



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – Ю



БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – Ю
«ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР»
(БУ «ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР»)

**Программа
по формированию жизненных умений и навыков
у лиц с инвалидностью
«Я МОГУ»**



Авторы:
Аскерова Елена Андреевна,
психолог;
Водостоева Оксана Николаевна,
специалист по социальной реабилитации;
Коломиец Ольга Сергеевна,
заведующий отделением информационно-аналитической работы

Ханты-Мансийск
2024

Оглавление

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.....	3
I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	5
1.1. Актуальность и социальная целесообразность.....	5
1.2. Целевая группа.....	7
1.3. Цель и задачи.....	7
1.4. Формы и методы работы.....	8
II. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	9
2.1. Этапы и сроки реализации.....	9
2.2. План реализации.....	9
III. РЕСУРСЫ.....	22
3.1. Кадровое обеспечение.....	22
3.2. Материально-техническое обеспечение.....	22
3.3. Информационные ресурсы.....	22
3.4. Методические ресурсы.....	23
3.5. Источники финансирования.....	23
IV. ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ.....	24
4.1. Ожидаемые результаты.....	24
4.2. Полученные результаты.....	25
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	26
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	28
Приложение 1. Глоссарий.....	28
Приложение 2. Принципы оккупациональной терапии.....	29
Приложение 3. Правила проведения занятий по программе.....	30
Приложение 4. Лист диагностики практических умений и потенциальных способностей по международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья.....	31
Приложение 5. Индивидуальный план работы.....	37
Приложение 6. Перечень средств (приспособлений) комнаты оккупациональной терапии.....	38

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа по формированию жизненных умений и навыков у людей с инвалидностью «Я могу»
Авторы программы	Аскерова Елена Андреевна, психолог; Водостоева Оксана Николаевна, специалист по социальной реабилитации; Коломиец Ольга Сергеевна, заведующий отделением информационно-аналитической работы
Информация об учреждении	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ханты-Мансийский реабилитационный центр»
Информация об утверждении	Утверждена протоколом методического совета БУ «Ханты-Мансийский реабилитационный центр» от 29.01.2024 № 1
Направленность	Социально-бытовая
Практическая значимость	Изменение социальных условий и формирование навыков, необходимых для адаптации к социуму людей с инвалидностью
Целевая группа	- лица с инвалидностью от 12 до 44 лет, с нарушением или отсутствием навыков самостоятельного проживания, в том числе с ментальными нарушениями; - родители (законные представители)
Цель	Формирование основных жизненных навыков в организованной среде тренировочной квартиры, в том числе с использованием компенсаторных приемов оккупациональной терапии
Задачи	1. Формировать навыки, применяемые в повседневной жизни, позволяющие на доступном уровне решать жизненные задачи, а также предпосылки элементарной трудовой деятельности. 2. Содействовать накоплению собственного уникального опыта, оказывать помощь в приобретении навыков самостоятельности. 3. Создавать условия для реализации индивидуальных возможностей
Сроки реализации	1. Подготовительный этап (1-2 месяца) – выявление людей с инвалидностью и формирование групп для участия в программе, диагностика (определение возможностей ребенка, вспомогательных и тормозящих факторов, запроса законных представителей), составление индивидуальных планов по формированию жизненных умений и навыков (в том числе оккупациональной деятельности), визуального расписания. 2. Этап реализации (9-12 месяцев) – выполнение мероприятий, предусмотренных планом реализации программы и индивидуальными планами предоставления социальных услуг (ИППСУ) по разделам программы поэтапно (подготовительный этап для людей, нуждающихся в оккупациональной терапии, основной – для подростков и молодых инвалидов). 3. Заключительный этап (1 месяц) – диагностика, принятие решения о продлении или пересмотре ИППСУ.
Сотрудники, реализующие программу	Отделение сопровождаемого проживания инвалидов: заведующий отделением, специалист по социальной реабилитации, инструктор по труду, психолог, администраторы

Ожидаемые результаты	<p>Сформированы основные жизненные умения и навыки:</p> <ul style="list-style-type: none">- самообслуживание;- приготовление пищи;- соблюдение санитарно-гигиенических норм;- уход за одеждой и обувью;- совершение мелких покупок;- взаимодействие с объектами социальной инфраструктуры;- распределение имеющихся ресурсов (денежных, материальных, временных и т. д.);- умение строить эффективную коммуникацию с окружающими;- умение в повседневной жизни соблюдать социальные нормы;- готовность принимать самостоятельные решения;- способность делать осознанный выбор в различных жизненных ситуациях;- умение осуществлять самооценку и самоанализ своих действий;- способность предвидеть последствия своих действий и готовность принимать на себя ответственность за эти действия;- готовность соблюдать принятые на себя обязательства;- умение самостоятельно планировать свои дальнейшие действия.
----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

