

муниципальное бюджетное учреждение  
«Комплексный центр социального обслуживания населения  
Кировского района города Красноярск»



«Вместе в самостоятельную жизнь»



**"А зачем нам нужны ментальные люди? И вот я пришел к выводу. На земле нет лишних людей, все мы необходимы друг другу, один человек дает другому шанс к обретению смысла жизни, люди с ограниченными возможностями здоровья выполняют свою миссию, призывая общество задуматься над процессами социального безразличия, апатии и агрессии. А чем мы (условно здоровые) отличаемся от людей с особенностями развития? Все наше различие в том, что мы с вами живем, как можем, а они - как мы им поможем. Если коротко: они - Робинзоны, а мы - пятницы. Мы и сегодня живем на полуобитаемом острове, заброшенном в океане безразличия к ним. Многое меняется, может быть, на уровне образования, а на уровне же жизни - нет".**

*Борис Кривошей, публицист, руководитель  
правозащитной группы ГАООРДИ города Санкт-Петербурга*

В начале 2017 года в городе Красноярске стартовал социальный проект «Сопровождаемое учебно-тренировочное проживание инвалидов». Инициатором развития альтернативных интернатам форм проживания выступило министерство социальной политики Красноярского края.

Реализацию проекта осуществляла Красноярская региональная общественная организация «Общество содействия семьям с детьми-инвалидами, страдающими расстройствами аутистического спектра «Свет надежды» в партнерстве с муниципальным бюджетным учреждением «Комплексный центр социального обслуживания населения Кировского района города Красноярска».



**Цель проекта – обучение самостоятельному проживанию людей с ментальными нарушениями, расстройством аутистического спектра (в возрасте от 16 лет и старше), формирование и закрепление у них навыков, направленных на самореализацию и решение повседневных жизненных задач в бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности, развитие навыков жизненных компетенций вне родительской семьи.**



**Проект сопровождаемого проживания позволяет решить следующие задачи:**

- осознание молодыми людьми с нарушениями развития собственных жизненных устремлений, интересов и желаний;
- установление социальных связей с другими людьми, с опорой на собственные интересы и предпочтения;
- развитие социально-бытовых и коммуникационных навыков, расширение спектра доступных реакции в бытовых ситуациях;
- предоставление возможности родителям и детям проводить время раздельно друг от друга;
- возможность для родителей вести активную социальную жизнь;
- повышение толерантности общества по отношению к людям с нарушениями развития.

Прием участников проекта осуществляется на добровольной основе, по мере обращения инвалида или его родителей.



Квартира сопровождаемого учебно-тренировочного проживания создана на базе четырехкомнатной квартиры в обычном жилом многоквартирном доме, которая была переоборудована с учетом имеющихся технических требований (оборудован отдельный вход в квартиру).

Мебель и оборудование приближены к современной обстановке обычных квартир: в комнатах обучающихся имеются кровати, шкафы для одежды, тумбочки, в общей комнате - мягкий уголок, столовая группа. Кухня, помимо разнообразной посуды, оснащена бытовыми приборами (микроволновая печь, кухонный комбайн, электрический чайник, тостер, хлебопечка, мультиварка, погружной блендер, весы кухонные и т.д.). Также имеется бытовая техника: пылесос, утюг электрический, телевизор, ноутбук, воздухоувлажнитель.

## Основные задачи, стоящие перед педагогами:

- формирование у молодых людей с тяжелыми нарушениями развития навыков доступности бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности;
- развитие личностного потенциала обучающихся и поддержка их самореализации;
- организация сотрудничества с родителями по вопросам обучения и нормализации жизни их детей;
- содействие формированию уважительного отношения общества к лицам с тяжелыми нарушениями.





