

Министерство социальной защиты населения Свердловской области  
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области  
«Областной центр реабилитации инвалидов»

**Программа**  
**Социально-бытовой адаптации клиентов с интеллектуальной**  
**недостаточностью (с особыми возможностями в развитии)**

Екатеринбург 2010

Утверждено  
методическим советом ГБУ СО  
«Областной центр реабилитации  
инвалидов»  
протокол № 4  
от «22» июля 2010 г.

Согласовано  
заместитель министра социальной  
защиты населения Свердловской  
области  
\_\_\_\_\_ А.И.Никифоров  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 г.

Автор:

Социальный педагог отделения социально-бытовой реабилитации ГБУ СО  
«Областной центр реабилитации инвалидов» Шестакова Елена Васильевна.

Заведующая отделением социально-бытовой реабилитации ГБУ СО «Областной  
центр реабилитации инвалидов» Лукина Екатерина Станиславовна.

Программа социально – бытовой реабилитации клиентов с интеллектуальной  
недостаточностью. // «Областной центр реабилитации инвалидов».

## Содержание

Пояснительная записка.....	4
Используемые в программе термины.....	5
Введение.....	7
Глава I . Теоретические аспекты социально-бытовой адаптации лиц с интеллектуальной недостаточностью.....	8
1.1.Понятие олигофрении и интеллектуальной недостаточности.....	8
1.2.Предмет и содержание социально бытовой адаптации для лиц с интеллектуальными нарушениями.....	10
Глава II. Тематическое планирование занятия по социально-бытовой адаптации для клиентов с интеллектуальной недостаточностью на базе отделения социально-бытовой реабилитации ГБУ СО «Областной центр реабилитации инвалидов».....	16
Заключение .....	24
Список использованной литературы.....	25

## Пояснительная записка

По свидетельству отечественных и зарубежных ученых, число людей с отклонениями в психофизическом развитии и поведении неуклонно возрастает. Этому способствует целый ряд патологических факторов эндогенного и экзогенного происхождения. Кроме первичного дефекта, который характеризуется стойким, необратимым нарушением познавательной сферы и высших психических функций - отражение и регуляции поведения и деятельности, характерны и вторичные отклонения, которые в значительной степени затрудняют процесс социализации человека.

Социализация — процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта, прежде всего — системы социальных ролей, что реализуется в общении и деятельности через социальные институты. Реабилитационные центры являются одним из институтов социализации, выполняющие подготовку и включения индивида в различные сферы жизнедеятельности, приобщение к культуре общества в целом осуществляют позитивную социализацию индивида.

Позитивная социализация обеспечивает успешную интеграцию индивида в общество, активное приспособление (адаптацию) его к условиям социальной среды. Уровень социальной адаптации зависит от целей, специфики окружающей среды, от индивидуальных возможностей. Оптимальный результат предполагает сформированность самосознания и самоконтроля, овладение ролевым поведением, умением устанавливать адекватные связи с окружающими, приобретать навыки самообслуживания. Усвоение социальных норм и правил невозможно вне сферы быта.

Быт людей с ограниченными возможностями должен быть как можно более приближенным к условиям и стилю, общества в котором они живут, данное положение является основой концепции «нормализации» принципы которой закреплены рядом международных правовых актов: Декларацией о правах лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии, Декларацией о правах инвалидов.

**Цель методики** – преодоление и ослабление психофизических недостатков через формирование соответствующих жизненно необходимых качеств в ходе различных видов деятельности по самообслуживанию.

**Задача методики:**

1. Тематическое планирование занятий по социально-бытовой адаптации
2. Описание занятий по социально-бытовой адаптации.
3. Описание необходимой материальной базы.

Данное пособие предназначено для специалистов социальной сферы и призвано познакомить с особенностями организации и построения реабилитационного процесса людей с интеллектуальной недостаточностью, раскрыть те способы, пути и средства, с помощью которых можно адаптировать человека к быту и предотвратить социальную дезадаптацию в целом.

Весь материал пособия разделён на две главы. В первой главе рассматриваются теоретические аспекты социально-бытовой адаптации лиц с

интеллектуальной недостаточностью, а вторая глава посвящена практическим занятиям, оценки и параметрам эффективности.

### **Используемые в программе термины**

**Адаптация** – приспособление организмов к конкретным условиям существования.

**Быт** — уклад повседневной жизни, внепроизводственная сфера, включающая как удовлетворение материальных потребностей людей (в пище, одежде, жилище, поддержании здоровья), так и освоение духовных благ, культуры общения, отдыха.

**Деменция** – слабоумие, стойкое ослабление познавательной деятельности, снижение критики и памяти, обеднение эмоций, нарушение поведения.

**Диагноз социально – педагогический** – определение индивидуальных особенностей социального развития, становление человека, характеризующих его личность и проявляющихся в отношениях, поведении, деятельности.

**Дефект** – физический или психический недостаток, вызывающий нарушение нормального развития.

**Запущенность социальная** – не сформированность социальных чувств, интересов, навыков и умений; несоответствие половозрастным социальным ролям.

