

Муниципальное казенное учреждение
«Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей «Алые паруса»



Утверждаю:
Директор
МКУ «ЦПД «Алые паруса»
Е.В.Горяева

Программа
сопровождаемого проживания воспитанников
в тренировочной квартире
«Путь во взрослую жизнь»

г. Миасс
2022

Пояснительная записка

Проблема подготовки воспитанников государственных учреждений к самостоятельной жизни одна из наиболее сложных в нашем обществе.

Несмотря на наличие формального множества открывающихся перед воспитанниками перспектив, они испытывают значительные трудности в выборе дальнейших жизненных путей. Реализация данного выбора затруднена, прежде всего, отсутствием у этих детей близких людей, заинтересованных в их судьбе. Выпускники государственных учреждений испытывают большие трудности с устройством на работу, получением жилья, не умеют общаться со взрослыми, обустроить свой быт, составлять и соблюдать бюджет, отстаивать свои юридические права.

Выпускник находится, как правило, в состоянии психологического стресса. Если в условиях учреждения о нем заботились, его обеспечивали, то вне учреждения надо самостоятельно обеспечить себе условия для нормальной жизни, заново организовать свое жизненное пространство. Поэтому, чаще всего выпускники входят во взрослую жизнь с чувством страха, неуверенности, одиночества, их пугает возникшая самостоятельность и свобода.

Большинство выпускников сиротских учреждений обладают особенностями, которые значительно осложняют их самостоятельную жизнь, как то:

- отсутствие опыта социальных контактов с людьми на работе, в сфере обслуживания, здравоохранения и т.п.;
- трудности в общении — там, где это общение свободно, где требуется строить отношения;
- несформированность потребности и способности трудиться;
- иждивенчество, непонимание материальной стороны жизни, отношений собственности;
- отсутствие личного опыта нормальной жизни в семье, тесных эмоциональных отношений;
- недостаточное развитие индивидуальности, что характеризуется низким уровнем сознания, сниженной собственной активностью;
- отсутствие нравственного иммунитета к условиям той среды, из которой большинство из них происходит, специфическая групповая субкультура низкого уровня;
- плохое состояние здоровья.

Перечисленные проблемы значительно обостряются, когда выпускники имеют интеллектуальные нарушения. Для воспитанников, имеющих проблемы в интеллектуальном развитии, характерны:

- ограниченность знаний, интеллектуальная пассивность, ограниченность и своеобразие словарного запаса;
- равнодушие к происходящему, снижение интереса к различным видам деятельности, мотивации к их освоению;
- отсутствие стремления проявить себя;
- недостаток критичности, завышенная или слишком заниженная самооценка, неадекватность уровня притязаний;

- повышенная внушаемость и готовность принимать асоциальные формы поведения (алкоголизм, наркомания, курение, бродяжничество);
- недоразвитие сложных эмоциональных проявлений, агрессивность поведения;
- иждивенчество, отсутствие стремления к ответственности за свои поступки;
- отсутствие желания благоустроить самостоятельно свой быт, безынициативность в отношении улучшения своей жизни;
- неумение самостоятельно организовать свой досуг.

Социальная адаптация – процесс активного приспособления выпускников к новым условиям социальной среды. Адаптация происходит на трех уровнях: физиологическом, психологическом, социальном.

На физиологическом уровне адаптация означает способность организма воспитанника поддерживать свои параметры в пределах, необходимых для нормальной жизнедеятельности при изменении внешних условий (соблюдать режим дня, самостоятельно собираться на занятия в образовательные учреждения, следить за своим внешним видом и личными вещами и т.д.)

На психологическом уровне адаптация обеспечивает нормальную работу всех психических структур выпускников при воздействии внешних психологических факторов (принятие взвешенных решений, адаптация к новому учебному коллективу, решение конфликтных ситуаций и т.д.).

Социальная адаптация обеспечивает приспособление выпускников к сложившейся социальной среде за счёт умения анализировать текущие социальные ситуации, осознания своих возможностей в сложившейся социальной обстановке, умения удерживать своё поведение.

