МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ, ОПЕКИ
И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ И СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПО ГОРОДУ ЧЕРЕМХОВО, ЧЕРЕМХОВСКОМУ РАЙОНУ И ГОРОДУ СВИРСКУ»

ОТДЕЛ СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И СРОЧНОГО СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ ИНВАЛИДОВ «ДОМОВЁНОК»



Оглавление

Паспорт программы..... 3

Пояснительная записка 5

Глава 1. Особенности организации социально-бытового развития детей с инвалидностью и инвалидов 18+……..... 5

1.1. Основные требования к организации занятий по развитию социально-бытовых навыков 8

1.2. Основные методы обучения социально-бытовым навыкам…….. 10

1.3. Этапы реализации программы 13

1.4. Критерии и методы оценки эффективности реализации программы 14

1.5. Тематический план программы 15

Глава 2. Методические рекомендации по разделам программы «Обучение социально-бытовым навыкам» 17

2.1. Рекомендации к занятиям по разделу «Личная «гигиена» 17

2.2. Рекомендации к занятиям по разделу «Одежда и обувь» 17

2.3. Рекомендации к занятиям по разделу «Питание» 19

2.4. Рекомендации к занятиям по разделу «Жилище» 23

2.5. Приложения……. 26

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Программа по социально-бытовой адаптации «Домовёнок»
Наименование учреждения	ОГБУ «Управление социальной защиты и социального обслуживания населения по городу Черемхово, Черемховскому району и городу Свирску»
Адрес учреждения	Иркутская область, г. Черемхово, ул. Ленина, д. 18
Телефон/факс	8 (39546) 5-10-18
Сайт	http://chersobes.ru/
Адрес электронной почты	cheremhovo@sobes.admirk.ru SOCIO@CHERSOBES.RU
Руководитель учреждения	Прокофьева Людмила Петровна
Руководитель программы	Начальник отдела социального сопровождения инвалидов и срочного социального обслуживания Светлана Валерьевна Кузина
Ответственный исполнитель программы	Специалист по комплексной реабилитации отдела социального сопровождения инвалидов и срочного социального обслуживания Марина Васильевна Гаврюшкова
Консультант	Преподаватель ОГБПОУ «Черемховский медицинский колледж им. Турышевой А. А.» Наталья Петровна Горохова
Категория участников программы	Дети с инвалидностью в возрасте от 7 лет, инвалиды в возрасте от 18 до 45 лет
Продолжительность реализации программы	Постоянно
Кадровый состав специалистов, участвующих в программе	Начальник отдела Специалист по комплексной реабилитации Специалист по социальной работе Психолог
Материально-технические ресурсы	Организация помещения для проведения занятий, адаптированное оборудование, демонстрационный и раздаточный материал.
Финансовые ресурсы, в том числе по источникам	Подпрограмма «Формирование и совершенствование системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов, в Иркутской области» на 2024 год.
Цель программы	Создание условий для эффективного формирования у инвалидов, в том числе детей-

	инвалидов, социально-бытовых представлений и навыков необходимых для подготовки к самостоятельной жизни и успешной адаптации в социум
Задачи программы	1. Формирование умений ориентироваться в окружающем социуме на бытовом уровне. 2. Формирование знаний, умений и навыков бытового труда, ведения домашнего хозяйства; 3. Формирование представлений о чистоте и порядке в помещении, на территории дома-интерната. 4. Формирование представлений и знаний о нормах культуры поведения, накопление соответствующего опыта.
Формы работы	1. Индивидуальные и групповые занятия 2. Практические работы. 3. Моделирование реальной ситуации. 4. Совместная деятельность (праздники, конкурсы и развлечения) 5. Трудовая деятельность. 6. Мастер-классы
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы	1. Повышение уровня сформированности социально-бытовых представлений и навыков у инвалидов, как основы для их подготовки к самостоятельной жизни и успешной адаптации в социум. 2. Получение знаний инвалидами о правильном ведении домашнего хозяйства 3. Профилактика уходов инвалидов в стационарные учреждения

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема включения людей с инвалидностью в реальную жизнь общества является актуальной во всём мире. Одной из основных задач их обучения и воспитания является максимальное развитие функциональных возможностей, подготовка и включение детей с инвалидностью в социальную среду в качестве полноправных членов общества. Универсальной основой для личного и социального благополучия любого человека, а ребенка с инвалидностью и инвалидов 18+ особенно, является **социально-бытовая адаптация** – активное приспособление путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в обществе. Для ее успешной реализации необходимо специально организованное обучение навыкам самообслуживания.

Овладение навыками самообслуживания напрямую влияет на самооценку инвалида, является важным шагом на пути к его независимости, позволяет эффективно решать задачи расширения представлений и знаний инвалидов об окружающих вещах, сенсорного воспитания, развития речи, тонкой моторики и зрительно-моторной координации, а также умения выполнять действия по подражанию и словесной инструкции, ориентироваться на образец, соблюдать определенную последовательность действий.

Актуальность программы реабилитации «Социально-бытовая адаптация» особенно выражена для детей-инвалидов и инвалидов 18+, которые отдалены от непосредственного приготовления пищи, ухода за одеждой, от целого ряда мелочей быта, составляющих уклад жизни современного человека. Достаточно часто родителям, воспитывающим детей с функциональными нарушениями или взрослым, у которых в семье есть инвалид 18+, проще и удобнее самим выполнить режимные и гигиенические моменты, накормить и одеть инвалида, чем научить его. В результате инвалиды либо не владеют, либо ограниченно используют самостоятельность в социально-бытовой сфере.

Глава 1. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ИНВАЛИДОВ 18 +

Формирование санитарно-гигиенических умений и самообслуживания призвано содействовать достижению максимально возможной самостоятельности инвалидов в быту. Формируя у инвалида разнообразные формы бытового самообслуживания, важно помнить о том, что самое трудное в этом – не сделать за него то, что он должен сделать сам. При формировании разнообразных форм самообслуживающего труда параллельно решаются и другие задачи: расширение представлений и знаний инвалидов об окружающем мире, сенсорное воспитание, развитие речи, мелкой моторики и зрительно-моторной координации, умений выполнять действия по подражанию и словесной инструкции, ориентироваться на образец, соблюдать определенную последовательность действий.

Назначение занятий по социально-бытовой адаптации с инвалидами можно сформулировать в следующих задачах:

- формирование у инвалидов умений и навыков самообслуживания и гигиены;
- формирование правильных представлений и знаний о предметах домашнего обихода, их назначении и правилах обращения с ними;
- формирование знаний, умений и навыков ведения домашнего хозяйства; развитие умений, необходимых инвалидам для осуществления самостоятельной жизнедеятельности;
- развитие мелкой моторики и направленных движений; внимания, когнитивных способностей, контрольно-проверочных действий;
- развитие навыков следования правилам поведения в общественных местах, личной культуры поведения.

Программа по социально-бытовой адаптации составлена с учетом перечисленных задач и включает следующие разделы:

— «Личная гигиена»,

— «Одежда и обувь»,

— «Питание»,

— «Жилище».

Раздел «Личная гигиена» предполагает упражнения и занятия по следующим направлениям:

— научить различать и называть части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, руки, ноги, пальцы и т.д.);

— знать предметы санитарии и гигиены и место их нахождения;

— научить открывать и закрывать кран, пользоваться мылом, полотенцем;

— научить проводить утренний и вечерний туалет: мыть руки, лицо, чистить зубы, вытираться полотенцем, причесываться. Обучить навыкам:

— ухода за волосами;

— мытья тела (душ, ванная, баня), вытирания;

— мытья и сушки головы;

— ежедневного ухода за телом;

— ухода за руками и ногами (стрижка ногтей);

— пользования туалетом;

— использования традиционных (кран, душ, мыло, зубная щетка и паста, расческа, фен, шампунь, гель для душа, мочалка, полотенце, ножницы, специальные приспособления для размещения предметов и удобства пользования (держатели, тактильные метки и др.) и специальных бытовых приспособлений (утяжелители, ограничители, дозаторы, поручни, нескользящие коврики), уход за ними;

— культуры поведения.

Раздел «Одежда и обувь» – это упражнения и занятия по следующим направлениям:

— формирование умения различать предметы одежды и обуви;

— формирование у инвалидов знаний и умений одевать и носить одежду аккуратно и в соответствии с сезоном, назначением, фасоном, цветом, следить за своим внешним видом;

— привитие навыка правильно и последовательно одеваться, а также приемов одевания каждой детали одежды, определения лицевой и изнаночной, правой и левой сторон;

— обучение навыку одевания и снимания обуви;

— обучение навыку застегивать крупные и мелкие пуговицы, молнии, кнопки, завязывать пояса, шнурки;

— обучение уходу за одеждой, обувью (место для вещей: тумбочка, полка в шкафу, ящик комода), хранению одежды и обуви, сухой чистки, стирки и глажения;

– использование различных приспособлений для тренировки тонких движений (расстегивание и застегивание, шнуровка и др.);

— использование для одевания специальных вспомогательных средств и приспособлений;

– культура поведения.

