

# Путь к самостоятельной ЖИЗНИ



ОРГАНИЗАЦИЯ  
ОБУЧЕНИЯ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ  
ПРОЖИВАНИЮ

Царев А.М.

2021

# Сопровождение взрослой жизни



Выпуск из школы



18 +



Сопровождаемое  
проживание



Занятость в мастерских

# Отделение учебного проживания





# Нормативно-правовая основа ОУП ЦДП

- Устав организации;
- Положение об Отделении;
- Программа дополнительного образования по обучению самостоятельному (сопровождаемому) проживанию;
- Договор безвозмездного пользования квартирой;
- Договоры со студентами и/или их законными представителями;
- Приказы директора.

# Цель и задачи

- развитие самостоятельности молодых людей с ТМНР в решении повседневных жизненных задач в бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности, способствующей их самореализации и нормализации жизни в обществе;
- формирование у молодых людей с тяжелыми нарушениями развития навыков доступной бытовой, социально-коммуникативной, досуговой деятельности;
- развитие личностного потенциала обучающихся и поддержка их самореализации;
- организация сотрудничества с родителями (законными представителями) обучающихся по вопросам обучения и нормализации жизни их детей;
- содействие формированию уважительного отношения общества к лицам с тяжелыми нарушениями.

# Договор о сотрудничестве (об образовании)

- **Предмет договора:**

организация совместной деятельности организации, обучающихся и их родителей, нацеленной на обучение студента самостоятельной жизни

- **Партнёры:**

- ✓ родители;
- ✓ специалисты;
- ✓ обучающиеся

# Материально-технические условия

Помещения для проведения занятий (квартира, учебный класс, дом ...);

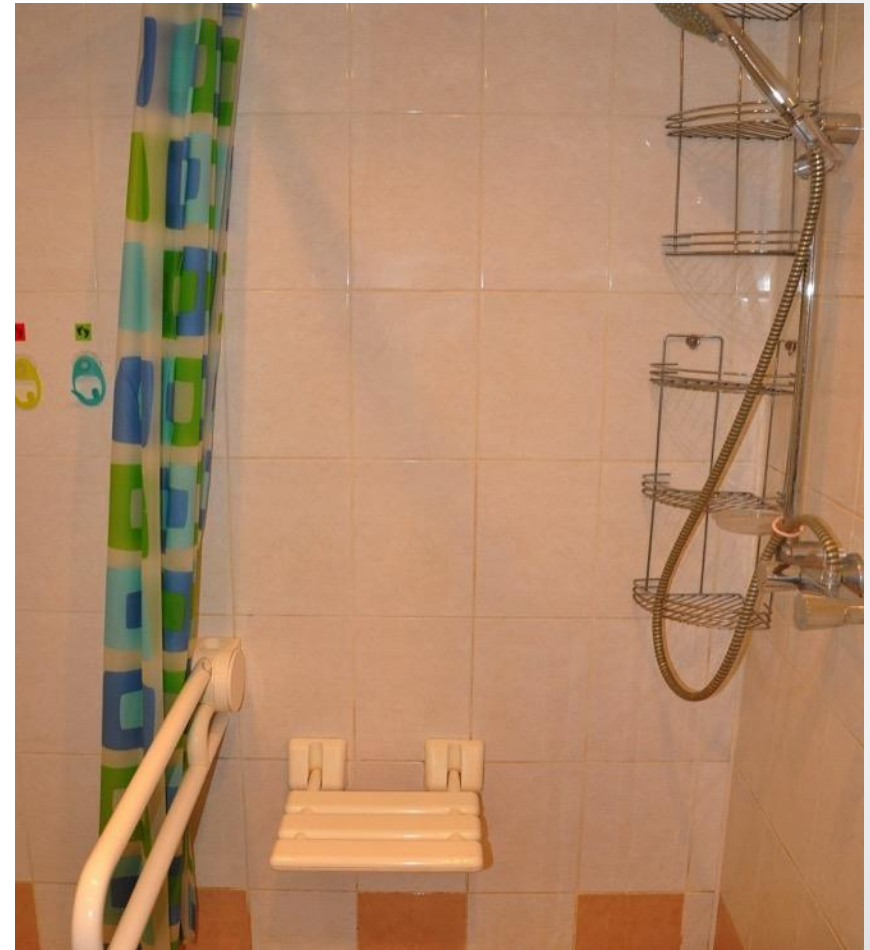
Доступность помещений для людей на колясках (пандус, широкие дверные проемы, отсутствие порогов и др.);

Оборудование для проведения обучающих мероприятий:

- мебель: спальни, кухня, прихожая, гостиная;
- бытовая техника, посуда;
- ПК и оргтехника;

