

Министерство социальной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
Свердловской области
«Комплексный центр социального обслуживания населения
города Ирбита и Ирбитского района»

«Методика восстановления мелкой моторики пальцев рук и развития
трудовых навыков в процессе изготовления куклы-оберег
«Домовёнок»»

Методическое пособие

Ирбит, 2012

Согласовано:

Утверждено:

Методическим Советом по социальной реабилитации в государственных учреждениях социального обслуживания населения Свердловской области

протокол № _____
от «__» _____ 2012 г.

Директор ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района»

_____ Т.Н.Кайгородцева

«__» _____ 2012 г.

Авторы:

Зенина Елена Витальевна, заведующий социально-реабилитационным отделением города Ирбита ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района»;

Русакова Маргарита Сергеевна, социальный работник социально-реабилитационного отделения «Белая горка» ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района»;

Бикбулатова Ирина Вакильевна, специалист по социальной работе организационно-методического отделения ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района»;

Устинова Алена Анатольевна, психолог социально-реабилитационного отделения города Ирбита ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района».

Методика по восстановлению мелкой моторики пальцев рук и развитию трудовых навыков в процессе изготовления куклы-оберег «Домовёнок». Методическое пособие.// «Комплексный центр социального обслуживания населения города Ирбита и Ирбитского района» Ирбит, 2012.

Содержание

Введение	6
Основные термины и понятия.....	8
Методика восстановления мелкой моторики пальцев рук и развития трудовых навыков в процессе изготовления куклы-оберега «Домовёнок».....	9
Заключение.....	14
Список использованной литературы.....	15
Приложения.....	16

Введение

Выход на пенсию и инвалидность влечет за собой изменения социального статуса, изменение образа жизни, перестройку сознания и поведения, изменения восприятия окружающего мира и своего места в нем, а так же является точкой отсчета для начала активных поисков новых видов деятельности. Пожилые люди и люди с ограниченными возможностями вынуждены принимать важные решения и приспосабливаться к трудностям, создавать свою собственную социально-психологическую реальность. Безусловно, трудно самостоятельно перестроиться, адаптироваться. В данном случае нужна помощь квалифицированных специалистов. Одним из направлений, для развития и восстановления социального статуса в Комплексном центре социального обслуживания населения города Ирбита и Ирбитского района является трудотерапия.

Влияние труда на человека проявляется многообразными путями. Понимание механизмов действия трудотерапии основывается на представлении об основных закономерностях высшей нервной деятельности, о динамическом стереотипе, сигнальных системах. Всякий трудовой процесс характеризуется рядом общих психофизиологических признаков. Труд включает в активную деятельность большинство систем организма, находящихся между собой в определенных иерархических взаимоотношениях.

Трудовая деятельность способствует восстановлению, формированию и развитию психических функций. Активная работа мышц, рефлекторно воздействуя на вегетативную нервную систему, вызывает изменения в деятельности внутренних органов. При этом улучшается обмен веществ, нормализуются дыхание, сон аппетит, повышается иммунобиологическая устойчивость организма.

Трудовая терапия способствует физическому и интеллектуальному развитию, коррекции двигательных функций и нормализации общих физиологических параметров организма (обмен веществ, состояние сердечно-сосудистой, двигательной и иммунной систем), улучшению настроения, сна.

У людей пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями функция мышления, памяти, речи напрямую зависят от мельчайших движений рук. Часто подвижность и чувствительность пальцев ухудшается вследствие болезни. В этом случае, тем более, необходимо тренировать мелкую моторику, разрабатывать мелкие суставы, возвращая ловкость рукам. Посредством трудотерапии происходит развитие мелкой моторики пальцев рук.

Трудовая терапия оказывает положительное влияние на формирование круга ценностных ориентации и потребностей клиентов, тем самым способствуя нормализации их взаимоотношений с окружающим миром. В процессе трудотерапии клиент, овладевая теми или иными приемами профессиональной деятельности, использует наиболее развитые качества, а недостаток одних компенсирует другими. Кроме того, трудотерапия как метод коллективного взаимодействия способствует становлению ролевых

функций клиента и формированию адекватных психосоциальных механизмов.