В разделе «Питание», проводятся упражнения и занятия по следующим направлениям:
позиционирование для приема пищи и подготовки к приему пищи;

– умение различать предметы, необходимые для приема пищи, продукты питания;

– развитие навыка самостоятельной еды и питья (при необходимости с использованием адаптированной посуды и приборов (поильники, трубки, нескользящие тарелки, специальные коврики, бортики для тарелок, столовые приборы со специальными ручками – утолщенные, утяжеленные, изогнутые, с манжетой и др.);

– развитие навыка определения содержимого тарелки, последовательного приема пищи;

– формирование навыка сервировки стола;

– умение обрабатывать продукты, требующие обработки (мыть ягоды, овощи, фрукты);

– формирование доступного навыка приготовления пищи (в том числе нарезка продуктов), напитков;

– формирование умений пользоваться бытовыми приборами;

– уход за столовыми приборами и посудой;

– навыки культурного поведения за столом;

– правила безопасности при приеме и приготовлении пищи;

– обучение использованию технических и вспомогательных средств для приема и приготовления пищи.

Раздел «Жилище» охватывает такие темы:

– формирование комплексного навыка соблюдения гигиены жилья, представлений о своей комнате, интерьере;

– умение создавать уют, украшать жилье;

– обучение способам самостоятельно осваивать любое замкнутое пространство, помещение и предметы;

– умение пользоваться бытовыми предметами для уборки помещений;

– формирование навыков уборки в комнате, в столовой и в других помещениях, способы ухода за жильем;

– уход за комнатными растениями;

– стирка мелких вещей вручную и в стиральной машине; – глажка белья;

– правила безопасности при уходе за жильем, первая помощь при травмах и повреждениях;

– использование специальных средств для уборки, инвентаря, бытовых приборов;

– культура поведения.

1.1. ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО РАЗВИТИЮ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВЫХ НАВЫКОВ

Организация занятий по социально-бытовой адаптации инвалидов в развитии и здоровье имеет специфические особенности:

- Накопление социально-бытовых знаний и умений должно идти постепенно, последовательно и систематично, что предполагает разностороннюю, каждодневную (а не эпизодическую) работу с инвалидами.
- Каждое занятие должно быть четко организовано и оснащено необходимым оборудованием, в том числе специализированным, необходимыми техническими средствами реабилитации, инвентарем, наглядными пособиями, продуктами питания (если изучаются темы, относящиеся к приготовлению пищи) и т.п.

Обучение навыкам самообслуживания может проходить:

— на специально организованных занятиях;

— в бытовых ситуациях;

— в играх.

Особое внимание следует уделить стимулированию активности инвалидов, не проявляющих интерес к занятиям по социально-бытовой адаптации. Как правило, это инвалиды, которые привыкли в быту пользоваться помощью окружающих как должным.

- Для активности инвалидов на занятии, когда оно проводится в кабинете, очень важно, чтобы все находящиеся в нем предметы располагались в строго определенных местах, т.е. местоположение любого предмета (мебель, наглядное пособие, прибор, кухонная утварь и др.) должно быть однажды определено и не меняться. Порядок в кабинете облегчает инвалидам самостоятельную ориентировку в нем.
- Перед тем как приступить к занятиям, обратите внимание, готов ли инвалид именно сейчас понять и воспринять то, что вы хотите до него донести. Например, процесс приема пищи. Прививать навык самостоятельности нужно только в том случае, если инвалид проголодался, а не тогда, когда у вас появилось свободное время. Если он сыт, его не заинтересует действие, которое ему в данный момент и не нужно.
- Занятия не должны быть излишне академичными, иначе у инвалида пропадет к ним интерес, важно оживлять их игрой, прибаутками, потешками. Если специалист замечает, что инвалиду скучно, сразу же переключите его внимание на что-то другое. Нельзя настаивать, заставлять инвалида делать то, что вы от него хотите именно сейчас.
- Необходимо высказывать свое отношение по поводу успехов и неудач инвалида. И пусть оно всегда будет искренним, будь то радость, огорчение, разочарование или удивление. Ведь инвалиду так важно чувствовать живое участие в его жизненно важных делах. Но не критикуйте его за неудачи, ошибки, неуклюжесть. Чем сильнее ваше давление, тем мощнее его сопротивление.
- Специалисты советуют действовать так: покажите – ждите – похвалите – ждите – покажите.
- Прежде чем приступать к овладению, тем или иным действиям, необходимо определить, способен ли получатель социальных услуг справиться с поставленной задачей и определить причину неспособности (педагогическая запущенность или объективные нарушения);
- Обязательным условием является практическая направленность занятий, вариативность их содержания и форм, учет индивидуальных особенностей обучаемых, их функциональных нарушений и способностей.

Специалист должен помнить, что скорость формирования навыка зависит от многих факторов: от индивидуальных особенностей инвалида; от отношения к чистоте и опрятности у ближайшего окружения; разной скорости усвоения навыка (одному инвалиду достаточно показать один раз, после чего он начнет формировать навык самостоятельно в игре и других видах деятельности, а другому инвалиду требуется неоднократный показ и поэтапная отработка всех элементов действия, прежде чем он сможет использовать навык самостоятельно).

Сформированность навыка и переход к формированию следующего определяется фактом успешного его использования инвалидам не только на организованном занятии, но и в самостоятельных действиях по самообслуживанию в течение нескольких дней подряд.

- **Уровень развития умений и навыков по самообслуживанию** целесообразно оценивать в ходе наблюдения за инвалидами в процессе одевания, раздевания, еды, умывания, пользования туалетом. Во время наблюдения необходимо отмечать стремление инвалида к самостоятельности, а также конкретное ее проявление в самообслуживании. При этом следует фиксировать:
- умение следить за своим внешним видом;
- самостоятельность выполнения микропроцессов по самообслуживанию;
- самостоятельность выполнения целостных процессов по самообслуживанию, связанных с определенными физическими нагрузками;
- Если обучение социально-бытовому навыку **не приводит к успешности**, необходимо проанализировать ситуацию и откорректировать программу обучения:

Может быть, это плохое для инвалида время (болезнь, необычный стресс в жизни)?

1. Не слишком ли большой шаг вы пытаетесь сделать? (Не слишком ли быстро вы перестали помогать?)
2. Не слишком ли медленно вы двигаетесь? Не становится ли инвалиду скучно на занятии?
3. Не слишком ли продолжителен ваш урок? Не слишком ли долго вы работаете над одним и тем же заданием?

Количество часов, необходимое на изучение конкретных тем, определяет сам специалист.

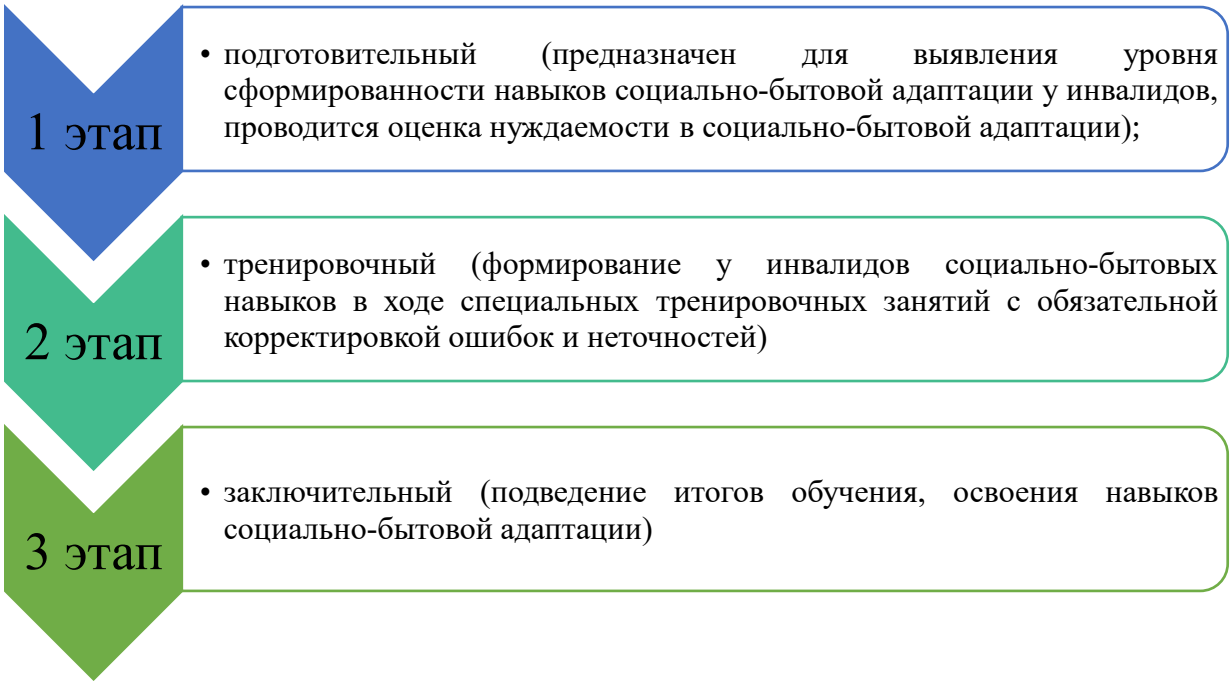
К изучению новой темы следует приступать после проверки умений инвалидов. Это необходимо для выявления у них конкретных знаний и опыта, на которые можно опереться, для выявления пробелов и искаженных представлений, чтобы соответственно восполнить их или поправить.