**Рабочий пароль: "От того, что ты можешь - к тому, что ты можешь, но не отваживаешься, - к тому, что ты не можешь»**



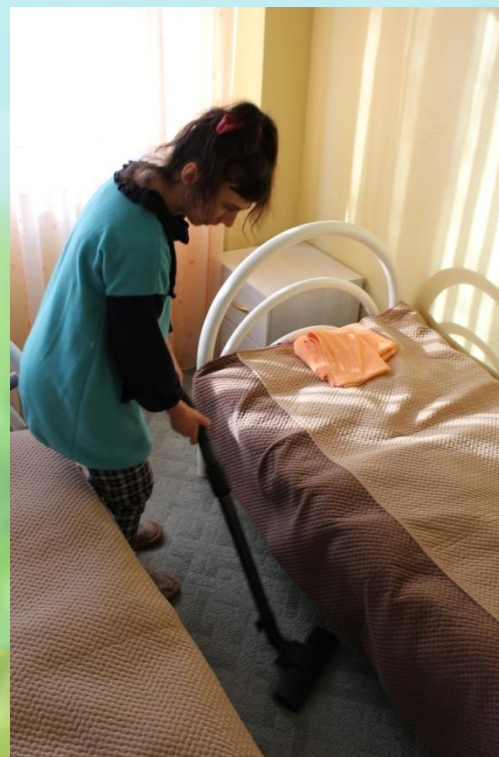
Обучение в учебно-тренировочной квартире происходит не в классно-урочной форме, а в процессе естественного хода жизни, строящегося на принципе нормализации.

Процесс обучения условно разделен на три этапа.




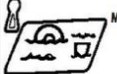












































**Первый этап – ориентировочный** – молодые люди знакомятся с режимом, новыми обязанностями, требованиями. На этом этапе, как правило, молодые люди очень заинтересованы, им нравится новая ситуация проживания без родителей, они с удовольствием включаются в различные виды деятельности.

**Второй этап – формирующий** – на этом этапе работы идет формирование умений и навыков. В ходе обучения используются визуальные опоры, графические изображения (фотографии, пиктограммы, напечатанные слова. На данном этапе наблюдается частичное снижение заинтересованности молодых людей в выполнении бытовых дел. Трудности, как правило, вызваны неготовностью к более интенсивной нагрузке, чем в родительском доме: дела, которые за них раньше делали родители необходимо выполнять самим.

- **Третий этап – совершенствования навыков –** заметно уменьшается объем помощи со стороны сопровождающих (специалистов), молодые люди максимально самостоятельно планируют и выполняют домашние дела. При активном взаимодействии специалистов и родителей происходит перенос сформированных навыков в домашние условия.



## ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЕЖЕДНЕВНЫХ ДЕЛ

	понедельник	вторник	среда	четверг
Катя	 готовить ужин  делать бутерброды  накрывать на стол	 мыть посуду	 магазин  чистить обувь  выносить мусор  убирать	 убирать со стола  выносить мусор  гладить
Эдик	 магазин  накрывать на стол  убирать со стола  гладить	 убирать  выносить мусор  чистить обувь  мыть пол в прихожей	 готовить завтрак  готовить ужин  делать бутерброды	 накрывать на стол  мыть посуду  стирать
Ира	 стирать  мыть посуду	 готовить завтрак  готовить ужин	 накрывать на стол  гладить	 убирать
Саша	 убирать  выносить мусор  чистить обувь  мыть пол в прихожей	 гладить  накрывать на стол  убирать со стола  стирать	 магазин  мыть посуду  стирать  мыть пол в прихожей	 готовить завтрак  готовить ужин  делать бутерброды  мыть пол в прихожей