Таким образом, очевидна многогранность действия трудовой терапии как одного из реабилитационных средств. Представляя собой целенаправленную систему воздействия на клиента, трудотерапия включает в себя различные разделы физиологии, психологии, социологии труда.

Основная цель трудотерапии это использование трудовых процессов с лечебной целью.

Методическое пособие предполагает привлечение пожилых граждан, инвалидов, проходящих реабилитацию в отделении, к определенным видам творческой деятельности. Социальная реабилитация в форме трудотерапии дает положительный эффект, выражающийся в улучшении объективных показателей соматического и психического состояния, в более высокой самооценке, положительном эмоциональном тоне, ощущении полноценной, равноправной жизни.

В своей работе мы применяем разнообразные технологические приемы, такие как работа с бумагой, тканью, кожей, пряжей, природным материалом, вязание крючком и на спицах, различные виды вышивки. Одной из технологий по трудотерапии является изготовление куклы-оберег «Домовёнок».

Методическое пособие является результатом практических занятий по трудотерапии, проведенных в социально-реабилитационном отделении «Белая горка».

Данная технология может быть использована специалистами по социальной работе и инструкторами по труду.

Основные термины и понятия

Двигательная активность - это вид деятельности человека, при котором активация обменных процессов в скелетных мышцах обеспечивает их сокращение и перемещение человеческого тела или его частей в пространстве.

Оберег — магический предмет, назначением которого является защита его обладателя или увеличение эффективности его магических воздействий. Считается, что амулеты могут приносить удачу, предупреждать об опасности.

Реабилитация – восстановление или компенсация нарушенных функций организма и трудоспособности, достигаемое применением комплекса медицинских, педагогических и социальных мероприятий.

Трудотерапия (трудовая терапия, эрготерапия) - направленное вовлечение клиентов в трудовую деятельность с лечебной и реабилитационной целями.

Координация движения – целесообразные согласованные движения различных мышц, осуществляемые в результате регулируемой деятельности коры больших полушарий головного мозга.

Мелкая моторика – точные, хорошо скоординированные движения пальцев.

Функциональный класс (ФК) – новое понятие, которое в настоящее время получает распространение в клинической и реабилитационной практике.

Методика восстановления мелкой моторики пальцев рук и развития трудовых навыков в процессе изготовления куклы-оберег «Домовёнок»

Цель данной методики – восстановление мелкой моторики пальцев рук и развития трудовых навыков в процессе изготовления куклы-оберег «Домовёнок»

Для достижения этой цели мы ставим следующие задачи:

1. Развить интерес у клиентов к народному творчеству.
2. Восстановить восприятие величины, формы, цвета предметов, чувство пропорции.
3. Повысить координацию движения рук, чувствительность пальцев рук.
4. Научить технологическим приемам изготовления куклы-оберег «Домовёнок» и закрепить их на практике.

Целевая группа: люди пожилого возраста и люди с ограниченными возможностями, в частности клиенты, имеющие двигательные и координационные нарушения рук мелкой моторики пальцев. Функциональный класс клиентов не выше 0,1,2.

Данная методика применяется для групповых и индивидуальных занятий.

Противопоказания применения методики:

1. Миопия высокой степени (заключение окулиста).

Продолжительность занятия:

Продолжительность одного занятия 40 минут. Данная методика рассчитана на 3 занятия.

Ожидаемый результат:

1. Укрепление мелкой мускулатуры пальцев, восстановление точности в работе.
2. Разработка мелкой моторики пальцев рук.
3. Улучшение памяти, внимания.
4. Формирование интереса к творчеству.

Особенностью занятий трудотерапии является обязательное проведение вводных упражнений перед работой и упражнений, нивелирующих признаки утомления. В ряде случаев на это уходит 60—70% времени всего занятия.