Вопросы успешной социальной адаптации воспитанников являются наиболее актуальными и для нашего учреждения - ГКУСО «Миасский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей «Алые Паруса».

Цель: подготовка воспитанников к дальнейшей жизни вне учреждения, исходя из их индивидуальных возможностей и реальных условий, удовлетворяющих в первую очередь личные интересы и потребности личности.

Задачи:

1. приобретение и развитие жизненно важных умений и практических навыков, необходимых для самостоятельной жизни; навыков самообслуживания;
2. накопление собственного уникального опыта, в том числе опыта непосредственного взаимодействия с бытовой техникой и бытовыми предметами;
3. повышение уровня правовой грамотности участников программы (жилищное, семейное, трудовое законодательство и др.);
4. выработка навыков конструктивного общения, овладение навыками самоконтроля над эмоциями и поведением, умение находить конструктивное решение в сложных жизненных ситуациях;
5. формирование у воспитанников навыков самостоятельного проживания с постепенным сокращением помощи со стороны педагогов.

Сопровождаемое проживание – инновационная технология социально-реабилитационной работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей на базе государственных учреждений, где условия приближены к домашним. Технология сопровождаемого проживания направлена

на подготовку воспитанников к максимально возможной самостоятельности в организации своего быта, досуга, взаимодействия и общения со сверстниками, с другими людьми, подготовку к жизни в обществе. В процессе сопровождаемого проживания у воспитанников формируются навыки самостоятельной жизнедеятельности посредством освоения необходимых социальных компетенций, коррекции имеющихся своеобразий развития, удовлетворение личных жизненных потребностей, адаптация к самостоятельной жизни. Учебная тренировочная квартира играет роль своеобразного социального адаптера: с одной стороны, она изменяет социальные условия, к которым требуется адаптироваться, а с другой формирует у воспитанника качества, необходимые для адаптации.

Подросток как субъект социальной адаптации, может и должен предпринимать посильные шаги для собственной адаптации, овладеть специфическими навыками, стремиться, как можно полнее, влиться в социальную жизнь, но без помощи взрослых одному подростку с преодолением трудностей не справиться, поэтому в процесс адаптации включаются специалисты учреждения.

В формирующей среде тренировочной квартиры должны быть созданы две группы условий: психолого-педагогические и организационные.

Психолого-педагогические условия характеризуют работу специалистов в рамках взаимодействия с воспитанниками (ценностный, содержательный и технологический компоненты). Взаимодействие специалиста с ребенком должно способствовать проявлению интереса, намерений к активному и инициативному действию, поиску дополнительных ресурсов, построению индивидуального маршрута движения. Важно правильно определить сферу развития ребенка, в которой будет осуществляться взаимодействие и будут созданы возможности для совершения воспитанником инициативных ответственных действий и постепенной передачи ответственности за развитие в данной сфере самому ребенку.

Организационные условия характеризуют необходимые внешние условия для реализации сопровождаемого проживания в тренировочной квартире (организационно-бытовые и организационно-управленческие). Организационные условия определяются ответами на следующие вопросы:

- какие есть возможности для развития воспитанника в выбранной сфере, в какой форме они представлены для воспитанника; как обеспечивается избыточность возможностей для воспитанника; каким образом воспитанник узнает обо всех имеющихся возможностях для своего развития в выбранной сфере;
- как организован процесс выбора воспитанником приемлемых для себя форм деятельности;
- как сам воспитанник может менять формы и содержание деятельности в выбранной сфере, переходить от одной к другой;
- какие есть формы для командной работы воспитанников; в какой форме и с кем воспитанник может обсуждать свои достижения, какие инструменты для этого есть.

Принципы деятельности тренировочной квартиры:

- постепенное усложнение предъявляемых воспитанникам требований и задач в сфере практической деятельности;
- постепенное расширение зон самостоятельности и ответственности

воспитанника на фоне того, что контроль со стороны воспитателя постепенно снижается, а уровень ответственности воспитанника увеличивается;

- признание того, что воспитанник является активным участником деятельности на всех этапах работы;
- индивидуализация проживания, при которой каждый воспитанник имеет право выбора содержания подготовки к самостоятельному проживанию;
- проведение работы в тесном контакте с другими структурами учреждения.

