



**Методический фонд  
журнала  
"Вестник экспериментального  
образования"  
№ 2 2019**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

**Директор ГКУ СО МО «Балашихинский  
РЦ «Росинка \_\_\_\_\_ О.А. Садилова**

## **ПРОГРАММА ПО ЭРГОТЕРАПИИ**

**социально-бытовая адаптация детей и подростков, имеющих ограниченные  
возможности здоровья**

### **«Я САМ»**



**Составитель:**

**Психолог отделения «Мать и дитя»**

**Тагирова Зарина Аятулаховна**

**2019-2020 г.**

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. Целевая группа.
3. Цель и задачи.
4. Формы работы.
5. Этапы и сроки реализации программы.
6. Содержание программы и его тематическое планирование.
7. Ожидаемые результаты.
8. Список литературы.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальной проблемой нашего времени является проблема социально-бытовой адаптации детей и подростков, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Получение профессии с последующим трудоустройством, формирование навыков самообслуживания, социально - бытовой ориентировки, привитие трудовых навыков, - основа социальной-бытовой адаптации и реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями. Создание единого воспитательного пространства для развития социально-трудовых навыков является одним из условий коррекции, способствующей накоплению социального опыта.

Это делает особенно актуальной проблему создания условий, дающих гарантию к максимально результативному и комфортному освоению и накоплению навыков для ребёнка с особенностями развития, способствующих успешной адаптации к самостоятельной жизни и труду.

Обучающиеся данной категории имеют ограниченные возможности в развитии, вследствие различных факторов эндогенного и экзогенного характера, вызывающие разного рода нарушения, нуждаются в особых методах и приёмах реабилитации. Одним из таких методов является эрготерапия.

Эрготерапия – это один из инновационных и достаточно действенных методов социальной реабилитации, направленный на улучшение возможностей социального функционирования индивидуума. Благодаря эрготерапии дети могут быть снова включены в активную деятельность общества. То есть эрготерапия влияет не только на успешную социальную реабилитацию, но и на социальную, бытовую и трудовую адаптацию детей и подростков, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Социально-бытовая адаптация является отдельной областью социальной реабилитации инвалидов, представляющая собой систему мер,

направленных на восстановление способностей инвалидов к самостоятельной деятельности в быту.

Программа «Я САМ» представляет собой комплекс мероприятий, направленных на развитие социально-бытовых навыков и умений, по средствам эрготерапии.

### **ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА**

Дети от 3 до 18 лет.

### **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель:** достижение ребенком самостоятельности в быту, согласно его возрасту и состоянию здоровья.

**Задачи:**

- развитие творческого потенциала личности ребенка с ОВЗ;
- сознание условия, способствующих социально – бытовой адаптации детей-инвалидов путем обучения навыкам самообслуживания, поведения в быту и общественных местах, самоконтролю;
- развитие умения взаимодействия со сверстниками;
- стабилизация и гармонизация эмоционально-волевых и поведенческих компонентов личности ребенка;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- формирование ассоциативно-образного и логического мышления;
- формирование условий для развития позитивных интересов и систем ценностей.

### **ФОРМА РАБОТЫ**

групповая или подгрупповая

### **ЭТАПЫ И СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Данная программа рассчитана на год.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ И ЕГО ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

Занятия по данной программе проводятся один в неделю по 25-30 минут в групповой форме (5-8 человек), группы комплектуются по возрасту. Срок реализации 2-3 месяца (курс реабилитации в среднем 40-50 дней).

### **Принципы коррекционно-развивающей программы**

1. Принцип системности.
2. Принцип единства диагностики и коррекции.
3. Деятельностный.
4. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей.
5. Принцип комплексности.
6. Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.

Отличительной чертой эрготерапии является ее междисциплинарность. Эрготерапия использует знания нескольких специальностей – медицины, педагогики, психологии, социальной педагогики, биомеханики, физической терапии. В эрготерапии термин занятость (occupation) относится не только к работе или трудотерапии. Термин «занятость», в контексте эрготерапии, характеризует различные виды деятельности, которые встречаются в жизни каждого человека и придают ей смысл.

Принято разделять активность в повседневной жизни, активность в работе и продуктивной деятельности, активность в игре, отдыхе и увлечениях.

