючков (вместо «плечиков») для вывешивания одежды.
Складывает чистую одежду на полку в шкафу.	Не убирает одежду в специально отведенное место, разбрасывает одежду по комнате. Складывает разные предметы одежды на одну полку.	• Определение постоянных мест для хранения одежды с соответствующей маркировкой. • Маркировка полок и использование разделителей для ящиков, отдельных контейнеров для хранения трусов или носков и т.д.
Хранит раздельно чистую и ношеную одежду.	Складывает в шкаф бельё и одежду, которую уже носил.	• Введение правила: одежду, которую молодые люди одевали хотя бы один раз, вешать на стул. • Определение постоянных мест для хранения одежды с соответствующей маркировкой: грязная – в корзине для белья, ношеная на стуле, чистая в шкафу и т. д. • Регулярная уборка в шкафу включается в последовательность уборки комнаты или ежедневные дела обучающегося *(Приложение 21).*

Уход за обувью		
Выбирает средства по уходу за обувью в соответствии с материалом.	Не учитывает материал, из которого изготовлена обувь (например, моет замшевую обувь мокрой тряпкой).	Использование визуальных опор с правилами ухода за разными видами обуви.

Хранит обувь в специально предназначенном месте.	Ставит мокрую и грязную обувь в шкаф, разбрасывает обувь в прихожей.	Расположение визуальной опоры на дверце шкафа.

1.4. Организация питания

Обычно развивающийся ребёнок с малых лет наблюдает за приготовлением пищи, затем участвует в нем и постепенно начинает готовить самостоятельно. Совсем иная картина наблюдается в семьях, в которых воспитываются дети с особыми потребностями. Вследствие нарушений общей и мелкой моторики, интеллектуального развития и особенностей эмоционально-волевой сферы возможности развития самостоятельности при приготовлении пищи у ребенка с нарушениями существенно ограничены по сравнению с их обычно развивающимися сверстниками.

Объективные факторы пассивного участия в ведении домашнего хозяйства осложняются гиперопекой со стороны взрослых. Случаи в семье, когда ребенок с инвалидностью самостоятельно варит, жарит, чистит овощи и фрукты или просто наливает себе чай, возникают редко либо не возникают совсем. В лучшем случае ребёнок лишь накрывает на стол. В результате, большинство молодых людей с особыми потребностями, имеющие потенциальные возможности для развития самостоятельной деятельности на кухне, не умеют не только приготовить простейших блюд, но и подогреть уже готовую пищу. Такая ситуация существенно увеличивает зависимость человека от посторонней помощи, усугубляя его инвалидность.

В связи с этим специально организованное обучение людей с нарушениями развития самостоятельно удовлетворять потребность в пище нацелено прежде всего на оптимизацию того потенциала, который имеется у человека с инвалидностью. Для некоторых обучающихся это совершенствование навыков, приобретенных в школе и продолжение развития самостоятельности, для других – новая возможность самореализации, пусть даже через самые элементарные действия и операции.

Содержание обучения организации питания включает освоение следующих видов деятельности:

1) составление меню,
2) приготовление пищи,
3) сервировка стола,
4) мытьё посуды.

В качестве основных **задач обучения** процессу организации питания мы определили следующие:

- формирование умения ориентироваться на кухне,
- формирование умения соблюдать правила гигиены при приготовлении пищи,
- формирование умения выполнять отдельные операции по обработке и приготовлению продуктов,
- формирование умения обращаться с инвентарем и оборудованием, необходимыми для приготовления пищи,
- формирование умения готовить блюда по рецепту,
- формирование умения составлять меню,
- формирование умения сервировать стол (обычный и праздничный),
- формирование умения мыть посуду.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения

Составление меню

- выбирает блюдо для приготовления:
  - перекуса
  - завтрака
  - обеда
  - ужина
  - праздничного стола
- выбирает блюдо для приготовления с учетом:
  - медицинских противопоказаний
  - стоимости
  - времени приготовления
  - наличия продуктов
  - собственных возможностей
- составляет меню на:
  - день
  - неделю

Приготовление пищи

Использование бытовых приборов для приготовления пищи

Использование электрического чайника

- выполняет действия при использовании электрического чайника:
  - открывает крышку
  - наполняет чайник (до метки)
  - устанавливает чайник на подставку
  - включает
- соблюдает последовательность действий при использовании электрического чайника

Использование кухонного комбайна

- выполняет действия при использовании кухонного комбайна:
  - выбирает насадку (шинковка, терка, нож)
  - собирает / разбирает кухонный комбайн:
  - устанавливает чашу
  - устанавливает насадку
  - закрывает крышкой чашу
  - закладывает продукт в чашу
  - проталкивает продукт толкателем
  - включает / выключает
  - регулирует скорость при помощи регулятора
  - контролирует количество продукта в чаше
- соблюдает последовательность действий при использовании кухонного комбайна

Использование микроволновой печи

- выполняет действия при использовании микроволновой печи:
  - открывает / закрывает дверцу
  - включает / выключает
  - помещает тарелку с пищей на поворотный столик
  - накрывает тарелку защитным колпаком
  - использует специальную посуду

    - выбирает режим приготовления (разморозка, подогрев)
    - выбирает время приготовления
- соблюдает последовательность действий при использовании микроволновой печи

<u>Использование миксера</u>

- выполняет действия при использовании миксера:
    - выбирает насадки в соответствии с консистенцией блюда (венчики для жидкой массы, лопатки для густого теста)
    - устанавливает / снимает насадки
    - опускает насадки в массу
    - включает / выключает
    - регулирует скорость при помощи регулятора
- соблюдает последовательность действий при использовании миксера

<u>Использование тостера</u>

- выполняет действия при использовании тостера:
    - помещает хлеб в тостер
    - выбирает время приготовления
    - включает тостер
    - вынимает готовый тост
- соблюдает последовательность действий при использовании тостера

<u>Использование газовой плиты</u>

- выполняет действия при использовании газовой плиты:
    - соотносит регулятор пламени с конфоркой
    - зажигает пламя при помощи:
        - спичек
        - газовой зажигалки
        - электророзжига
    - регулирует нагрев при помощи регулятора пламени
- соблюдает последовательность действий при использовании газовой плиты

<u>Использование электрической (индукционной) плиты</u>

- выполняет действия при использовании электрической (индукционной) плиты:
    - включает /выключает
    - соотносит регулятор мощности с конфоркой
    - регулирует нагрев при помощи регулятора нагрева
- соблюдает последовательность действий при использовании электрической (индукционной) плиты

<u>Использование мультиварки</u>

- выполняет действия при использовании мультиварки:
    - открывает крышку
    - помещает чашу в мультиварку
    - подключает шнур к мультиварке
    - включает /выключает
    - выбирает программу приготовления
    - регулирует время приготовления
    - регулирует температуру приготовления
- соблюдает последовательность действий при использовании мультиварки

<u>Использование духовки</u>

- выполняет действия при использовании духовки:
    - открывает /закрывает дверцу

    - устанавливает / вынимает противень
    - включает /выключает
    - выбирает режим нагрева (сверху, снизу, сверху и снизу)
    - выбирает температуру приготовления
    - регулирует температуру приготовления
    - устанавливает время приготовления
- соблюдает последовательность действий при использовании духовки

<u>Использование кухонных весов:</u>

- выполняет действия при использовании кухонных весов:
    - включает /выключает весы
    - устанавливает меры веса
    - включает режим “ТАРА”
    - взвешивает продукты:
        - насыпает/наливает в пустую тару необходимое количество
        - отделяет от большого куска необходимое количество (сыр, колбаса, овощи)
- соблюдает последовательность действий при использовании кухонных весов

<u>Ориентация в пространстве кухни</u>

- знает место хранения продуктов:
    - мясо/рыба
    - хлеб
    - крупы
    - корнеплоды (картофель, морковь, свекла)
    - овощи (помидоры, огурцы, зеленый лук, капуста)
    - фрукты
    - колбасные изделия
    - молочные продукты
    - консервы
- знает местонахождение посуды и инвентаря:
    - столовые приборы
    - кастрюли
    - миски
    - сковорода
    - терка
    - дуршлаг
    - сито
    - тарелки
    - кружки
    - стаканы
    - овощечистка
    - пресс для чеснока
- знает местонахождение бытовых приборов:
    - холодильник
    - электрический чайник
    - микроволновая печь
    - кухонный комбайн
    - миксер
    - газовая плита
    - духовка
    - мультиварка
    - посудомоечная машина

Следование правилам гигиены при приготовлении пищи

- моет руки перед началом работы
- надевает фартук перед началом работы
- использует чистую посуду
- поддерживает чистоту рабочего места (выбрасывает отходы; вытирает, если что-то разлил / уронил)
- убирает рабочее место после приготовления (моет грязную посуду, протирает плиту и стол)

Приготовление пищи с опорой на рецепт (письменный, фоторецепт)

- находит необходимый рецепт в книге рецептов
- выбирает продукты, необходимые для приготовления блюда
- выбирает посуду и кухонные приборы, необходимые для приготовления блюда
- соблюдает порядок операций при приготовлении пищи
- выбирает подходящую мерную посуду
- использует мерную посуду:
  - полная столовая ложка
  - полная чайная ложка
  - половина ложки
  - полный стакан
  - половина стакана
  - кружка
  - мерный стакан
  - мерная ложка
- наливает / засыпает продукты до метки

Обработка и приготовление продуктов

- моет продукты
- нарезает (при помощи ножа, овощерезки):
  - кусочками
    - болгарский перец
    - лук
  - кубиками:
    - огурцы
    - помидоры
    - колбаса
    - картофель
    - морковь
  - кольцами
    - огурцы
    - помидоры
    - лук
    - колбаса
  - полукольцами
    - лук
    - огурцы
  - ломтиками
    - сыр
    - батон
- очищает (руками, при помощи ножа, овощечистки):
  - вареные яйца
  - вареные овощи:
    - картофель
    - морковь
    - свекла

    - сырые овощи:
        - картофель
        - морковь
        - свекла
        - лук
        - чеснок
- натирает при помощи терки:
    - вареные овощи (свекла, морковь)
    - сырые овощи (морковь)
    - сыр
- измельчает чеснок:
    - прессом
    - мини-теркой
- переворачивает при жарке:
    - котлеты
    - блины
- перемешивает:
    - салат
    - продукты во время жарки
- открывает при помощи открывалки:
    - металлическую банку
    - стеклянную банку
    - стеклянную бутылку
- определяет готовность блюда к употреблению
    - по времени:
        - по часам
        - по таймеру
    - по внешнему виду
    - по вкусу
    - по запаху
- определяет срок хранения продуктов
- определяет испорченные продукты:
    - по сроку хранения
    - по внешнему виду и запаху
- выбрасывает испорченные продукты

Сервировка стола

- выбирает посуду и приборы, подходящие блюду:
    - суп - глубокая тарелка
    - вторые блюда - плоская тарелка
    - чай - чашка и блюдце
    - салат - салатник
- выставляет посуду и раскладывает приборы в соответствии с:
    - количеством человек
    - по меткам
- сервирует стол:
    - к ужину (завтраку, обеду)
    - к чаю
    - к празднику
- убирает со стола:
    - за собой
    - после общего ужина

Мытьё посуды

Мытье посуды руками

- выполняет действия при мытье посуды руками:
  - очищает посуду от остатков пищи при помощи щетки
  - закрывает/открывает сливное отверстие пробкой
  - включает/выключает воду
  - регулирует воду:
    - температуру воды
    - напор воды
  - определяет необходимое количество воды
  - выбирает подходящее средство
  - дозированно использует моющее средство
  - удаляет губкой загрязнения с:
    - тарелки
    - кружки
    - стакана
    - блюдца
    - столовых приборов
    - кухонных ножей
    - салатника
    - миски
    - кастрюли
    - сковородки
  - ополаскивает под струей воды:
    - тарелку
    - кружку
    - стакан
    - блюдце
    - столовые приборы
    - кухонные ножи
    - салатник
    - миску
    - кастрюлю
    - сковородку
  - вытирает посуду сухим полотенцем
  - раскладывает посуду в места хранения
- соблюдает последовательность действий при мытье посуды руками

Мытьё посуды в посудомоечной машине

- выполняет действия при мытье посуды в посудомоечной машине:
  - очищает посуду от остатков пищи при помощи щетки
  - выдвигает короб (верхний, нижний)
  - вынимает / устанавливает короб для столовых приборов
  - выставляет посуду:
    - тарелки
    - кружки
    - блюдца
    - столовые приборы
    - кухонные ножи
    - салатники
    - миски
    - кастрюли
    - сковородку

- выбирает моющее средство (таблетки, капсулы, жидкое средство, ополаскиватель, соль)
- заправляет моющее средство в отсек
- выбирает программу мытья
- включает
- раскладывает чистую посуду в места хранения

– соблюдает последовательность действий при мытье посуды в посудомоечной машине

Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих в процессе обучения организации питания

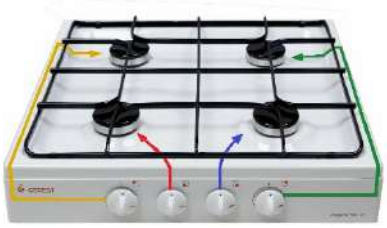
Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Составление меню		
Выбирает блюда для приготовления.	Затрудняется сделать выбор блюда для приготовления.	Составление каталога блюд. *(Приложение 29).*
	Не может выбрать блюдо, доступное по сложности приготовления.	• Составление книги рецептов и помещение в нее только доступных для приготовления блюд. По мере накопления опыта расширение и усложнение перечня рецептов. • Использование условных обозначений на рецепте для указания сложности блюда (точки от 1 до 4 – *Приложения 29, 30).*
	Не учитывает медицинские противопоказания (например, при диабете) при выборе блюда для приготовления.	• Использование «напоминалок» (список и специальный знак в каталоге блюд напротив блюд и продуктов, которые нельзя есть при диабете). • Удаление из книги рецептов и каталога тех блюд, которые запрещены по медицинским показаниям.

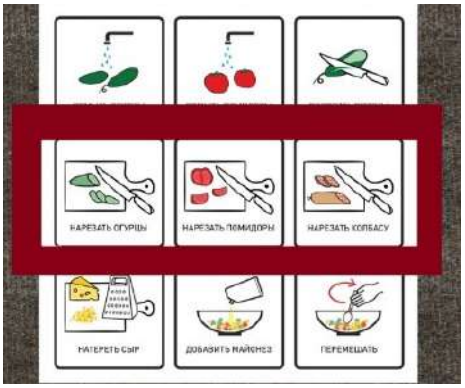
	Не учитывает время, необходимое на приготовление блюда.	В каталоге блюд и в рецепте указать примерное время, необходимое на приготовление блюда *(Приложения 29, 30).*
	Не может выбрать блюдо с учётом времени суток (завтрак, обед или ужин).	Расположение рецептов в разных разделах книги.
	Не учитывает свои финансовые возможности при составлении меню.	В каталоге блюд указать примерную стоимость необходимых для приготовления блюда продуктов. (*Приложение 29)*
	Не может выбрать блюдо с учётом ситуации (обычное и праздничное меню).	Разместить рецепты в разных разделах каталога блюд (повседневные и праздничные блюда).
	Не помнит, какое блюдо запланировано.	Использование иллюстрированного меню на неделю.
Приготовление пищи		
Ориентируется на кухне (знает местонахождение продуктов, посуды, бытовых приборов и др.).	Не может найти необходимые продукты, посуду и т.д.	Использование словесных или графических ориентиров.

Следование правилам гигиены при приготовлении пищи:		
Моет руки перед началом работы.	Забывает вымыть руки перед началом работы.	• Визуальное напоминание, закрепленное около того места, где начинается работа по приготовлению пищи (например, около фартука). • Соблюдение последовательности подготовки к работе. • Добавление пункта «мытье рук» в рецепт приготовления блюда.
Использует чистую посуду для приготовления пищи.	Использует для приготовления пищи грязную посуду.	• Посуда для приготовления пищи достается только из сушилки или шкафа. • Грязная, использованная посуда сразу составляется в раковину или «зону для грязной посуды».
Использует специальную одежду при приготовлении пищи (фартук, косынка, колпак).	Забывает надеть фартук и колпак перед началом приготовления пищи.	• Соблюдение последовательности подготовки к работе. • Внешняя привлекательность спец. одежды.
Поддерживает чистоту рабочего места (кухонный стол, раковина, плита и т.д.).	Оставляет лишнюю использованную посуду, пустые упаковки от продуктов, очистки и др. на столе.	• Планирование рабочего пространства: например, на кухонном столе нарезаются продукты, грязная посуда составляется в раковину и т.д. • Уборка лишней использованной посуды и др. с рабочей поверхности стола после выполнения каждой отдельной операции.

Использование электробытовых приборов для приготовления пищи		
Пользование электрическим чайником		
Наполняет чайник.	Проливают воду мимо чайника из-за нарушения координации.	Использование посуды с «носиком» для наполнения чайника.
Определяет необходимое количество наливаемой воды.	Наливает в чайник слишком мало или слишком много воды.	• Усилить маркировку чайника (цветной полоской выделить максимальный уровень наполнения чайника). • Наполнение с использованием мерки (например, наливаем 3 стакана воды).
Включает/выключает чайник.	Включает пустой чайник.	Использование чайников с защитой.
	Забывает включить наполненный чайник.	• Напоминания: использование графической опоры (иллюстрация или слово); • использование чайников со световым индикатором включения.
	Не может найти кнопку включения.	Выделение кнопки ярким цветом.
	Затрудняется нажать кнопку включения из-за нарушений моторики.	Использование чайника с удобной кнопкой включения.
Пользование кухонным комбайном		
Разбирает и собирает кухонный комбайн.	Не может определить, какие насадки необходимы для конкретной операции.	Использование визуальной опоры (для капусты – шинковка, для моркови – тёрка и т.д.).

	Не может запомнить очерёдность сборки деталей.	Упражнения в сборке с использованием фотографий последовательности сборки деталей.
Пользование микроволновой печью		
Включает / выключает микроволновую печь.	Затрудняется нажать кнопку включения из-за нарушений моторики.	Использование микроволновых печей с подходящими рабочими панелями (рычаги, сенсорная панель, и т.д.).
Использует специальную посуду.	Не различает посуду, пригодную для микроволновой печи.	• Маркировка посуды. • Хранение посуды для микроволновой печи отдельно от остальной посуды. • Использование визуальной опоры - напоминания на дверце микроволновой печи.
Пользуется регуляторами времени и режима приготовления.	Не может выбрать режим и время приготовления.	• Использование схем приготовления.

	Испытывает трудности при выставлении режима приготовления (путает стороны ручки регулятора).	• Усиленная маркировка 1-2 основных режимов. • Маркировка одного края регулятора цветом. • Использование микроволновой печи с функцией авторазогрева.
Пользование газовой плитой		
Зажигает газ.	Боится обжечься.	Использование газовых или пьезозажигалок с длинной ручкой.
	• Открывает газ, но очень долго не подносит спичку или зажигалку; • зажигает спичку и долго не может повернуть регулятор пламени.	• Поэтапное освоение действия: 1) выполнение действия с помощью (педагог поворачивает ручку включения газа, а обучающийся зажигает и подносит спичку к конфорке и наоборот). 2) обе операции выполняются обучающимся. • Использование плит с электророзжигом и газовым контролем.
Пользуется регуляторами пламени.	Не соотносит конфорку и ручку регулятора пламени.	Использование меток рядом с конфоркой и ручкой регулятора пламени. 
	Не определяет, в какую сторону необходимо поворачивать регулятор, чтобы усилить или уменьшить силу пламени.	Использование меток рядом с регулятором пламени.

Приготовление пищи по рецепту		
Следует рецепту при приготовлении .	Не может готовить по стандартным рецептам из кулинарной книги.	Использование специальных адаптированных рецептов (детальное перечисление необходимых продуктов, посуды, пооперационная разбивка действий – *Приложения 30, 31).*
	Пропускает отдельные операции или повторяет одну операцию несколько раз.	• Отметка каждого выполненного пункта (фишкой, галочкой, и др.). • Использование передвижной закладки. 
Выбирает продукты, необходимые для приготовления блюда.	Не знает, какие продукты необходимы для приготовления блюда.	Указание в адаптированном рецепте всех необходимых продуктов.
	Путает сходные внешне упаковки с продуктами.	Хранение в подписанных или различных по внешнему виду контейнерах.
Определяет необходимое количество продуктов.	Не может определить необходимое для приготовления количество продуктов.	Прописывание в рецепте точного количества всех продуктов.
Использование мерной посуды		
Выбирает подходящую мерную посуду.	Не может выбрать необходимую мерную посуду.	• Указание в рецепте необходимой для приготовления блюда мерной посуды. *(Приложение 30, 31).* • Использование понятных для человека мер: вместо мл – половина стакана, полный стакан, 3 столовых ложки.
Наливает / засыпает необходимое количество продукта.	Насыпает / наливает больше или меньше необходимого количества продукта.	• Прописывание в рецепте точного количества всех продуктов (в том числе и соли, перца и т.д.). *(Приложения 30, 31)* • Нанесение меток на мерную посуду.

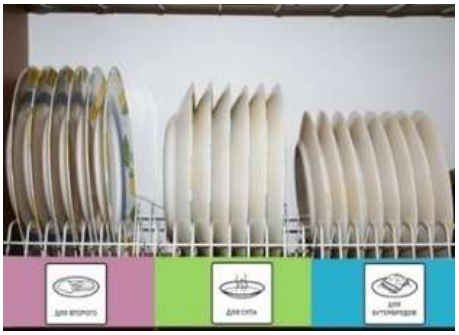
Обработка и приготовление продуктов		
Моет продукты.	Забывает вымыть продукты перед их приготовлением.	• Использование визуальной опоры-напоминания на дверце холодильника. • Внесение данного пункта в рецепт. *(Приложение 31)*
Чистит продукты.	Испытывает трудности при очистке продуктов, удержании ножа или боится порезаться.	Использование разнообразных овощечисток, приспособлений.
Нарезает продукты.	Испытывает значительные трудности при нарезке продуктов.	При сильных затруднениях можно нарезать продукты при помощи кухонного комбайна.
	Испытывает трудности при удержании ножа или боится порезаться.	• Использование ножей с адаптированной ручкой. • Использование различных приспособлений.
	Неправильно удерживает нож (режущим краем вверх).	• Пометка верхнего края ножа или овощечистки ярким контрастным цветом.

Натирает продукты.	Испытывает моторные трудности при натирании продуктов, удержании терки.	• Использование различных приспособлений. • При сильных затруднениях можно натирать продукты при помощи кухонного комбайна.
Варит, жарит продукты.	Боится обжечься горячей посудой.	• Использование различных прихваток («волшебная варежка»). • Использование посуды с ненагревающимися ручками.
	Испытывает трудности при переворачивании, перемешивании продуктов.	• Использование щипцов для мяса, ложки с длинной ручкой. • Использование различных по форме и ширине лопаток, лопаток – щипцов.
Определяет готовность блюда к употреблению.	Не определяет готовность блюда.	Готовность блюда определяется по таймеру (время прописано в рецепте). *Приложение 30*
Хранение продуктов		
Хранит продукты в определённом месте и упаковке (холодильнике, на полке в шкафу, банке, пакете и т.д.).	Не знает мест хранения продуктов (например, пельмени кладет в хлебницу).	Использование иллюстрированных или словесных ориентиров.
Определяет срок хранения продуктов.	Не распознает и не выбрасывает испорченные продукты.	Обращение внимания на внешний вид, запах испорченного продукта.
	Не соблюдает срок реализации продукта (например, хранит в	• Использование каталога с указанием срока хранения основных продуктов.

	холодильнике открытый сок более суток).	• При вскрытии упаковки на ней прописывается день недели, когда открыли, либо день недели, когда срок хранения закончится. • В конце недели пересматриваются продукты, которые находятся в холодильнике.
Сервировка стола		
Выбирает посуду и приборы, подходящие к блюду и напиткам.	Не выбирает посуду и приборы соответственно блюду (может выбрать для супа мелкую тарелку или блюдце, для сосисок ложку и т.д.).	• Использование иллюстрированных или словесных опор. • Использование тарелок различного цвета.
Выставляет посуду и раскладывает приборы в соответствии с количеством человек.	Испытывает трудности при определении количества посуды и приборов для сервировки стола.	• Закрепление за каждым обучающимся определённого места за столом. • Размещение на столе карточек с именами. • Проговаривание при сервировке, для кого ставится посуда. • Использование бланка с именами или фотографиями тех, кто будет есть.
Правильно сервирует стол.	Хаотично расставляет посуду и раскладывает приборы на столе.	• Сервировка стола в определённом порядке (начинать сервировать всегда с одного и того же места за столом).

		 • Использование иллюстрированных опор (отдельно для супа, второго). • Использование тефлоновых салфеток с маркировкой местоположения тарелки и приборов.
	Забывает поставить на стол хлеб, салфетки, приборы и др. предметы сервировки.	Использование иллюстрированных опор *(Приложение 32).*
Мытье посуды		
Мытьё посуды вручную		
Очищает посуду от остатков пищи.	Испытывает затруднения при очистке посуды от остатков пищи из-за нарушений моторики.	Использование специальных щёток с длинной ручкой и разным углом наклона.
Дозированно использует моющее средство.	Наливает слишком много или мало моющего средства.	• Использование емкостей с моющим средством, имеющих дозатор. • Использование мерного стаканчика.

Соблюдает последовательность мытья посуды.	При мытье посуды не соблюдает последовательность, пропускает отдельные операции.	Использование фото/пиктографического или письменного алгоритма мытья посуды. *(Приложение 33).*
Удаляет губкой загрязнения.	Неправильно удерживает губку для посуды (зажимает её в кулак).	Использование губок большего размера, с перфорацией для пальцев.
	Некачественно удаляет загрязнения губкой.	Предварительное замачивание посуды.
Выбирает и использует специальные чистящие приспособления (щетка, железная губка).	Испытывает трудности в выборе специальных чистящих приспособлений.	Использование иллюстрированных опор.
Выбирает и использует специальные чистящие средства.	Испытывает трудности в выборе специальных чистящих средств.	
Ополаскивает посуду.	Ополаскивает посуду только с одной стороны.	При ополаскивании поворачивать и переворачивать тарелку под струёй воды под счет: «Раз – два – три, перевернули; раз-два-три, поставили в сушилку».
	Оставляет остатки моющего средства на посуде.	
Вытирает посуду.	Забывает протереть посуду сухим полотенцем.	Внесение этого пункта в общую последовательность мытья посуды.

	Не разделяет полотенце для рук и для посуды.	Словесные и иллюстрированные ориентиры.
Раскладывает посуду в места хранения посуды.	Забывает укладывать посуду в места хранения.	Внесение этого пункта в алгоритм мытья посуды.
	Хаотично складывает посуду в сушилку.	• Словесные и иллюстрированные ориентиры. • Разметка сушилки для посуды.
		
Мытье посуды в посудомоечной машине		
Очищает посуду от остатков пищи.	Забывает очистить посуду от остатков пищи перед мытьем.	Внесение этого пункта в алгоритм мытья посуды.
Выставляет посуду и столовые приборы на решетку посудомоечной машины.	Хаотично складывает посуду и столовые приборы на решетку посудомоечной машины.	Использование: • фото/ пиктографического или письменного алгоритма мытья посуды в посудомоечной машине *(Приложение 34);* • визуальной схемы складывания посуды и столовых приборов.
Выбирает температурный режим и программу мытья посуды.	Испытывает затруднения при выборе режима мытья посуды.	Мытье посуды с использованием одного программного режима. Внесение этого пункта в алгоритм мытья посуды.
Запускает посудомоечную машину.	Путает кнопку запуска машины и выбора программы мытья посуды.	Усиление кнопки запуска цветом.

Раскладывает чистую посуду в места хранения.	Забывает достать чистую посуду из посудомоечной машины.	Включение этого пункта в график дня; внесение этого пункта в алгоритм мытья посуды.
Соблюдает последовательность мытья посуды.	Не соблюдает последовательность мытья посуды, пропускает отдельные операции.	Использование фото/ пиктографического или письменного алгоритма мытья посуды *(Приложение 34).*

Важно!

Обучение приготовлению пищи необходимо начинать с максимально простых блюд и полуфабрикатов, так как успех в обучении существенно повышает мотивацию и влияет на самооценку человека. В дальнейшем используются более сложные рецепты. Усложнение рецептов, используемых для обучения приготовлению пищи, происходит постепенно, по мере освоения отдельных действий и операций (например: чистка овощей, нарезание и т.д.). Постепенно происходит закрепление умения готовить повседневные блюда по рецепту, а также осваиваются рецепты праздничных блюд и выпечки из теста.

В обучении приготовлению пищи можно выделить **три этапа:**

1 этап	2 этап	3 этап
• Приготовление кофе, чая (в пакетиках и заваривание в чайнике). • Приготовление бутербродов. • Приготовление блюд из яиц. • Приготовление блюд из полуфабрикатов. • Приготовление блюд из макаронных изделий. • Приготовление гарниров из различных круп.	• Приготовление блюд из овощей: салаты, гарниры. • Приготовление мясных блюд. • Приготовление рыбных блюд. • Приготовление первых блюд.	• Приготовление изделий из теста. • Приготовление блюд для праздничного стола. • Заготовка продуктов впрок.

1.5. Экономика домашнего хозяйства

Умение обращаться с деньгами, планировать свои расходы, соотнося сумму дохода с необходимыми и возможными затратами – одна из самых сложных задач для молодых людей с ментальными нарушениями. Далеко не всем обучающимся доступно освоение содержания этого раздела. Учитывая уровень интеллектуального развития обучающихся, педагоги подбирают тот или иной диапазон задач и планируют обучение посильным операциям экономики домашнего хозяйства.