Успешность овладения навыками и приемами трудовой терапии во многом зависит от качества работы инструкторов по трудотерапии (специалистов по социальной работе). Выработка или восстановление динамического рабочего стереотипа связаны с осознанием клиентами сущности и структуры учебно-производственного занятия.

В формировании динамического стереотипа различают несколько этапов.

На первом этапе инструктор по трудотерапии (специалист по социальной работе) объясняет клиенту содержание рабочей операции, демонстрирует основные ее элементы или всю операцию в целом. Целесообразно при этом убедиться в том, что клиент правильно усвоил изложенный материал, используя контрольные вопросы или инструментальные тесты.

На втором этапе проводится показ техники и различных способов выполнения трудовых операций с использованием рабочих инструментов. На этом этапе клиенты изучают как отдельные трудовые операции, так и общую технологию изготовления изделия. Чаще всего вначале отрабатываются отдельные трудовые операции, а затем, по мере их освоения клиентами, и весь технологический процесс.

На третьем этапе происходит овладение клиентами трудовыми навыками и целостной трудовой операцией. При этом приходится пользоваться приемами повторения осваиваемых навыков. В процессе обучения инструктор по трудотерапии (специалист по социальной работе) контролирует его ход и осуществляет необходимую коррекцию путем показа правильного выполнения данного приема.

Заключительным этапом является закрепление достигнутой последовательности и координации отдельных операций. Таким образом, формируются и закрепляются рабочие навыки.

Занятие рекомендуется проводить по следующей схеме:

1. Подготовительный период, включающий подготовку рабочего места и материалов для работы (5 мин) и инструктаж (до 10 мин).
2. Основной период, предназначенный для выполнения основной части задания (20—30 мин).
3. Заключительный период, отведенный для подведения итогов работы, сдачи продукции, инвентаря, уборки рабочего места (10—15 мин).

В соответствии с этой схемой, в основной части занятий выполняется работа в предписанном режиме, а в заключительной — проверяется качество работы и подводятся итоги.

Занятие №1

I Организационный этап: Инструктаж (до 5 мин).

Техника безопасности при работе с колющими и режущими предметами:

1. Ножницы следует располагать справа с сомкнутыми концами вперед.
2. Передавать ножницы следует кольцами вперед с сомкнутыми лезвиями.

3. При работе с иглой следует проявлять внимательность, для избегания получения травмы.
4. Использовать наперсток при работе с иглой.
5. Для хранения игл использовать игольницу.

II Подготовительный этап: включает подготовку рабочего места и материалов для работы (10 мин)

Каждое занятие начинается с подготовки рабочего места.

Инструменты:

- Ножницы.
- Сантиметровая лента.
- Линейка.
- Мел.

Материалы:

- Ткань: бортовка, мешковина.
- Газеты.
- Клей момент.
- Пакля.
- Пластмассовые глаза.
- Пуговица большая.
- Тонкая кожа.

Наглядный материал: Образец кукла-оберег «Домовёнок».

Каждое занятие начинается с гимнастики для рук.

1. Сожмите руку крепко в кулак и быстро разожмите. Каждой рукой проделайте это упражнение несколько раз.

2. Поставьте руки перед собой. Локти на высоте плеч, пальцы и ладони прикасаются друг к другу. Сожмите, оттолкните ладони друг от друга так, чтобы запястья и локти раздвинулись. Повторите несколько раз.

3. Очень полезное упражнение — круговые движения большим пальцем в обоих направлениях.

4. Обопритесь ладонями о стену. Надавите на них. Это упражнение полезно также и для рук, и для плечевых мышц.

5. Вращательные движения кистями рук. Сделать 10 раз в разные стороны.

6. Кисть руки поднимите вверх и свободно опустите. Проделайте упражнение 20 раз.

7. Возьмите одной рукой другую за запястье и потрясите ее. Кровь побежала быстрее, кожа стала теплой, пальцы — подвижными.

III Основной этап: включает рассказ о истории народного творчества (20 мин) и технологию изготовления куклы «Домовёнок»

История народного творчества

Многовековая история культуры неразрывно связана с народными поверьями и приметами. Они пришли к нам из глубины веков как память о наших предках. Народные обычаи и поверья со временем менялись вместе с изменениями в культуре народа.