Специальные приспособления и оборудование

# Материально-технические условия





# Материально-технические условия

## условия



# Кадровые условия

- Команда специалистов
  - ✓ Педагог
  - ✓ Психолог
  - ✓ Руководитель отделения
- Компетенции и обязанности
- Рабочее время

# Условия приема на обучение

- Возраст 18+;
- Добровольность;
- Желание учиться самостоятельному проживанию;
- Готовность жить и учиться вместе с другими;
- Готовность оплачивать расходы на проживание;
- Выполнение домашних заданий;
- Занятость в дневное время;

# Примерный распорядок рабочего дня недели

- 6.30 – 8.00 – подъем, гигиенические процедуры, завтрак и отъезд в учреждение, обеспечивающее дневную занятость;
- 8:00 – 15:30 – работа в Мастерских (с дорогой);
- 15.30 – 16:00 – возвращение с работы;
- 16.00 – 17.00 – отдых, обмен впечатлениями о прошедшем трудовом дне; восстановление в памяти запланированных на текущий день мероприятий;
- 17.00 – 18.30 – выполнение бытовых дел;
- 18.30 – 19.00 – ужин;
- 19.00 – 20.00 – уборка, мытье посуды, свободное время;
- 20.00 – 21.00 – обсуждение результатов прошедшего дня планирование и распределение заданий на следующий день;
- 21.00 – 22.00 – выполнение гигиенических процедур, подготовка ко сну;
- 22.00 – сон.



# Планирование обучения

- запрос и оценка студентом своих возможностей и желаний;
- запрос родителей/законных представителей;
- оценка специалистов.



**ИЛЬЯ**

стирать

делать бутерброды

мыть посуду в посудомоечной машине

убирать

# Индивидуальная программа обучения

<b>БЫТОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>		
<b>САМООБСЛУЖИВАНИЕ</b>		
<b>Прием пищи</b>		
пользование ножом и вилкой	<b>о</b>	<b>с/н</b>
<b>Одевание, раздевание</b>		
<b>выбор одежды соответственно</b>		
ситуации	<b>и</b>	<b>и</b>
погоде	<b>и</b>	<b>и</b>
<b>ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ</b>		
<b>Следование правилам гигиены и техники безопасности при приготовлении пищи</b>		
мытьё рук перед началом приготовления пищи	<b>и</b>	<b>са</b>
поддержание чистоты рабочего места (выбрасывает отходы; вытирает, если что-то разлил / уронил)	<b>и</b>	<b>са</b>
<b>Использование бытовых приборов для приготовления пищи</b>		
<b>пользование кухонным комбайном</b>		
пользование регуляторами скорости	<b>и</b>	<b>и</b>
разбор и сборка деталей	<b>п</b>	<b>п</b>
мытьё	<b>п</b>	<b>са</b>
<b>пользование микроволновой печью</b>		
использование специальной посуды	<b>и</b>	<b>са</b>
выбор режима (разморозка, подогрев)	<b>и</b>	<b>и</b>
пользование регуляторами температуры	<b>и</b>	<b>и</b>
<b>пользование газовой плитой</b>		
соотнесение регулятора пламени с конфоркой	<b>и</b>	<b>са</b>
пользование регуляторами пламени	<b>и</b>	<b>са</b>

# Создание доступной среды





# Направления обучения



бытовая  
деятельность



социально-  
коммуникативная  
деятельность



досуговая деятельность



# СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

## 1. Бытовая деятельность



**гигиенические процедуры**

**приготовление пищи**



**уборка помещения**

**уход за вещами,**





**покупки**



**обращение с деньгами**

# Планирование деятельности

**МАША**



ДЕЛАТЬ ПОКУПКИ



МЫТЬ ПОСУДУ



ПОЛИВАТЬ ЦВЕТЫ

**БОРЯ**



ГОТОВИТЬ  
ЗАВТРАК



ДЕЛАТЬ  
БУТЕРБРОДЫ

- \* ГОВОРИТЬ ТИХО
- \* ПОМОГАТЬ ДРУГИМ
- \* НЕ ОБЗЫВАТЬСЯ

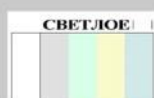
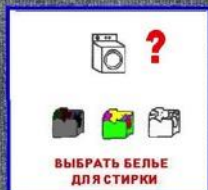




**УТРО****Подъем****Одеть домашнюю одежду****Застелить кровать****Причесаться****Завтрак****Таблетки принять****Почистить зубы, умыться****Воспользоваться дезодорантом****Переодеться в рабочую одежду****Посмотреть в зеркало**