I.1. Актуальность и социальная целесообразность

Отечественный и зарубежный опыт показывает, что люди с ограниченными возможностями могут быть активны и продуктивны, но для этого необходимо создать определенные условия. В нашей стране и за рубежом накоплен достаточный опыт предоставления услуг и проведения мероприятий для людей с ограниченными возможностями по оказанию им содействия в обучении и адаптации к условиям быта и трудовой деятельности, в подготовке к самостоятельной жизни.

Актуальность программы подтверждается:

[рекомендациями четвертого Форума социальных инноваций регионов, прошедшего в](#) Москве 9–11 сентября 2021 года (пункт 5.4 «Внедрять более эффективные подходы в предоставлении социальных услуг инвалидам и развивать технологии сопровождения», пункт 11.3 «...расширение практики обучения лиц с психическими расстройствами в учебно-тренировочных квартирах»),

разделом IV «Сопровождаемое проживание» Плана мероприятий по реализации Концепции комплексной реабилитации, абилитации и комплексного сопровождения инвалидов, детей-инвалидов, в том числе людей с ментальной инвалидностью, а также ранней помощи и сопровождаемого проживания на период до 2025 года,

пунктом 3.6 Комплексного межведомственного плана по жизнеустройству инвалидов с психическими расстройствами и расстройствами поведения (ментальными нарушениями), [утвержденного 28.12.2022](#) Министром труда и социальной защиты РФ А. О. Котяковым (подготовка и апробация программ учебного (тренировочного) проживания инвалидов с ментальными нарушениями),

распоряжением Правительства Югры [№ 679-рп](#) от 3 ноября 2022 года «О Стратегии социально-экономического развития Ханты-Мансийского

автономного округа – Югры до 2036 года с целевыми ориентирами до 2050 года» (одни из приоритетных задач: «определение потребности инвалидов, в том числе детей-инвалидов, в реабилитационных и абилитационных услугах, услугах ранней помощи, получении услуг в рамках сопровождаемого проживания», «формирование условия для развития системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов (детей-инвалидов), в том числе ранней помощи и сопровождаемого проживания»).

Наиболее подходящим форматом в данном направлении можно назвать тренировочную квартиру, которая обеспечивает адресный подход к предоставлению помощи в подготовке к самостоятельному проживанию, обеспечить ежедневную дневную занятость в форме культурно-договых, спортивно-оздоровительных и информационно-просветительских мероприятий, обучения и трудоустройства (дневной занятости), организацию и проведение мероприятий по формированию социальных компетенций и обеспечение удовлетворения их жизненных потребностей, комплексную реабилитацию и абилитацию лиц с ограниченными умственными возможностями и психическими расстройствами.

Также эффективной формой реабилитации является оккупационная терапия. Оккупационная деятельность обычно страдает вследствие травмы или заболевания, психических или эмоциональных нарушений, врожденных или приобретенных заболеваний. Задача специалиста расширить независимость человека и обеспечить успешное выполнение оккупационных действий [10], с учетом принципов оккупационной терапии (приложение 2).

Обе формы способствуют развитию максимальной независимости людей с инвалидностью, повышают реабилитационный потенциал, расширяют имеющиеся возможности, обеспечивают реализацию индивидуального подхода и оказание помощи получателю социальных услуг соразмерно его потребностям, содействие его интеграции в общество.

Продолжением настоящей программы можно считать проект «Факультет «особых» компетенций», направленный на формирование основных навыков, необходимых для трудовой деятельности или социальной занятости, прошедший комплексную экспертную оценку в БУ «Ресурсный центр развития социального обслуживания» (протокол заседания экспертного совета БУ «Ресурсный центр развития социального обслуживания» № 20 от 05.06.2023).

Программа реализуется поэтапно, с учетом возраста, нозологий получателей социальных услуг и с применением подробного визуального расписания при формировании жизненных умений и навыков у лиц с инвалидностью, в том числе с ментальными нарушениями. Обязательно соблюдение правил проведения занятий (приложение 3).