Инвалиды должны быть подготовлены к пониманию инструкции специалиста.

Все выполняемые с предметами действия должны специалистом проговариваться, а соответствующие словесные указания продумываться заранее и подаваться в строгой последовательности, эффективно использовать схемы и алгоритмы действий.

1.2. ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВЫМ НАВЫКАМ

Формирование навыков самообслуживания осуществляется в 3 этапа:



Метод обучающей среды. Для того чтобы сформировать навыки самообслуживания и социализации у инвалида должна быть хорошо развита мелкая моторика, сформирован двигательный стереотип. Поэтому, перед тем как формировать навык самообслуживания, необходимо создать обучающую среду, окружить инвалида предметами быта.

Метод словесного сопровождения (вербализации) предполагает:

1. Выбор того навыка, который вы будете формировать.
2. Сообщение инвалиду, того, чего вы от него хотите («Расстегни нижнюю пуговицу на рубашке»). И далее все действия сопровождаются словесно.

- сообщение должно быть кратким, четким, последовательным, подкрепленным определенными действиями; указание произносите медленно;
- указание должно быть ясным (используйте слова, которые инвалид хорошо понимает); указание должно быть конкретным, например, правильнее сказать:

«Возьми одно печенье», а не «Не бери много печенья»;

- указание дается в позитивном тоне. Оно указывает, что нужно делать, а не то, что делать нельзя или что надо перестать делать.

Метод пошаговой разбивки навыка на действия, предполагает разделение процесса на маленькие действия, которые инвалид в состоянии выполнить. Специалист должен сам несколько раз выполнить то, чему он собирается обучить инвалида, четко разделить действие на мелкие шаги.

Метод рационального вмешательства, основанный на теории Выгодского «Зона ближайшего развития». Помощь инвалиду с вашей стороны должна быть разумной. Не

лишайте его возможности получить радость от сознания «Я сам!», «Я умею!», «Я научился!».

Метод демонстрации – процесс показа выполнения действия, которому вы собираетесь обучить инвалида.

Показ должен быть четким, неторопливым, последовательным. Указание сочетайте с демонстрацией: выполняйте задание вместе с инвалидом. После объяснения и показа возьмите своими руками его руки и проделайте вместе с ним все действия.

Метод замены (компенсации). Этот метод предполагает научение инвалида использовать сохранные анализаторы с целью компенсации нарушенного. Зрительное восприятие компенсируется тактильным, слуховым, обонятельным. Самым значимым и эффективным методом изучения программного материала на занятиях по социально-бытовой адаптации является *собственная предметнопрактическая деятельность инвалидов*, так как инвалиды с глубоким нарушением зрения (тотально слепые, в том числе слепые с остаточным зрением) не обучаются предметно-практическим действиям по подражанию. Для формирования умений и навыков у таких инвалидов необходимо проводить специальные занятия по формированию предметно-практической деятельности.

Специалисту всегда надо помнить, что правильное описание способа выполнения предметно-практического действия инвалидом не означает, что он может эти действия выполнять. Нормально видящим инвалидам в большинстве своем легче сделать, чем рассказать о том, что он будет делать. Слепыми и слабовидящим инвалидам наоборот, легче рассказать, чем сделать. Предметно-практическая деятельность при зрительном дефекте и протекает своеобразно, и тем более своеобразно формируется. Практические работы должны занимать особое место на занятиях по социально-бытовой адаптации. Практический метод способствует формированию социально-бытовых навыков и умений, так как навыки не могут быть сформированы без самих практических действий инвалидов, закрепления и последующего их превращения в умение.

Метод включает в себя:

1. Теоретическая подготовка получателей социальных услуг,

2. Демонстрацию правильных приемов выполнения действия,

3. Повторение инвалидами этого действия,

4.Устный анализ задания.

Необходимо специально учить инвалидов разбивать задание на отдельные этапы, определять их последовательность, свою подготовленность к выполнению необходимых операций.

Иными словами, инвалидов надо учить определять:

— часть (или части) задания, которая вызывает затруднения и требует дальнейшего освоения;

— часть (или части) задания, которая уже освоена, но требует постоянной практической тренировки;

— часть (или части) задания, которая изучена так, что может быть выполнена самостоятельно;

— изменения, необходимые для самостоятельного выполнения задания.

В целом такой анализ способствует адекватной оценке инвалидам своих возможностей, что также имеет коррекционное значение.

Таким образом, предметом постоянного внимания специалиста на занятиях по социально-бытовой адаптации должно стать обучение инвалидов планированию практической деятельности. Перед началом любого дела полезны, например, такие вопросы:

— Что мы будем делать? (Что мы собираемся делать? Что мы планируем сделать?)

— Что для этого нужно?

— С чего надо (можно) начать? И т.п.

Метод речевого объяснения часто требует больше времени и задерживает его выполнение, но при нарушенном зрении слова позволяют восполнить отсутствие или недостатки зрительного восприятия. Активно включайте в свои занятия речь: объясняйте инвалиду все подробно, обращайте его

внимание на важные детали, стремитесь к тому, чтобы инвалид также озвучивал свои действия.

Из словесных методов наиболее предпочтительным является **беседа**. Она может быть вводной и предварять другие виды работ для привлечения к ним интереса инвалидов, а также может использоваться для закрепления полученных знаний при повторении пройденного. Беседа на занятиях по социально-бытовой адаптации всегда, где это возможно, должна сопровождаться **использованием различных средств**: реальными предметами, макетами, рельефными изображениями, схемами. *Метод поощрений.* Адекватность восприятия воспитывающей информации зависит как от сложности ее содержания, так и от уровня сенсорных возможностей инвалида. В этой связи большую воспитательную значимость имеют методы, которые позволяют опираться на визуальную информацию, сопровождаемую комментариями, разъяснениями специалиста, а также эффективно использовать примеры из окружающей инвалида жизни. Побудительно оценочные методы (поощрение, наказание) также реализуются в практически действенном варианте, сопровождаемом доступным для инвалида словесным поощрением («хорошо», «верно», «молодец») и материальным.

Метод коллективной деятельности. Особое значение в обучении инвалидов следует придавать организации коллективных видов деятельности, в которых каждый инвалид выполняет часть общей работы: например, при подготовке к обеду один инвалид накрывает на стол, другой – режет хлеб, третий заваривает чайник и т. д. Такая форма занятий научит инвалидов распределять обязанности, при этом не всегда совпадающие с их желаниями, что требует от них преодоления непосредственных желаний. От инвалида требуется выполнение порученного задания в соответствии с общим темпом работы, контролирование своих действий, адекватная реакция на оценку работы обучающего специалиста, в том числе и на замечания или указания на ошибки. В процессе коллективной деятельности у инвалидов формируется и ряд личностных качеств: активность, самостоятельность, ответственность за порученное дело. Важное значение для формирования произвольности и контроля за своей работой приобретает умение отчитаться о своей деятельности.

Участие в коллективно разделенном труде постепенно подводит инвалидов к умению планировать свои действия хотя бы в самой элементарной форме, намечать их последовательность.

1.3. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП:

а) проведение предварительной подготовки и обучения ответственного специалиста (обучающие курсы, теоретическое освоение знаний с помощью методического пособия);

б) составление и утверждение программы по развитию социально-бытовых навыков;

в) составление календарно-тематического плана занятий;

г) утверждение графика работы в комнате социально-бытовой адаптации;

д) подготовка адаптированного оборудования;

е) разработка карт оценки функциональных нарушений/способностей и достижений;

2. ЭТАП РЕАЛИЗАЦИИ:

а) формирование личного дела получателей социальных услуг в комнате СБА:

- заявление, регистрируется в Журнале регистрации заявлений получателей социальных услуг в комнате СБА «Домовёнок» (Приложение № 1)
- социальный паспорт (заполняется ответственным специалистом учреждения) (Приложение № 2)
- копия документа, удостоверяющего личность получателя социальных услуг
- копия справки медико-социальной экспертизы
- копия медицинского полиса

б) оценка уровня сформированности социально-бытовых навыков инвалидов целевой группы, определение реабилитационного потенциала (прогноза) и индивидуальных направлений реабилитации:

- заполнение Карты оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг (Приложение № 3)

в) формирование групп для занятий с учетом основных нарушений жизнедеятельности, функциональных способностей, нарушений, реабилитационного потенциала.