# Визуальные опоры

## К ЧАЮ



ЧАЙНИК



САХАР



ЧАЙ



КОФЕ



СЛАДОСТИ



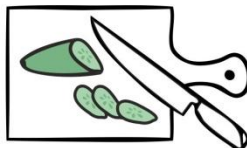
ПОМЫТЬ ОГУРЦЫ



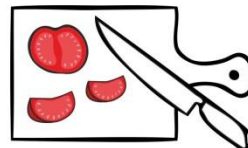
ПОМЫТЬ ПОМИДОРЫ



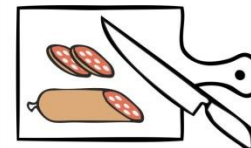
ОЧИСТИТЬ ОГУРЦЫ



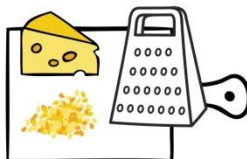
НАРЕЗАТЬ ОГУРЦЫ



НАРЕЗАТЬ ПОМИДОРЫ



НАРЕЗАТЬ КОЛБАСУ



НАТЕРЕТЬ СЫР



ДОБАВИТЬ МАЙОНЕЗ



ПЕРЕМЕШАТЬ

# Подведение итогов обучения.

Для отслеживания динамики развития молодых людей специалистами ведется ежедневный дневник наблюдений, в котором отражаются действия молодых людей и дается качественная характеристика их выполнения.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 9

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ (СОПРОВОЖДЕНИЯ)

Даты обучени:

#### Содержание и отслеживание результатов обучения

Показатели самостоятельности обучающегося (ПС)	Условные обозначения
Действие выполняется сопровождающим (обучающийся пассивен)	!
Действие выполняется обучающимся:	
– со значительной помощью сопровождающего	пп
– с частичной помощью сопровождающего	п
– по последовательной инструкции (по изображению или вербально)	и
– подражая или по образцу	о
– самостоятельно, но не аккуратно	с
– самостоятельно аккуратно	са
– самостоятельно, но после напоминания	сн
– представление сформировано	*
– представление сформировано неверно	х
– представление не сформировано	хх
– нет данных	–
– ранее не делала	

Содержание обучения	ПС	
	Но наче до курса обучения	Но конче курса обучения
<b>БЫТОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>		
<b>САМООБСЛУЖИВАНИЕ</b>		
<b>Прием пищи</b>		
пользование ножом и вилкой	о	с/н
<b>Одевание, раздевание</b>		
<b>выбор одежды соответственно</b>		
ситуации	и	и
погоде	и	и
<b>ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ</b>		
<b>Следование правилам гигиены и техники безопасности при приготовлении пищи</b>		
мытьё рук перед началом приготовления пищи	и	са
поддержание чистоты рабочего места (выбрасывает отходы; вытирает, если что-то разлил / уронил)	и	са
<b>Использование бытовых приборов для приготовления пищи</b>		
<b>пользование кухонным комбайном</b>		
пользование регуляторами скорости	и	и

разбор и сборка деталей	п	п
мытьё	п	са
<b>пользование микроволновой печью</b>		
использование специальной посуды	и	са
выбор режима (разморозка, подогрев)	и	и
пользование регуляторами температуры	и	и
<b>пользование газовой плитой</b>		
соотнесение регулятора пламени с конфоркой	и	са
пользование регуляторами пламени	и	са
<b>Приготовление пищи</b>		
выбор блюда для приготовления	и	са
выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда	и	са
соблюдение порядка операций при приготовлении пищи по рецепту	и	са
<b>обработка и приготовление продуктов</b>		
нарезание кусочков разной величины и формы в соответствии с блюдом	о	са
очистка (лук, чеснок)	о	са
перемешивание	с	са
жарка	о	са
определение готовности блюда к употреблению по таймеру	и	са
<b>использование мерной посуды</b>		
подбор подходящей мерной посуды	и	са
наливание / засыпание продукта до метки	и	с
<b>хранение продуктов</b>		
распознавание и выбрасывание испорченных продуктов	хх	и
<b>Сервировка стола</b>		
выбор посуды и приборов, подходящих к блюду	и	са
выставление посуды и раскладывание приборов в соответствии с количеством человек	и	сн
<b>Мытьё посуды</b>		
<b>Соблюдение операций при мытьё посуды вручную:</b>		
дозированное использование моющего средства	п	са
ополаскивание	и	са
<b>УХОД ЗА ВЕЩАМИ</b>		
<b>Машинная стирка</b>		
сортировка белья на цветное, белое, тёмное перед стиркой	о	са
<b>Утюжка</b>		
утюжка фигурного белья (футболки, брюки)		о
выбор температурного режима, подходящего к типу ткани		и
складывание выглаженного белья	и	са
<b>УБОРКА ПОМЕЩЕНИЯ</b>		
определение необходимости и вида уборки	хх	сн
соблюдение последовательности уборки	и	са
<b>Подметание пола</b>		
определение необходимости подметания пола (подметает, если что-то рассыпал / уронил)	и	са