I.2. Целевая группа

- лица с инвалидностью от 12 до 44 лет, с нарушением или отсутствием навыков самостоятельного проживания, в том числе с ментальными нарушениями;
- родители (законные представители) детей и молодых инвалидов.

I.3. Цель и задачи

Цель – формирование основных жизненных навыков в организованной среде тренировочной квартиры, в том числе с использованием компенсаторных приемов оккупациональной терапии.

Задачи:

- формировать навыки, применяемые в повседневной жизни, позволяющие на доступном уровне решать жизненные задачи, а также предпосылки элементарной трудовой деятельности;
- содействовать накоплению собственного уникального опыта, оказывать помощь в приобретении навыков самостоятельности;
- создавать условия для реализации индивидуальных возможностей.

Специалистами обеспечивается индивидуальный подход к

предоставлению помощи в подготовке к самостоятельному проживанию по 8 разделам, 2 из них осуществляются поэтапно: на подготовительном этапе с использованием оккупационального оборудования (при наличии потребности), на основном этапе в рамках тренировочной квартиры, с последующим сопровождаемым проживанием (с 18 лет).

Направленность программы – социально-бытовая.

I.4. Формы и методы работы

В программе применяются как индивидуальная, так и групповая, общинная формы работы (консультирование, практические занятия, и т.д.).

Преимущественными методами работы с людьми с инвалидностью являются: рассказ, беседа, наглядная демонстрация, иллюстрация и контроль (сопровождение) практического выполнения.

II. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

II.1. Этапы и сроки реализации

Программа реализуется в три этапа:

1. Подготовительный этап (1-2 месяца) – выявление лиц с инвалидностью и формирование групп для участия в программе, диагностика (определение возможностей ребенка, вспомогательных и тормозящих факторов, запроса законных представителей), составление индивидуальных планов по формированию жизненных умений и навыков (в том числе оккупациональной деятельности), составление визуального расписания.

2. Этап реализации (9-12 месяцев) – выполнение мероприятий, предусмотренных планом реализации программы и индивидуальными планами предоставления социальных услуг (далее – ИППСУ) по разделам программы поэтапно (подготовительный этап для людей, нуждающихся в оккупациональной терапии, основной – для подростков и молодых инвалидов).

3. Заключительный этап (1 месяц) – диагностика, принятие решения о продлении или пересмотре ИППСУ.

II.2. План реализации

Программа состоит из восьми взаимосвязанных разделов по подготовке людей с инвалидностью к самостоятельному проживанию:

- самообслуживание (2 этапа);
- уборка помещений;
- уход за вещами;
- экономика домашнего хозяйства;
- организация питания (2 этапа);
- социально-коммуникативная деятельность;
- досуговая деятельность;
- безопасность жизнедеятельности.

1. Самообслуживание

Умение себя обслуживать является одним из важнейших компонентов независимости и самостоятельности в повседневной жизни человека. Несмотря на то, что прием пищи, действия с одеждой, гигиенические процедуры происходят каждый день, с самого раннего возраста, в силу разных причин люди с нарушениями развития и к 18 годам не полностью реализуют потенциал своих возможностей. Они остаются недостаточно самостоятельными в выполнении тех или иных действий по самообслуживанию. Закрепление полученных знаний и навыков помогают сохранять здоровье, уменьшать последствия инвалидности и вести независимый образ жизни.

Содержание раздела «Самообслуживание» - подготовительный этап ¹

Таблица 1 – Содержание раздела «Самообслуживание»

№ п/п	Вид деятельности	Задачи	Оборудование
1.	Уход за внешностью	Мытье рук, расчесывание и укладка волос	Расческа на длинной ручке, полотенце
2.	Одевание и раздевание	Выбор одежды, одевание и раздевание, застегивание пуговиц, одевание и снятие носков	Специальные приспособления для застегивания пуговиц; специальные одежные приспособления с крючками для снятия одежды с плеч; приспособление для одевания носок
3.	Передвижение	Передвижение с одного места на другое, перемещение, изменение положения тела	Коляски, трости, поручни (в соответствии с ИПРА)
4.	Использование макета бытовой направленности (учебно-тренировочного стенда)	Развитие и тренировка функций кистей рук	Кран водопроводный шаровидный (тренажер винтовое вращение)
		Развитие и тренировка щипкового захвата пальцев	Цепочка дверная
		Развитие и тренировка функций захвата кистями рук	Ручка дверная-скобовидная
		Развитие и тренировка щипкового захвата пальцев	Дверной замок накладной
		Развитие и тренировка щипкового захвата пальцев	Дверной замок висячий с ключом
		Развитие и тренировка функций захвата кистями рук	Телефонный аппарат