Порядок организации деятельности тренировочной квартиры: на базе имущества Учреждения выделяется и оборудуется жилое помещение, обустроенное по семейному типу с санитарно-гигиеническим блоком, кухней, спальней, местами для отдыха и занятий, в соответствии с санитарными правилами; имущество тренировочной квартиры составляют предметы быта, инвентарь, мебель, оборудование, состоящие на балансе учреждения и обеспечивающие все необходимые условия для сопровождаемого проживания воспитанников.

Участниками тренировочной площадки являются воспитанники, 7,8, 9 классов. В программе участвуют 6 таких воспитанников. Из них: 2 девочки и 4 мальчика, три человека являются детьми-инвалидами с умственной отсталостью.

Составляется график проживания воспитанников. Допускается проживание двух воспитанников одновременно, в график включаются пары одного пола. При этом нужно учитывать характер воспитанника, его уровень подготовленности к самостоятельному проживанию, уровень развития, коммуникабельность, склонности. Лучше формировать пары из более подготовленных и менее подготовленных воспитанников, но с учетом желаний воспитанников и их психологической совместимости.

Специалистами проводится мониторинг по определению уровня социализации воспитанников, анкетирование каждого воспитанника. Составляется план индивидуальной работы на год, учитывая уровень возможностей, способностей и ресурсов каждого воспитанника. Поставленные планом задачи воспитанник должен рассматривать как свои собственные. При этом план не должен отражать исключительно пожелания воспитанника. Принципы ведения программы сопровождаемого проживания предусматривают также развитие потенциала подростка, то есть план должен включать возможности для личностного роста и повышения уровня социализации. В связи с этим специалисты сопровождения должны способствовать осознанию подростком его собственных целей и потребностей, результатом чего станет повышение его мотивации изменения трудной жизненной ситуации, в которой он находится.

Инструментом для индивидуализации освоения программы учебного проживания является индивидуальный маршрут. В маршруте в соответствии с функциональными возможностями и зоной ближайшего развития воспитанника определяются индивидуальные задачи. Формулировка задач характеризует уровень самостоятельности воспитанника, уровень помощи со стороны педагогов, необходимые индивидуальные средства альтернативной коммуникации. Учет индивидуальных особенностей, интересов и потребностей воспитанника отражается не только при постановке задач, но и при планировании необходимых

для ее реализации действий, при оценке динамики развития ребенка и в ежедневном взаимодействии с ним. Индивидуальный маршрут сопровождения для воспитанников составляется на первый этап проживания. Необходимо вводить гибкое сочетание режимных моментов и самостоятельного планирования свободного времени. Данное условие обеспечивает перенос акцентов из контекста жесткой регламентации жизни воспитанников и дисциплинирования в контекст ответственной необходимости организации собственной жизнедеятельности. После окончания первого этапа проживания запланировано проведение мониторинга, консилиума, где будет проанализирован первый этап проживания, сделаны выводы и даны рекомендации для каждого участника. Затем составляется индивидуальный маршрут сопровождения на следующий этап проживания.

Перед заселением воспитанников в тренировочную квартиру знакомят с правилами проживания в тренировочной квартире, инструкциями по использованию бытовых приборов, по технике безопасности. Зачисление воспитанника в тренировочную квартиру, как и отчисление из нее, производится на основании приказа директора Учреждения. В приказе о зачислении прописывается дата зачисления, срок пребывания в квартире.

Для сопровождаемого проживания в тренировочной квартире определены следующие этапы:

- первый (адаптационный) - 2 дня,
- второй (обучающий) - 3 дня,
- третий (основной) - 7 дней.