На протяжении тысячелетий ни один дом на Руси не обходился без оберегов. Миниатюрные изображения топора, колокольчика, ложек, а также обычные предметы домашнего обихода: веник, лапти, кочерга и др. широко применялись и в обрядах.

Люди верили, что обереги охраняют их от болезни, «дурного глаза», стихийных бедствий и разных напастей. В оберег человек вкладывал душу, свою любовь и тепло.

Менялись быт, утварь, жилье и другие аспекты жизни. Но неизменным оставалось стремление уберечь свой дом от бед и напастей.

Люди верили, что в каждом доме живет домовый, которого надо задобрить, чтобы он не сердился и не вредил обитателям дома. Вот и мастерили своими руками оберег- плетень, косу - домовушку, домовенка, веничек, лапоть и многое другое.

Затем специалист по социальной работе (инструктор по труду) показывает образец куклы «Домовёнок» и объясняет клиентам содержание рабочей операции, демонстрирует основные ее элементы или всю операцию в целом. Целесообразно при этом убедиться в том, что клиенты правильно усвоили изложенный материал, используя контрольные вопросы или инструментальные тесты. Проводится показ техники (рис. 1 по рис. 8 технологии изготовления куклы-оберега «Домовёнок» (см. Приложение 1)

IV заключительный этап: (5 мин.)

На этом этапе подводятся итоги выполненных действий и уборка рабочего места.

Занятие №2

I Организационный этап: (5 мин)

Напомнить клиентам о технике безопасности при работе с колющими и режущими предметами. (см. Занятие №1, организационный этап)

II Подготовительный этап: включает подготовку рабочего места и материалов для работы (5 мин) (см. Занятие №1, подготовительный этап)

III Основной этап: (25 мин.)

Продолжить работу по технологии изготовления куклы «Домовёнок» с рис.9 по рис.18 (приложение 1)

IV заключительный этап: (5 мин.)

На этом этапе подводятся итоги выполненных действий и уборка рабочего места.

Занятие №3 (заключительное)

I Организационный этап: (5 мин)

Напомнить клиентам о технике безопасности при работе с колющими и режущими предметами. (см. Занятие №1, организационный этап)

II Подготовительный этап: включает подготовку рабочего места и материалов для работы (5 мин) (см. Занятие №1, подготовительный этап)

III Основной этап: (25 мин.)

Продолжить работу по технологии изготовления куклы «Домовёнок» с рис.19 по рис.24 (приложение 1)

IV заключительный этап: (5 мин.)

На этом этапе подводятся итоги выполненных действий и уборка рабочего места.

Готовое изделие Кукла-оберег «Домовенок» порадует ваших домочадцев и знакомых своим смешным, немного лукавым и очень добрым взглядом.

Заключение

Процесс изготовления куклы-оберег «Домовёнок» является отличной тренировкой мелкой моторики пальцев рук. А также дает возможность людям сделать своими руками маленький шедевр.

Ожидаемый результат: у клиентов происходит улучшение координации движения рук, появляется чувство пропорции, повышается чувствительность пальцев рук.

Вышеописанная методика отличается относительной простотой, доступностью материалов, а так же служит некоторой формой аутотренинга.

Групповые формы работы оказывают благотворное влияние на психосоциальное состояние инвалидов. Происходит общение между всеми участниками занятий, обмен информацией, положительными эмоциями, налаживаются межличностные контакты.

При изготовлении куклы-оберег «Домовёнок» у клиентов появляется желание достичь конечного результата, порадоваться «плоду» своих трудов. Поднимается самооценка, восстанавливается социальный статус.

Эффективность данной методики зависит от того, насколько заинтересован клиент в конечном результате своего труда (для определения эффективности методики можно провести диагностику, в которой будет видна динамика восстановления утраченных функций организма и психических процессов (приложение 2). Результаты проведенной диагностики в ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района» можно посмотреть в приложении 3,4.) При активном включении в процесс реабилитации клиент быстрее восстанавливает как психические так и физические функции организма.