В содержание обучения данного раздела включены следующие виды деятельности: обращение с деньгами, планирование и ведение бюджета, планирование и осуществление покупок.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения

Обращение с деньгами

- знает о покупательской функции денег
- знает номинальное достоинство:
  - купюр
  - монет
- набирает заданную сумму из:
  - купюр
  - монет
  - купюр и монет
- хранит деньги в специально отведенном месте
- знает/выполняет операций с деньгами
  - размен
  - пересчет
  - сдача
- соотносит купюру с примерным перечнем покупок
- пользуется банковскими картами (дебетовая карта, кредитная карта)
  - оформляет карту в отделении банка
  - помнит пин-код карты
  - следит за балансом карты
  - своевременно пополняет баланс кредитной карты
  - читает информацию от банка в СМС сообщениях
- соблюдает правила безопасности при пользовании картой:
  - держит в секрете ПИН-код от банковской карты
  - вводит банковские данные и CVV-код банковской карты только на проверенных сайтах
  - не дает посторонним банковскую карту, не распространяется о финансовых накоплениях
  - не сообщает код подтверждения из СМС сообщения
  - бережно хранит банковскую карту
  - помнит, хранит в секрете кодовое слово
- пользуется банкоматом:
  - находит банкомат нужного банка
  - вставляет карту в терминал
  - подносит карту к бесконтактному считывающему устройству

    - вводит пин-код
    - пользуется меню банкомата
    - вносит деньги
    - запрашивает сумму для снятия
    - забирает деньги
    - проверяет правильность внесения\списания суммы
    - оплачивает услуги
    - забирает карту
    - блокирует карту в случае потери
    - обращается за помощью к сотруднику банка
  - соблюдает правила безопасности при пользовании банкоматом:
    - закрывает табло набора пин-кода при его введении
    - находит номер телефона службы поддержки банка, если не может достать карту
  - пользуется мобильными приложениями:
    - платежной системой (мир pay)
    - онлайн банком
  - открывает сберегательный счет (без получения карты)
  - управляет текущим счетом

Ведение бюджета

  - знает источники своего дохода (зарплата, пенсия, пособие, другие источники)
  - подсчитывает сумму дохода в месяц
  - знает основные статьи расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары, транспортные расходы и др.)
  - ранжирует расходы по степени важности:
    - обязательные,
    - постоянные,
    - переменные
    - случайные
  - составляет план ежемесячных расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и др.)
  - составляет план расходов на неделю
  - тратит средства в соответствии с планом расходов
  - планирует финансирование для приобретения крупных покупок
  - откладывает деньги на случай непредвиденных расходов
  - фиксирует потраченные средства
  - контролирует количество оставшихся средств
  - знает и использует приемы экономии в домашнем хозяйстве
  - сортирует и хранит финансовые документы

Оплата квитанций за услуги ЖКХ и услуги связи

  - собирает счета к оплате и др. финансовые документы
  - снимает показания счетчиков
  - передает показания счетчиков
    - по телефону
    - через СМС
    - через интернет форму
  - вносит показания счетчиков:
    - в бланк квитанции (при оплате на почте и в офисе банка)
    - в форму оплаты (при оплате онлайн или через банкомат)
    - подсчитывает итоговую сумму
  - оплачивает квитанции за услуги ЖКХ:
    - на почте
    - в офисе банка

    - через банкомат
    - онлайн
- сортирует квитанции и счета для хранения
- проверяет баланс мобильного телефона (через мобильное приложение, с помощью короткого номера)
- оплачивает мобильную связь:
    - через терминал
    - через банкомат
    - онлайн

Планирование и осуществление покупок

- выполняет действия в процессе планирования и осуществления покупок
    - определяет необходимость покупки товара (проверяет наличие / отсутствие товара дома)
    - составляет список покупок
    - подсчитывает примерную стоимости всех покупок
    - выбирает нужный отдел в магазине
    - выбирает товар из ассортимента
    - взвешивает весовой товар:
        - отрывает пакет от рулона
        - открывает пакет
        - складывает необходимое количество товара в пакет
        - кладет пакет на весы
        - находит на дисплее нужную категорию
        - нажимает комбинацию кнопок для взвешивания
        - отрывает стикер с штрих кодом
        - наклеивает стикер на пакет
    - ориентируется в цене товара (выбирает товар средний по стоимости)
    - обращает внимание на акции и скидки
    - ориентируется в качестве товара (срок годности, испорченный товар)
    - приобретает товары строго по списку
    - следит за сохранностью кошелька во время приобретения товаров
    - выкладывает товар на ленту
    - сканирует штрих код на кассе самообслуживания
    - оплачивает покупки:
        - наличными деньгами
        - банковской картой
        - при помощи Qr -кода
        - использует дисконтные карты
        - получает сдачу и чек
    - складывает покупки в пакеты:
        - с учетом хрупкости
        - с учетом веса
        - с учетом объема
    - выкладывает покупки дома в места их хранения
    - вписывает покупку в тетрадь учета трат
- соблюдает последовательность действий в процессе планирования и осуществления покупок
- выполняет последовательность действий покупки онлайн:
    - выбирает маркетплейс (магазин) для покупки
    - находит нужную категорию
    - выбирает товар из ассортимента
    - выбирает пункт выдачи
    - указывает адрес доставки
    - оплачивает покупку онлайн
    - отслеживает доставку покупки

- забирает покупку в пункте выдачи
– возвращает некачественный или не подошедший товар

Финансовая безопасность

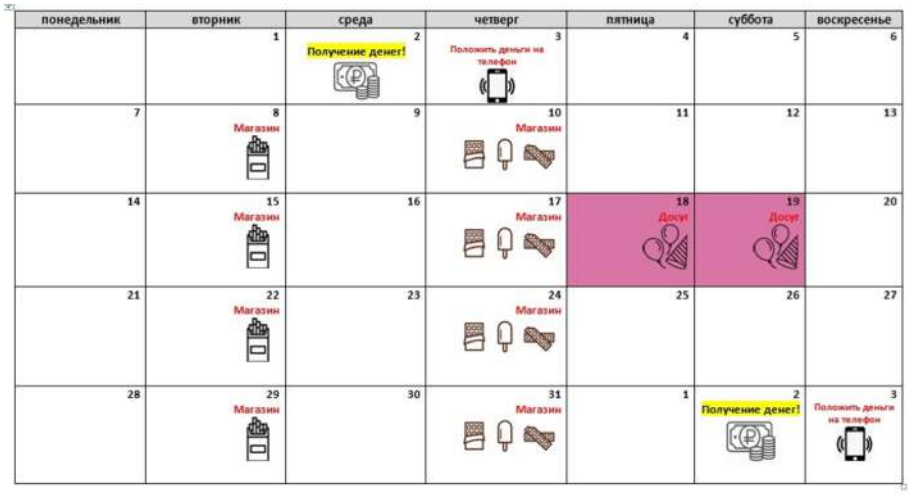
– проверяет звонки, поступающие из банка
– не меняет, без необходимости, тариф мобильного телефона
– выполняет финансовые обязательства (предвидит последствия их неисполнения) при:
  - кредите
  - рассрочке платежа
  - долге
  - сделке
  - порче имущества своего/чужого

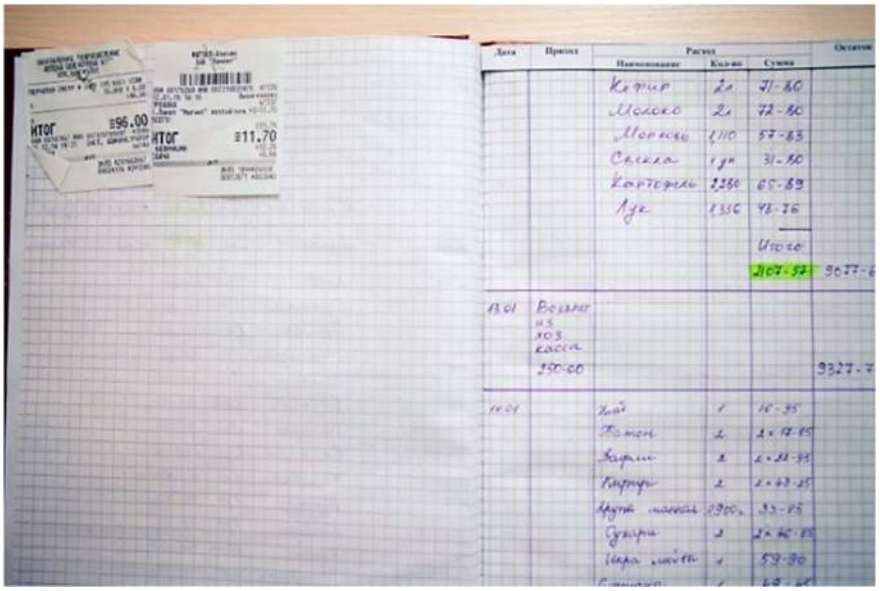
Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих в вопросах экономики домашнего хозяйства

Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Обращение с деньгами		
Знает о покупательской функции денег.	Не знает, для чего нужны деньги.	• Введение правил: любую услугу и товар нужно оплатить. • Предварительное проигрывание ситуации перед посещением магазина, парикмахерской, кафе. • Настольные игры с использованием реальных денежных купюр.
Знает номинальное достоинство купюр, монет.	Не ориентируется в денежных знаках.	Выделение ориентиров-индикаторов на купюрах (размер, цвет, цифры, изображения) для определения их достоинства.
Хранит деньги в специально отведенном месте.	Небрежно хранит, теряет деньги.	У каждого молодого человека должен быть свой кошелек и определенное место его хранения.
Пользуется банковскими картами (дебетовая карта, кредитная карта).	Не помнит пин-код карт, кодовое слово.	Ведение блокнота с конфиденциальной информацией (пин-коды, пароли, кодовые слова).
	Не следит за балансом карты.	Использование визуальной опоры с последовательностью действий для проверки баланса карты.
	Забывает своевременно пополнять баланс кредитной карты.	Установка уведомления на телефоне о необходимости пополнения баланса карты.
	Не читает информацию от банка в СМС сообщениях.	Внесение в график дел на неделю пункт «проверить смс от банка».
	Не знает правил финансовой безопасности при использовании банковских карт: - держать в секрете ПИН-код от банковской карты;	Изучение основ финансовой безопасности, например, https://sbersova.ru/academy/courses/cybersecurity

	- вводить банковские данные и CVV-код банковской карты только на проверенных сайтах; - не давать посторонним банковскую карту; - не распространяться о финансовых накоплениях; - не сообщать код подтверждения из СМС сообщения; - бережно хранить банковскую карту.	
Пользуется банкоматом.	Не может найти банкомат нужного банка. Не знает, как вставить карту в терминал. Не знает, какой стороной подносить карту к бесконтактному считывающему устройству.	• Использование визуальной опоры (изготавливается для каждого конкретного банкомата) с последовательностью действий при использовании банкомата. • Промаркировать стороны карты. Например: зеленая - для терминала, красная – для бесконтактного считывающего устройства.
Соблюдает правила безопасности при пользовании банкоматом.	Не закрывает табло набора пин-кода при его введении. Затрудняется находить номер телефона службы поддержки банка, если не может достать карту.	Визуальные напоминания, прикрепленные к кошельку, в котором хранится карта.
Пользуется мобильными приложениями (платежной системой (мир pay, онлайн банком).	Не пользуется мобильными приложениями.	Использование визуальной опоры с последовательностью действий.
Ведение бюджета		
Знает источники своего дохода (зарплата, пенсия, пособие, другие источники).	Не знает, откуда берутся деньги.	• Следование правилу: молодые люди самостоятельно получают свою зарплату, пенсию и часть этих денег сами откладывают на приобретение продуктов питания, оплату коммунальных услуг и др. текущие расходы в общую кассу. • Ведение записей в блокноте для учета личных доходов и расходов.
Знает основные статьи расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и др.).	Не знает, на что тратятся деньги в семье, занимается бесцельным накопительством (складывает деньги в копилку и никогда не тратит). Считает, что свои деньги (зарплату, пенсию) можно потратить только на удовлетворение своих желаний, на развлечения.	• В планировании покупок и использовании денег из общей кассы в той или иной мере принимают участие все обучающиеся. • Усвоить причинно-следственные связи: – «для того, чтобы купить продукты, берем из кассы необходимое количество денег»; – «что купим – то и будем есть/ использовать» и наоборот;

		– «если забыли взять деньги – ничего купить не сможем, а если не купить продукты, то и есть будет нечего»; – «закончились деньги – не на что купить продукты – нечего будет есть» и т.д. • Ранжируем расходы по степени важности: – обязательные – постоянные – переменные – случайные • У каждого обучающегося есть свои личные карманные деньги, которые он может потратить по своему усмотрению.
Планирование ежемесячных расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и др.).	Тратит все деньги сразу.	• Планирование расходов и распределение денег в начале недели / месяца по основным статьям расходов (например, раскладываем деньги в конверты: № 1 – «питание», № 2 – «коммунальные платежи» и т.д.). • Планирование количества посещений магазина в течение недели/месяца. • Выделение лимита денежных средств на банковской карте.
Тратит средства в соответствии с планом расходов.	Знает, на что нужно тратить деньги, но не придерживается плана.	• Визуализация плана личных расходов, на котором будет видно, когда пришли деньги, какое количество дней их нужно использовать и когда будут следующие (важно постоянство: например, получение карманных денег не когда попросил, а в определенное число). На плане отражаются все необходимые траты. Важно предусмотреть ежедневное обращение к плану (отмечать прожитые дни), чтобы видеть, на каком участке пути к следующему получению денег человек находится. • Визуализируем мечту (на что можно накопить, если придерживаться плана, и что может случиться, если этого не делать).



Откладывает деньги на случай непредвиденных расходов или крупных покупок.	Не создает запас средств, тратит все деньги.	• При планировании бюджета вводится дополнительный конверт «непредвиденные расходы». • Ежемесячное пополнение реальной копилки или онлайн в приложении банка. • Создание безотзывного счета, который можно пополнять, но нельзя с него снимать деньги определенное количество времени.
Учитывает потраченные и оставшиеся средства.	Не учитывает свои доходы и расходы.	• Ведение «тетради расходов», в которой записываются все поступления в кассу и затраты, а в конце месяца или недели подсчитывается общая потраченная сумма за этот период и планируется, сколько денег осталось и на что их еще нужно потратить. • Использование электронного приложения по ведению бюджета. 
Знает и использует приемы экономии в домашнем хозяйстве (экономное использование электричества и воды; покупка средних по цене товаров).	Не осознает связи между объемом потребления воды и электроэнергии и количеством финансовых затрат. Покупает товары, не обращая внимания на их стоимость.	• Усвоение правила: «чем больше горит свет, газ и течет вода, тем больше понадобится денег, чтобы оплатить эти услуги». Для этого: – Введение пиктограмм, напоминающих о выключении света, закрывании кранов и др.

		– Участие в планировании и оплате всех расходов, связанных с проживанием в квартире. – Ведение графика расходов, отражающих ежемесячные траты. • В списке продуктов для приобретения прописывается примерная стоимость товара, для ориентации при выборе товара в магазине.
Сортирует и хранит финансовые документы.	Не следит за финансовыми документами (чеки, договора).	• Ведение папки с документами. • Формирование привычки не выкидывать чеки и договора.
Оплата квитанций за услуги ЖКХ и услуг связи		
Собирает извещения и счета к оплате.	Не забирает из почтового ящика и не собирает квитанции и извещения об оплате коммунальных платежей.	• Внесение данного пункта в еженедельный график распределения дел. • Назначение «дежурного почтальона», который будет отвечать за проверку почтового ящика. • Выделение и маркировка места хранения квитанций и извещений.
Снимает показания счетчиков и заполняет квитанции.	Не видит показаний счетчиков из-за мелких цифр.	Использование лупы с подсветкой.
	Не умеет вносить показания счетчиков в квитанции.	Использование образца заполнения квитанции.
	Трудности в заполнении квитанции (из-за мелких размеров граф и др.).	• Заполнение квитанций в компьютере. • Тренировка на увеличенном образце квитанции. • Если заполнение квитанций остается недоступным, можно поручать обучающемуся подсчет на калькуляторе итоговых сумм со всех квитанций для выяснения общей суммы. • Использование онлайн банков для оплаты ЖКУ, подключение автоплатежей.
Сортирует квитанции и счета для хранения.	Не различает квитанции.	Маркировка квитанций различным цветом.
Проверяет баланс мобильного телефона (через мобильное приложение, с помощью короткого номера).	Не умеет пополнять счет мобильного телефона.	Использование визуальной опоры с последовательностью действий для проверки баланса телефона.
	Не следит за балансом счета мобильного телефона.	• Напоминание о необходимости оплаты мобильной связи. • Подключение автоплатежа.

Планирование и осуществление покупок		
Определяет необходимость покупки товара.	Не определяет, достаточно ли того или иного продукта.	• Фасовка круп в прозрачную одинаковую тару, для более легкого визуального контроля. • Обозначение на таре уровня, ниже которого количество продукта считается недостаточным.
Составляет список покупок.	Не видит необходимости в приобретении тех или иных товаров.	• Список продуктов составляется исходя из меню с опорой на рецепты, где прописаны необходимые продукты и их количество. • Наличие бытовой химии и сопутствующих товаров (тряпки, салфетки и т.д.) проверяется согласно фиксированному списку *(Приложение 35)*.
	Не запоминает необходимые для приобретения товары.	Использование различных видов списков, необходимых для приобретения товаров: • **письменные:** – <u>для обучающегося</u> (самостоятельно записывает перечень продуктов или это делает педагог с его слов) *(Приложение 36);* – <u>для продавца</u> (обучающемуся нужно только показать список продавцу в магазине, и тот сам наберет ему необходимый пакет продуктов); • **иллюстрированные** (фотографии наиболее часто приобретаемых продуктов, хозяйственных товаров, которые по списку вкладываются в визитницу или специальный блокнот).

Выбирает нужный отдел в магазине.	Не ориентируется в отделах магазина.	• Составление списка таким образом, чтобы последовательность товаров в списке соответствовала последовательности отделов в магазине, чтобы обучающийся сам смог найти товары, двигаясь по магазину в одном направлении. • Добавление фотографии нужного отдела в список покупок.
Выбирает товар из ассортимента.	Сложность выбора: не может выбрать из ассортимента товара, путает продукты в сходных упаковках (масло и творог, соль и сахар).	Выбор товара по заданным признакам: купить такой же, как обычно покупаем; купить точно такой же, как на картинке в списке; купить товар по определенной цене.
Взвешивает весовой товар.	Путается в операциях по взвешиванию весового товара.	Визуальная последовательность взвешивания товаров.
Ориентируется в цене товара.	Не знает примерную стоимость даже товаров первой необходимости (хлеб, молоко, сахар и т.д.).	Использование списка часто приобретаемых продуктов и хоз. товаров с указанием количества и цены (*Приложение 37*).
	Покупает слишком дорогой или слишком дешевый товар.	К каждому товару из списка выписывается примерная цена, больше которой мы не должны тратить на данный товар. Затем подсчитывается общая сумма. После посещения магазина обучающийся сравнивает потраченную сумму с запланированной (или ценник по каждому товару) и, по возможности, объясняет разницу.
Приобретает товары строго по списку.	Складывает в тележку/ корзинку незапланированные товары, любимые продукты (шоколадки, лимонад, диски и т.п.).	• Предварительное проговаривание правила: «Покупаем только то, что запланировано». • Покупка товаров в строгом соответствии со списком.

		• Возврат на кассе товара, взятого сверх списка, при выявлении недостатка денег для его оплаты.
Оплачивает покупки на кассе.	Забывает о необходимости оплатить покупку.	Использование визуального напоминания в конце списка покупок.
Получает сдачу и чек.	Теряется, не знает, какую купюру нужно отдать.	Оплата покупок самой крупной купюрой, имеющейся в наличии (например, 1000 руб).
	Забывает получить сдачу и чек.	• Проигрывание и предварительное проговаривание последовательности оплаты покупки. • Визуальная опора внутри кошелька («Возьми сдачу и чек»).
Следит за сохранностью кошелька во время приобретения товаров.	Не следит за кошельком, оставляет его в тележке для покупок, на кассе во время складывания продуктов.	• Усвоение правил пользования и хранения кошелька (проговаривание, проигрывание и тренировка). • Использование различных видов кошельков: нагрудного, на поясе.
Складывает покупки в пакеты.	Хаотично складывает товары в пакеты без учета их характеристик (вес, объем, плотность и др.). Например, сначала кладет яйца, а потом картошку.	• Маркировка товаров на этапе составления списка покупок (Например: выделение в списке хрупких продуктов, которые нужно положить в сумку последними). • Тренировка и напоминание о том, что определённые товары (яйца, йогурт, творожок и т.д.) нужно складывать в пакет в последнюю очередь (поверх других продуктов).
	Складывает продукты питания и хозяйственные товары в один пакет.	При любом посещении магазина берутся две разные сумки (например, для продуктов – красная, для хоз. товаров – синяя).
Раскладывает покупки дома в места их хранения.	Не знает мест хранения продуктов питания и хозяйственных товаров.	• Использование различных визуальных ориентиров на местах хранения.

	Не убирает покупки, придя домой.	• Визуальная опора в виде последовательности действий.
Сравнивает запланированную и потраченную суммы денег.	Не обращает внимание на разницу между запланированной и потраченной суммой денег.	Обязательный анализ чека после посещения магазина: сравнение запланированных и реальных цен, количества товаров, внесение изменений в каталог цен *(Приложение 37)*.
Выполняет покупки онлайн.	Не пользуется маркетплейсами.	Памятки для безопасного и качественного осуществления онлайн покупок.
Финансовая безопасность		
Соблюдает правила финансовой безопасности.	Не соблюдает правила финансовой безопасности: – не проверяет звонки, поступающие из банка; – без необходимости меняет тариф мобильного телефона; – берет кредиты, деньги в долг без возможности возврата; – не бережет свое и чужое имущество.	Изучение основ финансовой безопасности, например, https://sbersova.ru/academy/courses/cybersecurity

Подробнее остановимся на разделах «Покупки» и «Планирование бюджета».

Обучение умению совершать покупки.

При создании необходимых условий у всех обучающихся могут формироваться навыки как отдельных операций при осуществлении покупок, так и сложных действий, вплоть до самостоятельного посещения магазина. Успешному обучению способствуют как интерес обучающихся к процессу осуществления покупок, так и приятное завершение данного процесса: прием в пищу тех продуктов, которые были приобретены.

Особое внимание уделяется умению соблюдать общепринятые правила в магазине: не ронять товары, не трогать все подряд, покупать продукты согласно списку, а также не шуметь, обращаться за помощью к продавцу, оплачивать покупку, не толкать других покупателей и т.п. Эти ситуации проигрываются и обсуждаются. Для более эффективных тренировок целесообразно выбрать один ближайший магазин самообслуживания. Непосредственно перед выходом еще раз проговариваются основные правила, а после посещения магазина обязательно обсуждаются ошибки и отмечаются достижения.

Постепенное снижение степени сопровождения при посещении магазина может осуществляться следующим образом:

- обучающийся посещает магазин в сопровождении педагога, который активно помогает в выборе и оплате покупок, но объем активной помощи со стороны сопровождающего постепенно уменьшается*;*
- обучающийся самостоятельно совершает покупки, но знает, что педагог находится в это время в магазине. Чаще всего эта форма используется, когда молодой человек или девушка могут самостоятельно выбрать товар по списку, но испытывают значительные трудности (физические или психологические) при осуществлении покупок;
- обучающийся самостоятельно выбирает товары по списку, а педагог ждет его на кассе;
- обучающийся самостоятельно совершает покупки, но не знает о том, что педагог наблюдает за ним и, при необходимости, может прийти на помощь;
- обучающийся самостоятельно совершает покупки и может позвонить педагогу, чтобы проконсультироваться, если у него возникли затруднения;
- обучающийся посещает магазин самостоятельно, но с небольшим перечнем хорошо знакомых товаров (1 – 2 наименования);
- полностью самостоятельное посещение магазина.

Обучение умению планировать бюджет.

Овладение навыком распоряжаться своими деньгами на квартире учебного проживания проходит в определенной последовательности, от общего к частному. В начале молодые люди знакомятся с необходимыми тратами при совместном проживании в условиях квартиры, а после планируют свои личные расходы. Для визуализации процесса планирования мы предлагаем обучающимся заполнять бланк учета расходов (*Приложение 38)*

1. Знакомство с источниками доходов.
   - Личные доходы каждого обучающегося: пенсия, вознаграждение за работу в мастерских.
   - Общий доход квартиры: равные взносы каждого из обучающихся на нужды группового проживания (оплата коммунальных услуг, приобретение продуктов питания и расходных хозяйственных товаров).
2. Подсчет всех имеющихся в наличии денег группы. Не многие обучающиеся умеют выполнять арифметические действия с многозначными числами, но использование калькулятора позволяет им стать более самостоятельными при работе с числами. Некоторые обучающиеся, на начальном этапе работы, не способны правильно произнести и записать на слух многозначные числа, поэтому им необходимо

дублировать произнесение написанием числа. Получившееся цифры необходимо записать во второй столбец таблицы (*Приложение 38)*.

3. Знакомство с основными статьями расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и досуг). В течение первого месяца жизни в квартире учебного проживания обучающиеся посещают магазин, обсуждают и записывают свои расходы. Только в конце месяца проводится первый анализ: на что тратили деньги, что покупали, какие можно из этого вывести группы расходов. Таким образом идет освоение навыка через практику.
4. Планирование расходов начинается со второго месяца проживания. Распределение общей суммы по «конвертам»:
   - в конверт «коммунальные услуги» откладывается фиксированная сумма, выведенная из опыта предыдущих месяцев (в начале ее определяют сопровождающие, по истечению 3 месяцев это могут сделать и обучающиеся);
   - в конверт «хозяйственные товары» также ежемесячно вносится фиксированная сумма, так как на этапе обучения сложно оценить потребность и скорость расходования хозяйственных товаров (например, стиральный порошок расходуется в течение нескольких месяцев);
   - оставшиеся деньги будут потрачены на питание. Эту сумму дополнительно распределяем на 4-5 частей, по количеству недель в месяце, ориентируясь на предстоящее количество посещений магазина.

   Все получившиеся цифры обучающиеся самостоятельно заносят в таблицу, в графу, выделенную серым цветом, в столбце соответствующего месяца. В графе «расходы, питание» в каждом столбце над словом «запланировано» прописывается одинаковая сумма.
5. Еженедельно происходит подсчет всех расходов по чекам в тетради учета расходов (в среднем обучающиеся посещают магазин два раза в неделю). Сумму всех чеков молодые люди записывают в столбец первой недели и сравнивают потраченную сумму с запланированной. *(Приложение 38).*
6. В конце месяца обучающиеся по таблице подсчитывают все расходы (еженедельные покупки продуктов питания, коммунальные платежи и расходы на хозяйственные товары). Сравнивают с исходной суммой и разницу откладывают в конверт «экономия».
7. В начале обучения нет отдельного конверта «досуг», так как сумма на эту статью расходов будут зависеть от экономии. Чем больше сумма экономии в месяц, тем более дорогой вид досуга молодые люди смогут запланировать в следующем месяце. Этот прием является дополнительным средством повышения мотивации к ведению бюджета и стимулом для экономного осуществления покупок.
8. После знакомства с основными приемами планирования общего бюджета можно добавлять и другие статьи расходов, например, сладости, духи и др.

2. СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Умение жить в обществе подразумевает знание и соблюдение человеком правил и норм поведения, своих прав и обязанностей. Необходимо не только ориентироваться в местонахождении основных социальных объектов, но и уметь воспользоваться их услугами. Для этого необходимо вступать в контакт с незнакомыми людьми. Не менее важно поддерживать спокойные, дружеские отношения с людьми, с которыми встречаешься каждый день, с теми, кого любишь, с кем вместе живешь.

Особенное значение это имеет для людей с нарушениями развития, так как их опыт общения с окружающими часто ограничивается домом, семьёй и школой.

Чаще всего, в условиях дома, родители диктуют молодым людям, что им нужно сделать в тот или иной момент времени, поэтому они не умеют самостоятельно планировать свою деятельность, определять её продолжительность. Это связано также и с несформированностью понятий о течении времени и его измерении. Кроме того, вследствие гиперопеки молодые люди с нарушениями развития часто эгоистичны и в результате, попав в условия проживания в группе, большинство из них не готово учитывать мнение других проживающих, идти на компромиссы и т.д.

Из-за особенностей развития и неприспособленности среды молодые люди не имеют возможности посещать общественные места, а если посещают их, то чаще всего ориентируются на сопровождающего. Поэтому самостоятельно они часто не соблюдают правил поведения на дороге, не знают маршрута даже до знакомого магазина, не знают, как себя вести в общественном месте.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения

Ориентация в социальной среде

- ориентация в помещении квартиры, дома. Знает:
  - подъезд дома
  - этаж
  - дверь квартиры
  - места общего пользования в подъезде дома (лифт, мусоропровод)
  - помещения квартиры

- использует по назначению:
  - помещения квартиры
  - лифт
  - мусоропровод
- ориентация в микрорайоне, находит дорогу до:
  - магазина

    - почты
    - остановки общественного транспорта
    - дома
- ориентация в инфраструктуре города, знает местонахождение:
    - поликлиники
    - места дневной занятости
    - мест проведения досуга
- планирует маршрут до объекта городской среды
- следует маршруту при передвижении по городу
- соблюдает правила дорожного движения:
    - переходит улицу в разрешенных местах:
        - переходит дорогу по регулируемому пешеходному переходу
        - переходит дорогу по нерегулируемому пешеходному переходу
        - переходит дорогу без пешеходного перехода
    - ориентируется в маршрутах общественного транспорта
    - перемещается на общественном транспорте по постоянному маршруту
- соблюдает правила поведения в общественном транспорте:
    - прежде чем войти, выпускает выходящих
    - оплачивает проезд в городском транспорте
    - предъявляет документ на льготный проезд по требованию кондуктора, контролера
    - уступает место пожилым людям, женщинам с маленькими детьми
    - обращается за помощью в случае необходимости (сломался автобус, вышел не на той остановке):
        - обращается в ближайшую торговую точку к продавцу
        - звонит по телефону сотруднику сопровождающей организации
    - соблюдает правила при посещении общественных мест
    - находит информацию о мероприятии / услуге
    - делает заказ
    - оплачивает заказ, услугу, билет
    - соблюдает общепринятые правила (не шумит, не бегает, соблюдает очередность и др.)
    - вежливо общается с соседями и персоналом
    - убирает за собой мусор / беспорядок
    - обращается за информацией или за помощью к персоналу

Ориентация во времени

- определяет время по часам
    - цифровые
    - аналоговые
- определяет текущую дату (год, месяц, день недели, число)
- соотносит вид деятельности с определенным временным промежутком

Планирование и оценка деятельности

- планирует свою деятельность на определённый промежуток времени: с опорой/без опоры на график
    - час
    - день
    - неделя
- распределяет время для выполнения необходимых дел
- планирует свою деятельность с учетом своих возможностей
- начинает выполнение запланированной деятельности в определенное время
- соблюдает последовательность действий
- доводит начатое дело до конца
- оценивает результат выполненной деятельности
- дает оценку деятельности других обучающихся
- адекватно реагирует на изменения в расписании

Межличностное взаимодействие и саморегуляция

- выражает свои желания социально приемлемым способом
- отказывается от чего-либо социально приемлемым способом
- контролирует своё эмоциональное состояние в процессе социального взаимодействия:
  - не допускает агрессивного поведения, когда нервничает
  - сдерживает импульсивные побуждения и действия
- адекватно реагирует на:
  - комплименты
  - замечания
  - конструктивную критику
  - похвалу
  - отказ
  - запрет
  - необходимость ожидания
- проявляет терпимость к поведению других людей
- оценивает свое поведение
- оценивает поведение других людей
- учитывает интересы окружающих при принятии решений
- принимает самостоятельные решения
- делает выбор
- отстаивает собственное мнение
- обращается за помощью
- отказывается от помощи
- предлагает помощь другому человеку
- оказывает помощь другому человеку
- соблюдает правила в ***процессе общения:***
  - приветствует
  - прощается
  - употребляет вежливые слова и выражения
  - выслушивает собеседника, не прерывая
  - задаёт вопросы
  - слушает ответы на вопросы
  - отвечает на вопросы
  - придерживается темы диалога
  - рассказывает о прошедших событиях
  - соблюдает очередность в диалоге
  - соблюдает дистанцию при разговоре
  - завершает разговор не интересный собеседнику
  - не встревает в разговор других людей и т.д.
- соблюдает правила ***совместного проживания:***
  - одевается перед выходом из комнаты, ванны в общее пространство
  - стучит, прежде чем войти в комнату к соседу
  - входит в соседнюю комнату только с разрешения
  - не разрешает входить в комнату другим людям во время переодевания
  - поддерживает уровень громкости (своего голоса, звуковоспроизводящих устройств) в допустимых пределах
  - не трогает без разрешения чужие вещи
  - предупреждает соседей о приходе гостей
  - не раскидывает свои вещи
  - не нарушает личные границы соседа
- соблюдает этикет и правила ***общения с разными людьми:***
  - с друзьями

- с лицами противоположного пола
- с сопровождающим персоналом
- с незнакомыми людьми
- с работниками сферы услуг и т.д.