В результате проведенной оценки способностей получатели социальных услуг определяются в группу обучения:

1 группа «ЖЕЛТАЯ» – со средним и высоким уровнем сформированности навыков социально-бытового обслуживания

2 группа «КРАСНАЯ» – с низким уровнем сформированности навыков социально-бытового обслуживания

г) организация и проведение индивидуальных и групповых занятий в соответствии с календарно тематическим планом по формированию навыков самообслуживания, гигиены, домашнего хозяйства:

- регулярное заполнение Индивидуального маршрута получателя социальных услуг в комнате СБА, по каждому проведенному занятию (Приложение № 4)

д) организация среды для использования полученных навыков в режимных мероприятиях.

3. КОНТРОЛЬНЫЙ ЭТАП:

а) Контрольная оценка усвоения навыков проводится периодически (в соответствии с программой) и является или итоговой с целью проверки усвоения каждого из разделов:

- заполнение Итоговой карты оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг (Приложение № 5)

б) После завершения диагностики (оценки) проводится общее обсуждение каждого конкретного случая всеми специалистами, которые проводили обучение. Целью данного

обсуждения является выявление «положительных» результатов и трудностей выявленных в ходе занятий, для дальнейшей коррекции индивидуальных программ реабилитации.

1.4. КРИТЕРИИ И МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Оценка эффективности реализации программы проводится по следующим критериям:

1. Соответствие практической деятельности и руководства по программе;
2. Соответствие практической деятельности календарно-тематическому плану;
3. Эффективная практическая деятельность специалистов, их профессиональная компетентность, наличие высшего образования по специальности, наличие навыков работы с инвалидами, обладание личностными качествами для работы с данной категорией людей, наличие профессиональных умений, обеспечивающих успешную реализацию технологии;
4. Мотивированность специалистов и инвалидов на результат;
5. Мониторинг результатов занятий с участниками группы:

– успешность в рамках занятия,

– использование навыка в повседневной жизни, повышение уровня самостоятельности инвалидов,

– повышение баллов по перечню социально-бытовых умений в Итоговой карте оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг.

1.5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ «ДОМОВЁНОК»

№ п/п	Раздел (название раздела, темы)	Форма занятия	Количество часов
	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА		**6**
1.	Режим дня инвалида	Групповая или индивидуальная	1
2.	Чистота - залог здоровья. Уход за руками и ногами.	Групповая или индивидуальная	1
3.	Как сохранить здоровыми зубы?	Групповая или индивидуальная	1
4.	Чтобы уши слышали	Групповая или индивидуальная	1
5.	Уход за волосами. Причёски.	Групповая или индивидуальная	1
6.	Полезные и вредные привычки.	Групповая или индивидуальная	1
	ОДЕЖДА И ОБУВЬ		**12**
7.	Виды одежды и головных уборов, их назначение.	Групповая или индивидуальная	1

8.	Виды обуви, их назначение, уход за обувью.	Групповая или индивидуальная	1
9.	Правила выбора обуви и одежды (размер, учёт индивидуальных особенностей, характера деятельности).	Групповая или индивидуальная	1
10.	Ручная и машинная стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей.	Групповая или индивидуальная	1
11.	Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей.	Групповая или индивидуальная	1
12.	Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц, вешалок, крючков.	Групповая или индивидуальная	2
13.	Ремонт распоровшегося шва. Шов «вперёд иголку».	Групповая или индивидуальная	2
14.	Мода – зеркало прошлого, настоящего, будущего.	Групповая или индивидуальная	1
15.	Стиль одежды. Обновление (замена мелких деталей). Выбор одежды при покупке. Экскурсия в магазин «Одежда и обувь».	Групповая	2
	ПИТАНИЕ		**15**
16.	Как следует питаться? Советы кулинара Всезнайки. Продукты растительного и животного происхождения, их разнообразие и значение для здоровья человека.	Групповая или индивидуальная	1
17.	Золотые правила питания и приготовления пищи. Советы доктора Айболита.	Групповая или индивидуальная	1
18.	Правила сервировки стола. Манеры поведения за столом.	Групповая или индивидуальная	1
19.	Способы выбора доброкачественных продуктов	Групповая или индивидуальная	1
20.	Способы хранения продуктов и готовой пищи	Групповая или индивидуальная	1
21.	Чай – напиток здоровья. Технология заваривания чая.	Групповая или индивидуальная	1
22.	Салаты – основа питания. Приготовление салатов.	Групповая или индивидуальная	2
23.	Яйцо – продукт питания. Способы приготовления.	Групповая или индивидуальная	1
24.	Приготовление бутербродов (открытые, закрытые, канапе).	Групповая или индивидуальная	1
25.	«Пейте дети молоко…». Приготовление молочного коктейля.	Групповая или индивидуальная	1
26.	«Ладушки, ладушки испечем оладушки».	Индивидуальная	2
27.	Приготовление первого блюда – «Щи»	Групповая или индивидуальная	2

	ЖИЛИЩЕ		**7**
31.	Дом, в котором я живу.	Групповая или индивидуальная	1
32.	Повседневная и регулярная уборка. Пылесос.	Групповая или индивидуальная	1
33.	Комнатное цветоводство. Правила ухода за комнатными растениями.	Групповая или индивидуальная	1
34.	«Зверье моё». Домашние питомцы и уход за ними.	Групповая или индивидуальная	1
35.	Интерьер. Экскурсия в мебельный магазин.	Групповая	2

Глава 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПЛ РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ ПО СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ «ДОМОВЁНОК»

2.1. РЕКОМЕНДАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ПО РАЗДЕЛУ «ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»

Умывание

Овладение инвалидами навыкам гигиены – длительный процесс, состоящий из ряда этапов. Обучая инвалида правильно умываться, нужно прививать ему умение совершать действия в определенной последовательности:

– знать предметы санитарии и гигиены и их место положение;

– научить проводить утренний и вечерний туалет: мыть руки, лицо, вытираться полотенцем.

При обучении важно сформировать у инвалида четкую схему действия умывания:

1. Вымыть с мылом руки.
2. Почистить зубы, прополоскать рот.
3. Вымыть лицо, шею, уши.
4. Вытереться полотенцем.
5. Привести в порядок умывальные принадлежности: закрыть тюбик с пастой, промыть под струёй воды щетку, поставить их в свой стаканчик, повесить на крючок полотенце.

На всех этапах обучения важно приучать инвалидов **содержать в чистоте предметы личной гигиены**: расческу, мыльницу, зубную щетку и т.п.

Например, загрязненность расчески не всегда легко определяется с помощью осязания. Поэтому инвалиды должны знать способы чистки расчески и обязательно пользоваться ими в повседневной жизни.

2.2. РЕКОМЕНДАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ПО РАЗДЕЛУ «ОДЕЖДА И ОБУВЬ»

Навыки самообслуживания, в частности – навыки одевания, совершенно необходимы в повседневной жизни. Овладение этими навыками поможет инвалиду чувствовать себя уверенно, успешно находиться в обществе.

Что должен уметь инвалид для того чтобы овладеть навыками одевания?

- Уметь сохранять устойчивую позу, владеть достаточно большим объемом движений:
- Иметь представление о собственном теле и его частях;

- Уметь действовать двумя руками одновременно, либо совершая синхронные действия, либо используя одну руку как ведущую, а другую, как помогающую;
- Уметь выполнять ряд специфических движений, необходимых для одевания: тянуться рукой вперед, вверх, заводить руки за спину, за голову и т.д.;
- Владеть необходимым объемом мелких движений рук и пальцев: у инвалида должен быть сформирован щепотный и пинцетный захват.

Формирование навыка одевания и раздевания у инвалида с функциональными нарушениями должно решать следующие задачи:

— сформировать умение различать предметы одежды и обуви;

— научить одеваться и обуваться при участии специалиста, складывать и вешать снятую одежду и обувь;

— обучить шнуровать ботинки, завязывать и развязывать шнурки, различать обувь для правой и левой ноги, застегивать крупные и мелкие пуговицы, молнии, кнопки и т.д.;

— научить правильно и последовательно одеваться (одежду и обувь), самостоятельно застегивать одежду;

— обучить детей следить за своим внешним видом, проверять, застегнута ли одежда, не испачкана ли.

Важной задачей раздела «Одежда и обувь» является формирование у инвалидов знаний и умений одевать и носить одежду аккуратно и в соответствии с сезоном, назначением, фасоном, цветом.

Очень важно приучить инвалидов контролировать заправлена ли рубашка, одернута ли юбка, застегнуты ли пуговицы и т.д. Обучите инвалида приемам контроля за своим внешним видом. Например: застегнувшись, проведи рукой по пуговкам: все ли они застегнуты, каждая ли пуговица нашла именно свою петельку; одерни платье спереди и сзади (нагнувшись, одерни брюки); если есть поясок, посмотри, не болтается ли он» и т. д. Добивайтесь, чтобы такой контроль стал привычкой для инвалида, непременным действием, сопровождающим и заканчивающим процедуру одевания.