**Инвалидность** - социальная недостаточность вследствие нарушения здоровья со стойким расстройством функций организма, приводящая к ограничению жизнедеятельности и необходимости социальной защиты

**Инвалид** - лицо, имеющее нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты.

**Интеллект** – в широком значении вся познавательная деятельность человека, в более узком - мышление.

**Компенсация** (от лат. compensatio – возмещение, уравнивание) – это сложный, многоаспектный процесс перестройки или замещения нарушенных или недоразвитых психофизиологических функций организма.

**Коррекция**- система педагогических и лечебных мероприятий, направленных на преодоление или ослабление недостатков психического и физического развития.

**Ограничение жизнедеятельности человека** – полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью.

**Окупиционная терапия** — терапия повседневными занятиями — профессиональная деятельность, существующая в большинстве стран мира, которой отводится важное место в работе команды специалистов социальной работы, здравоохранения, образования.

**Occupational therapy (англ.)** — интегральная часть комплексной программы медицинской, социальной и психолого-педагогической реабилитации. Олигофрения – особая форма психического недоразвития,

выражающаяся в стойком снижении познавательной деятельности у детей вследствие органического поражения головного мозга в перинатальный период и ранний постнатальный период.

**Онтогенез** – индивидуальное развитие организма от момента его зарождения до конца жизни.

**Потребность** – объективная нужда организма в определённых условиях, обеспечивающих его жизнь и развитие.

**Реабилитация инвалидов** - процесс и система медицинских, психологических, педагогических, социально-экономических мероприятий, направленных на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья со стойким расстройством функций организма.

**Самообслуживание** – система знаний, умений и навыков, позволяющих субъекту самостоятельно поддерживать себя и личные вещи в состоянии, соответствующем принятым санитарно-гигиеническим и бытовым нормам.

**Социальный навык** – способность устанавливать соответствующие связи с другими людьми с целью достижения социальных целей.

**Социальный (объективированный) опыт** – опыт совместной жизнедеятельности людей, зафиксированный в знаниях, принципах и нормах поведения, моральных предписаниях, традициях, обычаях, ритуалах, представлениях о должном.

**Социальная недостаточность** - социальные последствия нарушения здоровья, приводящие к ограничению жизнедеятельности человека и необходимости его социальной защиты или помощи.

**Социальная защита** - система гарантированных государством постоянных и (или) долговременных экономических, социальных и правовых мер, обеспечивающих инвалидам условия для преодоления, замещения (компенсации) ограничений жизнедеятельности и направленных на создание им равных с другими гражданами возможностей участия в жизни общества.

**Социальная помощь** - периодические и (или) регулярные мероприятия, способствующие устранению или уменьшению социальной недостаточности.

**Социальная поддержка** - одноразовые или эпизодические мероприятия кратковременного характера при отсутствии признаков социальной недостаточности.

**Социальный институт** – исторически сложившиеся устойчивые формы организации совместной деятельности людей.

**Умственная отсталость** – стойкое психическое недоразвитие, имеющее сложную структуру.

**Факторы развития личности** – движущие силы, причины, влияющие на процесс изменения, становления личности.

**Фактор риска** – различные условия внешней или внутренней среды, способствующие развитию патологических состояний организма.

## Введение

В любом обществе существует немалая доля людей, чьи возможности в сохранении независимого образа жизни ограничены. Существенное место среди них занимают люди со сниженным интеллектом, социально-бытовая адаптация таких лиц существенно затруднена в силу неполноценности их познавательной деятельности, обусловленной тотальным психическим недоразвитием или деменцией. Формирование навыков и умений происходит у таких людей атипично, поэтому социально бытовая адаптация таких лиц требует целенаправленного характера, специфических и индивидуальных подходов. Что порождает необходимость специально организованного образовательного процесса, который у нас в стране осуществляется через систему коррекционного образования. Выпускники школ 8 вида часто нуждаются в дополнительной социальной адаптации, что и осуществляется через систему социальной защиты. Реабилитационный центр подведомственное учреждение Министерства социальной защиты, который выполняет эту функцию и работает с клиентами, достигшими совершеннолетия, в том числе с группой лиц у которых произошёл распад сформированных психических функции вследствие различных заболеваний и травм, и утративших способность к самообслуживанию. Умение обслуживать себя, удовлетворять витальные потребности является основой для успешной жизнедеятельности любого индивида, фундаментом дальнейшего развития и адаптации человека в различных сферах, и рассматривается как составная часть оккупационной терапии.

Предлагаемые в пособии методические рекомендации обусловлены пониманием процесса реабилитации как динамичной системы взаимосвязанных социальных, психологических, педагогических, медицинских компонентов направленных на возможно полное восстановление личности и его социального статуса.