Пользование средствами связи, средствами альтернативной и дополнительной коммуникации (АДК)

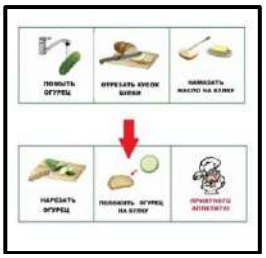
– пользуется средствами АДК:
  - программы на ПК, планшете / смартфоне
  - графические изображения (фотографии, рисунки, пиктограммы)
  - жесты (естественные, макатон, другие)
– пользуется мобильным телефоном:
  - разговаривает, когда позвонят
  - сам набирает номер
  - находит телефонные номера из списка контактов
  - добавляет новые контакты в список контактов
  - отправляет и принимает текстовые сообщения
  - пользуется мессенджерами, соцсетями
– пользуется интернетом:
  - находит нужную информацию
  - соблюдает правила безопасности при пользовании интернетом:
    - не сообщает персональные данные
    - не сообщает личную информацию
    - не посылает личные фото
    - не вводит данные банковских карт
    - предупреждает близких о встрече с человеком, с которым познакомился в интернете
    - дозированно пользуется гаджетами

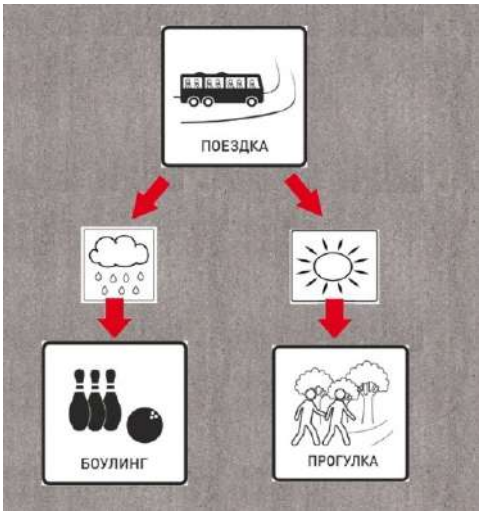
Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих в процессе формирования навыков социально- коммуникативной деятельности

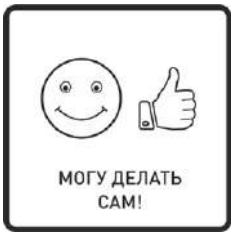
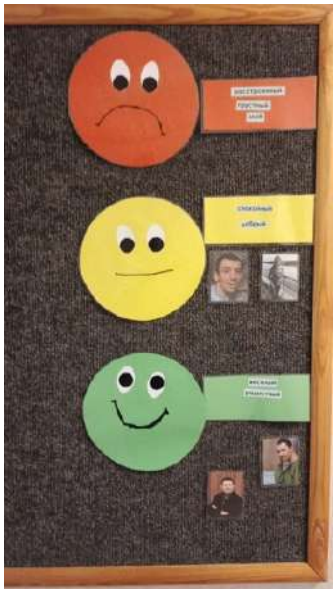
Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Ориентация в социальной среде		
Ориентация в помещении квартиры, дома.	Не знает: – подъезд дома; – этаж; – дверь квартиры; – места общего пользования в подъезде дома (лифт, мусоропровод); – помещения квартиры.	• Использование ярких визуальных ориентиров (например, красный коврик перед дверью квартиры). • Использование визуальных опор для обозначения помещений квартиры.

	Не использует по назначению: помещения квартиры, лифт, мусоропровод.	Использование в последовательностях выполнения дел фотографий реальных объектов (вынос мусора - мусоропровод, приготовление пищи - кухня) *(Приложение 23).*
Ориентация в микрорайоне.	Не находит дорогу до магазина, почты, остановки общественного транспорта, дома.	При тренировке маршрута до нужного объекта обращать внимание обучающегося на яркие ориентиры (ларёк, детская площадка и т.д.).
Ориентация в инфраструктуре города (знает расположения поликлиники, места дневной занятости, мест проведения досуга и др.).	Не планирует маршрут до объекта городской среды.	Составление маршрутных карт с фотографиями ярких ориентиров.
	Не может найти дорогу до нужного объекта.	При тренировке маршрутов до нужного объекта обращать внимание обучающегося на яркие ориентиры (ларёк, детская площадка и т.д.).
Соблюдает правила дорожного движения.	Переходит улицу в неположенном месте, без соблюдения правил и учёта сигналов светофора.	• Составление маршрута с учётом оснащённости места перехода дороги светофором или пешеходным переходом. • Проговаривание и проигрывание правил перехода улицы. • Видеосъёмка и последующий совместный просмотр и обсуждение.
Пользуется общественным транспортом.	Не ориентируется в маршрутах общественного транспорта.	Составление маршрутных карт, с указанием места назначения и номера маршрута.
	Не может определить, на какой остановке нужно выйти из автобуса.	Указание названия остановки автобуса и фото яркого ориентира (например, памятник на площади) в маршрутной карте.
	Уезжает по незнакомому маршруту, выходит на незнакомой остановке.	• Учить обращаться за помощью, в случае необходимости, в ближайшую торговую точку к продавцу. • Звонить по телефону сотруднику сопровождающей организации. • Учить показывать карточку с номером телефона сотрудника, при необходимости.
	Забывает приобрести (предъявить) билет в автобусе. Неадекватно реагирует на обращение контролёра.	• Предварительное проговаривание правил проезда в автобусе. • Проигрывание ситуации; тренировка.
Соблюдает правила при посещении общественных мест.	Не знает, куда обратиться за услугой.	Составление каталога пунктов оказания бытовых услуг (транспорт, химчистка, ателье, прачечная, профессиональная уборка, ремонт одежды, фотосалон, парикмахерская и др.) и организаций обслуживания населения (медицинского и социального).
	Не может выбрать, что заказать: например, в кафе (так как не ориентируется в меню и не знает ассортимента блюд) берет первое увиденное блюдо.	Предварительное знакомство с ассортиментом блюд кафе (блинная, пиццерия), рассматривание рекламных буклетов, меню.

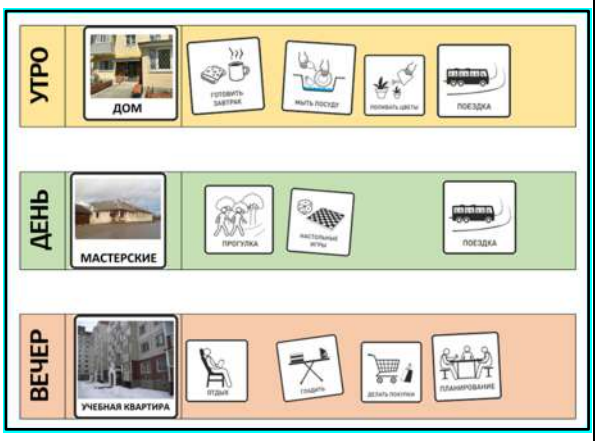
	Забывает оплатить заказ, не знает, в какой момент нужно произвести оплату.	• Предварительное проигрывание ситуации, тренировки. • Использование визуальной опоры последовательности действий
	Нарушает общепринятые правила («не шуметь», «не бегать», «соблюдать очередь», «вежливо общаться с соседями и персоналом», «убирать за собой мусор / беспорядок» и др.)	• Вследствие недостаточного опыта посещения общественных мест не знает, как себя вести. • Предварительное проигрывание ситуации, тренировки. • Использование визуальной опоры «правила поведения».
	Не знает, к кому можно обратиться за помощью.	Выделение отличительных черт обслуживающего персонала (например, продавец – консультант в форменной одежде с бейджем на груди) *(Приложение 39).*
	Стесняется обратиться за помощью к персоналу.	• Создание проблемных ситуаций (например, включить в список покупок товар, который в магазине располагают на дальних полках). • Использование письменных обращений (например, карточка в кошельке "Дайте, пожалуйста, чек").
Ориентация во времени		
Определяет время по часам.	Не понимает время по аналоговым часам.	Использование цифровых часов.
Определяет текущую дату (год, месяц, день недели, число).	Затрудняется в определении текущей даты.	Использование календарей с бегунком.
Соотносит вид деятельности с определенным временным промежутком.	Не соотносит время суток с видами деятельности (днем спит, ночью играет в компьютер).	Учить разделять дневное и ночное время, время для работы, отдыха, досуга.
Планирование и оценка деятельности		
Планирует свою деятельность на определённый промежуток времени.	Не может спланировать свою деятельность на день, неделю. Не помнит, какие домашние дела необходимо выполнять ежедневно, в течение недели. Не может спланировать последовательность выполнения дел. Затрудняется при распределении дел между всеми проживающими.	• Использование графика распределения ежедневных и еженедельных дел. • Ежедневное планирование с использованием недельного графика планирования дел *(Приложения 12,13).* • Составление индивидуального ежедневного и еженедельного расписания (П*риложение 40).*

Распределяет время для выполнения необходимых дел.	Не может рассчитать время для выполнения запланированных дел.	• Использование расписания с указанием времени начала каждого действия. • Дополнение циферблата часов пиктограммами для соотнесения определенного промежутка времени с каким-то видом деятельности.
Начинает выполнение запланированной деятельности в определенное время.	Знает о запланированных делах, но не начинает их выполнение без сигнала со стороны сопровождающего, старается выполнить все дела очень быстро, без учета подходящего для этого времени (например, начинает готовить завтрак в 4 утра).	• Использование опосредованного сигнала (например, звонок таймера). • Обсуждение времени начала выполнения дел (например, после отдыха в 16.30). • Использование в расписании пиктограмм с обозначением времени (Приложение 41).
Доводит начатое дело до конца.	Начинает, но не доводит дело до конца (отвлекается, теряет интерес).	• Использование последовательности выполнения деятельности. • Введение правила «не болтать во время выполнения дела». • Во время выполнения дел выключаем музыку, выключаем телевизор.
	Не заканчивает начатое дело (например, высыпал в кастрюлю макароны и ушёл из кухни).	Использование алгоритмов выполнения деятельности с чётким обозначением окончания (например, фраза "приятного аппетита" в конце рецепта приготовления макарон) (*Приложение 30).*
Соблюдает последовательность действий.	Возвращается к уже выполненным операциям, пропускает операции.	Использование системы ориентации в последовательностях с учетом индивидуальных особенностей человека. 

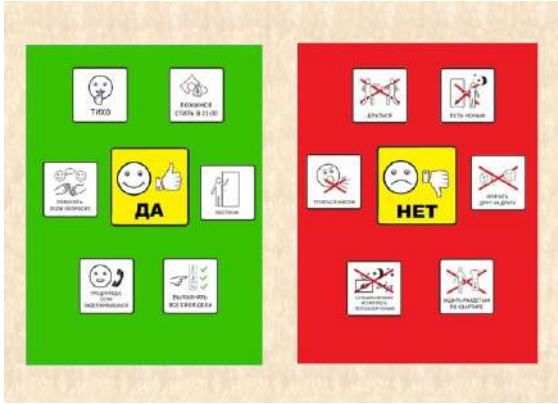
Оценивает результат выполненной деятельности.	Не может оценить результат своей выполненной деятельности. Не может оценить результат деятельности других обучающихся.	• Разработка критериев качественно выполненного дела совместно с обучающимся *(Приложение 42).* • Проговаривание критериев качественно выполненного дела до начала его выполнения. • Оценка качества выполненного дела сразу после его выполнения и исправление недостатков. • Использование визуальной опоры.
Адекватно реагирует на изменения в расписании.	В случае непредвиденных изменений в расписании может отказываться от выполнения любой деятельности, проявлять агрессию\ самоагрессию.	• Планирование расписания с учетом различных вариантов: – Начинать с 2 предсказуемых вариантов, о которых обучающийся предупрежден, – затем увеличивать количество возможных вариантов и снижать степень их предсказуемости: например, «если в «Магните» нет моркови, мы пойдем в «Пятерочку» или «Домашний»; «если в магазине нет моркови, мы пойдем в какой-то другой магазин»). • Введение карточки «сюрприз» из системы альтернативной коммуникации с помощью карточек (PECS) Л.Фрост, Э.Бонди. 
Межличностное взаимодействие и саморегуляция		
Выражает свои желания социально приемлемым способом. Отказывается от чего-либо социально приемлемым способом.	Не может выразить свои желания, ждет, пока другие предложат что-либо. Выражает свои желания или отказывается от чего - либо социально неприемлемым способом (кричит, проявляет агрессию)	• Создание проблемных ситуаций, когда молодому человеку необходимо выразить своё желание, чтобы что-то получить. В случае, если у молодого человека отсутствует речь, очень важно оговорить тот способ, которым он будет сообщать о желаемом сопровождающим и своим соседям (например, показать пиктограмму «хочу пить».

Обращается за помощью.	Не обращается за помощью, даже если очень в ней нуждается.	• Использовать звуковой сигнал (беспроводной звонок) для выражения просьбы о помощи).
Отказывается от помощи.	Позволяет другим делать всё за себя, даже если хочет делать это сам.	Учить определять ситуации, когда нужна и не нужна помощь и отстаивать свое желание что-то сделать. 
Контролирует своё эмоциональное состояние в процессе социального взаимодействия .	Допускает агрессивное поведения, когда нервничает. Не сдерживает импульсивные побуждения и действия. Проявляет нетерпимость к поведению других людей.	• Учить определять и обозначать свое эмоциональное состояние, его причину.  • Учить сообщать об импульсивных побуждениях, необходимости побыть одному (карточка «хочу побыть один»). • Составление индивидуальных правил поведения. **<u>Важно</u>**: учитывать нетерпимость к отдельным видам поведения других обучающихся при комплектовании группы обучения на повторный курс или в рекомендация для постоянного СП.
Адекватно реагирует на • комплименты, • замечания,	В ответ на комплимент, похвалу может обнимать и целовать всех присутствующих, рыдать, прятаться под стол и т.д.	• Использование визуальных подсказок, проигрывание ситуаций. • Составление правил поведения.

• конструктивную критику, • похвалу, • отказ, • запрет, • необходимость ожидания.	Агрессивно реагирует на критику, отказ, запрет, замечание, необходимость ожидания.	• Сначала конфликтная ситуация обсуждается индивидуально с обучающимся, затем та же ситуация обсуждается со всеми участниками конфликтной ситуации. • Ситуации, которые касаются всех обучающихся, обсуждаются во время вечернего планирования дел (*Приложение 11*).
Оценивает свое поведение, оценивает поведение других людей.	Не может оценить свое поведение, поведение других людей (говорит, что все было хорошо или наоборот, все плохо).	• Разработка совместно с обучающимся правил поведения, обозначение их понятными для них словами и изображениями. • Оценка поведения с опорой на разработанные правила.
Учитывает интересы окружающих при принятии решений.	Не учитывает интересы других жильцов (громко слушает музыку, приглашает гостей, не спросив соседей и т.д.).	Совместное составление правил проживания.
Принимает самостоятельные решения, отстаивает собственное мнение.	Старается избегать принятия решений: не высказывает своё мнение, просит высказать его других ребят, соглашается с любыми предложениями.	• Создание проблемных ситуаций, способствующих принятию решений. • Введение "должности" дежурного, когда ответственность за выполнение того или иного дела возлагается на одного конкретного обучающегося.
Делает выбор.	Затрудняется сделать выбор (хочет все, не имеет предпочтений, недостаточно опыта).	Тренировка в простом выборе из 2 повседневных вещей (предметов одежды, напитков и др.).
Предлагает, оказывает помощь другому человеку.	Не видит необходимости и не оказывает помощь другим. Выполняет все дела за других, даже если нет такой необходимости.	• Введение в график дел карточки «помогать, если попросят». • Введение дежурного по дому, обязанного помогать другим. • Поощрение помощи другим отдельным жетоном.

		• Объяснять, что оказание помощи без просьбы мешает обучению. • Введение правила: «Без специальной просьбы чужие дела выполнять не нужно».
Демонстрирует свои достижения, гордится ими.	Не может похвалить себя, вместо похвалы другому описывает его внешность.	На ежедневном планировании похвалить себя или другого обучающегося за что-то конкретное (дело, соблюдение правила).
Соблюдает правила ***в процессе общения.***	Задает вопрос, но не слушает ответ. Перебивает собеседника. Отвечает на вопрос не по теме разговора. Встревает в разговор других людей, перебивает их.	• Тренировка ведения диалога на разные темы • Тренировка соблюдения очередность при ведении диалога. • Использование визуальной опоры-напоминания «не перебивать».
	Не может рассказать о событиях, произошедших недавно.	Использовать форму «мой день», заполняемую в течение всего дня (по мере прохождения события). В последующем рассказ составляется с опорой на заполненную форму. 
	Подходит слишком близко к собеседнику, не чувствует дистанции.	• Использование визуальной опоры, с помощью которой молодые люди могут контролировать расстояние при разговоре между собой и другим человеком, например, на расстоянии в полшага или вытянутой руки.

		• Выполнение упражнений на соблюдение правила: «Прежде чем начать разговор, нужно сделать полшага назад».
	Знает вежливые слова и ситуации, в которых они употребляются, но не испытывает потребности в их использовании.	Создание проблемных ситуации (например, невыполнение просьбы, высказанной без вежливых слов).
Соблюдает правила ***совместного проживания.***	Не знает правила проживания в общежитии. Знает, но не соблюдает правила проживания в общежитии.	• Совместное составление правил проживания. • Использование системы поощрений за соблюдение правил. • Использование визуальной опоры-напоминания, расположенной на двери в комнате (например, «Не выходи раздетым!», «Постучи!»).

Соблюдает этикет и правила ***общения с разными людьми:*** с друзьями, с лицами противоположного пола, с сопровождающим персоналом, с незнакомыми людьми, с работниками сферы услуг и т.д.	• Не знает, как проявить симпатию к лицу противоположного пола. • Нарушает личные границы при общении с лицами противоположного пола (прикасается к интимным местам, демонстрирует неуместное сексуальное поведение в общественных местах). • Может подойти к незнакомым людям на улице, схватить их за руки, пытаться забрать их вещи, чтобы помочь донести и т.д. • Преувеличенно реагирует на незнакомых людей: показывает на них пальцем, кричит, обзывает, толкает. • Фамильярно относится к сопровождающему персоналу.	• Предварительное проговаривание правил перед выходом на улицу, посещением общественных мест, приходом гостей.  • Ежедневные упражнения с использованием визуальных опор (правила на стене, блокнот «напоминалка» в кармане). • Внесение правил в список ежедневных дел.
Пользование средствами связи, АДК		
Пользуется мобильным телефоном.	Не может сам найти нужный номер в телефонной книге. Не может позвонить в экстренной ситуации и попросить помощи. Не помнит номер телефона. Не может набрать номер.	• Добавление важных телефонных номеров на быстрый набор. • Использование телефонов с функцией отправки экстренного сообщения с координатами при нажатии определенной кнопки. • Подключение функции «голосовой вызов».
	Не отвечает на входящие звонки (даже близких людей). Принимает вызов, но не поддерживает разговор.	• Тренировка разговора по телефону, например, сначала разговор проходит по заранее оговоренному плану. Постепенно длительность разговора увеличивается, расширяется количество тем для общения. • Внесение необходимость разговора по телефону в план ежедневных дел.

	Отвечает на спам звонки.	• Установка на телефон программ, фильтрующие спам звонки. • Включение в телефоне фильтр спама.
	Не может добавить новые контакты в список контактов.	Составление последовательности действий при добавлении номера в список контактов.
	Не может набрать текстовое сообщение.	• Научить отправлять голосовые сообщения. • Внесение в память телефона готовых шаблонов сообщений (для наиболее часто встречающихся ситуаций).
	Не читает СМС сообщения от близких людей.	• Установка голосовых уведомлений на входящие СМС из категории «семья», «учебная квартира» и т.д. (например, установка голосового уведомления «прочитай сообщение от мамы»).
	Проходит по ссылкам в СМС сообщениях, вследствие чего может подключить подписку.	Оформление запрета на рассылку рекламных СМС и подключение дополнительных услуг в офисе провайдера.
Общение через соцсети, мессенджеры, сайты знакомств.	• Знакомится через интернет с разными людьми, добавляет всех подряд «в друзья». • Не понимая возрастных ограничений, пишет несовершеннолетним детям личные сообщения, предлагает им дружбу, встречи. • Встречается с людьми, с которыми познакомился через интернет, не предвидя возможных опасностей. • Навязчиво требует общения (добавляется в друзья, пишет много сообщений незнакомым людям)	• Предупреждать близких и сопровождающих об общении, встрече с человеком, с которым познакомился в интернете. • В тех случаях, когда человек не может оценить опасность, доступ в интернет осуществляется под контролем сопровождающего.
Дозированно пользуется гаджетами.	Пользуется гаджетами на протяжении очень долгого времени, на протяжении всего дня.	• Введение правила «пользуемся гаджетами не более 10 – 20 мин минут за один раз». • Время пользования гаджетами вносится в план дня.

Пользуется интернетом, мессенджерами, соцсетями.	**Нарушает правила личной безопасности:** – сообщает персональные данные; – сообщает личную информацию; – посылает личные фото; – вводит данные банковских карт.	• Установка ограничений на совершение онлайн оплаты. • Установка функции «родительский контроль». • В тех случаях, когда человек не может оценить опасность, доступ в интернет осуществляется под контролем сопровождающего.
Поиск информации в интернете.	Не может найти нужную информацию.	• Прописывание алгоритма поиска. • Использование для поиска голосового помощника (Алиса, Маруся и т.д.).

В Отделение учебного проживания не редко поступают люди, у которых отсутствует вербальная речь и при этом не сформированы навыки пользования средствами АДК. Отсутствие данных навыков не является противопоказанием к приёму в ОУП, но существенно затрудняет процесс обучения в связи с недостатком необходимых инструментов развития социальной коммуникации и потребности в ней. Формирование навыков общения с использованием средств АДК не является задачей учебного сопровождаемого проживания, поэтому важно, чтобы родители (иные законные представители) позаботились об обучении человека, у которого отсутствует устная речь, навыкам использования средств АДК. Такое обучение может происходить в рамках получения основного общего образования в школе (в ходе освоения содержания учебного предмета «Речь и альтернативная коммуникация» в рамках 2 варианта ФАООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) или АООП образования взрослых с выраженными интеллектуальными нарушениями, ранее не получавших образование[8]), либо в организациях, предоставляющих услуги по реабилитации и абилитации. Во время обучения в квартире специалисты ОУП поддерживают формирующиеся навыки использования средств АДК для решения конкретных жизненных задач, подкрепляя тем самым потребность «неговорящего» человека в их использовании.

Ещё одной актуальной темой для обсуждения в рамках учебного сопровождаемого проживания является соблюдение норм общения между лицами противоположного пола. Молодые люди с особыми потребностями имеют право на личную жизнь (в том числе и сексуальную). Однако зачастую родители (иные законные представители), являющиеся опекунами недееспособных молодых людей, проходящих обучение в ОУП, бывают не готовы к тому, что их подопечный может встречаться с кем-либо и иметь полового партнёра. Это одно из наиболее часто высказываемых опасений при предварительном обсуждении предстоящего учебного проживания взрослых людей с тяжелыми нарушениями развития в ОУП. Родители боятся последствий возникновения близких отношений и ограничивают общение своих детей с лицами противоположного пола. Вместе с тем, в ходе индивидуальных консультаций и тренингов родители (иные законные представители) часто выражают понимание, что их дети уже взрослые и им тоже хочется влюбляться, строить отношения, при этом отмечают, что у них очень маленький опыт такого общения, что проявляется в неумении выражать симпатии приемлемым способом, отсутствием чувства границ, за которые неприлично заходить в таком общении. В ходе обсуждения с психологом родители (иные законные представители) постепенно приходят к выводу, что молодых людей нужно учить правильному поведению во взаимоотношениях с противоположным полом. После этого задачи развития коммуникации и взаимодействия между мужчинами и женщинами также включаются в индивидуальную программу обучающихся в ОУП. Реализация задач по данному направлению чаще всего проводится в форме индивидуальных бесед. В отдельных случаях вопросы выносятся на групповое обсуждение. Если родители (иные законные представители) категорически против «тесных» отношений своих подопечных с лицами противоположного пола, то для того, чтобы не провоцировать нежелательные ситуации, при комплектации групп учитывается вероятность развития таких отношений между конкретными молодыми людьми и их не включают в одну группу обучения.

[8] Минпросвещения России от 31.08.2020 № ДГ-1342/07 Об организации образования лиц с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

3. ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Как правило, все любят отдыхать, и всем нам необходим отдых. У каждого человека есть предпочтения: это может быть отдых на диване или экстремальный поход в горы. И каждый раз мы ждём отдыха, так как он заряжает нас энергией и позволяет затем более продуктивно работать. Для того чтобы отдых был эффективным, нужно уметь правильно отдыхать.

Особое значение эта тема приобретает для людей с тяжелыми нарушениями развития. Специфика развития ребенка и взрослого человека с нарушениями интеллекта, с расстройствами аутистического спектра вызывает потребности в сопровождении при решении такими людьми различных жизненных задач, относящихся к бытовой, социально-коммуникативной, досуговой сферам человеческой деятельности. Часто навыки, сформированные у особого человека в определенных ситуациях, не переносятся в иные условия, поэтому возникает необходимость их специального формирования в процессе сопровождения по жизни. Так, если дети с типичным развитием легко переносят игру в новые ситуации, а обычные взрослые люди самостоятельно организуют свой досуг с учетом различных факторов и обстоятельств, то люди с ментальными особенностями нуждаются в помощи и в выборе досуговой деятельности, и в ее организации, и в осуществлении. С учетом специфики психофизического развития людей с ментальными нарушениями необходимо ставить специальные задачи, связанные с обучением организовывать и проводить досуг.

Свободное время – время, которое остаётся после выполнения обязательных дел.

Досуг – совокупность видов деятельности, ориентированных на удовлетворение физических, духовных и социальных потребностей людей в свободное время и связанных преимущественно с отдыхом и развлечениями: чтением, играми, танцами, посещением учреждений культуры и массовых зрелищ, любительскими занятиями, занятиями физкультурой и спортом[9]. Молодые люди с тяжелыми нарушениями развития часто затрудняются выбрать для себя вид отдыха, так как не знают, что значит «отдыхать». Среди вариантов «отдыха» называются такие, как: «выколачивание ковра», «мытьё полов» и т.д. То, что они зачастую не разделяют понятия «труд» и «отдых», связано с тем, что долгое время в их жизненном опыте не было разведения деятельности на «работу» и «досуг». В лучшем случае под «досугом» понимается лишь просмотр телевизора, прослушивание музыки, сидя на диване.

В арсенале людей с тяжелыми и множественными нарушениями развития содержится малое количество вариантов проведения досуга. По различным причинам молодые люди знакомы в основном с домашними видами развлечений или привлекались в школе к внеклассной работе без возможности выбора и учета их интересов.

Молодые люди с тяжелыми нарушениями развития в основном выбирают пассивные виды отдыха, даже если они имеют опыт участия в более сложных вариантах проведения свободного времени, они не умеют или не имеют возможности самостоятельно его организовать.

Таким образом, к основным особенностям людей с тяжелыми множественными нарушениями в области досуговой деятельности можно отнести:

- небольшой опыт в проведении свободного времени;
- отсутствие интересов или увлечений;
- предпочтение пассивных видов отдыха (просмотр телевизора, прослушивание музыки);
- неумение организовать желаемый вид досуговой деятельности.

[9] Социологический словарь проекта социум (http://voluntary.ru/slovari/sociologicheskii-slovar-proekta-socium.html)

3.1. Основные требования к организации досуга

Исходя из опыта работы отделения учебного проживания, организация досуга молодых людей с тяжелыми множественными нарушениями развития должна отвечать следующим основным требованиям.

- ***Доступность***, в нескольких аспектах***:***
  - Физическая доступность – доступность места досуга (наличие пандуса, лифта и т.д.), материалов для досуговой деятельности (книги, краски, игры и другие материалы ДОЛЖНЫ БЫТЬ В СВОБОДНОМ ДОСТУПЕ).
  - Содержательная доступность – понятное содержание на простом (ясном) языке, например, издание своей периодической литературы.[10]
  - Ценовая доступность – не в последнюю очередь стоит учитывать стоимость того или иного вида отдыха, в том числе ориентируя самих молодых людей с инвалидностью на необходимость учета и экономного расходования личных средств. Это не значит, что стоит совсем исключить дорогостоящие виды досуга, но важно учить молодых людей более тщательно подходить к подготовке такого досуга, например, планировать его не чаще, чем один раз в полгода.
- ***Учет индивидуальных особенностей.*** Человеку с повышенной чувствительностью к звукам будет не очень комфортно в кинотеатре или на дискотеке, а человеку со сниженным болевым порогом вряд ли стоит предлагать фитнес занятия.
- ***Предсказуемость.*** Молодые люди с инвалидностью должны быть информированы и подготовлены к тому, что увидят, в чем будут участвовать – это дает им чувство защищенности и предотвращает лишнюю тревожность и возможные негативные реакции (если возможно, проиграть ситуацию будущего досуга). Особенно это важно для людей с особенностями аутистического спектра.
- ***Соответствие возрасту***. Данный принцип не исключает возможность иногда и «ребячества», но в целом следует перестраивать, переориентировать детские интересы на взрослые виды занятости. Например, нравилось возиться с песком, водой – возможно, человеку придется по душе мини-клумба на балконе. Или человек любит раскрашивать – предложить закрашивать графические мандалы. Любовь к мультипликационным фильмам можно переориентировать на передачи о природе, жизни животных или путешествиях.
- ***Сохранение здоровья.*** В связи с малоподвижным образом жизни желательно вводить в образ жизни молодых людей с инвалидностью больше видов досуга, связанных с двигательной активностью (по возможности проводить досуг на свежем воздухе). Учить их чередовать в своем выборе развлекательные виды отдыха с полезными и познавательными составляющими.
- ***Занимательность.*** Молодым людям с особенностями развития при проведении отдыха необходима привлекательность и яркая эмоциональная окрашенность, красочное оформление, использование разнообразной атрибутики при организации различных видов досуговой деятельности. Создание дополнительных смысловых нагрузок особенно при проведении видов досуга с познавательной нагрузкой (экскурсии по историческим местам с интерактивной картой, посещении выставок).

  Для реализации данного требования важна личность и роль сопровождающего: он в первую очередь является призмой, через которую молодые люди будут воспринимать действительность. Он должен эмоционально заражать всех участников досуга, делать смысловые и эмоциональные акценты.

Условия успешной организации досуга:

- подготовительная работа (обсуждение, знакомство по фото и видео материалам, подготовка реквизита);
- четкая организация (план, сценарий досугового мероприятия);
- привлечение специалистов (художник, учитель танцев, тренер и т.д.);
- наличие подготовленных сопровождающих.