Хорошо адаптированные инвалиды хранят одежду в шкафах только в строго определенном порядке. Так, в шкафу одежда может висеть, например, в следующей последовательности: слева костюмы, за ними платья, юбки, блузки. В таком случае, если нужна блузка, то рука автоматически тянется в правую часть шкафа и нужную блузку можно найти быстро даже без использования зрения. При хранении одежды следует учитывать ее признаки: сезонность, назначение, частоту употребления, сочетаемость в ансамбле и т.п. Главное – все вещи должны быть рассортированы и храниться строго на своих местах, тогда любую вещь можно найти без труда. Обучение инвалидов размещению одежды на вешалках, раскладыванию на спинке стула и складыванию перед сном также важно для повседневной жизни. Без соответствующих навыков инвалиды долго одеваются. А при заведенном порядке это делается без лишней суеты, а, кроме того, исключаются лишние причины для ощущения своей беспомощности.

Формируя социально-бытовые навыки, также важно обучить инвалида *правилам ухода за одеждой:*

Обязательно надо отработать прием сухой чистки одежды щеткой: сверху вниз, полосами. Полосы слегка должны заходить одна на другую. Ворот, карманы, низ изделия требуют особенно тщательной чистки. Влажную чистку наиболее загрязненных мест удобнее всего делать губкой.

Следует объяснить инвалидам, что зрячим людям чистить проще, потому что они могут прикладывать усилия только в загрязненных местах, а слепые и слабовидящие должны чистить изделие последовательно (по плану) и на всех участках тщательно. В процессе стирки инвалидам с глубоким нарушением зрения также трудно, а слепым и невозможно видеть загрязненные места. Поэтому в процессе обучения стирка должна соблюдаться стандартная

последовательность (воротник, манжеты и т.д.) как в намыливании, так и самой стирке. Это является залогом прочности формируемого навыка, а значит и эффективности стирки. Инвалиды должны знать у каких вещей и какие места оказываются наиболее загрязненными и уметь находить их на мокром изделии.

Схема обучения застегиванию пуговиц

Чем крупнее пуговица и чем свободнее она входит в петлю, тем легче задача. Застегните все пуговицы, кроме той, что находится посередине. Эту пуговицу инвалиду будет лучше всего видно, поэтому начать, скорее всего, следует с нее. В качестве примера мы взяли блузу для девочки, и, соответственно, все рекомендации относятся к такого рода вещам. У мальчика пуговицы будут с другой стороны, поэтому замените все «налево» в нашей программе на «направо» (и, конечно, имейте в виду, что у вас не блуза, а рубашка). Наденьте блузу или рубашку, и тогда на протяжении всего урока вы сможете демонстрировать инвалиду каждый шаг.

Основные шаги в обучении навыку:

1. Раскрывает петлю.
2. Просовывает пуговицу в петлю.
3. Берет пуговицу большим и указательным пальцами и вытягивает ее, с другой стороны.
4. Оттягивает край петли, заводя его за пуговицу. Представленная ниже программа состоит из этих шагов, но основывается на принципе инверсии. Работайте над каждым из перечисленных ниже шагов, помогая инвалиду все меньше и меньше, до тех пор, пока он не сумеет успешно справиться с ним без вашей физической помощи на четырех или пяти занятиях. После этого переходите к следующему шагу.

2.3. РЕКОМЕНДАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ПО РАЗДЕЛУ «ПИТАНИЕ»

Приучайте инвалида строго следовать определенному порядку действий при еде:

1) Проверь, как сервирован твой стол.
2) Найди на столе все нужные тебе предметы.
3) Разложи все так, как тебе привычно и удобно.
4) Определи (с помощью зрения, по запаху), какое блюдо тебе подали.
5) Обследуй содержимое тарелки вилкой или ложкой.
6) Разверни тарелку так, чтобы было удобно и привычно.

На занятиях и в естественных условиях, формируя у инвалида навык самостоятельного приема пищи необходимо обучать инвалида использованию технических и вспомогательных средств, это позволяет облегчить и обезопасить процесс питания инвалидов.

Вопросы питания, естественно связаны с сервировкой, приемом пищи и уходом за посудой. Необходимо наличие определенных правил сервировки стола, и инвалид эти правила знает и выполняет. При этом все поисковые движения за столом сведены к минимуму, и вы почти застрахованы от пролитого супа, опрокинутого чайника, разбитой чашки. Правила могут быть предельно просты, но должны неукоснительно соблюдаться всеми. Например, яркая салфетка на столе, служащая контрастным фоном, на ней тарелка с едой, справа ложка или вилка, слева блюдце с хлебом. Под блюдцем – бумажная салфетка. За тарелкой прямо перед инвалидом чашка или стакан с каким-либо напитком. Инвалид легко запомнит расположение предметов на столе и сможет помогать вам готовить стол к обеду.

Стол надо начинать накрывать с середины, постепенно продвигаясь к его краям, при этом в первую очередь расставлять на столе низкие предметы (блюда, тарелки и т.д.). После этого можно ставить более высокие предметы (вазочки, стаканы и т.п.). Мыть посуду нужно под осязательным контролем и обязательно тереть в местах, которые обычно пачкаются больше – с

обеих сторон донышко столовых тарелок; дно, ручки и прилегающая к ручкам поверхность кастрюль и т.п.

На первых занятиях лучше использовать небьющиеся чашки и тарелки. Желательно, чтобы ложки, а позже вилки, которыми пользуется инвалид имели пластмассовые рукоятки, так как такие приборы меньше скользят по поверхности стола. Для начального обучения приему пищи лучше использовать чайную ложку. Для более удобного захвата ручку ложки можно изменить (изогнуть, подобрать толщину, длину).

Также в ходе занятий необходимо обучить инвалида накрывать на стол – один из наиболее простых для обучения навыков. Можно учить инвалида приносить посуду только для себя или для нескольких человек.

После приема пищи инвалида нужно приучить убирать посуду. Специалист должен направлять инвалида последовательно убрать тарелки, чашки, столовые приборы, собрать использованные бумажные салфетки и выбросить их в мусорное ведро. Как и при обучении другим навыкам, желательно избегать только вербальных инструкций, помня о том, что сама ситуация со временем должна направлять инвалида к выполнению действий, а не руководство со стороны специалиста.

Участие в совместной деятельности не менее важно, чем самостоятельная работа по дому. Примеры таких действий: тереть на тёрке овощи, помыть посуду, нарезать хлеб и т. д.

Схема обучения резки ножом

Для того чтобы приступить к работе по данной программе, инвалид должен уже уметь пользоваться вилкой и ножом. Вилкой – накалывать кусочек пищи и съедать его, а ножом – намазывать что-нибудь на хлеб. Начните с блюд, которые легко режутся, таких, как пироги, кабачки, рыба, ломтики ветчины и колбасы. Возьмите для занятий столовый нож, который легко держать в руке.

Для того чтобы тарелка не скользила по столу, подложите под нее резиновую подстилку или влажное бумажное полотенце.

Работайте над каждым из перечисленных ниже шагов, помогая инвалиду все меньше и меньше, до тех пор, пока он успешно, без вашей помощи, не справится с ним во время трех или четырех занятий. Затем переходите к следующему шагу.

Таблица 1

Программа	**Критерии оценки навыка**
1. Стоя позади инвалида, вложите вилку и нож в его руки. Убедитесь, что нож находится у него в той руке, которой он предпочитает работать. Обычно она бывает сильнее. Положите свои руки на его и разрежьте приготовленный кусок почти до конца. Уберите свои руки и позвольте дорезать до конца самому. 2. Повторите шаг 1. Но теперь уберите свои руки раньше и позвольте инвалиду самому дорезать то, что вы начали. Не забудьте похвалить его за то, что он режет сам. 3. Вложите вилку и нож в руки инвалида. Уберите свои руки и скажите ему: «Разрежь свой пирог	1. Совсем не умеет резать ножом. 2. С вашей помощью заканчивает разрезать пищу ножом, после того как вы начали этот процесс. 3. Режет ножом с начала до конца с вашей помощью. 4. Самостоятельно заканчивает разрезать пищу ножом, после того как вы начали этот процесс.

1. Попросите инвалида: «Возьми нож и вилку!» Помогите при необходимости расположить их должным образом.	1. Разрезает кусок пищи с начала до конца самостоятельно (вы помогаете ему держать еду вилкой, чтобы та не сдвигалась с места). 2. Сам крепко держит вилку, после того как вы воткнули ее в кусок пищи, и одновременно ножом режет его.
Примечание: После того как он отрежет один кусочек, ему может вновь потребоваться помощь, чтобы правильно расположить нож и вилку.	1. Совершенно самостоятельно накалывает вилкой кусок пищи и разрезает его ножом, когда вы просите его сделать это. 2. Для того чтобы разрезать пищу, пользуется ножом совершенно самостоятельно и без напоминаний.