# Уход за одеждой



# Покупки



## ПОДГОТОВКА

		
<b>ПРИГОТОВИТЬ СПИСОК ПОКУПОК</b>	<b>ПРИГОТОВИТЬ ДЕНЬГИ И КОШЕЛЕК</b>	<b>ПРИГОТОВИТЬ СУМКУ</b>

## В МАГАЗИНЕ

			
<b>ВЗЯТЬ ТЕЛЕЖКУ</b>	<b>ВЫБРАТЬ НЕОБХОДИМЫЙ ТОВАР</b>	<b>ОПЛАТИТЬ ПОКУПКИ НА КАССЕ</b>	<b>СЛОЖИТЬ ПОКУПКИ В СУМКУ</b>

## ПОСЛЕ МАГАЗИНА

		
<b>РАЗЛОЖИТЬ ПОКУПКИ В МЕСТА ХРАНЕНИЯ</b>	<b>УБРАТЬ НА МЕСТО СУМКУ И КОШЕЛЕК</b>	<b>ЗАПИСАТЬ ПОКУПКИ В ТЕТРАДЬ РАСХОДОВ</b>





# Приготовление пицци

## К ЧАЮ



ЧАЙНИК



САХАР



ЧАЙ



КОФЕ



СЛАДОСТИ К ЧАЮ



модель: 9007-01

## 2. Социально-коммуникативная деятельность

- развитие межличностных отношений
- ориентация в социальном пространстве
- усвоение общепринятых норм





# Правила общежития



# 3. Досуговая деятельность

выбор и организация свободного времени





# каталог досуга:



## Боулинг

**500 - 800 рублей**

### Боулинг - клуб "Платформа"

Адрес: **Рижский проспект дом 16.**

Автобусы № 17, 2, 3, 4 (остановка «Улица Петровская»)

Телефон: **44 -31 -32.**

### Клуб "Супер"

Адрес: **Октябрьский проспект дом 56.**

Автобусы № 17, 4, 14.

Телефон: **66 -06 -06**







# Важные особенности процесса обучения

Обучение в процессе  
естественного хода жизни



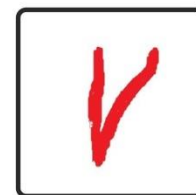
# Мотивация деятельности



# Самооценка



**ЖЕТОН ПОЛУЧАЕМ, ЕСЛИ:**








# Сотрудничество с родителями



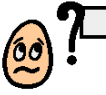

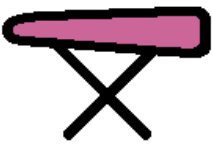






23 - 24 ноября 2013

Ф. Катя

Вид деятельности	Особенности выполнения
	<p><b><u>Планирование меню</u></b></p> <p>Пусть Катя предложит:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- с чем приготовить бутерброды</li><li>- что можно приготовить на обед и ужин в один из выходных.</li></ul>
	<p><b><u>Посещение магазина.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- проговорите, какие продукты необходимы для приготовления запланированных блюд (бутербродов, овощного салата).</li><li>- проверить, есть ли дома необходимые продукты;</li><li>- <b><u>посетить магазин , выбрать необходимые продукты</u></b></li></ul> <p>(как Катя ориентируется в магазине, по какому принципу выбирает товар, помогает ли складывать продукты в пакет и раскладывать их дома по местам хранения)</p>
	<p><b><u>Стирка.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- сортировка белья перед стиркой: раскладывание белья на: цветное, светлое, темное;</li><li>- выбор белья для стирки (то которого больше)</li><li>- закладывание белья в машину (по одной вещи)</li><li>- выкладывание белья в таз, по одной вещи, после того как машина закончит стирать;</li><li>- <b><u>развешивание белья</u></b></li></ul>

# Подведение итогов обучения

Е. Елена Валерьевна

<p> <b>Я могу делать сама!</b></p>	<p> <b>Мне нужно немножко помочь!</b></p>	<p> <b>Я хочу научиться!</b></p>
<p>мыть посуду</p> 	<p>гладить</p> 	<p>мыть голову</p> 
<p>пылесосить</p> 	<p>убирать в шкафу</p> 	<p>мыть пол руками</p> 
<p>мыться в душе</p> 	<p>стирать</p> 	





АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ПСКОВА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ  
В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ

**ЦЕНТР ЛЕЧЕБНОЙ ПЕДАГОГИКИ И  
ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ**

**ОТДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЖИВАНИЯ**



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

**об окончании курса обучения  
самостоятельному проживанию  
в квартире**

выдано

Дата выдачи: \_\_\_\_\_

Директор ЦЛП \_\_\_\_\_  
(А.М. Царёв)



Постоянное  
сопровождаемое  
проживание





# Методические пособия по обучению самостоятельному проживанию людей с ментальными нарушениями

[www.me-and-you](http://www.me-and-you) «библиотека»