## **Глава I Теоретические аспекты социально-бытовой адаптации лиц с интеллектуальной недостаточностью.**

### **1.1. Понятие интеллектуальной недостаточности.**

К лицам с нарушением умственного развития относят лиц со стойким, необратимым нарушением преимущественно познавательной сферы, характерной особенностью дефекта при умственной отсталости является нарушение высших психических функции отражения и регуляции поведения и деятельности. Страдает эмоционально-волевая сфера, моторика, личность в целом, что в свою очередь отражается в равнодушии к социальной жизни.

Умственная отсталость относится к болезням развития – дизонтогениям. Соответственно, она может возникнуть только при поражении развивающегося мозга, т.е. во внутриутробном периоде, при родах, в раннем и младшем возрасте (до трех лет) до становления речи. В этом случае имеет место диагноз олигофрения. Олигофрены способны к развитию и освоению предметной деятельностью, но она формируется замедленно и атипично.

Ко второй группе принадлежат лица, у которых произошёл распад ранее сформированных психических функции в результате черепно-мозговых травм, различных заболеваний (менингита, энцефалита). Эти состояния называют деменцией, и могут проявляться в распаде фразовой речи, навыков самообслуживания.

Третью группу составляют люди, у которых умственная отсталость сочетается с текущими заболеваниями нервной системы: шизофренией, эпилепсией и др. Особая категория лиц, имеющих нарушения в строении и числе хромосом – синдром Дауна.

Приведенные данные свидетельствуют о том, что дефекты развития познавательной сферы неоднородны по происхождению. Соответственно, могут существовать многочисленные разнообразные механизмы, нарушающие формирование и развитие мозга, а так же большое число самостоятельных нозологических форм умственной отсталости. Общим для всех форм патологии, входящих в данную группу аномалии развития, является интеллектуальный дефект той или другой степени, определяющий недоразвития всей психики в целом, его адаптивных возможностей, всей его личности. Неосложнённые формы умственной отсталости характеризуются отсутствием дополнительных психопатологических расстройств. Интеллектуальный дефект в таких случаях, так же как и у всех умственно отсталых, проявляется в первую очередь нарушениями мышления: тугоподвижностью, установлением главным образом частных конкретных связей, неспособностью к отвлечению. Неизбежно страдают также предпосылки к интеллектуальной деятельности. Внимание характеризуется недостаточной произвольностью и целенаправленностью, сужением объема, трудностью сосредоточения, а также переключения. Нередко при неплохой способности к механическому запоминанию наблюдается слабость смысловой и особенно ассоциативной памяти. Новые сведения усваиваются с большим трудом. Для запоминания нового материала требуются многократные повторения и подкрепления его конкретными примерами, практической



деятельностью все выше перечисленные характеристики определяют необходимость в индивидуальных реабилитационных планах, которые учитывают интеллектуальные возможности клиента. Что позволяет при неосложнённой умственной отсталости добиться устойчивой работоспособности и удовлетворительных результатов. Осложненные формы характеризуются наличием дополнительных психопатологических расстройств отрицательно влияющих на интеллектуальную деятельность, при которых необходима комплексная реабилитация, разработка программ по социально бытовой адаптации с учётом рекомендации психологов, социального педагога.

По характеру дополнительных симптомов все осложненные формы умственной отсталости можно разделить на три группы:

1. С церебрастеническим или гипертезионным синдромами;
2. С выраженными расстройствами поведения;
3. С эмоционально-волевыми расстройствами.

Такое деление отражает, какой из дополнительных психопатологических синдромов занимает ведущее место и позволяет корректировать работу в соответствии с осложнённой формой.

По выраженности интеллектуального дефекта, согласно классификации, принятой Всемирной организацией здравоохранения, умственная отсталость включает четыре степени снижения интеллекта: незначительную, умеренную, тяжёлую и глубокую. Отечественная классификация выделяет три основных группы: дебильность, имбецильность, идиотию.

Клиентами центра в основном являются люди у которых произошёл распад ранее сформированных психических функции в результате черепно - мозговых травм и различных заболеваний (деменция), выпускники коррекционных школ 8 вида, которые признаны инвалидами детства и находящиеся под опекой. Эта категория лиц в основном не имеет целостного представления о хозяйственно-бытовой сфере жизни, у них утрачены навыки самостоятельного проживания, знания имеют фрагментарный характер и не несут за собой причинно - следственных связей, и как результат возникает необходимость социально-бытовой адаптации по широкому кругу вопросов жизнедеятельности.

Подводя итог выше сказанному можно сделать следующий вывод. Несмотря на значительные особенности в адаптации лиц с интеллектуальной недостаточностью, индивидуальное развитие содержит в себе возможность вариативной реализации. Ни его процесс, ни его результаты не являются однонаправленными, ведущими к одному и тому же конечному состоянию. Человек развивается от зачатия до смерти: его личность способна к изменениям, хотя и в разной степени, но на всём протяжении жизненного пути.