Приготовление пищи

Для того, чтобы инвалид мог самостоятельно и достаточно легко справляться со всеми действиями, связанными с **самостоятельным приготовлением пищи** ему также необходимо овладеть целым набором специальных знаний и умений. Если специалист готовит и сопровождает свои действия пояснениями, занятие не достигает цели. Без самостоятельного выполнения необходимых манипуляций с продуктами самим инвалидом сформировать соответствующие умения невозможно. Приготовление без зрительного контроля бутербродов с сыром, колбасой и другими продуктами, которые кладутся на хлеб, не представляет особых сложностей. Трудности, как правило, возникают при намазывании хлеба маслом, джемом, паштетом или другим пастообразным продуктом.

Определять готовность пищи можно разными способами: по цвету продукта, пробуя на вкус, проверяют инструментально (вилкой, ножом, ложкой), фиксируют время. Для инвалидов с нарушением зрения самым безопасным и доступным способом является фиксация времени, поэтому важно, чтобы они запоминали (в случае необходимости записывали) время приготовления различных продуктов.

Слабовидящие наполнение сосуда контролируют, как правило, только зрительно, не используя другие анализаторы. При этом многим из них приходится очень близко подносить сосуды (например, чашку и чайник) к глазам или низко склоняться над ними. Они часто переливают жидкость через край или наливают ее слишком мало. Наполнение сосуда можно определить следующими способами:

— с помощью пальца, который следует держать у верхнего сечения приемного сосуда;

— по весу (для этого сосуд необходимо время от времени поднимать);

— по звуку, так как по мере наполнения сосуда жидкость издает характерный звук, тон которого меняется, когда жидкость подходит к краю;

— с помощью деревянной ложки, которая по мере наполнения сосуда всплывает, отчего угол, образуемый ложкой и краем сосуда, уменьшается (по величине угла можно судить о степени наполненности сосуда).

Первичная обработка продуктов включает в себя сортировку, мытье и чистку. В процессе сортировки необходимо научить инвалидов с помощью сохранных анализаторов определять степень доброкачественности пищевых продуктов (с помощью обоняния, тактильной чувствительности, остаточного зрения).

Для мытья овощей и фруктов удобно использовать небольшие щетки. Они обеспечивают хорошее качество работы и оберегают руки от повреждений, которые могут снизить тактильную чувствительность. Можно показать инвалидам три способа чистки картофеля:

1) тщательно вымытый картофель режется на крупные круги. Затем каждый круг чистится по окружности.

2) у вымытого клубня картофеля на ощупь определяются и удаляются «глазки», а далее клубень чистится по вертикальным полоскам. Главное здесь – проконтролировать качество работы с торцевых сторон клубня. При чистке левая рука (для правшей) держится клубень, а правая рука ведет нож по нему. Одновременно левая рука поворачивает клубень, а большой палец левой руки скользит рядом, но чуть-чуть ниже ножа. Этот палец, передвигаясь, должен искать линию, разделяющую очищенную и неочищенную части поверхности клубня. Таким образом, он выполняет функции поиска неочищенной поверхности и контроля за качеством работы.

Некоторым инвалидам легче будет усвоить, например, такой прием. В левой руке крепко зажмите картофелину, в правую возьмите нож так, чтобы его ручка была обхвачена тремя пальцами (средним, безымянным и мизинцем). На тупую сторону ножа положите указательный палец, а большой палец правой руки – на очищаемый клубень, напротив лезвия.

Хорошо иметь и использовать специальные средства, обеспечивающие безопасность приготовления пищи людям с нарушениями зрения, например, ограничитель на тарелку, нож-дозатор, держатель для нарезки лука.

Схема обучения сервировке стола

Убедитесь, что инвалиду знакомы все понятия, которыми вы будете пользоваться, давая указания (то есть такие слова, как «рядом», «около»), и названия столовых приборов.

Прежде чем приступить к занятиям, положите на стол подстилки под приборы. Они помогут инвалиду представить размеры и количество мест за столом. Такими подстилками могут служить большие бумажные листы или куски бумажного полотенца. Для занятий с инвалидом они подходят наилучшим образом, поскольку на них можно нарисовать контуры приборов. Уберите стулья подальше от стола, чтобы инвалид мог свободно подходить к нему с любой стороны. Поставьте на стол нужное количество тарелок, стаканов и положите сложенные салфетки, ножи, вилки и ложки. Пусть инвалид два или три раза понаблюдает за тем, как вы накрываете на стол, следуя указанной ниже последовательности шагов. Затем приступайте к обучению, шаг за шагом проходя предложенную программу.

Таблица 2

Программа	**Критерии оценки навыка**
1. Поставьте все тарелки на подстилки. Скажите: «Поставь тарелки!» 2. Положите все салфетки на подстилки. Скажите: «Положи салфетки!» 3. Положите все вилки на подстилки. Скажите: «Положи вилки!» 4. Положите все ножи на подстилки. Скажите: «Положи ножи!» 5. Положите ложки рядом с ножами на подстилки. Скажите: «Положи ложки!» 6. Поставьте стаканы на под стилки. Скажите: «Поставь стаканы!»	1. Совсем не умеет накрывать на стол. 2. Под вашим руководством ставит на стол стаканы, после того как все остальные приборы уже поставлены. 3. Самостоятельно ставит стаканы на стол, после того как все остальные приборы поставлены. 4. Под вашим руководством кладет на стол ложки, после того как все остальные приборы уже поставлены; стаканы ставит на стол сам. 5. Самостоятельно кладет на стол ложки и ставит стакан. 6. Под вашим руководством кладет на стол ножи и вилки; сам кладет ложки и ставит стаканы. Самостоятельно кладет на стол ножи, вилки, ложки, ставит стаканы.

	7. Под вашим руководством ставит на стол тарелки; самостоятельно кладет на стол ножи, вилки, ложки, ставит стаканы. 8. Самостоятельно ставит на стол тарелки, стаканы, кладет ложки, вилки. 9. Под вашим руководством кладет рядом с тарелками салфетки; самостоятельно кладет вилки, ножи, ложки, ставит стаканы. 10. Накрывает на стол совершенно самостоятельно.

Когда инвалид освоит один шаг и сумеет проделать соответствующие действия с помощью одних только словесных напоминаний три или четыре раза, переходите к следующему шагу. Побудив инвалида понаблюдать за вами, выполните действия шагов с 1 по 5. Затем скажите: «Поставь стаканы!»

Покажите ему отмеченные на подстилках места, на которые их нужно ставить. Дайте ему один за другим все стаканы. После этого, «готовя сцену», нарисуйте на подстилках контуры всех приборов, исключая стаканы. Побудите инвалида понаблюдать за вами и пройдите шаги с 1 по 5. Затем скажите: «Поставь стаканы!» Один поставьте сами, а остальные один за другим давайте инвалиду, чтобы он ставил их.

Далее, когда вы будете готовиться к занятию, наметьте контуры всех приборов, кроме стаканов и ложек. Побудив инвалида понаблюдать за вами, выполните действия, составляющие шаги с 1 по 4, а затем скажите: «Положи ложки!» Одну ложку положите на место сами, а остальные – одну за другой – давайте ему. При необходимости помогайте ему раскладывать их по местам. Затем скажите: «Молодец! А теперь поставь стаканы!» Продолжайте в том же духе, делая на один шаг меньше каждый раз, когда инвалид усваивает очередной шаг при условии, что место соответствующего прибора не отмечается. Так нужно работать до тех пор, пока он не научится накрывать на стол с помощью одних лишь словесных указаний. Теперь, когда инвалид научился накрывать на стол с помощью словесных указаний, пора приучать его делать это без них. Для начала оставьте все свои указания, кроме одного, касающегося расстановки стаканов. Скажите: «Закончи работу! Накрой на стол!».

Потом перестаньте напоминать инвалиду, чтобы он положил ложки (и стаканы). Продолжайте, пока он не научится выполнять задание с начала до конца после одного единственного указания: «Накрой на стол!» Побуждайте инвалида помогать вам вынимать приборы и класть их на стол. А вы помогайте ему отодвигать от стола стулья, а потом ставить их на место.

Все предложенные приемы можно применять на занятиях с инвалидами, имеющими разные функциональные нарушения.

Следуя особенностям инвалидов (по основному нарушению: зрение, слух, движение, интеллект) и их реабилитационному прогнозу, а также уровнем социально-бытового развития необходимо подбирать перечень блюд для приготовления на обучающих занятиях.

2.4. РЕКОМЕНДАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ПО РАЗДЕЛУ «ЖИЛИЩЕ»

Занятия по развитию социально-бытовых навыков из раздела «Жилище» предполагают формирование комплексного навыка соблюдения гигиены жилья, представлений о своей комнате, интерьере, в том числе:

– умение создавать уют, украшать жилье;

– обучение способам самостоятельно осваивать любое замкнутое пространство, помещение и предметы;

– умение пользоваться бытовыми предметами для уборки помещений; – формирование навыков уборки в процессе работы в комнате, в столовой и в других помещениях, способы ухода за жильем;

– уход за комнатными растениями;

– стирать мелкие вещи вручную и в стиральной машине;

– гладить белье;

– правила безопасности при уходе за жильем, первая помощь при травмах и повреждениях;

– использование специальных средств для уборки, инвентаря, бытовых приборов;

– использование специальных вспомогательных средств и ТСР.