[10] Один из номеров издания, сделанного занятыми и сотрудниками Псковских интеграционных мастерских для инвалидов, вы можете увидеть по ссылке https://cloud.mail.ru/public/mPTG/GB1tzeuNv

3.2. Формы досуга.

Возможные варианты проведения свободного времени:

1. **<u>По степени активности:</u>**
   - Пассивный, основная функция пассивного отдыха - релаксация (уменьшение напряжения, расслабление). Для релаксации специально выделяют места отдыха (комнаты отдыха, зоны отдыха и т.п.).
   - Активный отдых, в отличие от пассивного, предполагает не исключение нагрузок на организм, а их перераспределение между различными системами органов, основанное на смене видов деятельности.

2. **<u>По содержанию</u>:**
   - общение,
   - спортивно-оздоровительная деятельность (подвижные игры и отдых на природе),
   - пассивно-репродуктивная или развлекательная деятельность (прогулки, просмотр телепередач, слушание музыки, посещение дискотек и т.п.),
   - интеллектуально-познавательная деятельность активного характера (чтение, занятие в кружках, посещение факультативов и т.п.),
   - художественное, техническое, естественно-научное и т.п. творчество,
   - любительская деятельность прикладного характера (шитьё, вязание, фотодело и т.п.),
   - общественно активная деятельность (деятельность в рамках общественных движений, объединений, организаций, благотворительную деятельность, взаимопомощь).

3. **<u>По месту проведения:</u>**
   - Отдых дома:
     - настольные игры,
     - просмотр телевизора,
     - творческие занятия (рисование, лепка, аппликация),
     - просмотр печатных изданий,
     - прослушивание музыки,
     - прием гостей,
     - проведение тематических вечеров (коллективный просмотр фотографий, кулинарное шоу и др.),
     - караоке,
     - домашняя дискотека.
   - Выход в город:
     - поход в гости,
     - посещение общественных досуговых мест (кафе, театр, кинотеатр, концертный зал, музей, дискотека, клуб),
     - прогулка (по городу, в парке, во дворе).
   - Выезд за город:
     - туристические походы,
     - лыжная/велосипедная прогулка,
     - пикник.
   - Поездка в другой город.

4. **По количеству участников:**

- индивидуальный досуг (чтение, просмотр телепередач, творчество и др.),
- малые группы (3-5 человек – игры, проведение дней рождений и т.д.),
- большие группы (5-15 человек – праздники, экскурсии, посвящение, выпускной.), *(Приложение 43),*
- массовые мероприятия (Праздник двора и т.д.).

5. По длительности:

- кратковременный (5-10 мин до 1,5 часа),
- долговременные (3-часовая экскурсия – 2-дневный выезд),
- организация отпускного времени (тематические лагеря, турпоездки и т.д.).

Таким образом, при организации любого досуга необходимо учитывать каждую из этих составляющих. При подготовке любого вида досуга важно ответить на следующие вопросы:

- с какой целью?
- что?
- где?
- сколько человек?
- как долго?

3.3. Обучение организации досуга (этапы работы)

Опыт работы отделения учебного проживания свидетельствует о важности вовлечения человека с тяжелыми нарушениями развития в разные виды досуга, специально организованные для него подготовленными сопровождающими, а также важности привлечения его к планированию и организации досуговых мероприятий в меру его возможностей: частично или полностью самостоятельно, либо с существенной помощью сопровождающего.

Обучение проведению досуга направлено на достижение более высокой степени самостоятельности в организации своего свободного времени, на формирование потребности и умения посещать общественно-культурные места и т.д. Обучение досуговой деятельности происходит в процессе ее практического осуществления, т.е. в ходе планирования, подготовки и проведения какого-либо мероприятия.

С учетом того, что в опыте большинства молодых людей имеются, преимущественно, пассивные виды отдыха, такие как прослушивание музыки, просмотр телевизора, целью **первого этапа** работы является знакомство с вариантами активного отдыха.

Для ознакомления с разными видами отдыха, а также в помощь при выборе досуга, разработан и постоянно обновляется «Каталог досуга» (Приложение 37). Он иллюстрирован фотографиями из архива самих обучающихся и снабжен адресами и фотографиями мест проведения досуга, номерами городских автобусов, названиями нужных остановок. В каталоге также указана примерная сумма денег, необходимая для затрат на проведение данного вида досуга.

Задачей первого этапа также является освоение правил культурного поведения в общественных местах. С учетом того, что в них сосредоточено некое количество людей, различающихся по взглядам, вкусам, интересам, важно создать условия для доброжелательного общения, поэтому необходимо научиться соблюдать общепринятые правила.

До большинства досуговых учреждений нужно добираться на общественном транспорте. Поэтому с молодыми людьми необходимо заранее оговаривать общепринятые правила: разговаривать не слишком громко, оплачивать и сохранять билет, в салоне автобуса не останавливаться у дверей, тем самым мешая проходу пассажиров, не толкаться, снимать рюкзак, уступать место людям пожилого возраста и т.д.

Поведение в общественно-культурном месте тоже регулируется некоторыми правилами: соблюдение вежливости по отношению к персоналу и другим посетителям, в некоторых местах – кинотеатр, выставка – не приветствуются бурные выражения восторга и громкие разговоры, и т.п. В помощь для напоминания о нормах и правилах поведения в общественных местах могут быть изготовлены памятки с правилами, представленными в виде фотографий, пиктограмм (например, «тихо» и т.д.).

На **втором этапе** молодые люди учатся делать самостоятельный выбор вида отдыха: сообщать о своем желании, уметь договариваться с другими участниками досуга, планировать время («Когда и как долго я буду этим заниматься?»). Некоторые из молодых людей имеют свои предпочтения в плане времяпрепровождения (поездки, посещение концертов), но довольно однотипные и активно предлагают их, не прислушиваясь к мнению

и желаниям других. Однако при этом они не учитывают ни своих финансовых возможностей, ни доступность их для других членов группы.

На **третьем этапе** молодые люди учатся самостоятельно организовывать выбранный вид досуга. На данном этапе обучающиеся усваивают, что нужно заранее подготовить все необходимое, что потребуется для проведения досуга, посчитать возможные денежные затраты (досуг молодые люди оплачивают из своей пенсии), спланировать маршрут до места отдыха, договориться кто за что отвечает. На данном этапе ребятам также помогает «Каталог досуга». В нем предложены примеры алгоритмов подготовки к проведению разных видов отдыха. Например, что делать, если вы хотите посетить кинотеатр**?**

Что делать:

- Узнать какие фильмы показывают в кинотеатре.
- Уточнить во сколько начинаются сеансы.
- Узнать стоимость билета.

Последовательность обучения досуговой деятельности можно представить в виде следующего **плана:**

1. участие в досуговой деятельности, организованной другими (сопровождающими, семьёй, друзьями и т.д.);
2. выбор досуговой деятельности, организованной другими;
3. организация досуговой деятельности (с необходимым сопровождением):
   - подготовка досугового мероприятия;
   - сбор информации о желаемом отдыхе (узнать варианты, связанные с местом и временем: позвонить, найти информацию в интернете, спросить у знакомых и т.д.);
   - получение информации о стоимости проведения выбранного вида отдыха;
   - планирование маршрута (на транспорте (каком?), пешком);
   - подготовка необходимой одежды, вещей, материалов;
   - осуществление мероприятий досуга;
   - обсуждение прошедшего досуга (обмен впечатлениями).

В своей работе мы выделяем несколько основных направлений, на которых можем сосредоточиться в процессе обучения сопровождаемому проживанию:

- выбор и решение о проведении личного свободного времени,
- выбор и решение о проведении свободного времени с коллективом,
- организация досуга,
- участие в досуговых мероприятиях.

Содержание (ожидаемые результаты) обучения

Выбор и решение о проведении личного свободного времени:

- выбирает вид досуга с учетом имеющегося свободного времени,
- пробует новые варианты проведения свободного времени,
- находит необходимый инвентарь для выбранного вида досуга (достает рукоделие, включает магнитофон),
- определяет продолжительность отдыха,
- завершает досуговую деятельность в запланированное время,
- убирает использованный инвентарь после завершения досуга,
- имеет хобби.

Выбор и решение о проведении свободного времени с коллективом:

- выбирает вид досуга с учетом:
  - имеющегося свободного времени,
  - имеющихся представлений о вариантах проведения коллективного досуга,
  - имеющихся в наличии финансов,
  - дополнительных задач (развлекательный или познавательный вид досуга, чередование видов отдыха),
  - плана общегородских мероприятий.
- чередует виды досуга,
- сообщает о своем желании,
- договаривается с другими участниками досуга,
- выбирает место проведения досуга,
- выбирает время проведения досуга.

Организация досуга:

- узнает о времени и стоимости желаемого вида досуга,
- заказывает билеты/ услуги онлайн,
- планирует маршрут,
- готовит необходимый инвентарь и одежду.

Участие в досуговых мероприятиях:

- участвует в мероприятиях досуга от начала до конца,
- делится впечатлениями после завершения досуга
  - сразу после завершения
  - спустя некоторое время

Методические рекомендации по преодолению трудностей, возникающих в процессе обучения досуговой деятельности

Содержание обучения (ожидаемые результаты)	Наиболее часто встречающиеся трудности	Методические приемы и средства
Сообщает о своем желании.	Не может сообщить о своих предпочтениях (стесняется, не привык отстаивать свою точку зрения).	При выборе вида досуга каждый обучающийся обязательно высказывается во время планирования досуга.
Выбирает вида досуга. Выбирает место проведения досуга. Организует досуг (звонит, чтобы узнать о	Вследствие недостаточного опыта испытывает затруднения при выборе вида отдыха: • не умеет организовывать свой досуг, является пассивным участником; • не учитывает свои финансовые возможности и доступность вида отдыха; • не учитывает сезон, погодные условия при выборе отдыха;	Для ознакомления с разными видами отдыха, а также для облегчения выбора вида отдыха, создается «Каталог досуга»[11] (*Приложение 44).* Он может содержать: • адреса и фотографии места проведения досуга; • номера городских автобусов для проезда до нужной остановки; • примерную сумму расходов, необходимую для проведения данного вида досуга;

[11] В приложении представлена таблица с критериями выбора вида досуга, условные обозначения, помогающие обучающимся оценить доступность и преимущества каждого из видов досуга, отражены шаги по организации одного из видов досуга.
С полным вариантом «Каталога досуга» вы можете ознакомиться по ссылке https://cloud.mail.ru/public/Zc7T/nHFsGpc47
Фрагмент работы с «Каталогом досуга» вы можете просмотреть по ссылке https://youtu.be/BJ_2Z8Z4jys?si=8fSDVWrv81d3gI9D

времени и стоимости желаемого отдыха).	• знает, как хотел бы отдохнуть (например, посмотреть кино), но не знает, где находится кинотеатр; • выбирает место, не подходящее для выбранного вида отдыха (например, собирать пазлы на полу в прихожей).	• порядок действий для подготовки к проведению отдыха; • перечень видов отдыха на дому; • места хранения материалов; • продолжительность отдыха; • определение места для досугового занятия (например, за столом в гостиной).
Договаривается с другими участниками досуга.	Имеет свои предпочтения в плане времяпрепровождения и активно предлагает их, не прислушиваясь к мнению и желаниям других.	• Вид досуга выбирается с помощью голосования всех участников. • Вид досуга выбирается по-очереди (по графику).
Находит необходимый инвентарь для выбранного вида досуга.	Не привык готовить материалы для проведения досуга (обычно они готовятся кем-то).	Определение места хранения материалов для творческих видов отдыха и игр, маркировка его пиктограммой.
Выбирает время проведения досуга.	Предпочитает отдыхать, не выполнив запланированные домашние дела.	Обозначение времени досуга в расписании дня специальной карточкой «свободное время».
Определяет продолжительность досуга.	Не может определить временные границы отдыха (слушает музыку или смотрит телевизор весь день).	Использование таймера для ограничения времени отдыха.

Важно!

Досуговая деятельность имеет для людей с ментальной инвалидностью не менее важное значение, чем для всех других людей. Вместе с тем выбор, планирование и выполнение плана проведения свободного времени представляет для человека с интеллектуальными нарушениями сложную задачу, которую без помощи сопровождающих (в большей или меньшей степени) ему не удается решить.

Помощь сопровождающих может выражаться в форме их физического участия (вести кресло-коляску, осуществлять присмотр, направлять и т.д.) при проведении свободного времени; в обеспечении различных ориентиров (каталог досуга), помогающих людям с ментальной инвалидностью максимально самостоятельно выбрать, спланировать и провести досуговое мероприятие, и в обучении самостоятельно пользоваться такими ориентирами. Кроме того, важно соблюдать определенный порядок действий при выборе, подготовке и проведении досуга. Это поможет людям с ментальной инвалидностью постепенно освоить шаги досуговой деятельности и выполнять их с минимальным участием сопровождающих.

Остается проблемой инфраструктурная труднодоступность объектов культуры и досуга для маломобильных людей. Спектр услуг в сфере досуга, учитывающий особенности восприятия, мышления, памяти, речи, моторики людей с ментальной инвалидностью, также недостаточно развит. Трудно найти гида, который бы на простом языке мог рассказать людям с нарушениями интеллекта об исторических памятниках города, о картинах великих художников и т.д. Для решения проблем требуется долгосрочное планирование с участием общественности и специалистов, работающих с людьми с инвалидностью.

ГЛАВА III. УХОД

1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ РАЗВИВАЮЩЕГО УХОДА

Уход — помощь в обеспечении достойного качества жизни лицам, которые не могут осуществить это своими силами. В результате обучения самообслуживанию молодые люди с нарушениями развития могут обеспечить уход за собой самостоятельно в том объеме, в каком позволяют им это сделать их физические и /или психические возможности. Удовлетворение остальных необходимых потребности повседневной жизни обеспечивается сопровождающим персоналом посредством развивающего ухода, который способствует повышению качества жизни человека. Уход является важной частью сопровождаемого проживания.

1.1. Области развивающего ухода

Помощь и уход требуются людям с нарушениями во всех областях повседневной жизни:

- **прием пищи** (кормление и помощь при приеме пищи, соблюдая правила кормления и этикета);
- **одевание, раздевание и забота о внешнем виде** (одевание и раздевание полностью или оказание частичной помощи человеку, выбор опрятной одежды, соответствующей погоде и ситуации; забота о комфортности, прическе и внешнем виде человека);
- **передвижение** (например, в кресле-коляске, на вертикализаторе, подъемнике или другом устройстве, перенос на руках с соблюдением техники безопасности);
- **совершение гигиенических процедур** (смена памперса, уход за телом с использованием средств гигиены, регулярность в выполнении процедур по гигиене тела);
- **соблюдение санитарно-гигиенических норм в помещении** (проветривание, уборка и дезинфекция помещений, сантехники, дидактических материалов);
- **поддержка жизненно важных функций организма** (выполнение назначений врача: прием лекарств, профилактика пролежней, соблюдение режима сна и бодрствования и др.);
- **реализация коммуникативных и социально-эмоциональных потребностей** (создание комфортной окружающей обстановки, восполнение недостатка личного общения).

Мероприятия по уходу и присмотру выполняются в соответствии с индивидуальным расписанием (или графиком) ухода и присмотра. В нем указывается время, деятельность и лица, осуществляющие уход и присмотр, а также перечень необходимых специальных материалов и средств.

1.2. Общие правила осуществления развивающего ухода

- получение согласия клиента на выполнение той или иной процедуры;
- предоставление выбора клиенту («Что тебе дать попить: чай или сок?», «Что тебе сегодня надеть?»);
- сообщение о предпринимаемых действиях во время ухода («Сейчас я намылю тебе руки»);
- деликатность и осторожность при выполнении любых процедур;
- своевременность в осуществлении процедур по уходу;

- создание комфортных для клиента условий выполнения процедур (все гигиенические процедуры должны проводиться наедине с клиентом, по возможности в специально отведенном для этого месте);
- использование только индивидуальных средств гигиены;
- все процедуры по уходу осуществляются сопровождающим в одноразовых перчатках;
- фиксирование всех выполненных процедур. Необходимо помнить, что успешно осуществленная деятельность по уходу не считается выполненной, если она не отражена в документах;
- стимуляция активности клиента. Даже если человек может выполнить только некоторые действия в процессе осуществления любых процедур, необходимо предоставлять ему эту возможность.

Несоблюдение единой последовательности при выполнении процедур по уходу может вызвать чувство непонимания у клиента и, как следствие, может привести к различным негативным реакциям или отказу от выполнения процедуры.

1.3. Планирование развивающего ухода

Выявление потребности в уходе происходит в процессе первичного знакомства с человеком, наблюдения за ним, изучения документации, бесед с родными и специалистами, оказывающими ему помощь. Решение о предоставлении услуг по уходу и помощи в определенном объеме принимается с учетом мнения самого человека, которому предлагается уход, мнения его родственников (законных представителей), а также заключения специалистов. Полученные данные заносятся в индивидуальную программу сопровождения (ИПС) и планируются соответствующие потребностям мероприятия по уходу.

1.4. Процесс ухода

Области развивающего ухода	**Задачи и виды деятельности по уходу**	**Методические приемы и средства**
Прием пищи.	Кормление и помощь при приеме пищи.	• Соблюдение диеты и режима питания, назначенных врачом (еда должна быть оптимальной консистенции и комфортной температуры, подобран индивидуальный темп питания). • Использование специальных приспособлений (кружки-поильники, фиксаторы для тарелок и др.).
Одевание, раздевание и забота о внешнем виде.	Создание положительного впечатления.	• Прическа должна быть удобна для ухода как для сопровождаемого, так и для сопровождающего. • Одежда должна быть удобной, опрятной и соответствовать сезону и ситуации. • Необходимо использование парфюмерных и косметических средств, но оно должно быть дозированное. • Осуществление постоянного контроля внешнего вида.
Передвижение.	• Профилактика порочных состояний. • Смена положения тела в течение дня.	Составление индивидуальных графиков по смене положения тела в течение дня.

	Перемещение клиентов сопровождающими.	• Использование специальных вспомогательных средств: коляски, ходунки, подъемники. • Организация среды: отсутствие порогов, поручни, дверные проемы, соответствующие ширине коляски и др.
Совершение гигиенических процедур.	Регулярность в выполнении различных процедур по гигиене тела.	• Составление бланков учета выполнения различных мероприятий по уходу. • Специалисты выполняют мероприятия с заданной частотой и фиксируют их выполнение (*Приложение 45,46).*
	Соблюдение единства при выполнении гигиенических процедур.	Создание последовательностей выполнения действий по уходу за телом, например, подстригания ногтей *(Приложение 47).*
	Поддержание здоровья (туалет).	• Соблюдение биологических часов. • Учет количества и консистенции испражнений (*Приложение 48).* • Использование различных средств гигиены (влажная туалетная бумага, гигиенический конверт, памперс) для предотвращения вторичных нарушений (раздражений).
Соблюдение санитарно-гигиенических норм.	Создание безопасной среды.	Подготовка места проживания с учетом особенностей клиентов: закрытые шкафчики с медикаментами, сглаженные углы, отсутствие мелких и колюще-режущих предметов в свободном доступе, защита на дверях и окнах.
	Соблюдение техники безопасности.	• Ведение журнала травм, для учета факта получения травмы и фиксации обстоятельств и присутствовавших при этом сопровождающих, оказанной помощи, мер по профилактике. • Составление четких алгоритмов на случай возникновения разных непредвиденных ситуаций, связанных со здоровьем *(Приложение 49).*
	Гигиена помещений.	• Регулярные проветривания. • Соблюдение режима уборки и дезинфекция сантехнических помещений с фиксацией выполненных работ (Приложение 50).
	Создание комфортной окружающей обстановки.	Красота личных комнат, общих помещений с учетом мнения самих проживающих.
Поддержание жизненно важных функций организма.	Соблюдение режима сна и бодрствования.	• Соблюдение режима дня и включение в него, по необходимости, пауз, релаксационных мероприятий, дневного

		сна. Составление индивидуальных расписаний (Приложение 51). • Наблюдение за состоянием сознания. • Соблюдение температурного режима (накрывать тех, кто не может этого сделать сам). • Помощь в смене положения во время сна людям с ограничениями в движениях. • Оборудование спального места с учетом индивидуальных особенностей (ортопедический матрац, эргономичная кровать, гипоаллергенные материалы).
	Контроль и регулирование приема медикаментов.	• Составление графика приема медикаментов (Приложение 52). • Ведение бланка учета выданных медикаментов *(Приложение 53).*
	Профилактика заболеваний и вторичных нарушений.	Внесение выполнения мероприятий по профилактики заболеваний или осложнений, по назначению врача, в график распределения ежедневных дел.
Общение, реализация коммуникативных и социально-эмоциональных потребностей.	Восполнение недостатка личного общения проживающих.	Составление графика и включение в план работы сопровождающих определённого количества времени для личного общения с каждым из проживающих. В это время сопровождающий должен - с согласия проживающего - беседовать с ним на интересующие его темы или помогать заниматься любимым делом (*Приложение 54)*.
	Реализация потребности любого человека к самореализации (чувство сопричастности и нужности для общего дела).	• Посильное вовлечение во все виды деятельности. • Присутствие на общих мероприятиях.

1.5. Присмотр

Присмотр необходим прежде всего для обеспечения безопасности проживающих, а также для сохранности материальных ценностей. Необходимость в присмотре возникает, например, когда у человека наблюдаются проблемы поведения вследствие РАС, нарушений эмоционально-волевой сферы: агрессия (в отношении людей и/или предметов), самоагрессия; полевое поведение; проблемы поведения вследствие трудностей освоения общепринятых норм и правил (оставление пространства дома, уход без предупреждения и др.); в случаях эпилепсии, других сопутствующих нарушений (соматические, неврологические и т.д.); в тех ситуациях, когда проживающий использует предметы не по назначению (например, для оральной стимуляции), что вызывает угрозу травмирования человека или повреждение либо утрату предмета.

2. КРИТЕРИИ КАЧЕСТВА РАЗВИВАЮЩЕГО УХОДА

В качестве **индикаторов** качества услуги могут выступать:

- выраженная (вербально или невербально) удовлетворенность клиентов предоставленной услугой,
- общий позитивный эмоциональный настрой клиентов,
- положительное мнение законных представителей клиентов,
- доверительно-уважительные отношения между специалистами и клиентами,
- оформленные письменные документы (дневники наблюдения, ИПС и др.),
- протоколы проведения супервизии внутри команды специалистов.

3. ТРЕБОВАНИЯ К СОТРУДНИКАМ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИМ УХОД

Требования к внешнему виду сотрудников: длинные волосы должны быть собраны, удобная обувь на плоской подошве, короткие ногти, парфюм без резкого запаха, отсутствие украшений, которые могут травмировать клиента. Одежда сотрудников должна быть опрятной, удобной и скромной: не допускается ношение коротких юбок, слишком глубоких декольте и высоких каблуков. Важно подобрать и одежду для ночного времени суток.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1 Почасовая нагрузка и график работы сотрудников отделения учебного проживания…….……..117

Приложение 2 Должностная инструкция социального педагога, педагога – психолога, руководителя отделения учебного проживания…….118

Приложение 3 Первичное обследование…….…….129

Приложение 4 Заявление……131

Приложение 5 Анкета № 1. Анкета № 2……...132

Приложение 6 Договор об образовании по адаптированной дополнительной общеобразовательной программе……...…….135

Приложение 7 Договор безвозмездного пользования жилым помещением…….140

Приложение 8 Расписание дня……..……142

Приложение 9 Характеристика…….143

Приложение 10 Индивидуальная программа обучения……146

Приложение 11 Конспект проведения «Планирования»……..……153

Приложение 12 График распределения ежедневных дел…….155

Приложение 13 График распределения еженедельных дел…….156

Приложение 14 Правила заполнения «Дневника наблюдений»……..157

Приложение 15 Самооценка……...…….158

Приложение 16 Рекомендации……160

Приложение 17 Домашнее задание…….161

Приложение 18 Распорядок дня. Утро……164

Приложение 19 Последовательность мытья в душе……...……...165

Приложение 20 Уборка помещения……...……166

Приложение 21 Последовательность уборки комнаты…….166

Приложение 22 Последовательность выноса мусора……167

Приложение 23 Вынос мусора (фотопоследовательность)…….…….……167

Приложение 24 Последовательность уборки ванной комнаты……168

Приложение 25 Последовательность уборки ванной комнаты (фотопоследовательность)……169

Приложение 26 Последовательность ухода за обувью…….173

Приложение 27 Уход за обувью (фотопоследовательность)……173

Приложение 28 Последовательность стирки белья……...……174

Приложение 29 Пример каталога блюд……..175

Приложение 30 Пример адаптированного письменного рецепта……...….176

Приложение 31 Пример адаптированного фоторецепта……...…177

Приложение 32 Сервировка стола……...……178

Приложение 33 Последовательность мытья посуды вручную…….179

Приложение 34 Последовательность мытья посуды в посудомоечной машине……180

Приложение 35 Пример списка хозяйственных товаров……..181

Приложение 36 Бланк для составления списка покупок……..……183

Приложение 37 Пример каталога цен…….183

Приложение 38 Бланк учета расходов обучающегося отделения учебного проживания……...…….184

Приложение 39 Консультанты сферы обслуживания……...……185

Приложение 40 Индивидуальный график ежедневных дел…….……186

Приложение 41 Распорядок дня……..187

Приложение 42 Примеры разработанных критериев чистоты помещения……....189

Приложение 43 Сценарный план мероприятия «Посвящение в студенты»……...…190

Приложение 44 Пример «Каталога досуга»……...……193

Приложение 45 График выполнения гигиенических процедур……...…195

Приложение 46 Журнал учета выполнения мероприятий по уходу за проживающим……...…196

Приложение 47 Алгоритм выполнения гигиенических процедур. Подстригание ногтей…….197

Приложение 48 Журнал здоровья……...……197

Приложение 49 Алгоритм действий при повышении температуры……198

Приложение 50 График уборки……...……199

Приложение 51 Индивидуальное расписание дня…….200

Приложение 52 График приема медикаментов ...……...……..201

Приложение 53 Бланк учета выданных медикаментов…….201

Приложение 54 Распределение времени для личного общения……...……201

Приложение 1

ПОЧАСОВАЯ НАГРУЗКА И ГРАФИК РАБОТЫ СОТРУДНИКОВ ОТДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЖИВАНИЯ

ГРАФИК РАБОТЫ СОТРУДНИКОВ ОТДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЖИВАНИЯ (1,2,3 недели месяца)

Должность/нагрузка	Время	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	всего часов в неделю
Социальный педагог 1 (1 ставка - 36 ч/неделю)	утро		6:00 - 8:00	6:00 - 8:00			Выходной	Выходной	31
	день	15:00 - 22:00		15:00 - 22:00		15:00 - 20:00			
	ночь	22:00 – 6:00							
Социальный педагог 2 (1 ставка - 36 ч/неделю)	утро		6:00 - 8:00		6:00 - 8:00	6:00 - 8:00	Выходной	Выходной	33
	день		15:00 - 22:00	15.00 - 22.00		15:00 - 20:00			
	ночь			22:00 – 6:00					
Социальный педагог 3 (1 ставка - 36 ч/неделю)	утро			6:00 - 8:00	6:00 - 8:00		Выходной	Выходной	36
	день	15.00 - 22.00	15:00 – 22:00		15:00 - 22:00	16:00 - 19:00			
	ночь		22:00 – 6:00						
Социальный педагог 4 (0,5 ставки - 18 ч/неделю)	утро					6:00 - 8:00	Выходной	Выходной	18
	день				15:00 - 22:00	18:00 – 19:00			
	ночь				22:00 – 6:00				
Педагог-психолог (0,25 ставки -9 ч/неделю)	день	15:00-16:30 (работа с обучающимися)		15:00-16:30 (работа с обучающимися)		15:30 - 20:00 (работа с документацией)	Выходной	Выходной	7,5
Руководитель (0, 25 ставки - 10 ч.неделю)	день	15:00-17:00	15:00-17:00	15:00-17:00	15:00-17:00	17:00 – 19:00	Выходной	Выходной	10

ГРАФИК РАБОТЫ СОТРУДНИКОВ ОТДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЖИВАНИЯ (4 неделя месяца)

Должность/нагрузка	Время	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	всего часов в неделю
Социальный педагог 1 (1 ставка - 36 ч/неделю)	утро		6:00 - 8:00	6:00 - 8:00	Выходной		6:00 - 8:00	Выходной	51
	день	15:00 - 22:00		15:00 - 22:00		15:00 - 22:00	8:00-16:00		
	ночь	22:00 – 6:00				22:00 – 6:00			
Социальный педагог 2 (1 ставка - 36 ч/неделю)	утро	Выходной	6:00 - 8:00		6:00 - 8:00	6:00 - 8:00	6:00 - 8:00	Выходной	45
	день		15:00 - 22:00	15.00 - 22.00		15:00 - 22:00	8:00-16:00		
	ночь			22:00 – 6:00					
Социальный педагог 3 (1 ставка - 36 ч/неделю)	утро			6:00 - 8:00	6:00 - 8:00		Выходной	Выходной	36
	день	15.00 - 22.00	15:00 – 22:00		15:00 - 22:00	16:00 - 19:00			
	ночь		22:00 – 6:00						
Социальный педагог 4 (0,5 ставки - 18 ч/неделю)	утро					6:00 - 8:00	Выходной	Выходной	18
	день				15:00 - 22:00	18:00 – 19:00			
	ночь				22:00 – 6:00				
Педагог-психолог (0,25 ставки - 9 ч/неделю)	день	15:00-17:00 (работа с обучающимися)	Выходной	15:00-17:00 (работа с обучающимися)		15:30 - 20:00 (работа с документацией)	9:00-15:00 (тренинг с родителями)	Выходной	13,5
Руководитель (0, 25 ставки - 10 ч.неделю)	день	15:00-16:00	15:00-16:00	15:00-17:00	15:00-17:00	17:00 – 19:00	10:00-12:00	Выходной	10

Приложение 2

ДОЛЖНОСТНАЯ ИНСТРУКЦИЯ
социального педагога отделения учебного проживания

1. Общие положения

1.1. Социальный педагог назначается и освобождается от должности директором учреждения. На период отпуска и временной нетрудоспособности социального педагога его обязанности могут быть возложены на другого социального педагога. Временное исполнение обязанностей в этих случаях осуществляется на основании приказа директора учреждения, изданного с соблюдением требований законодательства о труде.

1.2. Социальный педагог подчиняется непосредственно руководителю структурного подразделения и директору учреждения.

1.3. Социальный педагог предоставляет услуги людям с тяжелыми нарушениями развития по обучению их навыкам самостоятельного проживания.

2. Квалификационные требования

2.1. Социальный педагог должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлениям подготовки «Образование и педагогика», «Социальная педагогика» без предъявления требований к стажу работы. Лицо, не имеющее специальной подготовки или стажа работы, но обладающее достаточным практическим опытом и компетентностью, выполняющее качественно и в полном объёме свои должностные обязанности, в порядке исключения, может быть назначено на соответствующую должность так же, как и лицо, имеющее специальную подготовку и стаж работы.