## **1.2. Предмет и содержание социально - бытовой адаптации для лиц с интеллектуальными нарушениями.**

Под социально – бытовой адаптацией людей с интеллектуальной недостаточностью понимается система знаний, умений и навыков, позволяющих субъекту самостоятельно поддерживать себя и личные вещи, жилище в состоянии, соответствующем принятым санитарно-гигиеническим и бытовым нормам и активное приспособление к условиям социальной среды.

Базовыми составляющими социально-бытовой адаптации являются два основных понятия: это самообслуживание и ориентировка.

Самообслуживание включает самостоятельное удовлетворение повседневных потребностей (физиологических отправления, личной гигиены, одевания и приёма пищи) и более широкий круг (планирование бюджета, приготовление пищи, уборка помещения, пользование бытовой техникой, уход за одеждой и т.д.).

Ориентировка — различные формы и способы обследования окружающих предметов, ознакомления с окружающим обществом, определяющие эффективность и качество усваиваемых субъектом знаний и умений.

Социально-бытовая реабилитация (адаптация) опирается на следующие принципы:

- Принцип партнерства, предусматривающий сотрудничество клиента и специалиста (субъект – субъектные отношения);

- Принцип разносторонности усилия, который осуществляет учёт всех сторон реабилитации и рассматривает бытовую реабилитацию как базовый уровень;

- Принцип ступенчатости обосновывает поэтапное назначение восстановительных и адаптивных мероприятий с учётом динамики.

Процесс социально-бытовой адаптации подчинён общему процессу реабилитации и имеет несколько стадий.

1. Отбор клиентов из общего потока нуждающихся в социально-бытовой реабилитации.

2. Обследование и оценка. Диагностика навыков по самообслуживанию, которыми владеет клиент (определение зоны ближайшего и актуального развития).

3. Планирование социально - бытовых (адаптационных) мероприятия. Проводится анализ данных полученных в результате диагностики, разрабатывается план мероприятия, выдвигаются цели и задачи, отбираются адекватные методы воздействия, определяются сроки и время занятия, планируется ожидаемый результат.

4. Реализационная стадия. Включает в себя мотивирование клиента на деятельность. Восстановление утраченных функции по самообслуживанию, если восстановление невозможно в силу физиологических причин, адаптация (активное приспособление с помощью ТСР к освоению навыка). Обучение новым навыкам и знаниям. Установление причинно следственных связей, например, несоблюдение личной гигиены ведёт к инфекционным заболеваниям и тд.

5. **Заключительный этап.** Отслеживается соответствие результата поставленным целям и задачам, корректирует дальнейшее реабилитационное воздействие.

Предметом социально-бытовой адаптации являются следующие области:

#### **Личная гигиена**

Гигиена тела. Уход за кожей, лица, тела, ног. Уход за ногтями (маникюр). Косметические средства. Макияж (соответствие макияжа ситуации) Уход за волосами. Бритьё. Принадлежности и уход за ними.

#### **Одежда и обувь**

Стирка и сушка одежды. Особенности глажения одежды с учётом свойств ткани. Техника безопасности работы с электроприборами (утюг). Изучение функции и режимов автоматической стиральной машины и техника безопасности при пользовании ею. Правила хранения сезонной верхней одежды и обуви. Уход за обувью. Мелкий ремонт одежды. Стиль, мода и обновление одежды. Рациональный гардероб.

#### **Питание**

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Составление меню на день, неделю. Правила рационального питания. Техника безопасности работы на кухне. Приготовление первых, вторых, третьих блюд. Выпечка. Продукты длительного и непродолжительного сроков хранения.

#### **Жилище**

Санитарно-гигиенические требования к уборке жилого помещения. Последовательность уборки. Моющие и чистящие средства. Бытовые приборы, используемые для уборки и безопасность их использования.

#### **Покупки**

Выбор товаров и их оплата.

Социальное развитие происходит в значительной мере непроизвольно и спонтанно, умственно отсталые люди не в состоянии самостоятельно выделить связей между явлениями и событиями. Спецификой занятий, является то, что они неспособны к долговременному восприятию отвлечённого материала. Все занятия выстраиваются на основе практической деятельности, наглядности с использованием разнообразных методов и приёмов. Специалист непосредственно обращается к тем знаниям и умениям, которые клиенты уже имеют. Социальное развитие происходит в значительной мере непроизвольно и спонтанно, умственно отсталые люди не в состоянии самостоятельно выделить связей между явлениями и событиями.

Мероприятия по социально – бытовой адаптации реализуются в специально организованной среде «модуле жилой квартиры», что позволяет клиенту с недостатком интеллекта осуществить перенос полученных умений и навыков в реальную жизненную ситуацию.

Для оптимального подбора методов и приемов, применяемых индивидуально к каждому клиенту, учитывая повреждающее воздействие заболевания, специалистами отделения на основе классификации М.С. Певзнера разработана данная классификация.