– культура поведения.

При изучении темы «жилище» на первых этапах у инвалидов надо сформировать не только представления о конкретных помещениях дома, о вариантах комнат, но и общий способ, позволяющий им самостоятельно осваивать любое замкнутое пространство.

Обучение способам ухода за жильем является необходимой составляющей в процессе общей социализации инвалида, так как уборка помещений в повседневной жизни обычного человека занимает весьма значительное место. Приучить инвалидов к выполнению домашних дел необходимо не только потому, что их нужно подготовить к самостоятельной жизни. Главное – привлечь инвалидов к выполнению бытовых обязанностей.

В связи с этим необходимо предлагать инвалидам разнообразные виды заданий, связанные с уборкой помещений, обновлять их содержание, поддерживать стремление к работе и веру в успех, стимулировать эмоциональное отношение к результатам деятельности. Вот почему специалисты должны стремиться не просто привить инвалидам навыки уборки, но и помочь им увидеть результат своего труда, пользу от него. Желание повторить успех стимулирует потребность в выполнении задания.

Инвалиды с удовольствием берутся за любые дела, выполняют поручения специалистов, помогают в уборке помещений, но при этом их больше привлекает конечный результат, а не процесс выполнения занятия, а их трудовая активность нередко зависит от внимания окружающих и их позитивной реакции.

Проводя занятия, старайтесь формировать у инвалидов самостоятельность и желание сделать нужное и приятное не только для себя. Если инвалиду не удалось что-либо сделать, нужно его поддержать, убедить, что неудача временная и если он постарается, то у него все получится. Нужно научить инвалидов со стороны видеть свою работу, для этого можно предложить инвалидам самим оценить свою деятельность и деятельность товарища, сравнить и сделать вывод, кто трудился лучше.

Разумно организованное занятие по уборке помещения укрепляет физические силы и здоровье инвалида, а также оказывает существенное влияние и на умственное развитие инвалида. Оно способствует формированию таких качеств, как сообразительность, наблюдательность, сосредоточенность, тренирует память, внимание, активизирует восприятие.

Обучающие занятия можно проводить в виде практических работ, игр, различных бесед, практических занятий типа «Моя комната – мое лицо»; и т.д. Можно составить график дежурств по уборке комнаты.

Занятия по разделу «Жилище» можно проводить в помещении, где живет инвалид, а также в специально выделенном помещении, в котором соответствующим образом оборудуется интерьер жилой комнаты. Здесь необходимо предусмотреть наличие шкафа с одеждой и обувью, зеркала, а также полки с посудой и другими предметами обихода. В кабинете необходимо иметь

в достаточном количестве и соответствующих размеров различный инвентарь: два ведра для мытья полов, швабру, тряпки, и т. д. В помещении должна быть аптечка с перевязочным материалом и медикаментами для оказания первой помощи пострадавшему. Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. Умения и навыки, полученные в процессе данного обучения должны использоваться в повседневной деятельности. Таким образом, правильно проведенный процесс обучения инвалида навыкам уборки в помещении дает возможность, опираясь на индивидуальные особенности инвалидов, помочь им в личностном развитии, обучить самостоятельности и особенно поспособствовать в их социально-бытовой адаптации. Существуют рекомендации по обучению инвалидов навыкам уборки помещения с учетом их основных нарушений. На занятиях со слепыми и слабовидящими инвалидами очень важно объяснить им, где накапливается пыль, показать эти места, дать возможность хорошо ощутить руками пыль различного слоя и происхождения, и, конечно, научить их вытирать без зрительного контроля или практически без него (для слабовидящих).

На следующем этапе надо отработать прием вытирания пыли по плану, мысленно разбив поверхность на участки, по полоскам, слегка заходящим одна на другую, в направлении «на себя» или по горизонтальным линиям. При вытирании пыли левая рука (у правшей) контролирует качество работы. Слабовидящих надо тоже приучать пользоваться этим приемом, чтобы они для контроля не склонялись сильно над вытираемой поверхностью и не пропускали загрязненные участки.

В тех случаях, когда инвалиду противопоказано поднятие тяжестей (кстати, об этом он должен обязательно знать), воды надо наливать меньше (1/2, 1/3, 1/4 ведра), но менять ее чаще. Учить выполнять уборку жилища надо всех слепых и слабовидящих без исключения, чтобы в дальнейшем они могли на себя рассчитывать. Даже, когда инвалиду в соответствии с его диагнозом по зрению противопоказаны наклоны, он может мыть полы без ущерба для здоровья. В таких случаях помогает следующий прием. Ведро с водой ставится на детский стульчик (спинка помогает удерживать ведро на сиденье), пол моется шваброй. Контроль можно осуществлять босыми ногами или, изредка приседая, руками. Кстати, определять места, требующие чистки, контролировать чистоту ковра (паласа, дорожки и т.п.) при работе с пылесосом также удобно босыми ногами.

У инвалидов с нарушениями зрения очень часто двери около ручек, ванная, раковины, унитазы бывают очень грязными. Важно объяснить им, в каких именно местах наиболее сильно пачкаются перечисленные предметы и с помощью каких приспособлений и средств их можно отмыть и вычистить. Нужно научить инвалидов отмывать захватанные двери, подоконники и т.д.

Поливать комнатные растения удобнее всего из сосуда (кувшинчика, заварного чайника или специального) с достаточно длинным и узким носиком, потому что так легче не травмировать листья. Для обнаружения между листьями мест, удобных для наливания воды в цветочный горшок, при плохом зрении надо обязательно использовать руки, научиться дотрагиваться до листьев, не ломая их. Также с помощью осязания они смогут удалять сухие листья.

Конечно, инвалиды с нарушениями опорно-двигательного аппарата нуждаются в большей поддержке со стороны специалистов, но нельзя забывать, что безграничная и беспредельная помощь со стороны специалистов часто приводит к отсутствию инициативы у них. Кроме того, у инвалида, которому оказывается излишняя помощь во время занятий формируется стойкое потребительское отношение ко всем окружающим.

Вот почему очень важно, чтобы у инвалида с ДЦП всегда были прямые обязанности, за которые отвечает только он сам. При этом, в ходе обучения необходимо подключать их к выполнению таких социально-бытовых действий, цель, содержание и способ выполнения которых им доступен и понятен, чтобы был виден результат действия, имелась возможность его проанализировать с выявлением ошибок и способов устранения, развивать и поддерживать

интерес к выполнению конкретного действия. Самостоятельные попытки уборки способствуют укреплению мышц рук, развитию координации движений и ориентировки в пространстве.

Приложение № 1

Форма журнала регистрации заявлений получателей социальных услуг в комнате СБА «Домовёнок»

№ п/п	Дата заявления	Ф.И.О получателя социальных услуг	Адрес проживания	Категория	Дата начала курса	Дата окончания курса

Приложение № 2

СОЦИАЛЬНЫЙ ПАСПОРТ
семьи, имеющей инвалида/ребенка-инвалида

Дата заполнения «____» _____ 20____ года

Ф.И.О
_____

Телефон: _____

Адрес проживания:
_____

- собственный дом
- собственная квартира
- съёмное жилье
- иное _____

Категория: _____
Диагноз: _____

Род занятий (школьник, студент, работающий/неработающий)**:**
_____

Аллергия реакция на хим. средства (моющие), продукты, пищевые добавки, приправы (перечислить, указать на что именно; как выражается аллергия)
_____

Ф.И.О родителей (законных представителей), телефон:

Мать _____

Отец _____

Тип семьи:
- полная
- неполная
- многодетная
- приемная семья
- опекаемая семья

Состав семьи (ФИО, степень родства) проживающие совместно:

1._____
2._____

Приложение № 3

Карта оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг

(заполняется родителем/законным представителем или получателем соц.услуг, достигших 18 лет)

_____

(ФИО получателя соц.услуг)

Школа оценки:
0 – не может самостоятельно
1- может с посторонней помощью
2 – может самостоятельно

РАЗДЕЛ 1

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА	ОЦЕНКА	ОДЕЖДА И ОБУВЬ	ОЦЕНКА
определение времени суток (день, ночь; утро, вечер)		различие сезонной одежды и обуви	
умывание, чистка зубов		уход за обувью (протирание от грязи)	
открывать/закрывать кран, настройка воды		одевание/снимание обуви	
пользование мочалкой, щеткой для мытья тела		шнуровка обуви, застегивание молнии	
мытье и сушка головы		хранение обуви (ящики, полки)	
пользование полотенцем		одеваться/раздеваться	
расчесывание волос		правильность и последовательность одевания	