Зоны самостоятельности на первом адаптационном этапе:

- Ежедневные гигиенические процедуры
- Подъем/отход ко сну
- Организация учебной деятельности
- Изучение инструкций использования бытовой техники
- Приготовление ужина
- Распределение обязанностей
- Уборка квартиры
- Обеспечение сохранности имущества
- Подведение итогов прохождения адаптационного этапа

Зоны самостоятельности на втором обучающем этапе:

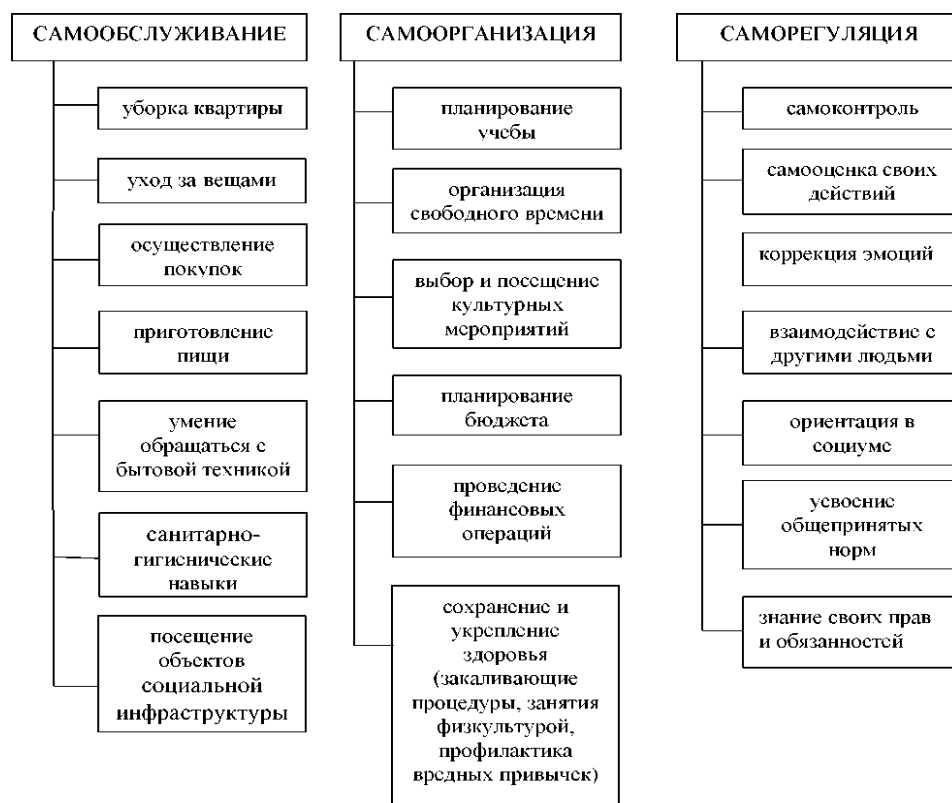
- Ежедневные гигиенические процедуры
- Подъем/отход ко сну
- Использование бытовой техники
- Приготовление завтрака
- Организация учебной деятельности
- Уборка квартиры
- Обеспечение сохранности имущества
- Организация свободного времени
- Приготовление ужина
- Подведение итогов прохождения обучающего этапа

Зоны самостоятельности на третьем основном этапе:

- Ежедневные гигиенические процедуры

- Подъем/отход ко сну
- Использование бытовой техники
- Приготовление завтрака
- Организация учебной деятельности
- Приготовление обеда
- Уборка квартиры
- Приготовление ужина
- Обеспечение сохранности имущества
- Организация свободного времени
- Посещение объектов социальной инфраструктуры
- Прием посетителей
- Подведение итогов прохождения основного этапа

Деятельность в перечисленных сферах призвана сформировать следующие навыки:



Оценка индивидуальных достижений воспитанников, проживающих в тренировочной квартире, проводится по следующим критериям:

- Жизненно необходимые навыки:
 - обращение с бытовой техникой;
 - уборка квартиры;
 - приготовление пищи (завтрак, ужин);
 - владение санитарно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания;
 - самостоятельная подготовка уроков;
 - ответственное отношение к социально-бытовой деятельности.

- Социально-бытовые навыки:
 - взаимодействие с общественными учреждениями;
 - владение простейшими экономическими знаниями;
 - знание своих прав и обязанностей.
- Социально-психологическая адаптация:
 - уровень тревожности;
 - уровень конфликтности;
 - уровень коммуникабельности.