**таблица № 1**

**Коррекционные мероприятия, методы и приёмы при олигофрении некоторых форм.**

Форма	Характеристика	Коррекционные мероприятия	Методы, приемы
1	2	3	4
1. Относительно поверхностное поражение коры головного мозга имеющий диффузный характер	- Не отмечается грубых нарушений деятельности органов чувств, эмоционально-волевой двигательной сферы, речи. - Недоразвитие всей познавательной деятельности - Не осознание поставленных задач - Инертность и тугоподвижность мышления	Преодоление инертности	Приобщение к действию, приучение
2. Олигофрения с выраженными нейродинамическими нарушениями. Нарушен баланс между процессами возбуждения и торможения в нервной системе	Легко возбудимы, расторможены, недисциплинированы, понижена работоспособность	Мероприятия направлены на развитие внимания, на концентрацию выполняемых заданий. Организация и упорядочение бытовой деятельности	Использование словесных инструкций в поэтапном изложении. Речь клиента используется как фактор, организующий деятельность
3. Преобладает торможение над возбуждением	Вялость, медлительность, заторможенность моторики. Поведение в целом носит заторможенный характер	Мероприятия направлены на активизацию деятельности	Задания, с которыми клиент может справиться наверняка. Поощрения успехов
4. Сочетание диффузного поражения с более глубокими поражениями в области речевых зон левого	Нарушение звуко-буквенного анализа, затруднение к овладению грамотой и письменной речью. Апраксия губ и языка, страдает сенсорная	Развитие коммуникативных навыков. Формирование социально - приемлемого поведения	Согласование мимики речи и жеста при передаче информации

полушария. Недоразвитие сложных форм познавательной деятельности и нарушения речи	сторона речи		
5. Диффузное поражение коры головного мозга сочетается с локальными поражениями в теменно – затылочной области левого полушария	Сочетание недоразвитого мышления с нарушениями пространственного восприятия, что затрудняет процесс овладения представлением о числе	Развитие пространственных понятий и представлений	Используются наглядные практические методы
6. Диффузное поражение коры головного мозга сочетается с преимущественн ым недоразвитием лобных долей. На фоне недоразвития познавательной деятельности отчетливо выступает недоразвитие личности в целом	Изменена вся система потребностей и мотивов, имеются патологические наклонности. Грубое нарушение моторики – движения неуклюжи, не могут себя обслуживать. Нет автоматизма в движениях. Не критичны, не адекватно оценивают ситуацию, лишены застенчивости, не обидчивы	Мероприятия направлены на формирование социально - приемлемого поведения. Навыки самообслуживания по средствам произвольных моторных навыков	Метод репродуцировани я, приобщения к действию, приучение

Методы и приёмы подбираются в соответствии с психологическими, возрастными и индивидуальными особенностями клиента, учитывая специфику дефекта и степень его компенсации.

### **Формы организации занятий**

Процесс реабилитационных мероприятий требует разнообразия не только в применении методов и приёмов, но и в организации различных форм их проведения. Самая результативная организационная форма - это индивидуальные занятия с клиентом, но групповые формы работы так же могут быть целесообразны, это определяется целями и задачами, поставленными на конкретном занятии.

## **Цели и задачи**

Цель – мысленное предвосхищение его конечных результатов, то, к чему должны стремиться специалист и клиент. Всякая единичная цель должна обладать пятью основными свойствами (полнотой содержания, контролируемостью ожидаемого результата, временной определенностью, соответствием возможностям клиента, соответствием мотивам субъекта деятельности).

## **Задачи**

На занятиях по социально-бытовой адаптации реализуются три основные группы задач:

1. Образовательные задачи: руководствуется познавательной деятельностью клиента, стимулирует учебно-познавательную деятельность по овладению знаниями и умениями.
2. Коррекционно-развивающие задачи: предполагают целенаправленное развитие эмоционально-волевых качеств, трудоспособности, и способствуют «запуску компенсаторных механизмов».
3. Воспитательные задачи: целенаправленное формирование эстетической культуры, мировоззрения, нравственных убеждений и качеств личности, что в целом способствует к реальной социально-трудовой и бытовой адаптации.

## **Характеристика типов и видов занятий по социально-бытовой адаптации**

1. Вводное занятие, на этом занятии устанавливаются и актуализируются имеющиеся у клиентов опорные знания и общие сведения, выявляется зона ближайшего развития.
2. Занятие формирования новых умений и навыков, на котором основное внимание уделяется формированию нового навыка, умений.
3. Занятие формирования и закрепления умений и навыков, основное внимание на нем уделяется практической деятельности.
4. Обобщающее занятие, на котором систематизируются все полученные знания, умения и навыки.

## **Глава II. Тематическое планирование занятий по социально-бытовой адаптации для клиентов с интеллектуальной недостаточностью на базе отделения социально-бытовой реабилитации ГБУ СО «Областной центр реабилитации инвалидов».**

В данной главе предлагается перечень занятий из каждого раздела практических мероприятий по социально-бытовой адаптации для лиц с интеллектуальной недостаточностью, и предлагается примерный тематический план занятий по социально-бытовому обучению.