Положительным результатом можно считать тот факт, когда клиент самостоятельно выполнил все последовательные действия (см. Приложение 1), указанные инструктором по труду (специалистом по социальной работе).

Умеренный результат. Клиент выполняет работу при помощи инструктора по труду (не может самостоятельно приклеить, пришить и т.п.), но желание творить самостоятельно присутствует.

Список литературы

1. Баженов В.И. Материаловедение швейного производства: - М.: Легкая индустрия, 1982г.
2. Догаева Н., Берсенёва Е. Кукольный сундучек. Традиционное изготовление кукол. М.: Белый город, 2010г.
3. Зозуля Т.В. Комплексная реабилитация инвалидов: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005.
4. Интернет-источники: www.treeland.ru История народной куклы.
5. Курбатов В.И. Социальная работа: Учебное пособие. – 3-е издание. – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
6. Ткаченко Т.А. Мелкая моторика. Гимнастика для пальчиков. - М.: Издательство ЭКСМО, 2010
7. Ткаченко Т.А. Развиваем мелкую моторику. - М.: Издательство ЭКСМО, 2007.
8. Школа пожилого возраста. Творческая и прикладная деятельность. Екатеринбург, 2011г.

Технология изготовления куклы-оберега «Домовенок»

Рис.1. Берем один лист газетной бумаги и делим на 4 части. Каждую часть хорошо мнём, чтобы материал был эластичным.



Рис.2. Из полученного материала формируем шарик, накладывая один кусок бумаги на другой. Величина шарика может быть 6-8-10 см.



Рис. 3,4. Берем кусок мешковины, вырезаем из нее заготовку на 4-5 см больше величины окружности шара.



Рис. 5. Шар обернуть полученной заготовкой из мешковины.



Рис. 6,7. Полученную заготовку затянуть суровой нитью по центру мешковины.



Рис.8. Из уголков ткани выдернуть нити до места скрепления.



Рис 9,10. Распушить нити и обрезать до желаемой длины.



Рис. 11,12. Формируем руки и ноги. Из выдернутых нитей сплести две косички: одну для ножек – потолще, вторую для ручек – потоньше.



13. Берем косичку для ножек и склеиваем ее петелькой.



Рис. 14. Тонкую косичку проклеиваем посередине на длину 6-7 см.



Рис. 15. Берем голову и приклеиваем ручки на спину под волосами. В центре головы на волосы приклеиваем большую пуговицу, обтянутую кожей (в виде кепочки).



Рис. 16,17. Приклеиваем ножки в виде петельки.



Рис. 18. Вид куклы без оформления лица.



Рис. 19,20. Оформляем лицевую часть. Берем паклю и отрезаем 10-12 см.



Рис. 21. Связываем паклю посередине суровой нитью.



Рис. 22. Верхнюю часть полученной заготовки (из пакли) делим на 2 части.



Рис. 23. Связываем паклю в кисточку.



Рис. 24. Распушить кисточку, сформировать в виде носа и бороды. Приклеить нос с бородой и глазки.



Рис. 25. Почистить, расчесать, сформировать готовое изделие.



Кукла-оберег «Домовенок» порадует ваших домочадцев и знакомых своим смешным, немного лукавым и очень добрым взглядом.

Исследование уровня двигательной активности кистей рук

Техника «Езда по дорожке»

Клиенту предлагается «проехать по дорожке», соединив с помощью карандаша изображения машины и дома (они нарисованы на листе бумаги, соединены «дорожкой», которая огибает различные препятствия (деревья, реку, колодец и т.п.). Дом изображается в верхнем правом углу листа А-4, машина – в нижнем левом.

Инструкция: «Представьте, что вы водитель. Вам надо проехать вот к этому домику (указываем на дом). Вы поедете вот так (на рисунке – образце специалист по социальной работе (инструктор по труду) показывает, как надо ехать по дорожке с помощью карандаша). Карандаш должен все время двигаться по нарисованной на бумаге дорожке, иначе получится, что машина взлетела как самолет или произошла авария. Езжайте аккуратно, чтобы ваша машина не съезжала с дороги.