<b>Работа с пылесосом</b>		
соблюдение направления движения	п	
чистка пылесоса		о
<b>Мытьё пола</b>		
определение нужного количества моющего средства с использованием мерки и добавление его в воду	п	са
мытьё пола руками	с	са
соблюдение направления движения	о	сн
определение необходимости споласкивания тряпки и замены воды	и	са
<b>Чистка сантехники</b>		
выбор чистящих средств		са
использование перчаток		са
нанесение чистящего средства		и
чистка		и
смывание чистящего средства		са
<b>ОБРАЩЕНИЕ С ДЕНЬГАМИ</b>		
набор заданной суммы из имеющихся в наличии купюр	пп	и
<b>Знание/выполнение операций с деньгами</b>		
пересчет	и	и
<b>ВЕДЕНИЕ БЮДЖЕТА</b>		
подсчет суммы дохода в месяц		и
планирование ежемесячных расходов (квартплата, питание, хозяйственные товары и др.)		и
<b>ПОКУПКИ</b>		
подсчет примерной стоимости всех покупок		и
ориентирование в цене товара (выбирает товар средний по стоимости)	и	са
использование дисконтных карт	хх	*
выкладывание покупок дома в места их хранения	сн	са
<b>СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>		
<b>Соблюдение правил и норм проживания в общежитии</b>		
оказание помощи другим	хх	са
учёт интересов других жильцов	хх	сн
<b>ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>		
<b>Проведение свободного времени</b>		
умение договориться с другими жителями квартиры	хх	и
определение продолжительности отдыха	хх	са
подготовка необходимых материалов	пп	и
организация досуга (позвонить, узнать о времени и стоимости желаемого отдыха)	хх	п
<b>Предпочитаемый вид отдыха</b>		
ДО	ПОСЛЕ	
Просмотр отечественных фильмов	Посещение кафе	
Педагог _____ / _____ / _____		
Родитель _____ / _____ / _____		
Директор _____ / _____ / _____		

## **Требования к специалистам (педагогам):**

- всегда помнить о цели и надеяться достичь ее;
- преодолевать чувство жалости к людям с функциональными нарушениями;
- чутко относиться к потребностям людей с функциональными нарушениями;
- уметь беседовать (понимать человека с инвалидностью, говорить просто и понятно);
- никогда не отчаиваться, стараться решать проблемы, опираясь на мышление, направленное на поиск решений.



## Для эффективной организации обучения молодых людей необходимо наличие ряда условий:

- группы желающих пройти обучение самостоятельному проживанию людей с инвалидностью;
- подготовленные специалисты (обучение специалистов по социальной работе, социальных педагогов, психологов);
- готовность родителей (законных представителей) молодых людей с инвалидностью к взаимодействию в процессе обучения;
- наличие учебно-тренировочной квартиры с доступной и приближенной к домашней обстановке;
- режим проживания, соответствующий принципу нормализации жизни;
- реалистичность индивидуальной программы обучения;
- поэтапный процесс обучения, с учетом индивидуальных потребностей и особенностей обучающихся;
- отслеживание результатов обучения;
- активное участие семьи в процессе обучения.

# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !

Наши контакты :

Сайт: [ksonkir24.ru](http://ksonkir24.ru),

e-mail: [mu007@list.ru](mailto:mu007@list.ru)

660003, г. Красноярск, ул. Кочубея, 7, т. 213-60-02.

660025, г. Красноярск, ул. Академика Вавилова, 35,  
т. 213-18-20

660025, г. Красноярск, ул. Академика Вавилова,  
52 “Б”, т. 213-32-15

660025 г. Красноярск, ул. Семафорная, 401,  
т. 264-12-20

660025, г. Красноярск пер. Вузовский, 5, т. 201-23-71