### **Разделы:**

1. Питание
2. Одежда и обувь
3. Личная гигиена
4. Жилище

Все занятия по социально-бытовой адаптации проходят в специально организованной среде, в «модуле жилой квартиры», состоящей из основных зон:

1. **«Гостиная»** оборудована набором современной мебели (диван, кровать, платяной шкаф, набор пристенной мебели). Телевизор.

2. **«Санитарно-гигиеническая»** включает места, предназначенные для гигиенических процедур (умывание, принятие душа, ванны, мытьё головы и т.п.) и оборудованные соответствующим образом раковина, ванна, держатель для полотенец.

3. **«Кухня»** оборудованная мойкой, электрической плитой, холодильником с морозильной камерой, кухонной мебелью (рабочий стол, полки, тумбы), оборудованная вытяжкой. Кухонная зона отделена от остальных зон.

4. **«Хозяйственный блок»** оборудован автоматической стиральной машиной и гладильной системой типа “Feelina”.

Все вышеперечисленные зоны имитируют отдельную квартиру.

В отделении социально-бытовой реабилитации проводится предварительный инструктаж клиентов по технике безопасности, разработаны инструкции на каждый бытовой прибор, эксплуатируемый в отделении.

## Тематическое планирование занятий по СБО

Тематика	№
<b>Личная гигиена</b>	
1. Гигиена тела. Уход за кожей лица, тела, ног.	
2. Уход за ногтями (маникюр)	
3. Косметические средства. Природная косметика. Макияж (соответствие макияжа ситуации)	
4. Уход за волосами. Выбор прически. Назначение средств для укладки волос (пенка, гель, лак)	
5. Бритъё. Принадлежности и уход за ними.	
<b>Одежда и обувь</b>	
1. Стиль, мода и коррекция фигуры с помощью одежды. Обновление одежды.	
2. Стирка и сушка одежды.	
3. Особенности глажения фасонной одежды с учётом свойств ткани. Техника безопасности при работе с электроприборами (утюг).	
4. Техника безопасности при работе на автоматической стиральной машине. Изучение функций и режимов.	
5. Мелкий ремонт одежды.	
6. Правила сезонного хранения верхней одежды и обуви. Уход за обувью в соответствии с видом используемого материала (замша, кожа, искусственная кожа)	
<b>Питание</b>	
1. Правила безопасной работы на кухне. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Составление меню на день, неделю.	
2. Виды продуктов и их взаимозаменяемость. Основы грамотного питания. Продукты длительного и непродолжительного сроков хранения.	
3. Рецепты и способ приготовления первых блюд.	
4. Рецепты и способ приготовления вторых блюд.	
5. Рецепты и способ приготовления салатов.	
6. Рецепты и способ приготовления выпечки (печенье, слойки, пышки).	
7. Виды праздничного стола: традиционный, фуршет.	
8. Универсальная машина «Термомикс». Функции и режимы работы.	
9. Диеты в соответствии с состоянием здоровья №9 «диабет», взаимосвязь уровня холестерина и питания.	
10. Постный стол. Взаимозаменяемость видов продуктов.	
<b>Жилище</b>	
1. Санитарно-гигиенические требования к уборке жилого помещения. Последовательность уборки. Моющие и чистящие средства.	
2. Бытовые электроприборы, используемые для уборки и безопасность их использования.	



**Карта определения сформированности социально-бытовых навыков и мотиваций к их дальнейшему развитию (для клиентов - выпускников школ VII -VIII вида и проживающих в социальных учреждениях, а также для людей, имеющих вторичный дефект ЗПР и социальную дезадаптацию).**

Вид деятельности  Мотивация к развитию												
	В	И	В	И	В	И	В	И	В	И	В	И
I. Навык жизнедеятельности												
1. Выпирает пыль												
2. Пользуется пылесосом												
3. Гладит												
4. Уход за одеждой в соответствии с условными обозначениями на бирке												
5. Моет посуду и убирает на место												
II. Навык приготовления пищи												
1. Моет овощи												
2. Чистит и режет овощи												
3. Нарезает хлеб												
4. Готовит												
5. Пользуется БТ												
III. Культур-гигиен навыки												
1. Умеет пользоваться ножом и вилкой												
2. Моет и вытирает руки												
3. Пользуется средствами личной гигиены												
4. Владеет культурой поведения в общ-ых местах												
5. Тел. экстренных служб												

В – входящие данные И- исходящие

## **Тема: «Стирка и утюжка изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей».**

*Цель:* восстановить утраченные навыки или адаптировать (если восстановление невозможно) клиента к выполнению бытовых действий, учитывая состояние здоровья.

*Задачи:*

*Образовательная:* сообщение сведений и обучение пользованию техническими приспособлениями, гладильная система «Филина», автоматическая стиральная машина

*Социальная:* Формирование установки на максимально достижимую независимость и самостоятельность. Укрепление мотивации к самообслуживанию.

*Оборудование:* инвентарь, приспособления и средства для стирки, моющие средства, бытовые приборы (стиральная машина, гладильная система). Схемы утюжки и складывания.