¹ только для лиц, нуждающихся в оккупациональной терапии

	Развитие и тренировка функций захвата кистями рук. Тренировка координации движения рук	Розетка электрическая. Вилка электрическая (для розетки)
	Развитие и тренировка функций захвата кистями рук	Кнопка звонка
	Развитие и тренировка функций захвата кистями рук и координация движений рук	Шпингалеты
	Развитие и тренировка функций захвата кистями рук	Защелки оконные
	Развитие и тренировка функций захвата кистями рук	Ручки мебельные
	Развитие и тренировка функций кистей рук, захват кистью	Тренажер спираль-вертикаль
	Развитие мелкой моторики, координации движений кистей	Шнуровка (2 вида)
	Развитие мелкой моторики, координации движений кистей	Дверной крючок
	Координация движений рук	Тренажер для координации с двумя стилусами

Содержание раздела «Самообслуживание» - основной этап ²

Таблица 2 – Содержание раздела «Самообслуживание»

Прием пищи	Обращение с одеждой и обувью	Пользование туалетом	Гигиена тела
<ul style="list-style-type: none"> - соблюдение порядка подготовки к приему пищи (мытьё рук, усаживание за стол); - накладывание пищи в тарелку (из салатницы, кастрюли и др.); - соблюдение аккуратности при приеме пищи; - соблюдение режима питания и проявление инициативы приема пищи 	<ul style="list-style-type: none"> - различение своей и чужой одежды; - соблюдение последовательности одевания, раздевания; - ориентирование в одежде (передняя и задняя сторона, лицевая и изнаночная сторона); - застегивание одежды и обуви на пуговицах, молниях, кнопках, 	<ul style="list-style-type: none"> - выражение потребности; - спускание/ одевание (заправление) одежды; - соблюдение правил пользования туалетом (поднимание/опускание крышки и сиденья, оправление в унитаз, пользование туалетной бумагой, спуск воды в унитазе, 	<ul style="list-style-type: none"> - мытьё и вытирание рук; - мытьё и вытирание лица; - чистка зубов; - очищение носовой полости; - мытьё под душем; - использование по назначению предметов и средств гигиены (шампунь, гель), соблюдение последовательности намыливания и ополаскивания частей тела, вытирание полотенцем всего тела; - бритьё, использование женских гигиенических средств; - использование косметических и парфюмерных средств;

² для подростков и молодых людей с инвалидностью, в том числе с РАС и ментальными нарушениями

	шнурках; - выбор одежды соответственно ситуации, событию, погоде; - расстегивание одежды и обуви на пуговицах, молниях, кнопках, шнурках	использование квача по необходимости, закрывание крышки (сиденья), мытье рук после оправления (нужды)	- уход за ногтями; - уход за волосами; - контроль своего внешнего вида (осмотр себя с использованием зеркала)
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Уборка помещений

Обучение содержанию помещения включает в себя освоение следующих направлений деятельности: подметание пола, вытирание пыли, уборка пылесосом, влажная уборка пола, мытье зеркал и окон, чистка сантехники, вынос мусора, уход за холодильником. Сформированные дома навыки закрепляются или расширяются в рамках программы. Каждое из направлений деятельности предполагает выполнение действий, которые обучающимся необходимо освоить по отдельности и в комплексе:

- 1) оценка потребности в уборке;
- 2) подготовка пространства для выполнения работы;
- 3) подготовка необходимых инструментов и материалов;
- 4) выполнение действий по уборке;
- 5) оценка качества уборки;
- 6) размещение использованных при уборке инструментов в места хранения;
- 7) расстановка перемещенных предметов на свои места.