Оценка результатов. При достаточном уровне развития мелкой моторики руки «Игры с пальчиками» обычно не вызывают у клиентов затруднений.

Результат «Езды по дорожке» оценивается как высокий, если «выезды» за пределы дорожки отсутствуют, карандаш отрывается от бумаги не более 3 раз;

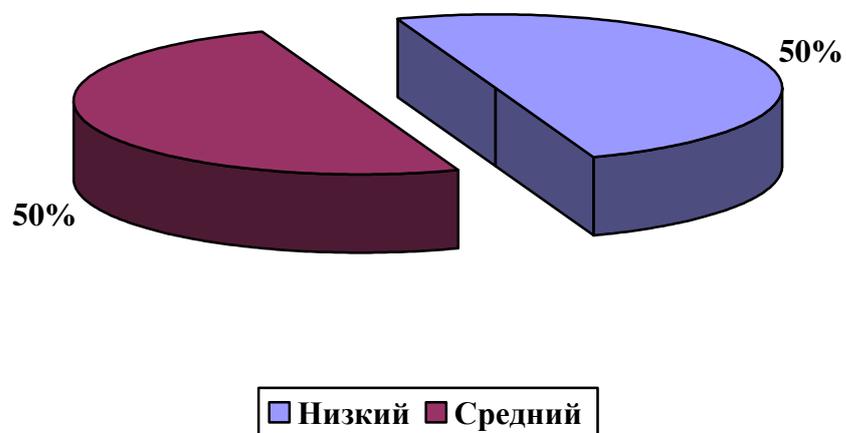
Результат считается низким, если имеется более 3 «выездов» за пределы дорожки. Даже при отсутствии выездов результат оценивается как низкий, если в рисунках наблюдаются: «неровная», «дрожащая» линия: очень слабая, почти невидимая линия; очень сильный нажим, почти рвущий бумагу; многократное проведение карандашом по одному месту.

Во всех промежуточных случаях результат оценивается как средний.

**Результаты диагностики, проведенной в
ГБУ «КЦСОН г. Ирбита и Ирбитского района»**

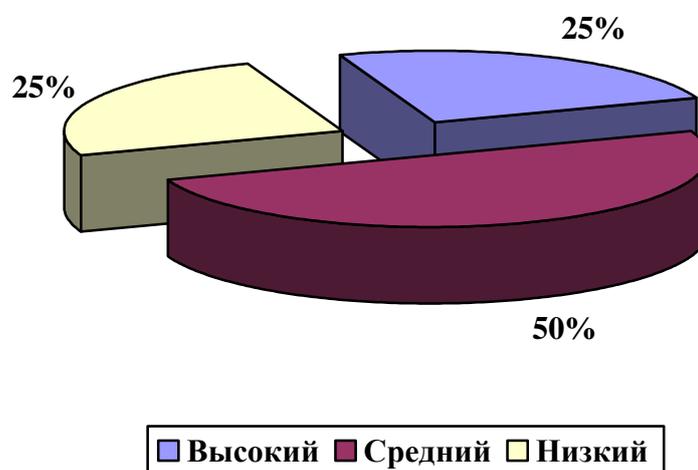
<i>№</i>	<i>№ клиента</i>	<i>Результат входящей диагностики</i>	<i>Результат итоговой диагностики</i>
1.	Клиент № 1	Низкий уровень	Средний уровень
2.	Клиент № 2	Низкий уровень	Низкий уровень
3.	Клиент № 3	Средний уровень	Средний уровень
4.	Клиент № 4	Средний уровень	Высокий уровень

Результаты входящей диагностики



Из исследования видно, что до начала работы по методике изготовления куклы «Домовёнок» у 90 % клиентов был низкий уровень двигательной активности кистей рук.

Результаты итоговой диагностики



Итоговая диагностика показала, что уровень двигательной активности кистей рук у клиентов изменился на высокий и средний.