### **Ход занятия**

#### **1. Организационный момент.**

Выявление умения и навыков клиента потенциал к их развитию. Беседа с клиентом о том, как он справляется с данной бытовой необходимостью, есть ли возможность не прибегать к помощи третьих лиц.

#### **3. Постановка задачи перед клиентом:**

- рассортировать белье: по виду ткани х/б, шерсть, шелк; по окраске: белое либо цветное;

- проверить карманы одежды; посмотреть на ярлык одежды (Символы стирки)

- выбрать моющее средство.

#### **4. Реализационный этап.**

##### **Ручная стирка:**

- налить в таз тёплой воды; отмерить количества порошка; приготовить моющий раствор; замочить вещь не менее чем на 15 мин (если позволяет время занятия) постирать вещь; тщательно прополоскать вещь сначала в тёплой затем в холодной воде; отжать

- необходимость помощи педагога обуславливается способностью клиента самостоятельно справляться с этапами задания.

- убрать рабочее место

##### **Стирка на стиральной машине автомат.**

Техника безопасности при работе со стиральной машиной.

Сведения по правилам безопасной работы со стиральной машиной составлены на основе заводской инструкции по эксплуатации стиральной машины.

1. Машина должна стоять на ровной поверхности и иметь удобный доступ.

2. У машины должен лежать резиновый коврик.

3. Включать и выключать машину сухими руками.

4. Не перегружать машину бельём.

5. Перед загрузкой проверять карманы одежды.
6. Застегнуть молнии и пуговицы
7. Мелкие вещи стираются в отдельных мешочках или наволочках
8. Рассчитывается вес белья для стирки.

#### **Примерный вес отдельных вещей в граммах**

Название белья	Вес
Пододеяльник	500
Наволочка	200
Простыня	400
Полотенце вафельное	200
Полотенце махровое	400
Скатерть (лён-большая)	600
Пелёнка тонкая	150
Рубашка мужская	300
Рубашка ночная женская	250
Джинсы	600
Халат ситец	300

#### **Эксплуатация машины:**

1. Открыть кран подачи воды.
2. Вставить вилку в розетку.
3. Загрузить бельё закрыть люк.
4. Выбрать моющее средство (порошок, отбеливатель, ополаскиватель).
5. Засыпать моющее средство в дозатор.
6. Выбрать программу.
7. Выставить нужную температуру.
8. Нажать кнопку включения.
9. По окончании стирки открыть люк.
10. Положить бельё в таз.
11. Но оставить люк машины открытым.
12. Выключить машину.
13. Вытащить вилку из розетки.
14. Закрыть кран подачи воды.

#### **Утюжка**

1. Особенности утюжки изделия в соответствии с символом на ярлыке.
2. Техника безопасности при работе с бытовым прибором.
3. Гладильная система «Филина». Конструктивные особенности и отличия от утюга с отпаривателем.

#### **5. Заключительный этап - анализ проведённых мероприятий.**

## Тема: «Социально- бытовое обучение: Приготовление первых блюд».

*Цель практического занятия:* закрепить или восстановить навык по приготовлению первых блюд.

*Задачи:* значение первых блюд в здоровом питании, технология приготовления разных видов супов, правила сервировки и подачи супов, сроки хранения готового блюда.

*Оборудование:* варочная поверхность, набор необходимых продуктов по рецептуре, кухонная посуда.

*Работа делится на четыре этапа*

- подготовка к занятию
- практическое приготовление блюда,
- оформление,
- подача, сервировка,
- дегустация.

### 1. Организационный момент

Правила по технике безопасности при работе с бытовыми приборами согласно инструкции производителя прибора.

2. Актуализация умений и навыков клиента по приготовлению первых блюд.

### 3. Постановка задачи

Приготовить первое блюдо и сервировать стол.

### 4. Реализационный этап

Приготовление первого блюда согласно технологической карте (приложения)

### 5. Дегустация.

### 6. Анализ занятия.

Технологическая карта

Наименование блюда: Суп из овощей

Наименование продукта	Нетто, г. на 1 порцию	Нетто, кг. на 4 порции
Капуста свежая	20	0,080
Картофель	50	0,200
Морковь	10	0,040
Петрушка (корень)	5	0,020
Лук репчатый	10	0,040
Лук-порей	5	0,020
Горошек зелёный консервированный или фасоль стручковая свежая	7,5 7,5	0,030 0,030
Помидоры свежие	20	0,080
Маргарин столовый	5	0,020
Выход	250	1

Технология приготовления: В кипящую воду закладывают капусту нарезанную соломкой, нарезанные стручки фасоли, картофель нарезанный дольками и пассированные коренья и лук.

За 5-10 мин. до готовности супа добавляют ломтики помидоров, консервированный горошек и специи.

Суп отпускают, украшая зеленью и сметаной на подстановочной тарелке.

**Тема: «Социально - бытовое обучение: Приготовление вторых блюд».**

*Цель практического занятия:* закрепить или восстановить навык по приготовлению вторых блюд.