2.2. В своей деятельности социальный работник руководствуется Конвенцией ООН о правах инвалидов; Конституцией Российской Федерации, Положением об учреждении, указами Президента Российской Федерации, решениями Правительства Российской Федерации; законами и постановлениями администрации Псковской области в области образования; административным, трудовым и хозяйственным законодательством; правилами и нормами охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты, а также уставом и локальными правовыми актами учреждения (в том числе правилами внутреннего трудового распорядка, приказами и распоряжениями директора, настоящей должностной инструкцией), трудовым договором.

2.3. Социальный педагог отделения учебного проживания должен знать:

- основы олигофренопедагогики;
- общую и социальную педагогику;
- педагогическую, социальную, возрастную и детскую психологию;
- основы здоровьесбережения и организации здорового образа жизни, социальной гигиены;
- социально-педагогические и диагностические методики;
- методы и способы использования образовательных технологий, в том числе дистанционных;

- современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного обучения, реализации компетентностного подхода, развивающего обучения;
- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с обучающимися разного возраста, их родителями (лицами, их заменяющими), коллегами по работе;
- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;
- социально-педагогической диагностики (опросов, индивидуальных и групповых интервью), навыки социально-педагогической коррекции, снятия стрессов и т.п.;
- правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения;
- основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием;
- правила по охране труда и пожарной безопасности.

3. Должностные обязанности:

Должностные обязанности социального педагога определены на основе и в объёме квалификационной характеристики по должности «Социальный педагог» и могут быть дополнены, уточнены, исходя из конкретных обстоятельств:

3.1. Работает в соответствии с графиком, составленным руководителем структурного подразделения.

3.2. Осуществляет педагогическую работу с обучающимися с целью повышения уровня их самостоятельности в бытовой, досуговой и социально-коммуникативной деятельности:
- изучает особенности личности обучающихся, условия их жизни,
- выявляет интересы и потребности, трудности и проблемы и определяет задачи, формы, методы социально-педагогической работы с обучающимися, используя современные образовательные технологии,
- в процессе повседневной деятельности формирует у обучающихся навыки, значимые для повышения уровня их самостоятельности,
- осуществляет сопровождение обучающихся, которое включает уход, оказание помощи при осуществлении бытовой деятельности (покупки, приготовление пищи, уборка помещения, уход за вещами и др.), самообслуживания и гигиенических процедур (одевание и раздевание, прием пищи, туалет, уход за телом и др.), досуговой деятельности (помощь в выборе, подготовке, осуществлении мероприятий и др.),
- организует и реализует различные мероприятия, способствующие формированию общей культуры личности, социализации и социальной интеграции,
- соблюдает правила и нормы, обеспечивающие безопасность и сохранение здоровья обучающихся,
- содействует созданию обстановки психологического комфорта обучающихся,
- отслеживает и анализирует результаты педагогической работы, заполняя документацию установленного образца (характеристика, индивидуальная программа обучения, дневник наблюдения, рекомендации),
- организует и проводит методическую и консультативную работу с родителями (законными представителями) обучающихся: регулярно осуществляет обмен

информацией с семьей по телефону, проводит родительские собрания, посещает семьи, проводит тематические семинары, консультации для родителей.

3.3. Выполняет разовые поручения руководителя структурного подразделения и руководства учреждения, связанные с работой отделения.
3.4. В случае производственной необходимости социальный педагог может быть привлечён к другим видам работ.
3.5. Посещает производственные совещания и семинары, проводимые руководителем структурного подразделения и руководством учреждения.
3.6. Повышает свою квалификацию и мастерство.
3.7. В соответствии с требованиями СанПин регулярно проходит профилактический медицинский осмотр.
3.8. Хранит служебную тайну в отношении сведений, не подлежащих, в соответствии с Законодательством, разглашению (диагноз заболеваний, имущественное положение граждан и т.д.).
3.9. Проявляет в отношении обучающихся отделения и их близких родственников такт и уважение, создаёт для жильцов квартиры комфортную атмосферу.
3.10. Активно взаимодействует с местным сообществом с целью толерантного и уважительного отношения общества к людям с инвалидностью.

4. Права

Социальный педагог имеет право в пределах своей компетенции:

4.1. Запрашивать и получать от руководителей структурных подразделений и должностных лиц учреждения информацию, необходимую для выполнения своих обязанностей.
4.2. Требовать создания условий для выполнения служебных обязанностей.
4.3. Участвовать в обсуждении вопросов, касающихся его деятельности.
4.4. Вносить на рассмотрение директора учреждения представления о назначении, перемещении и увольнении, предложения о поощрении или наложении дисциплинарных взысканий на подчиненных работников.

5. Ответственность

5.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение без уважительных причин устава и правил внутреннего трудового распорядка учреждения, законных распоряжений директора учреждения и иных локальных нормативных актов, должностных обязанностей, установленных настоящей инструкцией, в том числе за неиспользование прав, предоставленных настоящей инструкцией, повлекшее дезорганизацию учебного процесса, социальный педагог несет дисциплинарную ответственность в порядке, определенном трудовым законодательством. За грубое нарушение трудовых обязанностей в качестве дисциплинарного наказания может быть применено увольнение.
5.2. За применение, в том числе однократное, методов воспитания, связанных с физическим и(или) психическим насилием над личностью обучающегося, социальный педагог может быть освобожден от занимаемой должности в соответствии с трудовым законодательством РФ. Увольнение за данный проступок не является мерой дисциплинарной ответственности.
5.3. За нарушение правил пожарной безопасности, охраны труда, санитарно-гигиенических правил организации рабочего процесса, правил техники безопасности

и охраны труда социальный педагог привлекается к административной ответственности в порядке и в случаях, предусмотренных административным законодательством.

5.4. За виновное причинение учреждению или обучающемуся ущерба (в том числе морального) в связи с исполнением (неисполнением) своих должностных обязанностей, а также неиспользование прав, предоставленных настоящей инструкцией, социальный педагог несет материальную ответственность в порядке и в пределах, установленных трудовым и(или) гражданским законодательством.

С должностной инструкцией ознакомлен(а), второй экземпляр получен на руки:

«_____» _____20_____ года .

_____/_____/.

ДОЛЖНОСТНАЯ ИНСТРУКЦИЯ
педагога – психолога отделения учебного проживания

1. Общие положения

1.1. Педагог-психолог назначается и освобождается от должности директором учреждения. На период отпуска и временной нетрудоспособности педагога-психолога его обязанности могут быть возложены на другого педагога-психолога. Временное исполнение обязанностей в этих случаях осуществляется на основании приказа директора учреждения, изданного с соблюдением требований законодательства о труде.

1.2. Педагог-психолог подчиняется непосредственно руководителю структурного подразделения и директору учреждения.

1.3. Педагог-психолог предоставляет социально-психологические услуги людям с тяжелыми нарушениями развития.

2. Квалификационные требования

2.1. Педагог-психолог должен иметь среднее или высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Педагогика и психология».

2.2. В своей деятельности педагог-психолог руководствуется Конвенцией ООН о правах инвалидов, Конституцией Российской Федерации, Положением об учреждении, указами Президента Российской Федерации, решениями Правительства Российской Федерации; законами и постановлениями администрации Псковской области в области образования; административным, трудовым и хозяйственным законодательством; правилами и нормами охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты, а также уставом и локальными правовыми актами учреждения (в том числе правилами внутреннего трудового распорядка, приказами и распоряжениями директора, настоящей должностной инструкцией), трудовым договором.

2.3. Педагог-психолог отделения учебного проживания должен знать:

- общую психологию;
- педагогическую психологию, общую педагогику, психологию личности и дифференциальную психологию, детскую и возрастную психологию, социальную психологию, медицинскую психологию, нейропсихологию, патопсихологию, психосоматику;
- основы олигофренопедагогики, психотерапии, сексологии, психогигиены, профориентации, психодиагностики, психологического консультирования и психпрофилактики;
- методы активного обучения, социально-психологического тренинга общения;
- современные методы индивидуальной и групповой профконсультации;
- методы и приемы работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья;
- методы и способы использования образовательных технологий, в том числе дистанционных;
- современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода;

- основы работы с персональным компьютером, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием;
- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с обучающимися, воспитанниками разного возраста, их родителями (лицами, их заменяющими), коллегами по работе;
- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;
- правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения;
- правила по охране труда и пожарной безопасности.

3. Должностные обязанности

Должностные обязанности педагога-психолога определены на основе и в объёме квалификационной характеристики по должности «Педагог - психолог» и могут быть дополнены, уточнены, исходя из конкретных обстоятельств:

3.1. Осуществляет профессиональную деятельность, направленную на сохранение психического, соматического и социального благополучия обучающихся, их семей и работников ОУП:
- способствует формированию общей культуры личности, социализации и социальной интеграции проживающих, с учетом их психофизических особенностей,
- способствует гармонизации психологической атмосферы отделения и осуществляет превентивные мероприятия по профилактике возникновения социальной дезадаптации,
- определяет факторы, препятствующие развитию личности обучающихся, и принимает меры по оказанию им различных видов психологической помощи (психокоррекционной, реабилитационной, консультативной),
- оказывает консультативную помощь обучающимся, их родителям (лицам, их заменяющим), коллективу ОУП в решении конкретных проблем,
- проводит вместе с социальными педагогами диагностическую, психокоррекционную реабилитационную, консультативную работу, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной психологии, а также современных информационных технологий,
- ведёт документацию установленного образца: индивидуальная программа обучения, отчёты о проведенной работе,
- обеспечивает охрану жизни и здоровья проживающих во время процесса сопровождения.

3.2. Работает в соответствии с графиком, составленным руководителем структурного подразделения.

3.3. Выполняет разовые поручения руководителя структурного подразделения и руководства учреждения, связанные с работой отделения.

3.4. В случае производственной необходимости педагог-психолог может быть привлечён к другим видам работ.

3.5. Посещает производственные совещания и семинары, проводимые руководителем структурного подразделения и руководством учреждения.

3.6. Повышает свою квалификацию и мастерство.

3.7. В соответствии с требованиями СанПин регулярно проходит профилактический медицинский осмотр.
3.8. Хранит служебную тайну в отношении сведений, не подлежащих, в соответствии с Законодательством, разглашению (диагноз заболеваний, имущественное положение граждан и т.д.).
3.9. Проявляет в отношении обучающихся отделения и их близких родственников такт и уважение, создаёт для жильцов квартиры комфортную атмосферу.
3.10. Активно взаимодействует с местным сообществом с целью толерантного и уважительного отношения общества к людям с инвалидностью.

4. Права

Педагог - психолог имеет право в пределах своей компетенции:

4.1. Запрашивать и получать от руководителей структурных подразделений и должностных лиц учреждения информацию, необходимую для выполнения своих обязанностей.
4.2. Требовать создания условий для выполнения служебных обязанностей.
4.3. Участвовать в обсуждении вопросов, касающихся его деятельности.

5. Ответственность

5.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение без уважительных причин устава и правил внутреннего трудового распорядка учреждения, законных распоряжений директора учреждения и иных локальных нормативных актов, должностных обязанностей, установленных настоящей инструкцией, в том числе за неиспользование прав, предоставленных настоящей инструкцией, повлекшее дезорганизацию реабилитационного процесса, педагог-психолог несет дисциплинарную ответственность в порядке, определенном трудовым законодательством. За грубое нарушение трудовых обязанностей в качестве дисциплинарного наказания может быть применено увольнение.
5.2. За применение, в том числе однократное, методов воспитания, связанных с физическим и(или) психическим насилием над личностью обучающегося, педагог-психолог может быть освобожден от занимаемой должности в соответствии с трудовым законодательством РФ. Увольнение за данный проступок не является мерой дисциплинарной ответственности.
5.3. За нарушение правил пожарной безопасности, охраны труда, санитарно-гигиенических правил организации рабочего процесса, правил техники безопасности и охраны труда педагог-психолог привлекается к административной ответственности в порядке и в случаях, предусмотренных административным законодательством.
5.4. За виновное причинение учреждению или обучающимся ущерба (в том числе морального) в связи с исполнением (неисполнением) своих должностных обязанностей, а также неиспользование прав, предоставленных настоящей инструкцией, педагог-психолог несет материальную ответственность в порядке и в пределах, установленных трудовым и(или) гражданским законодательством.

С должностной инструкцией ознакомлен(а), второй экземпляр получен на руки:

«_____» _____20_____ года .

_____/_____/.

ДОЛЖНОСТНАЯ ИНСТРУКЦИЯ
руководителя отделения учебного проживания

Общие положения

1.1. Руководитель структурного подразделения назначается и освобождается от должности директором учреждения. На период отпуска и временной нетрудоспособности руководителя структурного подразделения его обязанности могут быть возложены на социального педагога. Временное исполнение обязанностей в этих случаях осуществляется на основании приказа директора учреждения, изданного с соблюдением требований законодательства о труде.

1.2. Руководитель структурного подразделения подчиняется непосредственно заместителю директора и директору учреждения.

1.3. Руководитель структурного подразделения имеет работников в своем подчинении.

1.4. Руководитель структурного подразделения руководит работой отделения учебного проживания.

2. **Квалификационные требования**

2.1. Руководитель структурного подразделения должен иметь высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или «Социальная педагогика» со стажем работы в образовательной сфере не менее 3 лет.

2.2. В своей деятельности руководитель структурного подразделения руководствуется Конвенцией ООН о правах инвалидов, Конституцией Российской Федерации, Положением об учреждении, указами Президента Российской Федерации, решениями Правительства Российской Федерации; законами и постановлениями администрации Псковской области в области образования; административным, трудовым и хозяйственным законодательством; правилами и нормами охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты, а также уставом и локальными правовыми актами учреждения (в том числе правилами внутреннего трудового распорядка, приказами и распоряжениями директора, настоящей должностной инструкцией), трудовым договором.

- законы и постановления на федеральном, региональном и местном уровнях, другие нормативно-правовые акты, регламентирующие образование;
- основы трудового законодательства РФ;
- основы законодательства РФ об охране здоровья граждан;
- теорию и методику педагогической работы;
- основы психологии личности людей с тяжелыми множественным нарушениями;
- основы олигофренопедагогики;
- основы специальной психологии;
- возрастную и социальную педагогику и психологию;

- психологию отношений, индивидуальные и возрастные особенности обучающихся, с которыми он работает, возрастную физиологию и гигиену;
- методы и формы мониторинга деятельности клиентов в отделении;
- педагогическую и социальную этику;
- современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного обучения, реализации компетентностного подхода, развивающего обучения;
- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с обучающимися разного возраста, их родителями (лицами, их заменяющими), коллегами по работе;
- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения
- основы менеджмента, управления персоналом;
- основы управления проектами;
- основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием;
- основы экономики, социологии;
- способы организации финансово-хозяйственной деятельности образовательного учреждения;
- гражданское, административное, трудовое, бюджетное, налоговое законодательство в части, касающейся регулирования деятельности образовательных учреждений и органов управления образованием различных уровней;
- правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения;
- правила и нормы охраны труда: техники безопасности, производственной санитарии, противопожарной охраны.

3. Должностные обязанности

Руководитель структурного подразделения:

3.1. Осуществляет общее руководство работой отделения, подбор и обучение сотрудников, обеспечивает надлежащие условия труда работников и контроль за их деятельностью.

3.2. Организует текущее и перспективное планирование деятельности структурного подразделения с учетом целей, задач и направлений, для реализации которых оно создано.

3.3. Обеспечивает контроль за выполнением плановых заданий, координирует работу специалистов структурного подразделения по выполнению учебных (образовательных) планов и программ, разработке необходимой учебно-методической документации.

3.4. Обеспечивает контроль за качеством образовательного процесса и объективностью оценки результатов учебной и внеучебной деятельности обучающихся, обеспечением уровня подготовки обучающихся.
3.5. Создает условия для разработки рабочих образовательных программ структурного подразделения. Оказывает помощь педагогическим работникам в освоении и разработке инновационных программ и технологий.
3.6. Организует работу по подготовке и проведению итоговой аттестации, просветительскую работу для родителей.
3.7. Организует методическую, культурно-массовую, внеклассную работу. Осуществляет контроль за учебной нагрузкой обучающихся
3.8. Участвует в комплектовании контингента обучающихся (воспитанников) и принимает меры по его сохранению, участвует в составлении расписания учебных занятий и других видов деятельности обучающихся (воспитанников).
3.9. Участвует в подборе и расстановке педагогических и иных кадров, в организации повышения их квалификации и профессионального мастерства.
3.10. Обеспечивает своевременное составление установленной отчетной документации.
3.11. Принимает участие в развитии и укреплении учебно-материальной базы учреждения, оснащении кабинетов современным оборудованием, наглядными пособиями и техническими средствами обучения, в сохранности оборудования и инвентаря, оснащении и пополнении методических уголков учебно-методической и художественной литературой, периодическими изданиями, в методическом обеспечении образовательного процесса.
3.12. Осуществляет контроль за состоянием медицинского обслуживания обучающихся, воспитанников.
3.13. Принимает меры по обеспечению создания необходимых социально-бытовых условий обучающимся (воспитанникам, детям) и работникам образовательного учреждения.
3.14. Вести текущую документацию, учет и отчетность отделения.
3.15. Организовывает сохранность материальных ценностей.
3.16. Осуществляет мероприятия по соблюдению в отделении санитарно-эпидемиологического и противопожарного режимов.
3.17. Осуществляет конкретные мероприятия по предоставлению социальной помощи нуждающимся гражданам.
3.18. Проводит анализ и прогнозирование работы отделения, внедряет новые виды помощи, формы и методы ее оказания.
3.19. Осуществляет контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима, правил техники безопасности.
3.20. Предоставляет руководству в установленные сроки отчетов и сведений о работе отделения.

3.21. Вносит предложения руководству Учреждения по совершенствованию форм и методов работы отделения.
3.22. Осуществляет взаимодействие в вопросах обслуживания граждан с территориальными органами и учреждениями здравоохранения, культуры, образования, благотворительными, религиозными объединениями.
3.23. Изучает опыт работы других учреждений по вопросам, касающимся его деятельности.
3.24. Проявляет в отношении обучающихся отделения и их близких родственников такт и уважение, создаёт для жильцов квартиры комфортную атмосферу.

4. Права

Руководитель структурного подразделения имеет право:

4.1. Запрашивать и получать от руководителей структурных подразделений и должностных лиц учреждения информацию, необходимую для выполнения своих обязанностей.
4.2. Требовать создания условий для выполнения служебных обязанностей.
4.3. Участвовать в обсуждении вопросов, касающихся его деятельности.
4.4. Вносить на рассмотрение директора учреждения представления о назначении, перемещении и увольнении, предложения о поощрении или наложении дисциплинарных взысканий на подчиненных работников.

5. Ответственность

Руководитель структурного подразделения несет ответственность:

5.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение своих должностных обязанностей, предусмотренных настоящей должностной инструкцией – в пределах, определенных действующим трудовым законодательством РФ.
5.2. За причинение материального ущерба – в пределах, определенных действующим трудовым и гражданским законодательством РФ.
5.3. За правонарушения, совершенные в процессе осуществления своей деятельности - в пределах, определенных действующим административным, уголовным, гражданским законодательством РФ.

С должностной инструкцией ознакомлен(а), второй экземпляр получен на руки:

«_____» _____20_____ года .

_____/_____/.

ПЕРВИЧНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ

ФИО клиента_____
Дата рождения_____
Домашний адрес_____
_____
ФИО родителей (опекунов)_____
_____
Место работы клиента_____
Дееспособность клиента_____
Контактные телефоны:_____

Основные данные	
Состав семьи	
Жилищные условия (наличие отдельной комнаты)	
Где и когда обучался (ась)	
Прием медикаментов (какие, в каком количестве, в каких случаях)	
Наличие аллергий, хронических заболеваний	
Наличие эпилепсии (в какое время проходят приступы, какая аура, как проходит приступ, что может спровоцировать, что делать в случае приступа)	
Пищевые предпочтения	
Режим дня (подъем, отбой, дневной сон т.д.)	
Обязанности по дому	
Развитие речи Умение читать/писать	
Особенности поведения	
Возможные осложнения	
Ожидания и пожелания родителей	

Уровень сформированности навыков до начала обучения
(со слов родителей, в домашних условиях)

ОРИЕНТИРОВКА В БЛИЖАЙШЕМ ОКРУЖЕНИИ		
Знает свои ФИО, адрес, номер телефона. Остается в квартире один (а)	Может самостоятельно добраться до дома Передвигается по городу самостоятельно (гуляет)	Добирается до дома на общественном транспорте, автобусом мастерских
САМООБСЛУЖИВАНИЕ		
Прием пищи: - способен самостоятельно перекусить в течение дня	Уход за собой: – использование косметических средств – использование дезодоранта	Туалет
Одевание/раздевание	Уход за волосами: - мытье головы - причесывание	Душ Бритье (электробритвой, станком)
ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПИЩИ		
Мытье и хранение посуды	Использование бытовых приборов	Пользование газовой (электро) плитой
Приготовление пищи	Хранение продуктов	Сервировка стола
УХОД ЗА ВЕЩАМИ		
Чистка одежды	Уход за обувью	Стирка (ручная, машинная)
Утюжка Мелкий ремонт одежды	Различение одежды: - своя/чужая - праздничная/ домашняя/для сна	Складывание одежды: - выворачивание - сворачивание одежды - вывешивание на «плечики» - складывание на полку/стул
УБОРКА ПОМЕЩЕНИЯ		
Подметание пола	Работа с пылесосом	Мытье пола (руками, шваброй)
Мытье окон/зеркал	Чистка сантехники	Вынос мусора
БЫТОВАЯ ТЕХНИКА		
Газовая (электро)плита Мультиварка Микроволновка	Кухонный комбайн Миксер Блендер	Стиральная машина Пылесос Посудомоечная машина
ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА		
Ориентируется в деньгах: - знает номинальное значение - умеет разменивать, считать сдачу	Самостоятельно совершает покупки Копит деньги на что-то Участвует в планировании семейного бюджета	Оплачивает коммунальные услуги - заполняет квитанции - оплачивает на почте квитанции
ПОСЕЩЕНИЕ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТ		
Пользуется общественным транспортом: - самостоятельно - автобус мастерских - имеет представление	Какие общественные места посещал: - театр - кафе - кино - музей - боулинг - парикмахерская	Соблюдение правил поведения в общественных местах
ДОСУГ		
Предпочитаемый	Знакомые виды досуга	Умение занять свое свободное время

Дата посещения_____

Специалисты_____

Директору_____
от_____
(ФИО)

паспорт_____
выдан_____
(кем)

_____
(когда)

проживающего/-ей по адресу: _____
_____
тел.: _____

ЗАЯВЛЕНИЕ.

Прошу принять меня_____,
(ФИО)

____. ____. _____ года рождения, на обучение в Отделение учебного проживания Центра лечебной педагогики с «___» _____ 20____ г.

С лицензией на осуществление образовательной деятельности, свидетельством о государственной аккредитации учреждения, уставом учреждения (и положением о структурном подразделении «Отделение учебного проживания») ознакомлен/-а.

Даю свое согласие на обработку персональных данных.

_____ _____
(дата) (подпись)

Директору_____
от_____
(ФИО)

паспорт_____
выдан_____
(кем)

_____
(когда)

проживающего/-ей по адресу: _____
_____
тел.: _____

ЗАЯВЛЕНИЕ.

Прошу принять моего(ю) подопечного(ю) _____,
(ФИО)

____. ____. _____ года рождения, на курс обучения в Отделение учебного проживания Центра лечебной педагогики с «___» _____ 20____ г.

С лицензией на осуществление образовательной деятельности, свидетельством о государственной аккредитации учреждения, уставом учреждения (и положением о структурном подразделении «Отделение учебного проживания») ознакомлен/-а.

Даю свое согласие на обработку персональных данных моего подопечного.

_____ _____
(дата) (подпись)

Приложение 4

Приложение 5

АНКЕТА 1

Уважаемые родители/опекуны,
для планирования обучения и организации сотрудничества с семей
просим Вас ответить на вопросы данной анкеты.

1. Ваши фамилия, имя, отчество _____
_____

2. Почему Вы хотите, чтобы Ваш ребенок/опекаемый прошёл обучение в отделении учебного проживания? _____
_____

3. Что вызывает сомнения? _____
_____
_____

4. Как Вы оцениваете уровень самостоятельности Вашего ребенка/опекаемого в повседневной жизни дома? *(отметьте в таблице)*

Деятельность	**Оценка степени самостоятельности**			
	требуется постоянная помощь	*часто нуждается в подсказке и помощи*	*иногда нуждается в подсказке и помощи*	*полностью самостоятельный*
гигиена				
приготовление пищи				
покупки				
уход за вещами				
учет финансов				
умение занимать свое свободное время				

6. Какими навыками владеет Ваш ребенок/опекаемый, которые помогли бы ему в самостоятельной жизни?

- Сам стирает носки
- Сам убирает вещи на место
- Сам оплачивает покупки в магазине
- Другое: _____

7. Какими, по вашему мнению, другими навыками должен овладеть Ваш ребенок/опекаемый, находясь в отделении учебного проживания? _____
_____
_____

8. Что представляется наиболее трудным для овладения?

- Учет финансов
- Приготовление пищи
- Уход за вещами
- Гигиена
- Занимать свое свободное время
- Другое: _____

_____
_____
_____

9. Чему, на Ваш взгляд, Вашего ребёнка/опекаемого учить не стоит?
_____
_____
_____

10. Как Вы видите свое участие в процессе обучения?_____
_____
_____

11. Разрешаете ли Вы использование материалов фото и видео съемки Вашего ребенка/опекаемого в информационных и методических целях?_____
_____

Дата заполнения _____

Благодарим Вас за сотрудничество!

АНКЕТА 2

Уважаемые родители/опекуны,
в связи с окончанием курса обучения самостоятельному проживанию просим Вас ответить на вопросы данной анкеты

1. Ваши фамилия, имя, отчество_____
_____

2. Оправдались ли Ваши ожидания или опасения, связанные с проектом (если да, то насколько)?_____
_____
_____

3. Какие изменения в развитии Вашего сына/ дочери/ опекаемого Вы наблюдаете:
в общении и потребностях (интересах)_____
_____
в самообслуживании_____
_____
в приготовлении пищи_____
_____
_____
в уборке помещения _____
_____
_____
в уходе за вещами (стирка, утюжка, хранение) _____
_____
_____
в осуществлении покупок_____
_____
_____
в обращении с деньгами_____
_____
_____
в поведении_____
_____
_____

4. Напишите Ваши пожелания для улучшения работы отделения._____
_____

Дата заполнения_____

Благодарим за сотрудничество!

ДОГОВОР ОБ ОБРАЗОВАНИИ ПО АДАПТИРОВАННОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Г. ПСКОВ «___» _____20____ г

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Псковской области «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения» (Учреждение) осуществляющее образовательную деятельность на основании лицензии от "19"декабря 2018 г. 60Л01 № 0001094, выданной государственным управлением образования Псковской области, именуем в дальнейшем "**Исполнитель**", в лице Царёва Андрея Михайловича, действующего на основании Устава образовательной организации, и

_____ ,

(фамилия, имя, отчество лица, действующего в интересах зачисляемого на обучение)

именуемый в дальнейшем "**Заказчик**", и

_____,

(фамилия, имя, отчество лица, зачисляемого на обучение)

именуемого в дальнейшем "**Обучающийся**", совместно именуемые Стороны, заключили настоящий Договор о нижеследующем.

I. ПРЕДМЕТ ДОГОВОРА

1.1. Исполнитель обязуется предоставить обучающемуся образовательную услугу по обучению в рамках адаптированной дополнительной общеобразовательной программы образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями самостоятельному (сопровождаемому) проживанию в форме «обучения на дому» силами Отделения учебного проживания (Отделение) в условиях квартиры учебного проживания по индивидуальной программе обучения. Заказчик и Обучающийся обязуются выполнять правила учебного проживания в квартире и выполнять индивидуальную программу обучения.

1.1. Срок освоения индивидуальной программы обучения на момент подписания Договора составляет ___ месяцев.

1.2. После освоения Обучающимся индивидуальной программы обучения ему выдается свидетельство о прохождении курса обучения самостоятельному проживанию. Результаты обучения отражаются педагогами в сравнительных характеристиках обучающихся с педагогическими рекомендациями родителям.

II. ПРАВА ИСПОЛНИТЕЛЯ, ЗАКАЗЧИКА И ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

2.1. Исполнитель вправе:

2.1.1. Принимать и отчислять обучающихся в соответствии с действующим законодательством в сфере образования России и Псковской области, Положением о деятельности Отделения и другими локальными актами Учреждения.

2.1.2. Устанавливать для обучающихся следующий режим учебного проживания:

- с понедельника по пятницу после окончания работы или занятий обучающиеся приезжают в учебную квартиру, где их встречают педагогические работники;
- с момента приезда до сна, а также утром до отправления на работу / занятия, обучающиеся участвуют в учебных мероприятиях, направленных на развитие

у них самостоятельности в самообслуживании, бытовой, досуговой и прочей деятельности;

- одна суббота в месяц – обучение организации свободного времени в выходной день;
- все остальные выходные дни, а также в период отпуска и в случае болезни, обучающиеся проживают с родителями (законными представителями).

2.1.3. Отделение не работает в период отпусков, праздничных/нерабочих дней, а также в случае непредвиденных обстоятельств, вызванных независящими от ГБОУ ЦЛП причинами, в том числе:

- отсутствие воды, электроэнергии, теплоснабжения;
- неблагоприятные погодные условия;
- санитарный карантин.

2.1.4. Самостоятельно осуществлять образовательный процесс, устанавливать системы оценок, формы, порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации Обучающегося.

2.1.5. Исполнитель имеет право снять с себя ответственность за качество обучения, в случае уклонения Заказчика от участия в консультациях, игнорирования рекомендаций педагогических сотрудников Учреждения по вопросам обучения самостоятельной жизни Обучающегося в условиях родительского дома.

2.2.Заказчик вправе:

2.2.1. Получать информацию от Исполнителя по вопросам организации и обеспечения надлежащего предоставления услуг, предусмотренных разделом 1 настоящего Договора.

2.2.2. Вносить предложения по улучшению работы с Обучающимся.

2.2.3. Получать бесплатную консультационную помощь педагогов и других специалистов;

2.2.4. Оказывать помощь сотрудникам Учреждения в их работе;

2.2.5. Участвовать в мероприятиях Учреждения по согласованию с педагогами;

2.2.6. Оказывать благотворительную помощь Учреждению.

2.3. Обучающийся вправе:

2.3.1. Получать информацию от Исполнителя по вопросам организации и обеспечения надлежащего предоставления услуг, предусмотренных разделом 1 настоящего Договора.

2.3.2. Обращаться к Исполнителю по вопросам, касающимся образовательного процесса.

2.3.3. Пользоваться в порядке, установленном локальными нормативными актами, имуществом Исполнителя, необходимым для освоения образовательной программы.

2.3.4. Принимать в порядке, установленном локальными нормативными актами, участие в социально-культурных, оздоровительных и иных мероприятиях, организованных Исполнителем.

2.3.5. Обучающемуся предоставляются академические права в соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

III. ОБЯЗАННОСТИ ИСПОЛНИТЕЛЯ, ЗАКАЗЧИКА И ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

3.1. Исполнитель обязан:

3.1.1 Зачислить Обучающегося выполнившего установленные законодательством Российской Федерации, учредительными документами, локальными нормативными актами Исполнителя условия приема, в качестве студента Отделения учебного проживания.

