

## Методические рекомендации по организации социально-бытовой реабилитации в тренировочном классе с использованием оккупациональной терапии.

### **Пояснительная записка**

Проблема социализации детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (МКБ10: F71, F72, F73, F78; МКБ11: 6A00.1, 6A00.2, 6A00.3) является наиболее значимой в процессе их образования и получения практических навыков.

**Оккупациональная терапия** (лечение занятием) - деятельность, направленная на реабилитацию лиц, которые по состоянию здоровья нуждаются в помощи при уходе за собой, результатом которой является увеличение независимости и автономности человека при выполнении повседневных бытовых действий и расширение возможностей его социализации.

**Цель обучения** детей по направлению ОТ в тренировочном классе: освоение детьми социально значимых практических навыков и умений в посильном для ментального нарушения объеме, обеспечивающих их адаптивное поведение в реальной жизни, с поддержкой значимого взрослого.

Организационной формой работы в тренировочном классе являются совместные занятия детей с воспитателем группы под руководством специалиста, совместные занятия детей, находящихся на стационарном обслуживании, с родителями под руководством специалиста.

**Цель занятий** по данному направлению:

- подготовка детей к самостоятельной жизни и жизни под патронажем, овладение ими навыками самообслуживания, помощи другим людям и ухода за средой, общения, приспособления их к жизни в обществе, воспитание у детей максимально возможного уровня самостоятельности;
- подготовка семьи к активному участию в коррекции и развитии практических навыков ребенка, улучшение качества взаимодействия и общения с ребенком, посредством профессиональной поддержки и помощи семье, с последующим уменьшением помощи и делегированием принятия решений внутри семьи.

### **Практическая значимость**

Тренировочный класс является одним из важнейших направлений коррекционно-развивающего воздействия на ребенка с ментальными нарушениями, так как овладение ребенком бытовыми навыками является предпосылкой к развитию интеллекта и приближает его к пониманию абстрактных понятий. Помимо этого, сформированные бытовые навыки человек использует на протяжении всей жизни, пропуская период детства, наиболее подходящий для формирования различных видов деятельности детям, и без того имеющим ограничения, это заведомо ограничить их

возможность социализироваться и возможность заботиться о себе. Поэтому систематические занятия в тренировочном классе являются актуальными и значимыми, поскольку помогают сформировать ребенку с ментальными нарушениями жизненно важные компетенции.

Дети, посещающие тренировочный класс, приучаются к самообслуживанию, учатся использовать предметы быта в соответствии с назначением, тренируют навыки взаимодействия. Родители видят возможности детей, учатся регулировать своё участие в деятельности ребенка, делегировать ребенку то, что ребенок в состоянии сделать сам. Например, важно научить ребенка самостоятельно раздеваться и одеваться, совершать гигиенические процедуры, накрывать на стол, подметать пол, ухаживать за растениями, поддерживать порядок в тренировочном классе. В ходе совместной деятельности у ребенка создаются предпосылки для формирования социальных навыков и культуры поведения, расширяются возможности выстраивания отношений со сверстниками и взрослыми, появляется привычка проявлять заботу об окружающей среде.

### **Условия организации работы в тренировочном классе**

**Предметно-пространственная среда** в тренировочном классе организуется в соответствии с основными принципами:

- продуманное зонирование
- расположение материалов в определенном порядке и соблюдение этого порядка
- доступность любого материала для каждого ребенка
- наличие материалов в среде в достаточном, но не избыточном количестве
- недопущение пресыщения среды.

Соблюдение этих принципов, наравне с выполнением правил работы в тренировочном классе и реализацией методов организации взаимодействия детей с предметно-развивающей средой, способствует формированию определенных социальных и учебно-познавательных компетенций.

**Основные направления деятельности специалиста** в тренировочном классе:

- Организация коррекционно-развивающей предметно практической среды с учетом возможностей ребенка.
- Предоставление помощи родителям в принятии возможностей ребенка с проблемами в развитии и признание его полноценным членом семьи.
- Диагностика диапазона возможностей ребенка в текущем наблюдении для выработки плана совместных действий специалиста и родителей с целью закрепления полученных ребенком навыков, способствующих дальнейшей социализации его в обществе.

### **Задачи специалиста, работающего в тренировочном классе:**

- обучение ребенка самостоятельной деятельности в бытовой сфере;
- совершенствование моторных навыков ребенка, общих и мелких;
- пробуждение положительного восприятия речи, расширение словарного запаса;
- развитие концентрации внимания и выдержки;
- обучение поведению в быту;
- обучение общению;
- помощь в налаживании отношений между ребенком и родителем;
- формирование умения самостоятельно преодолевать трудности.