стрижка ногтей		застегивание пуговиц, молнии, ремня	
значение полезных и вредных привычек		хранение одежды (шкаф, вешалка, полки)	
пользование туалетом		контроль за внешним видом (чистота, застегнуты ли пуговицы/молния, ремень, заправлена ли рубаха и т.д)	
СУММА БАЛЛОВ		**СУММА БАЛЛОВ**	

РАЗДЕЛ 2

ЖИЛИЩЕ	**ОЦЕНКА**	**ПИТАНИЕ**	**ОЦЕНКА**
осмысливание своего жилья (квартира/дом; личная комната, кровать)		различие продуктов по потреблению (сырое, вареное, жаренное)	
нахождение одному в помещении (боязнь замкнутого пространства)		мытье продуктов (ягоды, фрукты, овощи)	
пользование предметами для уборки (веник, совок)		хранение продуктов (шкафчики, холодильник)	
умение содержать свою комнату, дом в чистоте (мытье полов, вытирание пыли)		умение варить, контроль над временем	
застеливать кровать		нарезать продукты (пользование ножом)	
использование химических средств для уборки (порошка, спец. средств)		чистка овощей, фруктов	
пользование стиральной машинкой		сервировка стола (разложить тарелки, вилки, кружки)	
стирка мелких вещей вручную		налить чай, сок, воду в стакан	
пользование пылесосом		умение готовки простых блюд (салата без варки, бутербродов)	

пользование утюгом, глажка белья		пользование эл.приборами: - эл. печкой - эл. чайником - духовкой - микроволновкой - мультиваркой - кухонный комбайн	
уход за комнатными растениями		заваривание чая, кофе, приготовление морса	
уход за домашними животными (поменять лоток, накормить, выгулять)		мытье посуды	
вынос мусора			
СУММА БАЛЛОВ		**СУММА БАЛЛОВ**	

Дополнительные характеристики оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг:
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

ИТОГО: _____ балла(ов)

Все сведения, изложенные выше, представлены мною в добровольном порядке и соответствуют действительности.

"_____" _____ 2023 г. _____ (_____)
(подпись гражданина или его представителя) (инициалы, фамилия)

Оценка результатов:

0-45 балла	**Низкий уровень:** отсутствие самостоятельности, знания по социально-бытовому обслуживанию не сформированы, не имеет элементарных навыков личной гигиены (включение воды, мытья лица, чистки зубов, причесывания, пользоваться туалетом); навыков питания (нарезка продуктов, чистка овощей, наливание воды в стакан, сервировка стола); навыков использования одежды и обуви (умение одеть рубашку, штаны, вешать одежду, одеваться и раздеваться); навыков жилища (вытирать пыль, мыть полы, включить/выключить свет, стирать), полный контроль над действиями взрослого человека, выход из дома только в сопровождении взрослых. Почти не проявляет инициативу.
46-70 баллов	**Средний уровень:** владеет частично, социально-бытовые навыки находится на стадии формирования, то есть выполнение навыка происходит при незначительной помощи взрослого. Самостоятельное выполнение некоторых навыков (снять и одеть некоторые части одежды, складывать одежду, нарезать хлеб, овощи, приготовление несложных салатов и блюд), но при этом отмечается неаккуратность в выполнении действий (во время еды могут замарать рот или одежду, нарезать крупно, неровно). Частое напоминание о действиях и контроль со стороны взрослого человека. Выход из дома только во двор, и на небольшие расстояния. Редко проявляет инициативу, в разговоре неохотно выходит на контакт.
71-100 баллов	**Высокий уровень:** владеет самостоятельно, социально-бытовые навыки сформированы, выполнение действий самостоятельно, но при выполнении отдельных операций нуждаются в напоминании и подсказке со стороны взрослых. Сформированы представления об окружающей действительности и знания бытового характера; развиты умения и навыки хозяйственно-бытового труда, а также культурно-гигиенические навыки. В труде проявляет инициативу, активно обсуждает процесс работы.

Рекомендации специалиста: _____
_____
_____
_____

Специалист по
комплексной реабилитации _____ (Ф.И.О. специалиста)
(подпись)

С результатом ознакомлен(на) _____

(подпись, расшифровка подписи)

Приложение № 4

Индивидуальный маршрут получателя социальных услуг в комнате СБА

Ф.И.О _____.

Курс реабилитации: с «____» _____2023 г. по «____» _____2023 г.

Дата	Форма занятия	Содержание занятия	Время (продолжительность) занятия	Результат

Приложение № 5

Итоговая карта оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг

(заполняется родителем/законным представителем или получателем соц.услуг, достигших 18 лет)

_____

(ФИО получателя соц.услуг)

Школа оценки:
0 – не может самостоятельно
1- может с посторонней помощью
2 – может самостоятельно

РАЗДЕЛ 1

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА	ОЦЕНКА	ОДЕЖДА И ОБУВЬ	ОЦЕНКА
определение времени суток (день, ночь; утро, вечер)		различие сезонной одежды и обуви	
умывание, чистка зубов		уход за обувью (протирание от грязи)	
открывать/закрывать кран, настройка воды		одевание/снимание обуви	
пользование мочалкой, щеткой для мытья тела		шнуровка обуви, застегивание молнии	
мытье и сушка головы		хранение обуви (ящики, полки)	
пользование полотенцем		одеваться/раздеваться	

расчесывание волос		правильность и последовательность одевания	
стрижка ногтей		застегивание пуговиц, молнии, ремня	
значение полезных и вредных привычек		хранение одежды (шкаф, вешалка, полки)	
пользование туалетом		контроль за внешним видом (чистота, застегнуты ли пуговицы/молния, ремень, заправлена ли рубаха и т.д)	
СУММА БАЛЛОВ		**СУММА БАЛЛОВ**	

РАЗДЕЛ 2

ЖИЛИЩЕ	**ОЦЕНКА**	**ПИТАНИЕ**	**ОЦЕНКА**
осмысливание своего жилья (квартира/дом; личная комната, кровать)		различие продуктов по потреблению (сырое, вареное, жаренное)	
нахождение одному в помещении (боязнь замкнутого пространства)		мытье продуктов (ягоды, фрукты, овощи)	
пользование предметами для уборки (веник, совок)		хранение продуктов (шкафчики, холодильник)	
умение содержать свою комнату, дом в чистоте (мытье полов, вытирание пыли)		умение варить, контроль над временем	
застеливать кровать		нарезать продукты (пользование ножом)	
использование химических средств для уборки (порошка, спец. средств)		чистка овощей, фруктов	
пользование стиральной машинкой		сервировка стола (разложить тарелки, вилки, кружки)	
стирка мелких вещей вручную		налить чай, сок, воду в стакан	

пользование пылесосом		умение готовки простых блюд (салата без варки, бутербродов)	
пользование утюгом, глажка белья		пользование эл.приборами: - эл. печкой - эл. чайником - духовкой - микроволновкой - мультиваркой - кухонный комбайн	
уход за комнатными растениями		заваривание чая, кофе, приготовление морса	
уход за домашними животными (поменять лоток, накормить, выгулять)		мытье посуды	
вынос мусора			
СУММА БАЛЛОВ		**СУММА БАЛЛОВ**	

Дополнительные характеристики оценки навыков социально-бытового обслуживания получателя социальных услуг:
_____
_____
_____
_____
_____
_____

ИТОГО: _____ балла(ов)

Оценка результатов:

0-45 балла	динамика освоения программы социально-бытового обслуживания не значительная, приобретение и сформированности элементарных навыков происходит медленно, с затруднениями. Курс пройден неэффективно, требует дальнейшего обучения для улучшения показателей по перечню социально-бытовых умений.
46-70 баллов	в освоении программы социально-бытового обслуживания наблюдаются значительные результаты получателя социальных услуг. Самостоятельного выполняет задания, научился выполнять более сложные задачи (мыть пол с применением моющих средств, заваривать чай, варить кашу, ухаживать за вещами и обувью). Отмечается повышение уровня самостоятельного мышления, умение прогнозировать ситуации, развитие творческого потенциала и коммуникативных навыков. Выполняет задания практически самостоятельно без посторонней помощи, использует навыки в повседневной жизни, осуществляет самоконтроль над действиями. **Курс пройден успешно.**
71-100 баллов	полностью освоена программа социально бытового обслуживания, навыки сформированы полностью. Отмечается освоение учебного материала и применения его в реальной практике для решения конкретных проблем в повседневной жизни. Расширен диапазон представлений о правилах ведения домашнего хозяйства, реализуется возможность посильного участия в работе по дому, воспитывается потребность делится своим опытом, развивается самостоятельность в организации своей жизни. Сформированная таким образом социально-бытовая адаптивность получателя социальных услуг предполагает развитие у него способности автономно организовывать обеспечение себя и своей семьи. **Курс пройден успешно.**

Оценка специалиста: _____
_____
_____
_____

Специалист по
комплексной реабилитации _____ (Ф.И.О. специалиста)
(подпись)

С результатом ознакомлен(на) _____
(подпись, расшифровка подписи)