*Задачи:* значение вторых блюд в здоровом питании, технология приготовления разных видов блюд, правила сервировки и подачи, сроки хранения готового блюда.

*Оборудование:* варочная поверхность, набор необходимых продуктов по рецептуре, кухонная посуда.

*Работа делится на четыре этапа*

- подготовка к занятию
- практическое приготовление блюда,
- оформление,
- подача, сервировка,
- дегустация.

1. Организационный момент

Правила по технике безопасности при работе с бытовыми приборами согласно инструкции производителя прибора.

2. Актуализация умений и навыков клиента по приготовлению вторых блюд.

3. Постановка задачи

Приготовить второе блюдо и сервировать стол.

4. Реализационный этап

Приготовление второго блюда согласно технологической карте (приложения)

5. Дегустация.

6. Анализ занятия.

Технологическая карта

Наименование блюда: Мышки из манной каши

Наименование продукта	Нетто, г. на 1 порцию	Нетто, кг. на 8 порций
Молоко	62,5	0,500
Манная крупа	10	0,080
Сахар	5	0,040
Ванильный сахар	0,25	0,002
Желатин	0,75	0,006
Сливки	25	0,200
Миндальный орех	4	0,032
Изюм	0,62	0,005
Мармелад	12,5	0,100
Выход блюда:	80	

Технология приготовления: вскипятить молоко. Засыпать в него манную крупу, сахарный песок и ванильный сахар. Непрерывно помешивая, варить 3 мин.

Замочить желатин в холодной воде, отжать его и растворить в сваренной манной крупе. Помешивать кашу, пока она не остынет,

Взять 8 маленьких овальных формочек (объемом 60 мл., вместо них можно взять кофейные чашки) обдать их холодной водой. Сливки взбить в крутую пену, осторожно смешать их с оставшейся кашей. Наполнить формочки и разровнять поверхность. Поставить формочки на 3 часа в холодильник.

Быстро окунать каждую формочку в горячую воду и переворачивать на тарелку, чтобы на ней выскочила «мышка». Сделать мышке ушки из миндальных орехов, глазки из изюма и хвостик из жевательного мармелада. Отпускается при температуре 10-15 С<sup>0</sup>, можно украсить мармеладом.

## Заключение

Число людей с ограниченными интеллектуальными возможностями неуклонно растет не только в нашей стране, но и в целом мире. Для этого явления есть ряд причин, носящих социальный, медицинский и экологический характер, что является экономической и социальной проблемой любого общества и ставит перед ним необходимость решения задач по социальной адаптации граждан, имеющих отклонения в интеллектуальной сфере. Одним из способов решения данной задачи является социальная реабилитация в части бытовой адаптации таких граждан.

Существует актуальная необходимость в разработке разнообразных методических рекомендаций и программ, которые отвечают современным социальным реалиям, направленных не только на адаптацию детей, но и людей всех возрастных групп, включая старческие деменции, так как процесс социализации рассматривается во всём онтогенезе человека.

Подводя итог можно сделать следующие выводы, что социально - бытовая адаптация является процессом, которому свойственны определенные характеристики и направления реализации этого процесса. В данной работе были охарактеризованы этапы реализации деятельности по социально-бытовой адаптации, а также ее формы и методы, рассмотрены характеристики интеллектуальной недостаточности.

При организации работы по социально-бытовой адаптации с людьми с интеллектуальной недостаточностью, необходимо учитывать такие особенности как отношения близких родственников, их мотивации на приобщения больного члена семьи к самообслуживанию, к помощи по ведению хозяйства, чтобы не формировалась принятие пассивной жизненной позиции. Данные обстоятельства требуют работы специалиста по социально – бытовой адаптации и с окружением клиента. Так же работа направлена на принятие клиентом ответственности за собственную жизнь и снятие потребительских установок.



## Список использованной литературы

1. Андреева И.Н. Антология по истории и теории социальной педагогики / И.Н.Андреева. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. –176с.
2. Время перемен//Люди помогают людям. М.1995. – №5 – с.5-6
3. Здоровоохранение в РФ, 1996, №1.
4. Кузьмин К.В., Сутырин Б.А. История социальной работы за рубежом и в России. М.- Академический Проект, Екатеринбург: Деловая книга, 2003
5. Мудрик А.В. Введение в социальную педагогику. Учебное пособие для студентов. - М.: Институт практической психологии, 1997
6. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога.-М.,2004.
7. Павленок, П.Д. Теория, история и методика социальной работы: учеб. пособие. – 4-е изд. – М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2006. – 476 с.
8. Социальная педагогика / под ред. В.А.Никитина. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 272 с.
9. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / М.В. Шакурова. – 3-е издание, стер.- М. : Издательский центр «Академия», 2006.-272 с.
10. Шарин В.И. «Третий сектор экономики: вопросы социальной помощи». – Екатеринбург: Полиграфист, 2002. – 180 с.