### **Методы и основные приемы программы**

Обучение навыкам практической жизни. Воспитанники изучают правила санитарии и гигиены при кулинарных работах; безопасные приемы работы с кулинарным оборудованием и инструментами, а также будут способны выдвигать творческие идеи, сотрудничать в коллективе.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п\п	Тема	Содержание занятия	К-во часов
<b><u>Сентябрь</u></b>			
<b>1</b> б л о к	Формирование гигиенических навыков	уход за волосами, умывание, использование туалета, самостоятельно засучить рукава, мыть лицо и руки, правильно пользоваться мылом, складывать туалетные принадлежности по окончании умывания (например, нужно положить мыло в мыльницу). Учиться чистить зубы и полоскать рот.	30мин
		уборка постели после сна, При кашле отворачиваться, прикрывать рот носовым платком; соблюдать опрятность, устранять самим или с помощью взрослых беспорядок в одежде	30мин
		прием пищи, этикет приема пищи	30мин
		формирование умения вежливо попросить о помощи.	30мин
<b><u>Октябрь</u></b>			
<b>2</b> б л о к	Формирование и закрепление навыков одевания и раздевания	ребята обучаются навыкам самостоятельного одевания и раздевания.	30мин
		Работа с пособием по формированию или улучшению навыков застегивания, расстегивания пуговиц, молний, липучек, шнуровка - обязательно поможет ребенку не только самостоятельно шнуровать обувь, но и будет способствовать развитию координации движений рук, глазомера и т.д.	30мин
		Как и любой навык самообслуживания, умение самостоятельно одеваться позволяет пациенту чувствовать себя уверенно и независимо	30мин
		примерка костюмов сказочных героев вызывает живой интерес, что, конечно же, является мотивацией к самостоятельному одеванию и раздеванию.	30мин
<b><u>Ноябрь</u></b>			
<b>3</b> б л о к	Формирование навыка приёма пищи	Дети учатся различать и называть разную посуду, продукты питания; учатся правильно держать ложку и зачерпывать ею пищу; пользоваться вилкой, ножом; пить из кружки, вытирать рот салфеткой;	30мин
		Уборка стола после приема пищи	30мин
		Мытье посуды	30мин
		Культура общения за столом	30мин
<b><u>Декабрь</u></b>			
<b>4</b> б л	Техника безопасности	Знакомство с основами соблюдения техники безопасности	30мин
	Гигиена приготовления пищи	Соблюдение правил приготовления пищи	30мин
	Инструменты	Использование специальных инструментов: ножи,	30мин

о к	Овощи	овощечистки, терка и тд. Очистка и нарезание овощей,	
		Приготовление пряников	20мин
<b><u>Январь</u></b>			
5 б л о к	Сервировка стола		20мин
	Способы заваривания чая, кофе и трав.		20мин
	Культура чаепития и этикет общения за столом		20мин
			20мин
<b><u>Февраль</u></b>			
6 б л о к	Виды бутербродов		20мин
	Способы оформления открытых бутербродов		20мин
	Нарезка овощей для салатов		20мин
	Стирка		20мин
<b><u>Март</u></b>			
7 б л о к	Складывание салфеток и фартуков		20мин
	Приготовление блинов		20мин
	Приготовление вафель		20мин
	Приготовление оладьев		20мин
<b><u>Апрель</u></b>			
8 б л о к	Приготовление блюд из яиц	Первичная обработка яиц	20мин
		Приготовление блюд из яиц	20мин
		Крашение и роспись яиц	20мин
<b><u>Май</u></b>			
9 б л о к	Агротерапия	Посадка растений на улице	20мин
		Рыхление и полив земли	20мин
		Составление букетов	20мин
		Уход за домашними растениями	20мин



## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

По окончании реализации программы предполагается получить следующие результаты:

- овладение культурно-гигиеническими и социально-бытовыми навыками;
- создание игровой доверительной атмосферы в группе;
- овладение навыками установление межличностных контактов;
- формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя и своей деятельности;
- формирование у ребенка чувства уверенности в себе, в собственных силах;
- формирование коммуникативных умений и навыков в общении со сверстниками и взрослыми.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Выготский Л.С. Психология возраста // Собр. соч.: В 6 т. Т. 4. М.: Педагогика, 2014.
2. Выготский Л.С. Развитие личности и мировоззрения ребенка / Психология личности. М., 2012.
3. Зарипова Ю.Р. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам – М.: Чистые пруды, 2012,
4. Епифанов В.А, Епифанов А.В., Кудряшов А.В., Эрготерапия (трудотерапия) в комплексном лечении больных с заболеванием (повреждением) нервной системы//ЛФК и массаж, 2009, №7: с.3-10.
5. Иванова Г.Е. Медицинская реабилитация: найти точку опоры//Healthnation, 2012, №3: с. 20-22.
6. Мальцева М.Н., Шмонин А.А. Эрготерапия в социальной и медицинской реабилитации. Непрерывное образование взрослых. Материалы международного форума. Под ред. В.В.Беличенко, С.В.Кривых. СПб: ИННОВА, 2015; с. 331–9. /