Показатели самостоятельного проживания для оценки специалистами:

1. Выполнение правил личной гигиены (ежедневно принимает душ, чистит зубы, умывается, причесывается и др.).
2. Содержание в чистоте личных вещей (зубная щетка, расческа, мочалка, полотенце, одежда, обувь).
3. Умение в зависимости от времени года выбирать обувь и одежду, самостоятельно и последовательно одеваться.
4. Соблюдение правил и приемов ухода за обувью: предупреждение загрязнения (пользуется специальными средствами: крем, спрей, губка и др.).
5. Умение пользоваться бытовой техникой.
6. Соблюдение техники безопасности при работе с электрическими приборами.
7. Умение сервировать стол.
8. Самостоятельное приготовление пищи.
9. Умение пользоваться моющими и чистящими средствами для ухода за столовой посудой.
10. Умение правильно хранить продукты.
11. Умение пользоваться столовыми приборами (нож, вилка, ложка).
12. Умение обращаться с ножницами, иглой, различными инструментами, инвентарем.
13. Навыки выполнения уборочных работ в помещении.
14. Уровень развития потребности речевого общения, как со специалистами, так и со сверстниками.
15. Навыки коммуникативного общения в доступных видах социальных отношений.
16. Практические умения пользования телефоном, знание номеров экстренного вызова.
17. Соблюдение правил поведения в общественных местах (магазин, транспорт, почта, поликлиника, кинотеатр, музей и др.).
18. Умение организовывать свой досуг.
19. Умение распоряжаться своим бюджетом.
20. Умение пользоваться услугами почты, магазина, поликлиники, транспорта.
21. Развитие навыков творческой деятельности (наличие хобби).

Критерии оценивания деятельности воспитанника, проживающего в тренировочной квартире при использовании бальной системы следующие:

- 5 баллов - выполняет действия по самообслуживанию самостоятельно, качественно, при незначительной помощи;
- 4 балла - выполняет микропроцессы по самообслуживанию самостоятельно, однако нуждается в периодическом контроле;

3 балла - выполняет действия только под контролем;

2 балла - не знает, не владеет, не выполняет.

Критериями успешности формирования социальных компетенций являются:

- стабильное эмоциональное состояние;
- сформированные санитарно-гигиенические навыки;
- сформированные социально-бытовые навыки;
- сформированные навыки самоконтроля и планирования.

Свидетельством успешной деятельности тренировочной квартиры является положительная динамика сформированности у воспитанников навыков самостоятельного проживания. Формирование ответственности, самостоятельности, трудолюбия, понимание материальной стороны жизни, бережное отношение к предметам быта и вещам.

Результаты нашего проекта будут способствовать созданию условий для достижения максимальной интеграции наших воспитанников в общество, повышение уровня и качества жизни таких категорий детей, повышении профессиональной компетенции специалистов, непосредственно участвующих в социально-бытовой ориентации подростков.

Перечень специалистов, включенных в деятельность тренировочной квартиры:

- куратор – специалист учреждения, ответственный за работу тренировочной квартиры и координацию ее деятельности, назначает даты проведения консилиумов, организует работу по подготовке воспитанников к переезду в тренировочную квартиру;
- воспитатели – педагоги, осуществляющие непосредственное сопровождение проживания воспитанников Учреждения в тренировочной квартире в соответствии с индивидуальными маршрутами сопровождаемого проживания;
- специалисты, включенные в реализацию индивидуальных маршрутов сопровождаемого проживания в связи с поставленными в них задачами; осуществляющие мониторинг и оценку индивидуальных достижений воспитанников.

