Приложение к приказу директора

 ГКУСОВО «Кольчугинский ДДИ»

 от 28.04.2022 № 67

**Программа формирования навыков самостоятельного проживания воспитанников ГКУСОВО «Кольчугинский детский психоневрологический интернат**

**для детей с особенностями развития»**

**в рамках проекта «Учись жить самостоятельно»**

**Актуальность программы**

 Воспитанники детского дома - интерната для умственно отсталых детей испытывают серьезные трудности после выпуска, оказавшись перед необходимостью самостоятельно решать свои жизненные проблемы. Для большинства выпускников характерны:

- неразвитый социальный интеллект, т. е неспособность применять на практике полученные знания, умение ориентироваться в социуме и взаимодействовать с ним;

- иждивенчество;

- непонимание материальной стороны жизни;

- склонность к асоциальному поведению;

- завышенная или заниженная самооценка;

- неадекватность уровня притязаний.

 У воспитанников масса проблем, одна из основных – успешно влиться в современное общество и самостоятельно строить свою жизнь. Поэтому одна из основных миссий нашего проекта «Учись жить самостоятельно» – помощь в социальной адаптации воспитанников.

**Цель Программы:** подготовка воспитанников, потенциально способных к нестационарным формам социального обслуживания, к сопровождаемому проживанию, достижение ими социальной компетентности.

**Задачи Программы:**

- теоретическое и практическое обеспечение процесса социальной адаптации воспитанников;

- развитие у воспитанников навыков толерантного общения, социального взаимодействия и самостоятельного проживания по трем основным направлениям: самообслуживание, самоорганизация и самоопределение, коммуникабельность и саморегуляция.

- формирование (поддержание) когнитивных, мотивационных, эмоциональных ресурсов личности.

**Участники программы:**

**-** ПСУ (воспитанники)**,** имеющие мотивационный, когнитивный потенциал.

**Организаторы программы:**

- врачебная комиссия;

- воспитатели;

- психолог; 1

- специалист по комплексной реабилитации; 1

- инструктор по труду; 1

- педагоги дополнительного образования; 4

- юрист 1

**Ожидаемые результаты реализации Программы**

- снижение уровня социальных девиаций среди воспитанников и выпускников учреждения;

- повышение качества жизни и социальной защищенности воспитанников и выпускников;

- увеличение числа выпускников, успешно адаптированных в новых социальных условиях.

**Критерии оценки сформированных навыков**

**самостоятельного проживания**

Критерии успешности формирования навыков самостоятельного проживания сформулированы в соответствии с критериями оценки граждан, страдающих психическими расстройствами, разработанными бюро медико-социальной экспертизы. (Приложение 1)

**Содержание программы**

**Раздел 1. Самообслуживание**

**Тема 1. «Соблюдение личной гигиены»**

Знакомство с понятиями личной гигиены, декоративной косметики, формирование навыков по уходу за собой (ежедневные гигиенические процедуры, уход за волосами, руками, ногами, внешним видом).

**Тема 2. «Соблюдение гигиены дома и личного проживания»**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению: правила, последовательность и периодичность уборки жилых помещений, туалетных комнат; обустройство жилого помещения. Умение пользоваться бытовыми приборами. Правила техники безопасности. Практические занятия.

**Тема 3. «Уход за одеждой и обувью»**

Развитие навыков самообслуживания. Ремонт и стирка одежды, ремонт обуви. Уход и хранение одежды по сезону.

**Тема 4. «Полноценное питание. Режим питания»**

Формирование понятия правильного полноценного питания. Полезные продукты, которые можно использовать при приготовлении блюд. Составление меню. Практические занятия по приготовлению простейших блюд. Сервировка стола в будни и праздники. Правила поведения за столом.

**Тема 5. «Навыки персональной сохранности»**

Прием медикаментов. Профилактика инфекционных и простудных заболеваний. Профилактические прививки. Оказание первой медицинской помощи при микротравмах, ушибах и т.д. (практическое занятие). О пользе закаливания, виды закаливания. Беседа о вредных привычках и ответственном отношении к своему здоровью.