3.1.2 Довести до Заказчика и Обучающегося информацию, содержащую сведения о режиме работы, правилах отделения учебного проживания.

3.1.3 Провести диагностику развития навыков самостоятельной жизни Обучающегося при поступлении в Отделение.

3.1.4 Совместно с Заказчиком составить индивидуальную программу обучения Обучающегося на основе Адаптированной общеобразовательной программы дополнительного образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями самостоятельному (сопровождаемому) проживанию (общеразвивающей направленности).

3.1.5 Планировать и организовывать педагогическую помощь Обучающемуся, проводить повседневную работу по его обучению самостоятельной жизни.

3.1.6 Консультировать Заказчика по вопросам обучения самостоятельной жизни Обучающегося в условиях родительского дома.

3.1.7 Проводить регулярные встречи с Заказчиком с целью взаимного информирования по вопросам обучения, планам, проводимым мероприятий и др. вопросам.

3.1.8 Организовать и обеспечить надлежащее обучение, предусмотренное разделом I настоящего Договора. Обучение оказываются в соответствии с индивидуальной программой Обучающегося.

3.1.1 Обеспечить Обучающемуся предусмотренные образовательной программой условия ее освоения, а также специальные условия при необходимости.

3.1.2 Сохранить место за Обучающимся в случае пропуска занятий по уважительным причинам.

3.1.3 Обеспечить Обучающемуся уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья.

3.1.4 Обеспечить сохранение конфиденциальности полученной информации о диагнозе Обучающегося, истории семьи и семейных взаимоотношений.

3.2. Заказчик обязан:

3.2.1. Предоставить Исполнителю персональные данные об Обучающемся перед его зачислением в Отделение.

3.2.2. Своевременно нести расходы за питание и содержание Обучающегося в период проживания в учебной квартире (расходные материалы, коммунальные услуги, услуги связи);

3.2.3. Извещать Исполнителя о причинах отсутствия на занятиях Обучающегося в случае, если у Обучающегося отсутствует такая возможность.

3.2.4. Выполнять согласованную и подписанную Заказчиком и специалистами Отделения индивидуальную программу обучения, а также рекомендации сотрудников Отделения;

3.2.5. Содействовать в выполнении Обучающимся домашних заданий в условиях родительского дома

3.2.6. Информировать Исполнителя о результативности выполнения домашних заданий Обучающимся в условиях родительского дома

3.2.7. Оказывать деятельную помощь Отделению в решении хозяйственных, организационных, вопросов.

3.2. **Обучающийся обязан:**

3.2.8. Выполнять задания для подготовки к занятиям, предусмотренные учебным планом и индивидуальной программой обучения, в том числе индивидуальным.

3.2.9. Извещать Исполнителя о причинах отсутствия (в случае если не известил Заказчик).

3.2.10. Обучаться в образовательной организации по индивидуальной программе обучения.

3.2.11. Выполнять домашние задания в условиях родительского дома.

3.2.12. Бережно относиться к имуществу Исполнителя

3.2.13. Соблюдать правила учебного проживания, установленные Положением о структурном подразделении Учреждения «Отделение учебного проживания».

IV. ОСНОВАНИЯ ИЗМЕНЕНИЯ И РАСТОРЖЕНИЯ ДОГОВОРА

4.1. Условия, на которых заключен настоящий Договор, могут быть изменены по соглашению Сторон или в соответствии с законодательством Российской Федерации.

4.2. Настоящий Договор может быть расторгнут по соглашению Сторон.

4.3. Настоящий Договор может быть расторгнут

4.3.1. по инициативе Исполнителя в одностороннем порядке в случаях:

- невозможности надлежащего исполнения обязательства по обучению вследствие действий (бездействия) Обучающегося;
- в случае грубого нарушения правил учебного проживания Обучающимся;
- при ненадлежащем исполнении или неисполнении Заказчиком возложенных на него обязанностей;
- в иных случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

4.3.2. по инициативе Обучающегося или Заказчика:

- без объяснения причин с уведомлением об этом Исполнителя не менее чем за 7 дней до его расторжения;
- по обстоятельствам, не зависящим от воли Обучающегося, Заказчика или родителей (законных представителей) несовершеннолетнего Обучающегося и Исполнителя, в том числе в случае ликвидации Исполнителя.

V. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ИСПОЛНИТЕЛЯ, ЗАКАЗЧИКА И ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

5.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение своих обязательств по Договору Стороны несут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации и Договором.

5.2. Если Исполнитель нарушил сроки оказания образовательной услуги (сроки начала и (или) окончания оказания образовательной услуги, либо если во время оказания образовательной услуги стало очевидным, что она не будет осуществлена в срок, Заказчик вправе по своему выбору:

5.2.1. Обсудить с Исполнителем новый срок, в течение которого Исполнитель сможет оказать образовательную услугу и (или) закончить оказание образовательной услуги.

5.2.2. Расторгнуть Договор.

VI. СРОК ДЕЙСТВИЯ ДОГОВОРА

6.1. Настоящий Договор вступает в силу со дня его заключения Сторонами и действует в течение установленного периода обучения.

VII. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

7.1. Сведения, указанные в настоящем Договоре, соответствуют информации, размещенной на официальном сайте Исполнителя в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" на дату заключения настоящего Договора.

7.2. Под периодом предоставления образовательной услуги (периодом обучения) понимается промежуток времени с даты издания приказа о зачислении Обучающегося в образовательную организацию до даты издания приказа об окончании обучения или отчислении Обучающегося из образовательной организации.

7.3. Настоящий Договор составлен в _____ экземплярах, по одному для каждой из Сторон. Все экземпляры имеют одинаковую юридическую силу. Изменения и дополнения настоящего Договора могут производиться только в письменной форме и подписываться уполномоченными представителями Сторон.

Изменения Договора оформляются дополнительными соглашениями к Договору.

VIII АДРЕСА И РЕКВИЗИТЫ СТОРОН

ИСПОЛНИТЕЛЬ	ЗАКАЗЧИК	ОБУЧАЮЩИЙСЯ
_____ адрес_____ тел. _____ эл. почта: _____ ИНН _____ КПП _____ ОГРН _____ Директор: _____ /_____/ Руководитель отделения: _____ /_____/ Социальные педагоги: _____ /_____/ _____ /_____/ _____ /_____/ _____ /_____/ Педагог - психолог: _____ /_____/	Ф.И.О._____ _____ адрес:_____ _____ _____ телефон_____ эл. почта_____ Подпись:_____	Ф.И.О._____ дата рождения _____ адрес:_____ _____ _____ телефон_____ эл. почта_____ Подпись:_____

Приложение 7

ДОГОВОР БЕЗВОЗМЕЗДНОГО ПОЛЬЗОВАНИЯ ЖИЛЫМ ПОМЕЩЕНИЕМ

«___» _____20____ г

«Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения» Псковской области (ГБОУ ЦЛП), именуемый в дальнейшем «Ссудодатель» в лице директора Царёва Андрея Михайловича, действующего на основании Устава, с одной стороны, и
ФИО_____
_____
_____
паспорт: серия_____№_____,выдан_____
_____,
зарегистрирован_____
_____,
именуемый в дальнейшем **«Ссудополучатель»**, с другой стороны, заключили настоящий договор о нижеследующем.

1. ПРЕДМЕТ ДОГОВОРА

1.1. По настоящему договору Ссудодатель обязуется передать во временное безвозмездное пользование Ссудополучателю следующее имущество:
жилое помещение: _____ площадью _____кв.м., расположенную по адресу:_____,
именуемое в дальнейшем "имущество", для временного проживания Ссудополучателя в составе группы из_____ человек, на период прохождения им курса обучения самостоятельному проживанию в условиях квартиры с целью развития у него навыков в бытовой, досуговой и социально-коммуникативной деятельности.

1.2. Ссудодатель с согласия собственника имущества вправе передавать вышеуказанное имущество в пользование третьих лиц.

1.3. Ссудополучатель будет нести риск случайной гибели или повреждения имущества, если имущество погибнет или будет испорчено в связи с тем, что он использовал имущество не в соответствии с договором или назначением имущества либо передал имущество третьему лицу, а также если Ссудополучатель мог предотвратить гибель или порчу имущества, пожертвовав своим имуществом, но предпочел сохранить свое имущество.

2. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

2.1. Ссудодатель обязан:

2.1.1. Предоставить Ссудополучателю имущество в состоянии, соответствующем условиям настоящего договора и его назначению.

2.1.2. Предоставить имущество со всеми принадлежностями и относящимися к нему документами (техническая документация и т.п.), необходимыми для его нормальной эксплуатации.

2.2. Ссудополучатель обязан:

2.2.1. Поддерживать имущество, полученное во временное безвозмездное пользование, в удовлетворительном состоянии, технические приборы в исправном состоянии.

2.2.2. Нести все необходимые расходы (коммунальные платежи) по содержанию имущества.

2.2.3. Не передавать имущество третьим лицам.

3. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН

3.1. Стороны несут ответственность в соответствии с действующим гражданским законодательством РФ.

4. ДОСРОЧНОЕ РАСТОРЖЕНИЕ ДОГОВОРА

4.1. Ссудодатель вправе требовать досрочного расторжения, когда Ссудополучатель:

1) использует имущество не в соответствии с условиями договора или назначением;
2) не выполняет обязанностей по содержанию имущества в исправном состоянии;
3) не оплачивает расходы по содержанию переданного имущества;
4) существенно ухудшает состояние имущества;
5) передает имущество третьим лицам.

4.2. Ссудополучатель вправе требовать досрочного расторжения:

1) при обнаружении недостатков, делающих нормальное использование имуществом невозможным или обременительным, о наличии которых он не знал и не мог знать в момент заключения настоящего договора;
2) если имущество в силу обстоятельств, за которые он не отвечает, окажется в состоянии, непригодном для использования.

5. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ, ИЗМЕНЕНИЕ И ДОПОЛНЕНИЕ ДОГОВОРА

5.1. Все изменения и дополнения к настоящему договору действительны тогда, когда они совершены в письменной форме и подписаны уполномоченными представителями обеих сторон. Взаимоотношения сторон, не урегулированные настоящим договором, регламентируются действующим законодательством РФ.

5.2. Настоящий договор вступает в силу с момента его подписания. Каждая из сторон вправе во всякое время отказаться от настоящего договора, известив об этом другую сторону за один месяц.

5.3. Настоящий договор составлен в двух экземплярах по одной для каждой стороны.

6. АДРЕСА И РЕКВИЗИТЫ СТОРОН:

Ссудодатель:	**Ссудополучатель:**
_____	Ф.И.О._____
адрес_____	адрес:_____
тел._____	_____
эл. почта: _____	_____
ИНН _____	телефон_____
КПП _____	эл. почта_____
ОГРН _____	Подпись:_____/_____/
Директор:_____ /_____/	

Приложение 8

РАСПИСАНИЕ ДНЯ

6.30 - 7.00	–	Подъем, гигиенические процедуры.
7.00 - 8.00	–	Подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к отправлению на работу.
8. 00	–	Отъезд на работу.
15.30	–	Возвращение с работы.
16.00 - 17.00	–	Чаепитие и обмен впечатлениями, отдых.
17.00 - 19.00	–	Выполнение домашних дел (покупки, приготовление ужина, уборка, стирка и др.).
19.00 - 19.40	–	Подготовка к ужину, ужин.
19.40 - 20.20	–	Выполнение домашних дел (мытьё посуды, вынос мусора, уборка) или свободное время.
20.20 - 21.00	–	Обсуждение результатов прошедшего дня, планирование и
	–	распределение бытовой и досуговой деятельности на следующий день.
	–	По результатам планирования обучающиеся, каждый для себя, составляет пиктографический план дел на следующий день.
21.00 - 22.00	–	Подготовка ко сну и выполнение гигиенических процедур.
22.00 – 6.30	–	Сон.

ХАРАКТЕРИСТИКА

К. Татьяны Сергеевны,
обучающейся отделения учебного проживания
в период с 12.01.09 по 28.05.09

I. Общие сведения

К. Татьяна Сергеевна, дата рождения 12.03.1980. Закончила в ____ году специальную (коррекционную) школу VIII вида №1 г. Пскова. В настоящее время работает в хозяйственном отделении Производственно – интеграционных мастерских для инвалидов г. Пскова.

II. Социальная картина развития.

Семья полная, единственный ребёнок в семье.

Мать: К. Галина Ивановна, педагог.

Отец: К. Сергей Петрович – пенсионер.

Семья проживает в двухкомнатной квартире многоэтажного жилого дома в спальном районе города. Бытовые условия хорошие: квартира со всеми удобствами, оснащена различными бытовыми приборами. У Татьяны есть своя комната.

В семье по отношению к Татьяне отмечается гиперопека: родители выполняют то, что Татьяна могла бы сделать сама, хотя признают необходимость самостоятельности своей дочери, указывают на приоритетные области для обучения. Родители готовы к сотрудничеству, положительно воспринимают рекомендации педагогов, стараются им следовать.

III. Индивидуальные особенности.

1. Физический статус (особые особенности).

У девушки нет выраженных двигательных нарушений, но отмечается дискоординация движений, усиливающаяся при эмоциональном возбуждении, возникает состояние близкое к ступору.Имеются незначительные нарушения мелкой моторики, из-за чего возникают трудности при выполнении ручной работы (в использовании ножа, других инструментов), отмечаются неточные движения пальцев рук. Татьяне трудно перешагивать, преодолевать препятствия выше уровня колен.

Отмечается тактильная аутостимуляция, что проявляется в постоянных прикосновениях, поглаживаниях, объятиях, щипании других людей.

2. *Психическое развитие.*

Татьяна эмоционально отзывчива. В процессе общения проявляет не вполне адекватные эмоции (сгибается от хохота, убегает, показывает на собеседника пальцем). Адекватная реакция на какое – либо событие или ситуацию часто следует позже, когда проходит состояние возбуждения. Иногда для выхода из состояния эмоционального ступора или перевозбуждения Татьяне необходима помощь: переключение, устранение причины негативного состояния, игнорирование.

Мышление у девушки конкретное, наглядно-действенное, с элементами образного. Умеет анализировать поведение окружающих людей. Хорошо помнит о прошедших событиях, достаточно легко может воспроизвести запланированные дела; запоминает последовательность выполнения операций предметной деятельности, преобладает зрительная память.

Коммуникативная функция речи не нарушена, но в период эмоционального возбуждения Татьяна застревает на одних и тех же вопросах, фразах. Владеет чтением и

письмом, но пользуется ими неохотно. Навыки письменной речи может применять в бытовых целях: читает вывески, может записать и прочитать несложный рецепт приготовления блюда.

Ориентируется во временной организации жизни, предвидит результат своей деятельности, распознает правильные и неправильные поступки на уровне хорошо/плохо. Переносит приобретенные навыки в новые условия.

3. ***Индивидуально – личностные особенности.***

Татьяна вспыльчивая, возбудимая. В новых обстоятельствах теряется, хотя в привычных ситуациях реагирует на предметы и людей эмоционально, открыто.
Девушка нуждается в регулярной эмоциональной поддержке, одобрении, внимании. Ревностно относится к своему личному пространству и вещам. Аккуратна и педантична в организации пространства (шкаф, тумбочка, кровать, место за столом). Однажды выработанные правила строго соблюдает. Содержание привычных режимных действий принимает характер ритуалов: приготовления ко сну, одевание, раздевание, складывание одежды в шкаф.

Выводы: Татьяна в целом самостоятельная, так как владеет основными гигиеническими навыками, не нуждается в специальной организации быта. Адекватно ориентируется в социально – бытовых ситуациях, но ей требуется помощь в организации самостоятельной деятельности, в решении проблем, в обращении с деньгами. Необходима планомерная работа, направленная на развитие устойчивости внимания, на увеличении темпа и переключаемости деятельности.

Сформированность навыков самостоятельной жизни

К.Татьяны до и после обучения
(период обучения: 12.01.09 - 28.05.09г.)

До поступления в ОУП	**После курса обучения в ОУП**
Бытовая деятельность	
Самообслуживание	
При приёме пищи использует только ложку, вилку.	Может пользоваться ножом и вилкой при приёме пищи, но делает это после напоминания.
Подолгу носит одну и ту же домашнюю одежду.	Домашнюю одежду периодически меняет после настоятельного напоминания.
Затрудняется при выборе одежде в соответствии с ситуацией, погодой.	Без изменений.
Все гигиенические процедуры носят характер ритуала и занимают более часа.	Процесс принятия душа стал значительно короче во времени (примерно 30 минут)
Организация питания	
Необходимо напоминание для соблюдения правил гигиены при приготовлении пищи: забывает мыть руки, снимает пробу блюда руками, не поддерживает чистоту рабочего места.	В присутствии сопровождающего соблюдает все правила гигиены при приготовлении пищи.

При использовании микроволновой печи нуждается в консультативной помощи при выборе режима. В использовании кухонного комбайна нуждается в небольшой помощи при его сборке и выборе насадки.	Без изменений.
Самостоятельно разжигает плиту спичками. Регулирует пламя, но только после напоминания.	Самостоятельно регулирует пламя.
При выборе блюда для приготовления испытывает трудности.	Делает выбор из предложенных блюд, иногда предлагает сама.
Знает и выполняет основные операции (мытье, нарезание, очистка, натирание, перемешивание) обработки и приготовлении продуктов, которые выполняет очень долго.	Сократилось время, затрачиваемое на чистку и нарезку овощей.
Умеет готовить самостоятельно несложные блюда по письменному рецепту.	Расширился репертуар приготовляемых блюд.
Не может определить готовность блюда.	Определяет готовность блюда по таймеру.
При использовании мерной посуды испытывает затруднения.	Выбирает подходящую мерную посуду, насыпает/наливает продукт до метки, но делает это неаккуратно (проливает, просыпает мимо стакана и т.д.).
Имеет представление о том, что продукты портятся, но не знает правильных условий и сроков их хранения.	Знает правильные условия и сроки хранения продуктов, но самостоятельно их не соблюдает.
Затрудняется при выборе посуды, подходящей к блюду (салат, торт, соус).	Самостоятельно подбирает подходящую к блюду посуду.
При сервировке стола не учитывает количество человек (сервирует все свободные места).	Учитывает количество человек при сервировке после напоминания.
Посуду моет с использованием большого количества воды и моющего средства.	Пользуется дозатором.
При ополаскивании посуды смывает пену только с одной стороны посуды.	Качественно ополаскивает посуду после мытья.
Уход за вещами	
Умеет пользоваться машиной – автоматом, но необходим контроль при сортировке белья (сортирует по виду материала, но не сортирует по цвету).	Самостоятельно сортирует бельё по цвету.
Утюжит простое бельё.	Утюжит фигурное бельё (футболки, брюки) по образцу.

Не пользуется регуляторами температуры при утюжке.	По инструкции выставляет подходящий температурный режим.
Уборка помещения	
Не видит необходимости уборки.	Выполняет уборку по графику.
Не соблюдает последовательность уборки. Не определяет направление движения при мытье полов. После уборки не возвращает вещи на места.	Убирает помещение, соблюдая последовательность.
Использует пылесос при уборке, но двигает щёткой хаотично. После использования пылесос не чистит.	Качественно пылесосит всё пространство помещения. По образцу выполняет чистку пылесоса.
Моет пол руками некачественно (пропускает некоторые места, трёт на одном месте); не споласкивает тряпку в процессе мытья	Качественно моет пол комнаты, коридора, соблюдая направления движения.
Чисткой сантехники ранее не занималась.	Самостоятельно выбирает нужное средство; наносит средство, чистит сантехнику – с опорой на последовательность чистки сантехники.
Обращение с деньгами	
Знает источники своего дохода (но не сумму дохода); основные статьи расхода не знает, свои деньги откладывает.	Научилась выделять и планировать основные статьи расходов.
Социально-коммуникативная деятельность	
Поведение эгоистичное, не учитывает интересы и желания других людей. Не учитывает эмоционального состояния других людей.	Проявляет заботливое отношение к соседке по комнате, но интересы других проживающих не учитывает. Предлагает и оказывает помощь по собственной инициативе.
Досуговая деятельность	
Высказывает предпочтения по поводу вариантов проведения досуга, но в рамках известного. Однако в общественных местах чувствует себя неуверенно, скованно и, как следствие, требуется сопровождение.	При выборе совместного досуга договаривается с другими студентами. Самостоятельно организовать свой отдых не может. Стала более уверенно себя чувствовать в общественных местах.

Выводы:

Положительная динамика отмечена в таких сферах как: организация питания, уборка помещения, совершение покупок, ведение финансовых расчетов. Более уверенно себя чувствует в ситуации выбора. Татьяна испытывает затруднения в организации досуга, в построении межличностных отношений.

Индивидуальная программа обучения
К. Татьяны Сергеевны
Даты обучения 12.01.09 – 28.05.09

Показатели самостоятельности обучающегося (ПС)	Условные обозначения
Действие выполняется обучающимся:	
- со значительной физической помощью	**пп**
- с частичной физической помощью	**п**
- по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	**и**
- подражая или по образцу действия	**о**
- самостоятельно, но не аккуратно	**с**
- самостоятельно аккуратно	**са**
- самостоятельно, но после напоминания	**сн**
- представление сформировано	*****
- представление сформировано неверно	**х**
- представление не сформировано	**хх**
- нет данных	**-**
- ранее не делал	

Содержание обучения	ПС	
	1 курс обучения	
	до	после
БЫТОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
САМООБСЛУЖИВАНИЕ		
Прием пищи		
ест пищу при помощи ножа и вилки	**о**	**сн**
Обращение с одеждой и обувью		
выбирает одежду соответственно:		
• ситуации	**и**	**и**
• погоде	**и**	**и**
ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ		
Составление меню		
выбирает блюдо для приготовления:		
• завтрака	**и**	**са**
• обеда	**и**	**са**

• ужина	**и**	**са**
Приготовление пищи		
Следование правилам гигиены при приготовлении пищи		
моет руки перед началом работы	**и**	**са**
убирает рабочее место после приготовления (моет грязную посуду, протирает плиту и стол)	**и**	**са**
Использование бытовых приборов для приготовления пищи		
Использование кухонного комбайна		
выполняет действия при использовании кухонного комбайна:		
• выбирает насадку (шинковка, терка, нож)	**п**	**п**
• собирает / разбирает кухонный комбайн:		
➢ устанавливает чашу	**и**	**и**
➢ устанавливает насадку	**п**	**п**
➢ закрывает крышкой чашу	**п**	**п**
• закладывает продукт в чашу	**п**	**и**
• проталкивает продукт толкателем	**п**	**и**
• регулирует скорость при помощи регулятора	**п**	**и**
• включает / выключает	**п**	**и**
Использование микроволновой печи		
выполняет действия при использовании микроволновой печи		
• использует специальную посуду	**и**	**са**
• выбирает режим приготовления (разморозка, подогрев)	**и**	**и**
• выбирает время приготовления	**и**	**и**
соблюдает последовательность действий при использовании микроволновой печи	**и**	**и**
Использование газовой плиты:		
выполняет действия при использовании газовой плиты:		
• соотносит регулятор пламени с конфоркой	**и**	**са**
• регулирует нагрев при помощи регулятора пламени	**и**	**са**
соблюдает последовательность действий при использовании газовой плиты	**и**	**са**
Ориентация в пространстве кухни		
знает место хранения продуктов:		
• мясо/рыба	**и**	**са**
• крупы	**и**	**са**
• корнеплоды (картофель, морковь, свекла)	**и**	**са**
• овощи (помидоры, огурцы, зеленый лук, капуста)	**и**	**са**
• фрукты	**и**	**са**
• колбасные изделия	**и**	**са**
• молочные продукты	**и**	**са**
• консервы	**и**	**са**
знает местонахождение посуды и инвентаря:		
• столовые приборы	**и**	**са**

• кастрюли	**и**	**са**
• миски	**и**	**са**
• сковорода	**и**	**са**
• терка	**и**	**са**
• дуршлаг	**и**	**са**
• тарелки	**и**	**са**
• кружки	**и**	**са**
• стаканы	**и**	**са**
• овощечистка	**и**	**са**
знает местонахождение бытовых приборов:		
• холодильник	**и**	**са**
• микроволновая печь	**и**	**са**
• кухонный комбайн	**и**	**са**
• газовая плита	**и**	**са**
Обработка и приготовление продуктов		
нарезает (при помощи ножа, овощерезки):		
• кусочками		
➢ лук	**о**	**с**
• кубиками:		
➢ огурцы	**о**	**са**
➢ колбаса	**о**	**са**
➢ картофель	**о**	**с**
• кольцами:		
➢ огурцы	**о**	**с**
➢ колбаса	**о**	**са**
очищает (при помощи ножа, руками):		
• сырые овощи:		
➢ лук	**о**	**са**
➢ чеснок	**о**	**са**
натирает при помощи терки:		
• вареные овощи (свекла, морковь)	**о**	**са**
• сырые овощи (морковь)	**о**	**са**
• сыр	**о**	**са**
перемешивает:		
• салат	**с**	**са**
• продукты во время жарки	**с**	**са**
определяет готовность блюда к употреблению по таймеру	**и**	**са**
использует мерную посуду:		
• полная столовая ложка	**и**	**с**
• полная чайная ложка	**и**	**с**
• полный стакан	**и**	**са**
• половина стакана	**и**	**с**
наливает / засыпает продукты до метки	**и**	**с**

выбирает подходящую мерную посуду	**и**	**са**
определяет испорченные продукты по внешнему виду и запаху		**и**
выбрасывает испорченные продукты		**и**
Приготовление пищи с опорой на фоторецепт		
находит необходимый рецепт в книге рецептов	**п**	**сн**
выбирает продукты, необходимые для приготовления блюда	**п**	**са**
выбирает посуду и кухонные приборы, необходимые для приготовления блюда	**п**	**са**
соблюдает порядок операций при приготовлении пищи	**п**	**сн**
Сервировка стола		
выбирает посуду и приборы подходящие блюду:		
• суп - глубокая тарелка	**и**	**са**
• вторые блюда - плоская тарелка	**и**	**са**
• чай - чашка и блюдце	**и**	**са**
• салат - салатник	**и**	**са**
выставляет посуду и раскладывает приборы в соответствии с количеством человек	**и**	**сн**
Мытье посуды		
Мытье посуды руками		
выполняет действия при мытье посуды **руками:**		
• дозированно использует моющее средство	**п**	**са**
• ополаскивает посуду под струей воды	**и**	**са**
вытирает посуду сухим полотенцем	**и**	**са**
соблюдает последовательность действий при мытье посуды руками	**и**	**са**
УХОД ЗА ВЕЩАМИ		
Стирка белья		
Машинная стирка		
сортирует белье по цвету:		
• цветное	**о**	**са**
• светлое	**о**	**са**
• тёмное	**о**	**са**
соблюдает последовательность действий при машинной стирке белья		
Утюжка белья		
выполняет действия при утюжке белья:		
• выбирает температурный режим, подходящий к типу ткани		**и**
• утюжит фигурное простое белье:		
➢ брюки		**о**
➢ футболка		**о**
соблюдает последовательность действий при утюжке белья		**и**
Хранение одежды и белья		
складывает:		
• брюки	**п**	**са**
• футболка	**п**	**с**

• свитер	**п**	**с**
УБОРКА ПОМЕЩЕНИЯ		
определяет необходимость уборки	**хх**	**сн**
соблюдает последовательность действий при уборке	**и**	**са**
оценивает качество уборки		
Подметание пола		
определяет необходимость подметания пола (подметает, если что-то рассыпала / уронила)	**и**	**са**
Уборка пылесосом		
соблюдает направление движения	**п**	**п**
чистит пылесос:		
• открывает/закрывает отсек		**о**
• вынимает заполненный контейнер (мешок)		**о**
• вытряхивает мусор из контейнера		**о**
• моет и просушивает контейнер		**о**
• вставляет контейнер (мешок) в отсек		**о**
Влажная уборка пола		
выполняет действия при влажной уборке пола:		
• определяет необходимое количество моющего средства	**п**	**са**
• добавляет моющее средство в воду	**п**	**сн**
• моет пол руками	**с**	**са**
соблюдает направление движения	**о**	**сн**
определяет необходимость ополаскивания тряпки (насадки)	**и**	**са**
определяет необходимость замены воды	**и**	**са**
Чистка сантехники		
выполняет действия при чистке сантехники:		
• выбирает моющее средство для чистки сантехники		**са**
• определяет необходимое количество моющего средства		**и**
• наносит моющее средство		**и**
• чистит сантехнику:		
➢ раковина		**и**
➢ унитаз		**и**
• смывает моющее средство		**са**
соблюдает последовательность действий при чистке сантехники		**и**
использует перчатки при чистке сантехники		**са**
ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА		
Обращение с деньгами		
набирает заданную сумму из купюр	**пп**	**и**
знает/выполняет операции с деньгами:		
• пересчет	**и**	**и**
Ведение бюджета		
подсчитывает сумму дохода в месяц		**и**

составляет план ежемесячных расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и др.)		**и**
Планирование и осуществление покупок		
выполняет действия в процессе планирования и осуществления покупок		
• подсчитывает примерную стоимости всех покупок		**и**
• ориентируется в цене товара (выбирает товар средний по стоимости)	**и**	**са**
• использует дисконтные карты	**хх**	*****
• выкладывает покупки дома в места их хранения	**сн**	**са**
СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
Межличностное взаимодействие и саморегуляция		
учитывает интересы окружающих при принятии решений	**хх**	**сн**
предлагает помощь другому человеку	**хх**	**са**
оказывает помощь другому человеку	**хх**	**са**
ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
Выбор и решение о проведении свободного времени с коллективом:		
договаривается с другими обучающимися при выборе досуга	**хх**	**и**
доказывает обоснованность своего выбора перед другими обучающимися	**хх**	**п**
определяет продолжительностьдосуга	**хх**	**са**
Организация досуга		
узнает о времени и стоимости желаемого досуга		**п**
заказывает билеты/ услуги онлайн		**п**
планирует маршрут		**п**
готовит необходимый инвентарь и одежду		**п**
Участие в досуговых мероприятиях		
делится впечатлениями после завершения досуга		
• сразу после завершения	**о**	**с**
• спустя некоторое время	**о**	**и**

Социальный педагог _____ /_____/

Законный представитель _____ /_____/

Руководитель структурного подразделения _____ /_____/

Приложение 11

КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕНИЯ «ПЛАНИРОВАНИЯ»

Планирование как обязательное совместное мероприятие проводится ежедневно с участием всех обучающихся ОУП.