Нормативно-правовое обеспечение функционирования тренировочной квартиры:

- Положение о тренировочной квартире
- План работы структурного подразделения ГКУСО «ЦПД «Алые паруса»
- на текущий год
- Правила внутреннего распорядка в тренировочной квартире
- Программа сопровождаемого проживания воспитанников в тренировочной квартире
- План индивидуальной работы с воспитанником на год
- Индивидуальный маршрут сопровождения воспитанника на каждый этап
- Функциональные обязанности педагога-куратора тренировочной квартиры
- Инструкции по охране труда и пожарной безопасности в тренировочной квартире
- Мониторинговая карта сформированности знаний, умений, навыков проживающих в тренировочной квартире
- Заявление воспитанника о зачислении в тренировочную квартиру

- Приказ «О заселении воспитанницы (-ка) в тренировочную квартиру ГКУСО «ЦПД «Алые паруса»
- Приказ «Об отчислении воспитанницы (-ка) из тренировочной квартиры ГКУСО «ЦПД «Алые паруса»
- Приказ «О назначении куратора тренировочной квартиры ГКУСО «ЦПД «Алые паруса»
- График поэтапного проживания воспитанников в тренировочной квартире на год
- График фактического проживания воспитанников в тренировочной квартире
- Аналитическая справка по результатам этапов проживания в тренировочной квартире
- Анкета обратной связи
- Мониторинг социализации воспитанников
- Перечень материальных ценностей тренировочной квартиры
- Ведомость приема-передачи материальных ценностей тренировочной квартиры
- Перечень продуктов питания для тренировочной квартиры
- Заявление о выдаче продуктов питания
- Ведомость выдачи продуктов питания

Тематический план занятий
ГКУСО «Миасский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей
«Алые Паруса»
сопровожаемое проживание в тренировочной квартире
на 2022-2023 год

Направление	Тема занятия	Цель	Кол-во часов
Самообслуживание	1. Соблюдение режима дня.	Развитие жизненно важных навыков: поддержание чистоты, порядка и уюта в нем, умение пользоваться бытовыми приборами. Развитие навыков ведения домашнего хозяйства: стирка, глажка одежды.	1
	2. Выполнение правил личной гигиены.		1
	3. Содержание в чистоте личных вещей.		1
	4. Умение пользоваться бытовой техникой. Соблюдение техники безопасности при работе с электрическими приборами.		1
	5. Умение пользоваться моющими и чистящими средствами для ухода за столовой посудой.		1
	6. Умение правильно хранить продукты.		1
	7. Умение пользоваться		1

	столовыми приборами.		
Кулинария	<ol style="list-style-type: none"> 1. Чистка овощей. 2. Приготовление отварного картофеля. 3. Приготовление закусочных бутербродов к завтраку. 4. Приготовление витаминного салата. 5. Приготовление винегрета, оливье. 6. Приготовление супа в мультиварке. 7. Приготовление каши в мультиварке 8. Приготовление отварных макарон с сосиской. 9. Приготовление картофельного пюре, овощного рагу. 10. Приготовление жареной рыбы. 	<p>Развитие навыков самостоятельного приготовления пищи.</p> <p>Умение пользоваться бытовой техникой на кухне.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
Самоорганизация	<ol style="list-style-type: none"> 1. Что такое «жить самостоятельно» 2. Чем отличается проживание в общежитии от проживания в отдельной квартире 3. Важность оплаты коммунальных услуг 4. Понятия «реквизиты», «счет», «оплата услуг». 5. Товары и услуги – умение планировать свой бюджет 6. Экономия ресурсов (вода, электроэнергия) 7. Составление резюме 8. Составление автобиографии 9. Рабочее время и время отдыха 10. Куда обратиться за помощью 	<p>Формирование экономической и правовой грамотности</p> <p>рациональное разумное распределение личного бюджета, экономное ведение хозяйства.</p> <p>Познакомить учреждениями (службы, оказывающие соц. услуги, специалисты постинтернатного сопровождения, специалисты УСЗН и т.д.)</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
Саморегуляция	<ol style="list-style-type: none"> 1. Жизнь в обществе. 2. Я и другие. 3. Я умею и люблю общаться. 4. Бесконфликтное общение. 	<p>Формирование социально приемлемого поведения, культуры</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>

	5. Роль мужчин и женщины в семье.	взаимоотношений.	1
	6. Ответственное отношение к своему будущему.	Развитие коммуникативных навыков и навыков межличностных отношений - отработка ситуаций	1
	7. Что такое самопредставление?	предотвращения конфликта,	1
	8. Жизнь и работа в коллективе.	установления дружеских отношений и контактов.	1
	9. Азбука общения.		
	10. Искусство самовоспитания.		