**Раздел 2. Самоорганизация и самоопределение**

1. **Обучение финансовой грамотности:**

**Тема 1.«Деньги их назначение»**

Познакомить с понятиями «экономика», «бюджет», «финансы». Знакомство с ролью и функцией денежных знаков, формирование умения распоряжаться денежными средствами.

**Тема 2. «Бюджет. Доходы и расходы»**

Знакомство с понятием "бюджет", из чего складывается. На примере показать, из чего формируется бюджет, какие бывают доходы, расходы.Экономическая игра «Доходы и расходы»**.** Формирование умения распоряжаться определенной суммой наличных средств на примере "расходного" и "доходного" бюджета.

**Тема 3. «Планирование бюджета на день, неделю, месяц»**

Научить распределять денежные средства. Очередность приобретения вещей (обязательные, желательные, накопление)

**Тема 4.«Потребительская корзина - что это?»**

Дать понятие «потребительская корзина». Расходы на питание. Как научиться выбрать качественные продукты. Практическое занятие.

**Тема 5.«Что такое сберегательная книжка?»**

Счета - знакомство с основными финансовыми документами, формирование умения оформлять необходимые документы. Знакомство с понятиями "плательщик", "счет", "реквизиты", "банк". Экскурсия в банк. Практическое занятие.

1. **Жизненное и профессиональное самоопределение:**

**Тема 7. «Мои жизненные планы»**

Организация режима дня, планирование времени. Формирование практического навыка распределения времени.

**Тема 8. «Хочу, могу, надо»**

Определение своих интересов и способностей. Познание себя через включение в работу кружков и секций.

**Тема 9. «В мире профессий»**

Знакомство с профессиями. Востребованные профессии. Экскурсии на предприятия города. Наблюдение за трудовыми процессами. Трудоустройство воспитанников.

1. **Досуг:**

**Тема 10**. **«Мое свободное время – мой досуг»»**

Расширение представлений о различных способах проведения досуга. Формирование сознательного отношения к планированию своего свободного времени. Планирование дела, распределение обязанностей. Посещение учреждений культуры г.Кольчугино: центра культуры, вернисажа, библиотеки и т.д.

1. **Повышение правовой грамотности:**

 **Тема 11. «Имею право, обязан »**

Знакомство с общими нормами и правилами в обществе, основными документами, регулирующими права и обязанности граждан. Понятие «гражданская ответственность». Встреча с работниками внутренних дел.

1. **«Транспорт.Торговля.Связь»:**

**Тема 12. «Я пассажир»**

Пользование городским и иным транспортом. Оплата проезда. Правила поведения в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Практическое занятие.

**Тема 13. «Я покупатель, потребитель»**

Знакомство с понятиями "товар", "услуга", "кредит", "рассрочка". Знакомство с товарами и услугами как способами удовлетворения потребностей. Посещение учреждений бытового обслуживания, общепита.

**Тема 14. « От телеграфа до интернета».**

Знакомство с видами связи, объектами связи. Правила общения по телефону. Развитие компьютерной грамотности.

**Раздел 3. «Коммуникабельность и саморегуляция»**

1. **Формирование коммуникативных навыков:**

**Тема 1. Речевой этикет. Общение.**

Правила общения со старшими и сверстниками при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим; формы выражения благодарности.

**Тема 2. «Толерантность, общение без агрессии»**

Толерантность - знакомство с понятием "толерантность", работа над осознанием собственной уникальности и уникальности другого; обучение терпимому отношению друг к другу.Тренинги социальных навыков.

**Тема 3. «Скажи мне, кто твой друг»**

Поддержка. Дружба - знакомство с сетями социальной поддержки, формирование навыков дружеских отношений. Правила дружбы.

**Тема 4. «Мальчики и девочки»**

Два мира - расширение представлений о гендерных ролях, формирование навыков общения с противоположным полом. Нормы и правила поведения. Женственность и мужественность, что это значит.

**Тема 5. «Непростые ситуации»**

Формирование ответственного отношения к жизни на примере "непростых ситуаций", навыков ассертивного поведения в межличностном взаимодействии, знакомство с основными статьями Уголовного кодекса РФ, определяющего права и ответственность участников "непростых ситуаций".

1. **Социальная защита:**

**Тема 6. «Социальные гарантии»**

Знакомство с понятием «социальное обеспечение», видами государственной помощи и системы льгот для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

**Тема 7. «Организации социальной защиты»**

Экскурсии в организации социального обслуживания населения.