Структура	Методические приемы и материалы	Задачи
1. Организационный момент.		
Сбор всех обучающихся в общей комнате с карточками прошедшего дня.	Карточки, обозначающие бытовые дела (графическое изображение и подпись)	Создание положительного эмоционального настроя на дальнейшую работу.
2. **Основная часть.**		
<u>Подведение итогов прошедшего дня.</u> – Называние дел, которые были запланированы для выполнения. – Рассказ о том, какие из запланированных дел были выполнены и как («Что получилось, что нет? Что понравилось выполнять, в чем возникли сложности?»). – Какие дела были выполнены помимо запланированных. Оказывалась ли помощь? – Оценка качества проделанной работы и оценка своего поведения в течение прошедшего дня.	Карточки, обозначающие бытовые дела (графическое изображение и подпись)	Формировать умения: – кратко рассказывать о выполненных делах; – слушать, не перебивая; – анализировать свою деятельность и давать ей оценку; – высказывать свою точку зрения и отстаивать её; – спокойно и адекватно реагировать на критику и замечания; – анализировать и давать оценку деятельности других.
<u>Планирование дел на следующий день.</u> – Распределение ежедневных дел между всеми обучающимися по графику. – Распределение еженедельных дел. – Планирование проведения свободного времени (планирование коллективного и индивидуального досуга). – Составление индивидуального плана	Графики распределения дел на каждый день и на неделю. Каталог «Досуга». Карточки, обозначающие бытовые дела (графическое изображение и подпись)	Формировать умения и навыки: – пользоваться графиками распределения дел; – брать на себя ответственность за выполнение того или иного дела; – распределять дела по времени; – соотносить выполнение дел с тем или иным промежутком времени; – объективно оценивать свои силы и возможности; – договариваться с друг с другом.

дел: распределение дел в порядке выполнения (что буду делать сначала, а что потом), распределение дел по времени (во сколько начну делать то или иное дело).		
Обсуждение возникших в течение дня конфликтных или проблемных ситуаций. Обсуждение и подготовка предстоящих праздничных или досуговых мероприятий.	Совместное обсуждение, проигрывание ситуаций, просмотр видео.	Формировать умения и навыки: – анализировать свое поведение и поведение других; – находить альтернативные социально приемлемые пути решения сложившихся конфликтных ситуаций; – адекватно реагировать на критику, предложения и замечания; – выслушать чужое мнение; – договориться.
3. Заключительная часть.		
– Вывешивание плана дел на доску в нужном порядке. – Подведение итогов различных конкурсов («дежурный») и соревнований (подсчет жетонов, заработанных за неделю, вручение приза)	Приз, выбранный (и приобретенный) накануне самими обучающимися.	– закрепление и визуализация плана дел на следующий день; – создание положительного настроя; – повышение мотивации к выполнению деятельности.

Важно!

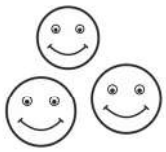
- При проведении планирования необходимо соблюдать принципы индивидуального и дифференцированного подходов.
- Все материалы должны быть доступны всем участникам занятия.
- Оценивать выполнение тех или иных дел необходимо, исходя из возможностей каждого конкретного обучающегося.
- Обсуждение обучающимися друг друга не должно переходить в ябедничество.
- Необходимо работать над сплочением всех проживающих и развитием между ними приятельских, дружеских отношений.

ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЕЖЕДНЕВНЫХ ДЕЛ

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ
Катя	готовить ужин делать бутерброды накрывать на стол	мыть посуду мыть пол в прихожей	магазин чистить обувь выносить мусор убирать	убирать со стола выносить мусор гладить
Эдик	магазин накрывать на стол убирать со стола гладить	убирать выносить мусор чистить обувь	готовить завтрак готовить ужин делать бутерброды убирать со стола	накрывать на стол мыть посуду стирать
Ира	стирать мыть посуду	готовить завтрак готовить ужин	накрывать на стол гладить	убирать мыть пол в прихожей
Саша	убирать выносить мусор чистить обувь мыть пол в прихожей	гладить накрывать на стол убирать со стола стирать	магазин мыть посуду стирать мыть пол в прихожей	готовить завтрак готовить ужин делать бутерброды

Приложение 13

ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫХ ДЕЛ

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ
ДЕЛАТЬ ПОКУПКИ				
 ПРИЁМ ГОСТЕЙ				
УБОРКА				
ПОЛИВ ЦВЕТОВ				
ЧИСТКА САНТЕХНИКИ				

ПРАВИЛА ЗАПОЛНЕНИЯ «ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЙ»

Оформление:
строка нового дня заливается серым цветом;
– дата пишется жирным шрифтом, в скобках указывается день недели. Надпись выравнивается посередине ячейки;
– при описании дел имя клиента пишется жирным шрифтом;
– обязательно записывается фамилия и инициалы работника, сопровождавшего клиента при выполнении деятельности.

Вид деятельности	Особенности выполнения	Особенности эмоционального и физического состояния	ФИО педагога
1	2	3	4
09.09.2013 (понедельник)			
Сервировка стола	**Саша** сервировал стол по словесной инструкции. В процессе сервировки постоянно отвлекался. Не мог выбрать необходимую посуду соответственно блюду, определить необходимое количество посуды. **Трудности:** сбивается со счета в процессе подсчета посуды. **Возможное решение:** набирать посуду с опорой на список (галочкой отмечать тех, кому взял тарелку).	**Саша** в течение всего дня был очень возбужден. Отвлекался от выполняемой деятельности на разговоры.	Зуева Е.А.

Заполнение:

1 графа Записываются все виды деятельности, которые были выполнены в течение дня.

2 графа **Кто делал?**
Что делал? Например: если утюжили, то какое именно белье; если приготовление пищи, то какое блюдо готовили; если запланирована уборка, то какую часть её выполняли и в каком помещении.
С помощью чего делал? Например: опираясь на визуальную опору, по письменной последовательности, по подробной инструкции, по наводящим вопросам, после напоминания и др.
Какие трудности возникли?
Варианты преодоления трудностей (предложить свои варианты). Например: каких приспособлений или пособий не хватает, какие приемы могут помочь при выполнении.

3 графа Заполняется по мере необходимости либо в начале, если особенности состояния относятся ко всему дню, или напротив того режимного момента, когда возникли особенности. В этой же графе отмечаются изменения соматического здоровья клиента (температура, кашель, насморк, травмы, менструации и т.п.).

4 графа Записывается фамилия и инициалы работника, сопровождавшего клиента при выполнении деятельности.

Приложение 15

САМООЦЕНКА

Е. Елена Валерьевна

МОГУ ДЕЛАТЬ САМА!

МНЕ НУЖНО НЕМНОЖКО ПОМОЧЬ!

Я ХОЧУ НАУЧИТЬСЯ!

МЫТЬ ПОСУДУ

ГЛАДИТЬ

МЫТЬ ГОЛОВУ

ПЫЛЕСОСИТЬ

УБИРАТЬ В ШКАФУ

ПОМЫТЬ ПОЛ

МЫТЬСЯ В ДУШЕ

СТИРАТЬ

САМООЦЕНКА

Н. Борис Сергеевич

МОГУ ДЕЛАТЬ САМ!	МНЕ НУЖНО НЕМНОЖКО ПОМОЧЬ!	Я ХОЧУ НАУЧИТЬСЯ!
ВЫТИРАТЬ ПЫЛЬ	**ВАРИТЬ МАКАРОНЫ**	**МЫТЬ ПОСУДУ**
СЛОЖИТЬ БУТЕРБРОД ИЗ НАРЕЗАННЫХ КОЛБАСЫ И ХЛЕБА	**ВАРИТЬ СОСИСКИ**	**ВАРИТЬ ПЕЛЬМЕНИ**
НАКРЫВАТЬ НА СТОЛ	**ПЫЛЕСОСИТЬ**	**ГОТОВИТЬ МЯСО**
СПОЛАСКИВАТЬ ПОСУДУ	**МЫТЬ ЗЕРКАЛО**	**ВЕЖЛИВО РАЗГОВАРИВАТЬ**
РЕЗАТЬ СОСИСКУ НОЖОМ	**ГЛАДИТЬ БЕЛЬЁ**	

Приложение 16

РЕКОМЕНДАЦИИ
родителям по дальнейшему развитию самостоятельности
К. Татьяны Сергеевны

Прием пищи

- Поощряйте использование Татьяной ножа и вилки.

Приготовление пищи

- Продолжайте расширять ассортимент приготовляемых Татьяной блюд. Давайте ей право выбора, пусть она сама определит, что хочет приготовить. Когда Вы сами готовите, просите Татьяну подавать Вам продукты в том или ином количестве (1 чайная ложка, пол столовой ложки, 2 стакана, полстакана).
- Поощряете использование Татьяной бытовых приборов (кухонный комбайн, микроволновая печь), научите её пользоваться разными режимами.
- Когда Татьяна выберет блюдо, которое она хочет приготовить, поговорите с ней о необходимых для этого продуктах и предложите самостоятельно купить их в магазине.

Покупки

- Поручите Татьяне составлять список продуктов, проверять их наличие/отсутствие, необходимость приобретения, даже если в магазин идет не она.
- Попросите Татьяну в составленном списке проставить приблизительную стоимость продуктов и самостоятельно подсчитать необходимую сумму на калькуляторе.
- После возвращения из магазина предложите Татьяне сравнить предполагаемую сумму с реально потраченной.
- Составьте вместе с Татьяной каталог цен наиболее часто покупаемых товаров, на который она будет опираться при расчёте стоимости.

Ведение финансовых расчётов.

- Ведите вместе с Татьяной тетрадь учёта основных статей расходов. Пусть Татьяна ежедневно записывает все траты, а в конце месяца подсчитывает итоговую сумму по каждой статье.

05.06.2009г. Социальные педагоги ОУП

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

23-24 ноября 2013 года	**С. Павел**
Вид деятельности	**Особенности выполнения**
Планирование меню Пусть Паша предложит, что можно приготовить на завтрак и ужин в один из выходных.	
Посещение магазина • проговорите, какие продукты необходимы для приготовления запланированных блюд; • проверить, есть ли дома необходимые продукты; • составить список покупок, ориентируясь на меню, подсчитать примерную стоимость покупок; • **посетить магазин и приобрести необходимые продукты.**	
Приготовить то, что запланировано • что готовил, как получилось, какая помощь требовалась; • поддерживает ли чистоту рабочего места во время приготовления.	
Уборка сделать уборку в комнате, соблюдая последовательность: • освободить пространство; • протереть пыль; • пропылесосить; • помыть пол (руками); • оценить качество уборки.	
Что еще делал?	
Эмоциональное состояние?	

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

23-24 ноября 2013 года	**Ф. Катя**	
Вид деятельности		**Особенности выполнения**
	<u>Планирование меню</u> Пусть Катя предложит: • с чем приготовить бутерброды, • что можно приготовить на обед и ужин в один из выходных.	
	<u>Посещение магазина.</u> • проговорите, какие продукты необходимы для приготовления запланированных блюд (бутербродов, овощного салата); • проверить, есть ли дома необходимые продукты; • **<u>посетить магазин, выбрать необходимые продукты</u>** (как Катя ориентируется в магазине, по какому принципу выбирает товар, помогает ли складывать продукты в пакет и раскладывать их дома по местам хранения).	
	<u>Стирка</u> • сортировка белья перед стиркой: раскладывание белья на: цветное, светлое, темное; • выбор белья для стирки (то, которого больше); • закладывание белья в машину (по одной вещи); • выкладывание белья в таз, по одной вещи, после того, как машина закончит стирать; • развешивание белья.	
	<u>Приготовление бутербродов</u> • выбор нужных продуктов, • намазывание масла (паштета), • складывание бутерброда из нарезанного сыра, колбасы, • уборка рабочего места.	
Что еще делала?		
Эмоциональное состояние?		

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

23-24 ноября 2013 года	**Ч. Ольга**
Суббота	
ПОСЕЩЕНИЕ МАГАЗИНА • все ли удалось купить по списку, • хватило ли денег (сколько планировала потратить и сколько потратила).	
ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЕДЫ ПО МЕНЮ • поддержание рабочего места в чистоте во время приготовления, • наведение порядка в кухне после приготовления.	
СТИРКА • сортировка белья перед стиркой на цветное, светлое и темное, • закладывание белья в машину, • развешивание белья.	
Воскресенье	
УБОРКА • уборка во всех комнатах и коридора	
Незапланированные дела	

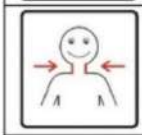
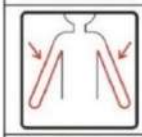
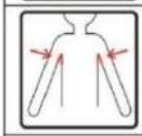
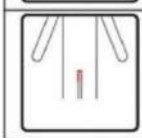
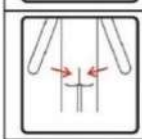
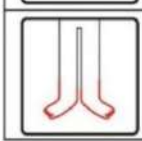
Приложение 18

РАСПОРЯДОК ДНЯ

УТРО

	ПОДЪЕМ	
	НАДЕТЬ ДОМАШНЮЮ ОДЕЖДУ	
	ЗАСТЕЛИТЬ КРОВАТЬ	
	ПРИЧЕСАТЬСЯ	
	ПОЗАВТРАКАТЬ	
	ПРИНЯТЬ ТАБЛЕТКИ	
	ПОЧИСТИТЬ ЗУБЫ УМЫТЬСЯ	
	ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ДЕЗОДОРАНТОМ	
	ПЕРЕОДЕТЬСЯ В РАБОЧУЮ ОДЕЖДУ	
	ПОСМОТРЕТЬ В ЗЕРКАЛО	

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ МЫТЬЯ В ДУШЕ

	НАДЕТЬ ШАПОЧКУ ВКЛЮЧИТЬ ВОДУ
	НАМЫЛИТЬ МОЧАЛКУ
	ШЕЯ
	РУКИ
	ПОДМЫШКИ
	ГРУДЬ
	ЖИВОТ
	БОКА
	СПИНА
	МЕЖДУ НОГ
	ЯГОДИЦЫ
	НОГИ

Приложение 20

Приложение 21

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ УБОРКИ КОМНАТЫ

1. НАВЕСТИ ПОРЯДОК В ШКАФУ..... ☐
2. НАВЕСТИ ПОРЯДОК НА КРОВАТИ..... ☐
3. ВЫНЕСТИ ЛИШНЮЮ МЕБЕЛЬ..... ☐
4. ПРОПЫЛЕСОСИТЬ КОВЕР..... ☐
5. СКАТАТЬ КОВЁР..... ☐
6. ПРОПЫЛЕСОСИТЬ (ИЛИ ПОДМЕСТИ) ПОЛ..... ☐
7. ПРОТЕРЕТЬ ПЫЛЬ..... ☐
8. ПОЧИСТИТЬ ЗЕРКАЛО..... ☐
9. ВЫМЫТЬ ПОЛ..... ☐
10. РАСПРАВИТЬ КОВЁР..... ☐
11. ПОСТАВИТЬ МЕБЕЛЬ НА МЕСТО..... ☐

Приложение 22

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ВЫНОСА МУСОРА

1. ВЫНУТЬ ПАКЕТ С МУСОРОМ ИЗ ВЕДРА..... ☐
2. ВЫБРОСИТЬ ПАКЕТ С МУСОРОМ В МУСОРОПРОВОД ..... ☐
3. ОТОРВАТЬ НОВЫЙ МУСОРНЫЙ ПАКЕТ ОТ РУЛОНА..... ☐
4. ВСТАВИТЬ ПАКЕТ В МУСОРНОЕ ВЕДРО..... ☐
5. ПОСТАВИТЬ ВЕДРО НА МЕСТО..... ☐
6. ВЫМЫТЬ РУКИ..... ☐

Приложение23

ВЫНОС МУСОРА

	ВЫНУТЬ МУСОРНЫЙ ПАКЕТ	
	ВЫБРОСИТЬ МУСОР В МУСОРОПРОВОД	
	ОТОРВАТЬ ПАКЕТ ОТ РУЛОНА	
	ВСТАВИТЬ ПАКЕТ В МУСОРНОЕ ВЕДРО	
	ВЫМЫТЬ РУКИ	

Приложение 24

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ УБОРКИ ВАННОЙ КОМНАТЫ

1. ВЫБРАТЬ ЧИСТЯЩЕЕ СРЕДСТВО..... ☐
2. НАДЕТЬ ПЕРЧАТКИ..... ☐
3. НАНЕСТИ ЧИСТЯЩЕЕ СРЕДСТВО НА ВНУТРЕННЮЮ ПОВЕРХНОСТЬ УНИТАЗА И ПОЧИСТИТЬ ЕЁ ЁРШИКОМ..... ☐
4. ПРОТЕРЕТЬ СИДЕНЬЕ, КРЫШКУ И БАЧОК СПЕЦИАЛЬНОЙ ТРЯПКОЙ..... ☐
5. ПРОПОЛОСКАТЬ ТРЯПКУ И УБРАТЬ ЕЁ НА МЕСТО..... ☐
6. НАНЕСТИ ЧИСТЯЩЕЕ СРЕДСТВО НА ВНУТРЕННЮЮ ПОВЕРХНОСТЬ РАКОВИНЫ И ПОЧИСТИТЬ ЕЁ СПЕЦИАЛЬНОЙ ТРЯПКОЙ..... ☐
7. ПРОТЕРЕТЬ КРАН..... ☐
8. ПРОПОЛОСКАТЬ ТРЯПКУ И УБРАТЬ ЕЁ НА МЕСТО..... ☐
9. НАНЕСТИ НА ЗЕРКАЛО СПЕЦИАЛЬНОЕ СРЕДСТВО..... ☐
10. ПОЧИСТИТЬ ЗЕРКАЛО ПРИ ПОМОЩИ БУМАЖНОГО ПОЛОТЕНЦА..... ☐
11. ПРОТЕРЕТЬ ПОЛОЧКИ ШКАФА..... ☐
12. НАВЕСТИ ПОРЯДОК НА ПОЛОЧКАХ В ДУШЕВОЙ..... ☐
13. ПРОВЕРИТЬ НАЛИЧИЕ ТУАЛЕТНОЙ БУМАГИ..... ☐
14. ПОМЕНЯТЬ ПОЛОТЕНЦА..... ☐
15. ВЫМЫТЬ ПОЛ В ВАННОЙ КОМНАТЕ..... ☐
16. ПРОПОЛОСКАТЬ ТРЯПКУ ДЛЯ ПОЛА..... ☐
17. ВЫЛИТЬ ВОДУ В УНИТАЗ..... ☐
18. УБРАТЬ НА МЕСТО ВЕДРО, ШВАБРУ И ЧИСТЯЩИЕ СРЕДСТВА..... ☐
19. ВЫВЕСИТЬ ТРЯПКУ ДЛЯ ПРОСУШИВАНИЯ..... ☐
20. ВЫМЫТЬ РУКИ..... ☐

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ УБОРКИ ВАННОЙ КОМНАТЫ

	НАДЕТЬ ПЕРЧАТКИ	
	ВЗЯТЬ СРЕДСТВО ДЛЯ ЧИСТКИ УНИТАЗА	
	ВЗЯТЬ ГУБКУ	
	НАЛИТЬ СРЕДСТВО НА ГУБКУ	
	ПРОТЕРЕТЬ БАЧОК	
	ПРОТЕРЕТЬ КРЫШКУ	
	ПРОТЕРЕТЬ СИДЕНЬЕ	
	ПОМЫТЬ ГУБКУ	

	ВЗЯТЬ ТРЯПОЧКУ	
	ПРОТЕРЕТЬ БАЧОК	
	ПРОТЕРЕТЬ КРЫШКУ	
	ПРОТЕРЕТЬ СИДЕНЬЕ	
	ПРОТЕРЕТЬ УНИТАЗ	
	ПОМЫТЬ ТРЯПОЧКУ	
	НАЛИТЬ СРЕДСТВО В УНИТАЗ	
	ПОЧИСТИТЬ ЕРШИКОМ	
	СМЫТЬ	

	ПОМЫТЬ ПОДСТАВКУ ПОД ЕРШИК	
	НАЛИТЬ В ПОДСТАВКУ СРЕДСТВО	
	ВЗЯТЬ СРЕДСТВО ДЛЯ ЧИСТКИ РАКОВИНЫ	
	НАНЕСТИ СРЕДСТВО В РАКОВИНУ	
	ВЗЯТЬ ГУБКУ	
	ПОЧИСТИТЬ РАКОВИНУ	
	ПОЧИСТИТЬ КРАН	
	СМЫТЬ СРЕДСТВО	
	ВЗЯТЬ СРЕДСТВО ДЛЯ ЧИСТКИ ЗЕРКАЛА	

	ВЗЯТЬ БУМАЖНОЕ ПОЛОТЕНЦЕ	
	ПОЧИСТИТЬ ЗЕРКАЛО	
	ВЗЯТЬ СРЕДСТВО ДЛЯ МЫТЬЯ ПОЛА	
	ВЗЯТЬ ТРЯПКУ ДЛЯ МЫТЬЯ ПОЛА	
	НАЛИТЬ ВОДУ В ВЕДРО	
	ДОБАВИТЬ СРЕДСТВО В ВОДУ	
	ВЫМЫТЬ ПОЛ	
	ВЫЛИТЬ ВОДУ	
	УБРАТЬ СРЕДСТВА И ИНСТРУМЕНТЫ НА МЕСТО	

Приложение 26

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ УХОДА ЗА ОБУВЬЮ

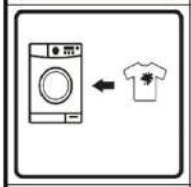
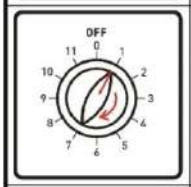
1. НАБРАТЬ ВОДУ В ТАЗИК..... ☐
2. ВЫТЕРЕТЬ ТРЯПКОЙ ВЕРХНЮЮ ЧАСТЬ ОБУВИ..... ☐
3. ВЫМЫТЬ ПОДОШВЫ..... ☐
4. ПРОСУШИТЬ ОБУВЬ..... ☐
5. НАНЕСТИ СРЕДСТВО ДЛЯ УХОДА ЗА ОБУВЬЮ..... ☐

Приложение 27

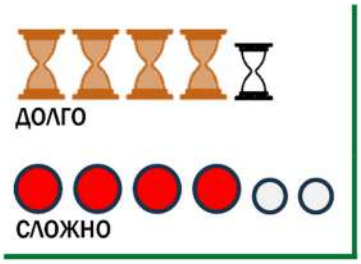
УХОД ЗА ОБУВЬЮ

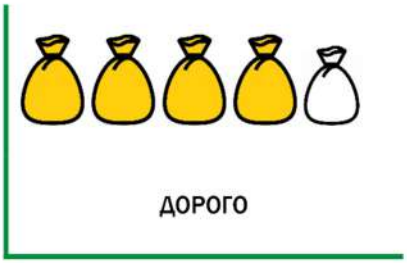
	ПРОТЕРЕТЬ ОБУВЬ	
	ПРОСУШИТЬ ОБУВЬ	
	ПОЧИСТИТЬ ОБУВЬ	

СТИРКА

	РАССОРТИРОВАТЬ БЕЛЬЕ	
	ВЫБРАТЬ БЕЛЬЕ ДЛЯ СТИРКИ	
	ПОЛОЖИТЬ БЕЛЬЕ В СТИРАЛЬНУЮ МАШИНУ	
	ЗАСЫПАТЬ СТИРАЛЬНЫЙ ПОРОШОК	
	ДОБАВИТЬ КОНДИЦИОНЕР	
	УСТАНОВИТЬ ПРОГРАММУ СТИРКИ	
	НАЖАТЬ КНОПКУ “ПУСК”	
	РАЗВЕСИТЬ БЕЛЬЕ	

ПРИМЕР КАТАЛОГА БЛЮД

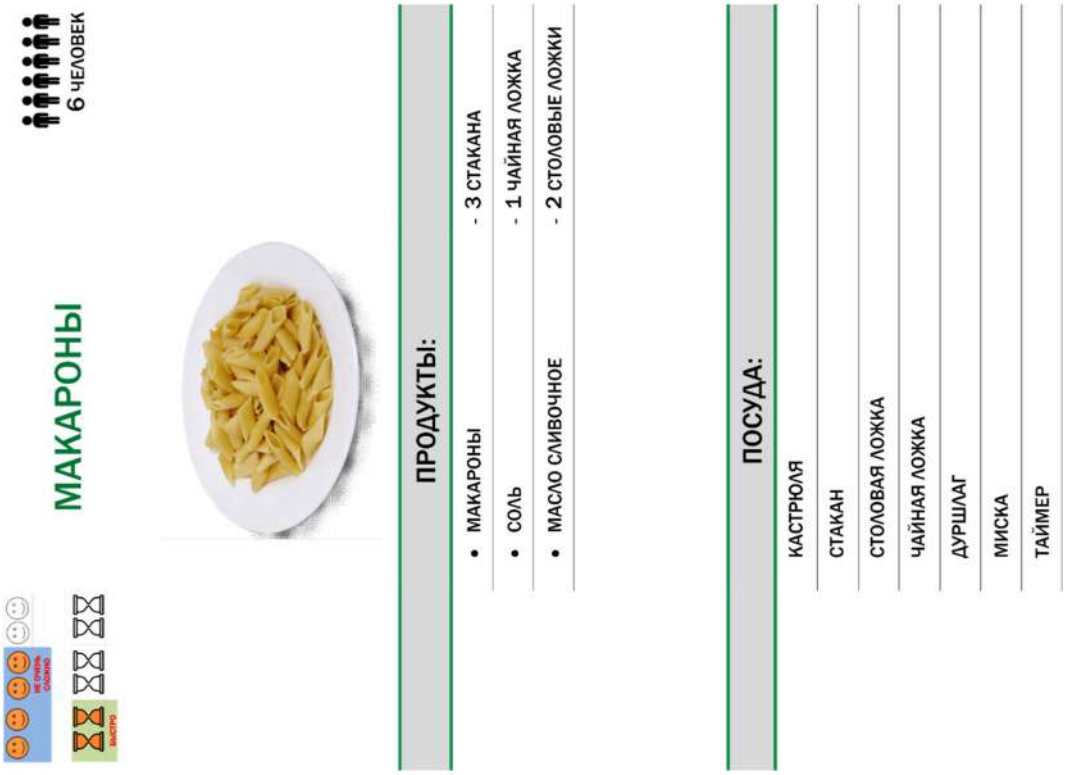




МЯСО ПО-ФРАНЦУЗСКИ

ПРОДУКТЫ:	
МЯСО	- 2 ЛОТКА
ПОМИДОРЫ	- 5 ШТУК
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	- 3 ШТУКИ
СЫР	- 1 БОЛЬШОЙ КУСОК
МАЙОНЕЗ	- 5 СТОЛОВЫХ ЛОЖКЕК
ГОРЧИЦА «ДИЖОНСКАЯ»	- 1 ЧАЙНАЯ ЛОЖКА
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ	- 1 ЩЕПОТКА

ПРИМЕР АДАПТИРОВАННОГО ПИСЬМЕННОГО РЕЦЕПТА



МАКАРОНЫ

6 ЧЕЛОВЕК

ПРОДУКТЫ:

- МАКАРОНЫ - 3 СТАКАНА
- СОЛЬ - 1 ЧАЙНАЯ ЛОЖКА
- МАСЛО СЛИВОЧНОЕ - 2 СТОЛОВЫЕ ЛОЖКИ

ПОСУДА:

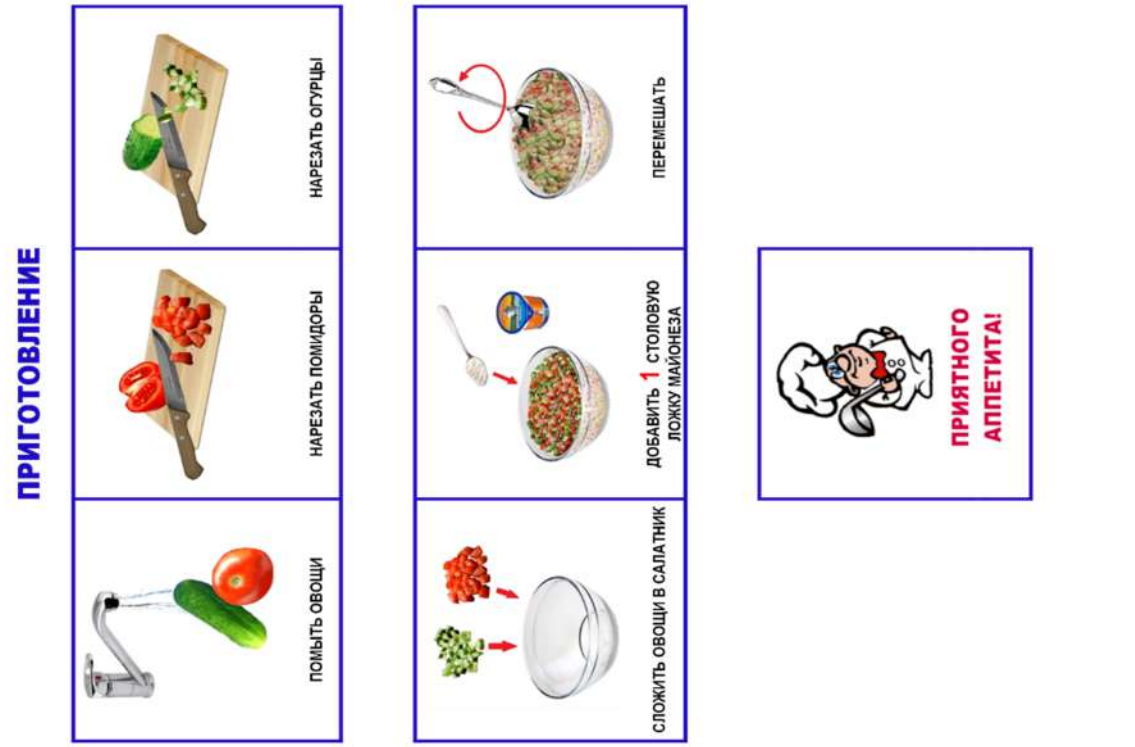
КАСТРЮЛЯ
СТАКАН
СТОЛОВАЯ ЛОЖКА
ЧАЙНАЯ ЛОЖКА
ДУРШЛАГ
МИСКА
ТАЙМЕР

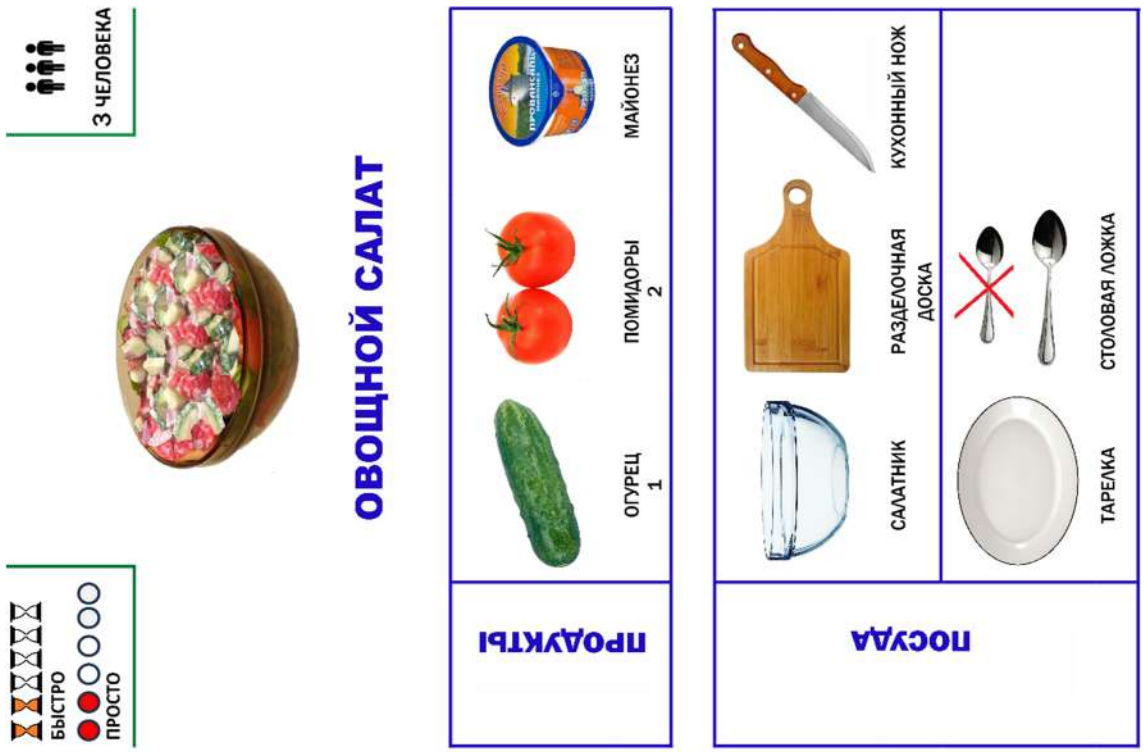
ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ПРИГОТОВИТЬ КАСТРЮЛЮ.....
- НАЛИТЬ В КАСТРЮЛЮ 8 СТАКАНОВ ВОДЫ.....
- ПОСТАВИТЬ КАСТРЮЛЮ НА ГАЗ.....
- ЗАЖЕЧЬ ГАЗ.....
- ПОДОЖДАТЬ ПОКА ВОДА ЗАКИПИТ.....
- ДОБАВИТЬ 1 ЧАЙНУЮ ЛОЖКУ СОЛИ.....
- ВЫСЫПАТЬ МАКАРОНЫ В КАСТРЮЛЮ.....
- ПЕРЕМЕШАТЬ.....
- ПОДОЖДАТЬ ПОКА ВОДА ЗАКИПИТ.....
- УБАВИТЬ ГАЗ.....
- ПОСТАВИТЬ ТАЙМЕР НА 10 МИНУТ.....
- КОГДА ТАЙМЕР ЗАЗВОНИТ, ВЫКЛЮЧИТЬ ГАЗ.....
- СЛИТЬ МАКАРОНЫ В ДУРШЛАГ.....
- ПРОМЫТЬ МАКАРОНЫ ВОДОЙ.....
- ПЕРЕЛОЖИТЬ МАКАРОНЫ В МИСКУ.....
- ДОБАВИТЬ 2 СТОЛОВЫЕ ЛОЖКИ СЛИВОЧНОГО МАСЛА.....
- ПЕРЕМЕШАТЬ.....