### **Целевые ориентиры и планируемые результаты у ребенка**

- у ребенка повышается интерес к предметам быта и активному действию с ними;
- повышается эмоциональная вовлеченность в действия предметами, стремление проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- ребенок использует специфические, культурно фиксированные предметные действия;
- ребенок знает назначения предметов быта и умеет пользоваться ими самостоятельно или с организующей помощью взрослого;
- ребенок владеет простейшими навыками самообслуживания, может проявлять самостоятельность в бытовом поведении;
- речевая активность ребенка повышается;
- ребенок может обращаться с вопросами и просьбами ко взрослым (вербально и не вербально), понимает основные бытовые инструкции;
- ребенок знает названия бытовых предметов и может их показать;
- ребенок проявляет интерес к деятельности других людей, наблюдает за действиями и подражает им.

### **Зоны тренировочного класса:**

#### **1. Уход за собой**

- Одевание и раздевание
- Приведение в порядок одежды (выворачивание, складывание, использование вешалок, чистка одежды и обуви)
- Мытьё рук (использование мыла, полотенца)
- Уход за волосами (использование щеток, расчесок, зеркала)
- Уход за лицом (использование носового платка, влажных салфеток)
- Гигиена после туалета (вытирание салфеткой, мытьё рук)
- Стирка небольших предметов одежды (вручную).

#### **2. Забота о среде**

- Уборка со стола и рабочих поверхностей (совочек, метелка, тряпка)
- Подметание и протирание пола (совок, метелка, щетка, швабра)

- Вытирание пыли (пипидастр, щётка с насадкой из микрофибры, тряпка)
- Мытьё посуды
- Стирка полотенец, спецодежды (фартуки, колпаки, нарукавники и т.п.) в стиральной машине
- Уход за растениями (полив, опрыскивание, рыхление, вытирание листьев)

### **3. Приготовление пищи**

- Подготовка к приготовлению (мытьё, чистка)
- Нарезание (доска, нож)
- Отмеривание (ложка, мерный стакан)
- Приготовление блюд без использования электроплиты
- Приготовление пищи с использованием электроплиты и духовки

### **4. Забота об окружающих**

- Сервировка и организация угощения
- Навык формулировать просьбу и обращение с предложением, поздравление
- Предложение по уходу в отношении другого человека.

В построении подготовленной развивающей среды тренировочного класса предусматривается возможность свободного перемещения детей, свободного общения их друг с другом, с родителями и со специалистом, выбора самостоятельной или совместной деятельности, реализации разных форм занятий (индивидуальных, групповое, подгрупповое). Среда насыщена материалами различного содержания в соответствии с зонированием. Каждый материал лежит на отдельном подносе, в коробке или корзине или выложен в шкафу так, чтобы он был доступен для освоения и понятен ребенку. Все материалы должны быть полностью скомплектованы, вымыты и готовы к работе после каждого рабочего цикла в тренировочном классе. Место расположения материалов должно быть неизменным, изменения в средовом пространстве тренировочного класса согласуются со всеми участниками процесса до начала работы.

## Организация коррекционно –развивающего процесса в тренировочном классе

### Возможные темы циклов занятий:

- Уход за собой и помещением
- Приготовление элементарных блюд
- Приготовление блюд по рецепту
- Стирка
- Уход за растениями
- Подготовка к праздникам

### Темы занятий в рамках циклов

№ пп	Цикл занятий	Тема	Количество часов одного занятия/ цикла
1	Уход за собой и помещением	1. Правила группы. Мытьё рук. Лицо и нос. 2. Одежда. Чистка. Выворачивание. Складывание. 3. Сухая уборка помещения (сметание пыли с поверхностей, подметание пола, чистка коврика) 4. Влажная уборка помещения (вытирание пыли, мытьё различных поверхностей, в том числе стёкол, мытьё пола)	2/ 8
2	Приготовление элементарных блюд	1. Техника безопасности при работе с ножом. Приготовление бутербродов. 2. Техника безопасности при работе с электроплитой и духовым шкафом. Приготовление сухариков. 3. Приготовление салата из капусты 4. Приготовление винегрета	2/ 8
3	Приготовление блюд по рецепту (графическая инструкционная карта)	1. Приготовление яичницы/ омлета/ гренок с яйцом 2. Приготовление горячих бутербродов 3. Приготовление кекса 4. Приготовление печенья	2/ 8
4	Стирка	1. Сортировка одежды. Застирывание загрязненных мест вручную.	2/ 8

		<p>Развешивание. Использование прищепок.</p> <p>2. Сортировка одежды. Стирка в стиральной машине. Развешивание.</p> <p>3. Утюжка вещей, складывание</p>	
5	Уход за растениями	<p>1. Полив, рыхление, протирание листьев.</p> <p>2. Размножение растений семенами и луковицами (посадка рассады)</p> <p>3. Размножение растений черенками</p> <p>4. Пересаживание растений (перевалка, рассаживание)</p>	2/ 8
6	Подготовка к праздникам	<p>1. Уборка и украшение помещения.</p> <p>2. Изготовление праздничных открыток, приглашений</p> <p>3. Сервировка стола, этикет за столом</p> <p>4. Праздничное чаепитие (подготовка, приготовление блюд, этикет)</p>	2/ 8

Количество занятий может варьироваться, добавляться или меняться темы.  
 Целесообразно проводить 2х-часовые занятия по 4 занятия на цикл.