**Мониторинг успешности освоения навыков**

Мониторинг освоения навыков проводится ежеквартально специалистом по комплексной реабилитации. Его задача — оценить, в какой степени воспитанник владеет каждым навыком.

**Критерии эффективности обучения сопровождаемому**

**проживанию воспитанников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Степень самостоятельности** | **Итог за****202\_ год** |
| **I****кв.** | **II****кв.** | **III****кв.** | **IV****кв.** |
| **Самообслуживание:** |
| Умывание лица и рук |  |  |  |  |  |
| Гигиена тела |  |  |  |  |  |
| Бритье |  |  |  |  |  |
| Уход за волосами |  |  |  |  |  |
| Уход за ногтями |  |  |  |  |  |
| Чистка зубов |  |  |  |  |  |
| Пользование косметическими и парфюмерными средствами |  |  |  |  |  |
| **Одевание и обувание:** |
| Умение выбрать одежду по погоде и назначению |  |  |  |  |  |
| Одевание одежды без застежек |  |  |  |  |  |
| Одевание одежды с застежками |  |  |  |  |  |
| Ориентирование в одежде (лицевая, изнаночная сторона) |  |  |  |  |  |
| Надевание обуви с застежками (шнурки, липучки) |  |  |  |  |  |
| **Пользование туалетом:** |
| Выражение потребности |  |  |  |  |  |
| Поднимание/опускание крышки и сиденья |  |  |  |  |  |
| Гигиенические процедуры после туалета |  |  |  |  |  |
| **Уборка помещений:** |
| Уборка постели |  |  |  |  |  |
| Подметание пола |  |  |  |  |  |
| Вытирание пыли |  |  |  |  |  |
| Уборка пылесосом |  |  |  |  |  |
| Мойка полов с помощью швабры |  |  |  |  |  |
| Чистка сантехники |  |  |  |  |  |
| Вынос мусора в специально отведенное место |  |  |  |  |  |
| **Уход за вещами:** |
| Ручная стирка одежды |  |  |  |  |  |
| Машинная стирка одежды |  |  |  |  |  |
| Утюжка |  |  |  |  |  |
| Сворачивание одежды |  |  |  |  |  |
| Знание правил хранения  |  |  |  |  |  |
| Уход (чистка, мытье, просушка обуви) |  |  |  |  |  |
| **Приготовление еды и прием пищи:** |
| Умение приготовить простые блюда |  |  |  |  |  |
| Умение сервировать стол |  |  |  |  |  |
| Соблюдение правил приема пищи |  |  |  |  |  |
| Мытье рук перед едой |  |  |  |  |  |
| Мытье посуды |  |  |  |  |  |
| **Обращение с бытовой электротехникой:** |
| Знание правил техники безопасности |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться чайником |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться утюгом |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться микроволновой печью |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться электроплитой |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться мультиваркой |  |  |  |  |  |
| **Обращение с деньгами:** |
| Представление о функции денег |  |  |  |  |  |
| Знание денежного номинала |  |  |  |  |  |
| Выполнение операций с деньгами |  |  |  |  |  |
| Планирование расходов |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться банкоматом |  |  |  |  |  |
| Умение совершать покупки |  |  |  |  |  |
| **Ориентировка во времени и пространстве:** |
| Умение самостоятельно планировать деятельность в течение дня |  |  |  |  |  |
| Умение пользоваться общественным транспортом |  |  |  |  |  |
| Знание инфраструктуры города |  |  |  |  |  |
| Знание ПДД (правил дорожного движения) |  |  |  |  |  |
| Знание правил пожарной безопасности |  |  |  |  |  |
| Правила и нормы поведения в общественных местах  |  |  |  |  |  |
| Правила и нормы совместного проживания |  |  |  |  |  |
| **Практическая деятельность:** |
| Посещение продуктовых магазинов |  |  |  |  |  |
| Посещение промтоварных магазинов |  |  |  |  |  |
| Посещение кафе |  |  |  |  |  |
| Посещение сбербанка |  |  |  |  |  |
| Посещение почты |  |  |  |  |  |