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ПРИМЕР АДАПТИРОВАННОГО ФОТОРЕЦЕПТА





СЕРВИРОВКА СТОЛА

К ЧАЮ

	БЛЮДЦЕ	
	КРУЖКА	
	ЧАЙНАЯ ЛОЖКА	
	ЧАЙ	
	САХАР	
	К ЧАЮ	
	ДЛЯ ПАКЕТИКОВ	
	САЛФЕТКИ	
	ЧАЙНИК	
	КУВШИН С ВОДОЙ	

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ МЫТЬЯ ПОСУДЫ

1.	ОЧИСТИТЬ ПОСУДУ ОТ ОСТАТКОВ ПИЩИ……	☐
2.	ЗАКРЫТЬ СЛИВ РАКОВИНЫ ПРОБКОЙ……	☐
3.	ДОБАВИТЬ МОЮЩЕЕ СРЕДСТВО……	☐
4.	НАПОЛНИТЬ РАКОВИНУ ТЕПЛОЙ ВОДОЙ (ДО МЕТКИ)……	☐
5.	ОПУСТИТЬ В ВОДУ ТАРЕЛКИ……	☐
6.	ДОСТАВАТЬ ПО ОДНОЙ ТАРЕЛКЕ, ТЕРЕТЬ ГУБКОЙ СО ВСЕХ СТОРОН……	☐
7.	СКЛАДЫВАТЬ НАМЫЛЕННЫЕ ТАРЕЛКИ НА КРЫЛО МОЙКИ……	☐
8.	ВЫНУТЬ ПРОБКУ ИЗ РАКОВИНЫ, СЛИТЬ ВОДУ……	☐
9.	ОПОЛОСНУТЬ ТАРЕЛКИ ПОД ПРОТОЧНОЙ ВОДОЙ, ПОСТАВИТЬ ИХ НА СУШИЛКУ……	☐
10.	ЗАКРЫТЬ СЛИВ РАКОВИНЫ ПРОБКОЙ……	☐
11.	ДОБАВИТЬ МОЮЩЕЕ СРЕДСТВО……	☐
12.	НАПОЛНИТЬ РАКОВИНУ ТЕПЛОЙ ВОДОЙ……	☐
13.	ОПУСТИТЬ В ВОДУ КРУЖКИ, БЛЮДЦА И СТОЛОВЫЕ ПРИБОРЫ (ЛОЖКИ, ВИЛКИ И НОЖИ)……	☐
14.	ДОСТАТЬ ИЗ РАКОВИНЫ ПО ОДНОЙ КРУЖКЕ (БЛЮДЦУ, ВИЛКЕ, ЛОЖКЕ, НОЖУ), ПОТЕРЕТЬ ГУБКОЙ СО ВСЕХ СТОРОН……	☐
15.	ПОСТАВИТЬ НАМЫЛЕННЫЕ КРУЖКИ (БЛЮДЦА, ЛОЖКИ, ВИЛКИ И НОЖИ) НА КРЫЛО МОЙКИ……	☐
16.	ВЫНУТЬ ПРОБКУ ИЗ РАКОВИНЫ, СЛИТЬ ВОДУ……	☐
17.	ОПОЛОСНУТЬ КРУЖКИ ПОД СТРУЕЙ ВОДЫ, ПОСТАВИТЬ В СУШИЛКУ……	☐
18.	ОПОЛОСНУТЬ БЛЮДЦА ПОД СТРУЕЙ ВОДЫ, ПОСТАВИТЬ В СУШИЛКУ……	☐
19.	СБОКУ ОТ РАКОВИНЫ РАССТЕЛИТЬ ПОЛОТЕНЦЕ……	☐
20.	ОПОЛОСНУТЬ, ПО ОДНОЙ, ВИЛКЕ, ЛОЖКЕ И НОЖУ, ВЫЛОЖИТЬ ИХ НА ПОЛОТЕНЦЕ……	☐
22.	ВЫТЕРЕТЬ СТОЛОВЫЕ ПРИБОРЫ ПОЛОТЕНЦЕМ……	☐
23.	СЛОЖИТЬ СТОЛОВЫЕ ПРИБОРЫ В ЯЩИК ДЛЯ СТОЛОВЫХ ПРИБОРОВ……	☐
24.	НАЛИТЬ В КАСТРЮЛЮ (СКОВОРОДКУ) НЕМНОГО ВОДЫ, ХОРОШО НАМЫЛИТЬ ГУБКОЙ С ДВУХ СТОРОН……	☐
25.	ОПОЛОСНУТЬ КАСТРЮЛЮ (СКОВОРОДКУ) ВОД СТРУЕЙ ВОДЫ……	☐
26.	ВЫТЕРЕТЬ КАСТРЮЛЮ (СКОВОРОДКУ) ПОЛОТЕНЦЕМ, УБРАТЬ В ШКАФ……	☐
27.	ПРОТЕРЕТЬ СТОЛ ВОКРУГ РАКОВИНЫ……	☐
28.	ОПОЛОСНУТЬ РАКОВИНУ……	☐

Приложение 34

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ МЫТЬЯ ПОСУДЫ В ПОСУДОМОЕЧНОЙ МАШИНЕ

1. ОЧИСТИТЬ ОСТАТКИ ПИЩИ ЩЕТКОЙ..... ☐
2. РАССОРТИРОВАТЬ ПОСУДУ..... ☐
3. ОТКРЫТЬ ПОСУДОМОЕЧНУЮ МАШИНУ..... ☐
4. ВЫДВИНУТЬ ВЕРХНИЙ КОРОБ..... ☐
5. ДОСТАТЬ КОРОБ ДЛЯ СТОЛОВЫХ ПРИБОРОВ..... ☐
6. СОСТАВИТЬ СТОЛОВЫЕ ПРИБОРЫ В КОРОБ..... ☐
7. ПОСТАВИТЬ КОРОБ В МАШИНУ..... ☐
8. СОСТАВИТЬ КРУЖКИ И БЛЮДЦА, ПОВАРЁШКУ, ЛОПАТКИ..... ☐
9. ЗАДВИНУТЬ ВЕРХНИЙ КОРОБ..... ☐
10. ВЫДВИНУТЬ НИЖНИЙ КОРОБ..... ☐
11. СОСТАВИТЬ ТАРЕЛКИ, САЛАТНИКИ, КАСТРЮЛИ..... ☐
12. ЗАДВИНУТЬ НИЖНИЙ КОРОБ..... ☐
13. ОТКРЫТЬ ОТСЕК ДЛЯ МОЮЩЕГО СРЕДСТВА..... ☐
14. ДОСТАТЬ МОЮЩЕЕ СРЕДСТВО И ПОЛОЖИТЬ В ОТСЕК..... ☐
15. ЗАКРЫТЬ ОТСЕК..... ☐
16. ВКЛЮЧИТЬ МАШИНУ..... ☐
17. ВЫСТАВИТЬ РЕЖИМ РАБОТЫ ПОСУДОМОЕЧНОЙ МАШИНЫ..... ☐
18. ЗАКРЫТЬ ДВЕРЦУ ДО ЩЕЛЧКА..... ☐
19. ВЫБРОСИТЬ ОТХОДЫ В МУСОРНОЕ ВЕДРО..... ☐

ПРИМЕР СПИСКА ХОЗЯЙСТВЕННЫХ ТОВАРОВ

	ТУАЛЕТНАЯ БУМАГА	
	ПЕРЧАТКИ ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ	
	МЕШКИ ДЛЯ МУСОРА	
	ГУБКИ ДЛЯ МЫТЬЯ ПОСУДЫ	
	СРЕДСТВО ДЛЯ МЫТЬЯ ПОСУДЫ	
	СРЕДСТВО ДЛЯ ЧИСТКИ РАКОВИНЫ	
	СТИРАЛЬНЫЙ ПОРОШОК	

СПИСОК ЛИЧНЫХ СРЕДСТВ ГИГИЕНЫ ДЛЯ ДЕВУШЕК

	ЗУБНАЯ ПАСТА	
	ЗУБНАЯ ЩЕТКА	
	ШАМПУНЬ	
	ГЕЛЬ ДЛЯ ДУША	
	ДЕЗОДОРАНТ	
	ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОКЛАДКИ	
	ЕЖЕДНЕВНЫЕ ПРОКЛАДКИ	

Приложение 36

БЛАНК ДЛЯ СОСТАВЛЕНИЯ СПИСКА ПОКУПОК

ПОКУПКА	СКОЛЬКО СТОИТ	КОЛИЧЕСТВО	НУЖНО ДЕНЕГ
		ВСЕГО: _____	

Приложение 37

ПРИМЕР КАТАЛОГА ЦЕН

ПРОДУКТЫ	КОЛИЧЕСТВО	ЦЕНА
БАНАНЫ	5 ШТУК	100 рублей
БАТОН	1 ШТУКА	35 рублей
БЛИНЫ с творогом	1 УПАКОВКА	80 рублей
БЛИНЫ с джемом	1 УПАКОВКА	80 рублей
ВАРЕНИКИ с творогом	1 УПАКОВКА	100 рублей
ВАРЕНИКИ с вареньем	1 УПАКОВКА	100 рублей
ГЕРКУЛЕС	1 УПАКОВКА	60 рублей
ГРЕЧА	1 УПАКОВКА	90 рублей
ИЗЮМ	1 ПАЧКА	50 рублей
ЙОГУРТ	1 ШТУКА	40 рублей
КАПУСТА	1 КОЧАН	90 рублей
КАРТОФЕЛЬ	10 ШТУК	50 рублей
КЕТЧУП	1 БУТЫЛКА	100 рублей

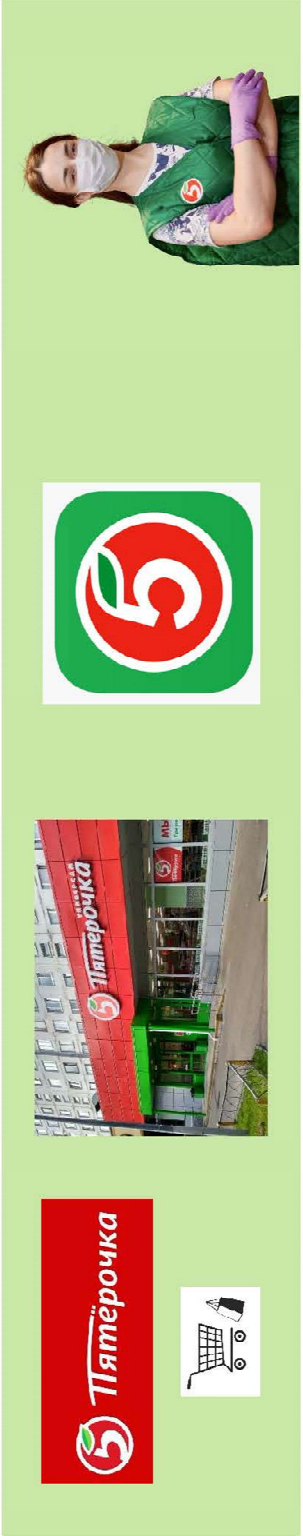
Приложение 38

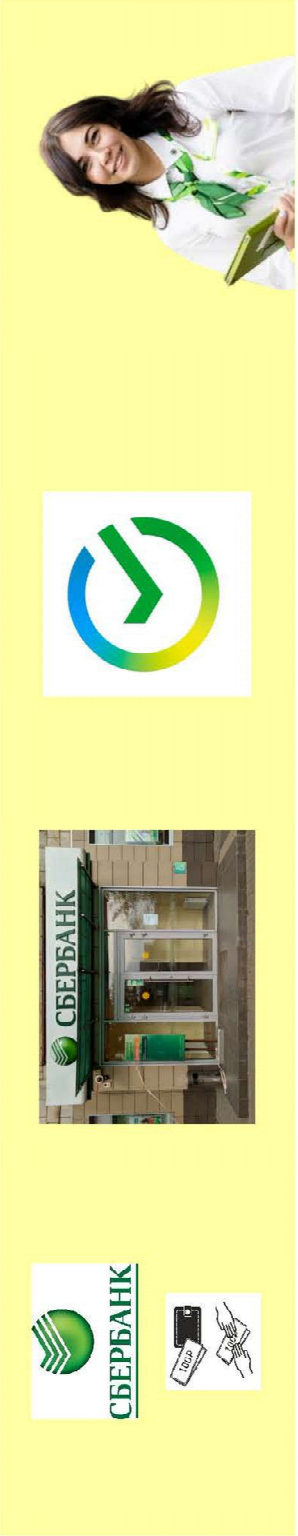
БЛАНК УЧЕТА РАСХОДОВ

ФИО студента_____

месяц	**доходы**	**расходы**									**Экономия**
		на питание				на хоз. товары				на досуг	на коммунальные платежи	
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя							
		планировали	планировали	планировали	планировали	планировали				планировали	планировали	
		потратили	потратили	потратили	потратили					**потратили**	**потратили**	
	всего	**всего потратили**				**всего потратили**						
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя							
		планировали	планировали	планировали	планировали	планировали				планировали	планировали	
		потратили	потратили	потратили	потратили					**потратили**	**потратили**	
	всего	**всего потратили**				**всего потратили**						
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя							
		планировали	планировали	планировали	планировали	планировали				планировали	планировали	
		потратили	потратили	потратили	потратили					**потратили**	**потратили**	
	всего	**всего потратили**				**всего потратили**						
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя							
		планировали	планировали	планировали	планировали	планировали				планировали	планировали	
		потратили	потратили	потратили	потратили					**потратили**	**потратили**	
	всего	**всего потратили**				**всего потратили**						

КОНСУЛЬТАНТЫ СФЕРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ





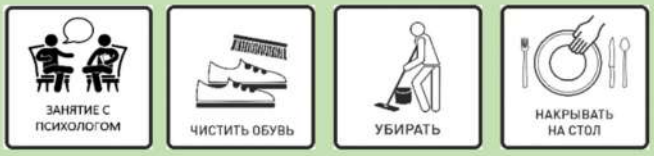
Приложение 40

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ГРАФИК ЕЖЕДНЕВНЫХ ДЕЛ

ЮЛЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

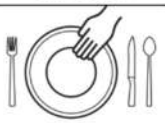


СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

РАСПОРЯДОК ДНЯ

	6:30	ПОДЪЕМ
	6:40	ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗАВТРАКА
	6:50	 СЕРВИРОВКА СТОЛА
	7:00	ЗАВТРАК
	7:20	УБОРКА СО СТОЛА, МЫТЬЕ ПОСУДЫ
	7:50	ОДЕВАНИЕ, ВЫХОД ИЗ ДОМА
	8:00	ОТЪЕЗД НА РАБОТУ
	15:20	ПРИЕЗД ПОСЛЕ РАБОТЫ

	15:30	ПОЛДНИК
	16:00	ОТДЫХ
	17:00	ВЫПОЛНЕНИЕ ДОМАШНИХ ДЕЛ
	19:00	УЖИН
	19:30	ВЫПОЛНЕНИЕ ДОМАШНИХ ДЕЛ
	20:00	ПЛАНИРОВАНИЕ
	21:00	ДУШ
	22:00	СОН

ПРИМЕРЫ РАЗРАБОТАННЫХ КРИТЕРИЕВ ЧИСТОТЫ ПОМЕЩЕНИЯ

Чистая кухня это:

1. Пол помыт так, чтобы посередине, в углах и вдоль стены было чисто, под стульями тоже.
2. Батарея чистая.
3. Чистый подоконник.
4. Стол чистый, сухой, без крошек и луж.
5. Плита чистая без крошек, жирных пятен, пригоревшей еды, подтеков.
6. Дверцы шкафчиков, холодильник и стиральная машина протерты (без подтеков).
7. Микроволновая печь чистая и внутри, и снаружи.
8. Мусорное ведро пустое и чистое.
9. Кухонные полотенца чистые. Запасные полотенца сложены аккуратно в шкафчик.
10. Порядок в кухонных шкафах.

Чистая ванная это:

1. Ванна почищена.
2. Открытые трубы протерты.
3. Зеркало вымыто.
4. Раковина почищена.
5. Кран протерт.
6. Кафель протерт.
7. В шкафчике порядок.
8. Пол помыт так, чтобы посередине, в углах и вдоль стены было чисто.

Чистая комната это:

1. Порядок в шкафу, на комоде, столе.
2. Кровать аккуратно заправлена покрывалом.
3. Пыль протерта везде.
4. Зеркало чистое.
5. Ковер пропылесосили.
6. Ковер свернут (разворачиваем, когда высох пол).
7. Пол помыт так, чтобы посередине, в углах и вдоль стены было чисто.

Приложение 43

СЦЕНАРНЫЙ ПЛАН МЕРОПРИЯТИЯ
«ПОСВЯЩЕНИЕ В СТУДЕНТЫ[12]»

1. Вступительное слово - руководитель ОУП.

2. Представление обучающихся.

Имя **Евгения** - означает "Благородная",
И о Жене можем мы сказать:
Она практична и умна,
Трудолюбива и скромна.
Общаться с ней всегда приятно,
Придёт на помощь всем она.
Екатерина - "Чистота" означает
Такою же разной и сильной бывает.
Гостеприимная хозяйка –
Добра со всеми, весела.
Она всегда улыбкой встретит-
Подруга верная она.
Александр — "защитник людей",
Умен и щедр Александр,
По жизни - лидер, знает сам!
В своей работе достигает
Всегда всего, о чем мечтает!
Упорно к цели он стремится,
И трудностей он не боится.
Если ты **Ильей** зовешься,
В жизни ты не ошибешься.
Будешь сильным и здоровым,
Всегда нужным, всегда новым,
Именем своим гордись,
Никогда зря не сердись,

[12] Студентами мы называем обучающихся Отделения учебного проживания.

3. «Чему я хочу научиться».

Ведущий:

– Наши студенты учатся уже 2 недели, и за это время каждый определился - чему он пришел научиться. Давайте у них спросим.

  Каждый из молодых людей по очереди рассказывает, чему бы он хотел научиться в отделении учебного проживания.

Ведущий помогает обучающимся приклеить выбранные пиктограммы на ватмане.

4. Правила учебной квартиры.

Ведущий:

– Ребята живут и учатся вместе уже 2 недели. Давайте вместе вспомним правила учебной квартиры - что можно и что нельзя делать.

(вместе говорим, что можно делать, что нельзя делать; все обучающиеся "подписываются" под правилами, они «заверяются» печатью ОУП).

5. Игра "Своя игра".

Ведущий:

- Мы вместе написали правила нашей группы, которые все будем соблюдать. А еще есть общепринятые правила, которые все должны знать. Мы их разделили на 3 блока:

- правила этикета
- правила безопасности дома
- правила обращения с огнем.

(показать соответствующие картинки).

Давайте проверим, знаете ли вы эти важные правила. В каждом блоке по несколько вопросов. Вы можете сами выбрать себе вопрос: выберете тему и номер вопроса. При каждом правильном ответе будет открываться буква. Если вы ответите правильно на все вопросы, сможете прочитать фразу, которая символизирует наш сегодняшний праздник.

<u>Вопросы:</u>

"правила этикета"

– хорошо ли показывать на кого-то пальцем?
– можно ли разговаривать, стоя в проходе?
– как нужно вести себя в кинотеатре?

– можно ли кушать, находясь в магазине или в общественном транспорте?
– что нужно снять, когда заходишь в помещение?

"правила безопасности дома"

– можно ли ходить по мокрому полу?
– что нужно сделать, когда уходишь из комнаты?

"правила обращения с огнем"

– что нужно сделать при возникновении пожара?
– можно ли оставлять включенный газ без присмотра?
– можно ли оставлять включенные электроприборы без присмотра?
– как правильно брать горячую посуду и горячие предметы?

Когда все буквы отрыты - хором прочитать фразу.
(фраза: Я - СТУДЕНТ ОУП).

6. Вручение зачетки.

Ведущий:

– А что значит эта фраза?
– Это значит, что все, кто это сказал, будут соблюдать эти важные правила, и могут заслуженно называться «студентами».
– Поздравляем вас и вручаем вам главный атрибут студента - **<u>зачетку.</u>** Она пригодится вам в конце обучения, когда вы будете сдавать зачеты и экзамены.

7. Слово родителям, «студентам»

8. Праздничный ужин, дискотека.

ПРИМЕР КАТАЛОГА ДОСУГА

КИНОТЕАТР

Кинотеатр «ПОБЕДА»

Сайт	http://kino60.ru/pobeda
Адрес	Октябрьский проспект, дом 17
Автобусы	№ 17, 3, 4, 14, 11, 1
Остановка	«Летний сад»

Кинотеатр «МИРАЖ СИНЕМА»

Сайт	http://pskov.mirage.ru
Адрес	улица Кузбасской дивизии, дом 19
Автобусы	№ 2, 3, 4, 6, 17, 22, 18
Остановка	«улица Коммунальная»

Что делать:

- Узнать какие фильмы показывают в кинотеатре.
- Уточнить во сколько начинаются сеансы.
- Узнать стоимость билета.

Расходы:

- Проезд на автобусе до кинотеатра - 36 рублей.
- Проезд от кинотеатра до дома - 36 рублей
- Стоимость билета – около 300 рублей.

Кинотеатр

400- 500 рублей на одного человека

КРИТЕРИИ				
ПОГОДА				
ДОСТУПНОСТЬ				
ПОЛЬЗА				
ОЧЕРЕДНОСТЬ				

<u>УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:</u>

Стоимость проведения досуга **от 0 до 500 рублей**

Стоимость проведения досуга **от 1000** рублей

Развлекательный досуг

Познавательный досуг

Полезный для здоровья досуг

Приложение 45

ГРАФИК ВЫПОЛНЕНИЯ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР

	Саша	Катя	Марина	Максим
понедельник	- душ (сопровождающий)	- чистка носа (сопровождающий) - душ (сопровождающий)	- мытье головы (напоминание)	- мытье ног (контроль) - душ (напоминание) - чистка ушей (контроль)
вторник	- душ (сопровождающий) - мытье головы (сопровождающий) - бритье, (сопровождающий)	- мытье головы (сопровождающий) - чистка носа (сопровождающий) - душ (сопровождающий)		- мытье ног (контроль) - душ (напоминание) - мытье головы (контроль) - бритье, (контроль) - чистка ушей (контроль)
среда	- душ (сопровождающий)	- чистка носа (сопровождающий) - душ (сопровождающий)		- мытье ног (контроль) - душ (напоминание) - чистка ушей (контроль)
четверг	- душ (сопровождающий) - мытье головы (сопровождающий) - бритье (сопровождающий)	- мытье головы (сопровождающий) - чистка носа (сопровождающий) - душ (сопровождающий)	- мытье головы (напоминание)	- мытье ног (контроль) - душ (напоминание) - мытье головы (контроль) - бритье, (контроль) - чистка ушей (контроль)
пятница	- душ (сопровождающий)	- чистка носа (сопровождающий) - душ (сопровождающий)		- мытье ног (контроль) - душ (напоминание) - чистка ушей (контроль)
суббота	- душ (сопровождающий)	- чистка носа (сопровождающий) - душ (сопровождающий)		- мытье ног (контроль) - душ (напоминание) - чистка ушей (контроль)
воскресенье	- душ (сопровождающий) - стрижка ногтей (сопровождающий) - мытье головы (сопровождающий) - бритье (сопровождающий)	- стрижка ногтей (сопровождающий) - душ (сопровождающий) - мытье головы (сопровождающий) - чистка носа (сопровождающий)	- стрижка ногтей (сопровождающий) - мытье головы (напоминание)	- мытье ног (контроль) - стрижка ногтей (контроль) - душ (напоминание) - мытье головы (контроль) - бритье, (контроль) - чистка ушей (контроль)

Приложение 46

ЖУРНАЛ УЧЕТА ВЫПОЛНЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЙ ПО УХОДУ ЗА ПРОЖИВАЮЩИМ

ФИО (проживающего)_____

АПРЕЛЬ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Смена постельного белья и полотенец																														
Смена лезвий																														
Замена зубной щетки																														
Смена домашней одежды																														
Замена полотенец																														
Смена пижамы																														
Стирка халата																														
Чистка носа																														
Чистка ушей																														
Менструация																														
Мытье головы																														
Стрижка ногтей																														
Бритье																														

Приложение 47

АЛГОРИТМ ВЫПОЛНЕНИЯ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР. ПОДСТРИГАНИЕ НОГТЕЙ

Материалы: ножницы, пилочка для ногтей, крем.

1. Предупредить клиента о предстоящей процедуре.
2. Надеть перчатки.
3. Взять ножницы.
4. Положить руку на полотенце.
5. Подстричь ногти (на руках – закругляя ногти, на ногах - прямо).
6. Обработать ногти пилочкой.
7. Обработать руки кремом.
8. Убрать ножницы в чехол.
9. Помыть пилочку для ногтей.
10. Просушить пилочку.
11. Убрать рабочее место.
12. Снять перчатки.

Приложение 48

ЖУРНАЛ ЗДОРОВЬЯ

ФИО (клиента)_____

Дата	Общее состояние	Вес	Сон	Температура тела	Стул	ФИО сопр-щего

Приложение 49

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОВЫШЕНИИ ТЕМПЕРАТУРЫ

1. Изолировать больного.
2. Измерить температуру.
3. Принять меры по снижению температуры:

ФИО	**Критическая** t	**Медикаменты**
Катя	**38^0**	0,5 табл. аспирина + 0,5 табл. анальгина + 0,5 табл. но-шпы
Максим	**$37{,}5^0$**	1 пакетик «Терафлю» Если не помогло – ***внутримышечно*** 1 мл. анальгина+ 1 мл. папаверина+ 1 мл. димедрола Если t повышается – больше **$37{,}5^0$** – вызвать скорую, т.к. **ВОЗМОЖЕН ПРИСТУП!**
Саша	**$37{,}5^0$**	1 табл. аспирина или 1 пакетик «антигриппина» с ремантадином Если t повышается – больше **$37{,}5^0$** – вызвать скорую, т.к. **ВОЗМОЖЕН ПРИСТУП!**
Марина	**$37{,}5^0$ - 38^0**	1 табл. аспирина

4. Постельный режим.
5. Обильное питьё.
6. Сообщить руководителю / родителям.
7. Если не дозвониться родителям более 30 мин. – вызвать врача.
8. Если болеет большинство – изолируется здоровый.

ГРАФИК УБОРКИ

	Дата Время ФИО	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**	**Дата Время ФИО**
Общая комната									
Протереть пол									
Прихожая									
Почистить придверный коврик									
Протереть пол									
Почистить зеркало									
Кухня									
Почистить плиту									
Протереть шкаф под раковиной									
Вымыть столешницы и фартук									
Вымыть пол									
Общая комната									
Вытереть пыль (подоконники, столы, полки)									
Протереть телевизор специальным средством									
Вымыть пол (особенно под диваном и горкой)									

Приложение 51

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ РАСПИСАНИЕ ДНЯ

6.30 – 7.00	Подъем. Гигиенические процедуры. Одевание.	
7.10 – 7.40	Завтрак.	
7.40 – 8.00	Одевание. Дорога до автобуса. *Вторник, среда* – вынос мусора.	
8.00- 8.30	Проезд до работы.	
8.30 -15.00	Работа.	
15.00- 15.30	Проезд после работы домой.	
15.30 – 15.40	Дорога от автобуса до дома.	
15.40 – 15.55	Раздевание. Туалет. Подготовка к обеду.	
15.55 – 16.20	Обед.	
16.20 – 17.10	Отдых на кровати.	
17.10 – 17.20	Полдник.	
17.20 – 18.30	Выполнение дел.	
	Понедельник	– вытирание пыли в своей комнате; – тренажер + просмотр ТВ.
	Вторник	– стирка; раскрашивание, рисование.
	Среда.	– ЛФК; рисование, прослушивание музыки.
	Четверг	– приготовление ужина; – приготовление бутербродов.
18.30 – 19.20	Ужин.	
19.30 – 20.00	Свободное время.	
20.00 - 20.30	Планирование.	
20.30 – 20.40	Кефир.	
20.40 - 21.20	Гигиенические процедуры.	
	Вторник	– мытье в душе.
	Четверг	– мытье в душе, мытье головы.
21.20 - 21.30	Подготовка ко сну. Сон.	

Приложение 52

ГРАФИК ПРИЕМА МЕДИКАМЕНТОВ

Дата _____

ФИО	УТРО	С СОБОЙ в мастерские	ВЕЧЕР (ужин)	Перед сном (кефир)
Сергей				
Илья				
Максим				
Настя				

Приложение 53

БЛАНК УЧЕТА ВЫДАННЫХ МЕДАКАМЕНТОВ

Дата	Время	Кому выданы медикаменты	Кто выдал (подпись)

Приложение 54

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВРЕМЕНИ ДЛЯ ЛИЧНОГО ОБЩЕНИЯ

ФИО проживающего	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Ира		30 мин		30 мин	
Катя	30 мин		30 мин		
Саша	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Эдик	15 мин		15 мин		