Содержание раздела «Уборка помещений»

Таблица 3 - Содержание раздела «Уборка помещений»

Направление работ	Содержание работ
Сухая уборка (подметание пола)	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдение направления движения при подметании; - заметание мусора на совок; - высыпание мусора в урну
Вытирание пыли	<ul style="list-style-type: none"> - освобождение поверхности от предметов; - нанесение моющего средства; - протираание поверхности тряпкой; - расставление предметов на места;

	<ul style="list-style-type: none"> - споласкивание тряпки; - вывешивание тряпки для просушивания
Уборка пылесосом	<ul style="list-style-type: none"> - сборка деталей пылесоса; - включение / выключение пылесоса; - соблюдение направления движения; - контроль поэтапной очистки поверхности; - очищение пылесоса
Влажная уборка пола	<ul style="list-style-type: none"> - наполнение емкости для мытья пола водой; - определение нужного количества моющего средства и добавление его в воду; - мытье пола руками; - мытье пола при помощи швабры; - соблюдение направления движения; - определение необходимости споласкивания тряпки и замены воды; - выливание грязной воды в унитаз; - просушивание мокрой тряпки
Мытье стеклянных поверхностей (зеркал, окон)	<ul style="list-style-type: none"> - очистка рамы, окантовки; - нанесение моющего средства на стекло; - протирание стекла газетой, тряпкой; - использование специальных щеток для мытья окон; - мытье подоконника
Чистка сантехники	<ul style="list-style-type: none"> - выбор чистящих средств; - использование защитных средств (перчаток, специальной одежды); - нанесение чистящего средства; - чистка; - смывание чистящего средства
Вывоз мусора	<ul style="list-style-type: none"> - сортировка мусора; - определение необходимости выноса мусора (по объему); - вынос мусора в специально отведенное место; - определение необходимости ухода за мусорной корзиной; - уход за мусорной корзиной (очистка, мытье при необходимости); - помещение мешка для мусора в мусорную корзину
Уход за холодильником	<p>Теория:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила использования холодильника; - варианты моющих средств для уборки холодильника; - эргономика пространства холодильника; - правила хранения готовых блюд. <p>Практика 1 (мытьё холодильника):</p> <ul style="list-style-type: none"> - отключение прибора от электрической сети; - подготовка места для перемещения продуктов; - освобождение холодильника от продуктов; - разморозка (открывание двери и ожидание оттайки); - слив талой воды из поддона; - подготовка к уборке (одевание фартука и перчаток); - выбор и приготовление моющего средства; - мытье холодильника моющим средством; - вытирание холодильника сухой салфеткой; - проветривание холодильника;

	<ul style="list-style-type: none"> - очистка труднодоступных мест. Практика 2 (размещение продуктов в холодильнике): <ul style="list-style-type: none"> - распределение продуктов (что нужно, а что нельзя хранить в холодильнике); - условия хранения (наличие герметичной упаковки); - правила заморозки (что и как можно замораживать); - хранение зелени, масла, сыр, колбасы, фруктов; - зонирование продуктов, разница температур на полках, выбор места хранения для разных продуктов (хорошее и плохое соседство); - проверка температуры блюда перед отправкой на хранение в холодильник
Доступный текущий ремонт	<ul style="list-style-type: none"> - определение необходимости мелкого ремонта; - удаление мелких засоров в сантехнике при помощи специальных приспособлений; - замена ручки у мебели; - затягивание разболтавшихся креплений мебели, ручек и крышек кастрюль и сковородок; - подклеивание частично открепившихся обоев; - другой доступный ремонт

3. Уход за вещами

Аккуратная внешность придает уверенность в себе и вызывает доверие у окружающих. Это помогает преодолеть барьеры в общении с окружающими людьми, способствует формированию уважительного отношения общества. Уже сформированные родителями навыки закрепляются или расширяются в рамках программы. Каждый из видов деятельности предполагает выполнение действий, которые обучающимся необходимо освоить по отдельности и в комплексе:

- 1) определение необходимости устранения недостатков внешнего вида одежды и обуви;
- 2) подготовка пространства для выполнения работы;
- 3) подготовка необходимых инструментов и материалов;
- 4) выполнение действий ухода за вещами;
- 5) оценку качества ухода за вещами;
- 6) размещение использованных инструментов в места хранения.

Содержание раздела «Уход за вещами»

Таблица 4 - Содержание раздела «Уход за вещами»

Уход за обувью	Чистка одежды	Ручная стирка	Машинная стирка	Утюжка
<ul style="list-style-type: none"> - чистка обуви; - мытье обуви; - просушивание обуви; - хранение обуви в специально предназначенном месте 	<ul style="list-style-type: none"> - выворачивание одежды на лицевую сторону; - сворачивание одежды; - вывешивание одежды на «плечики»; - вывешивание одежды на спинку стула; - складывание одежды на полку в шкафу 	<ul style="list-style-type: none"> - подбор воды подходящей температуры; - определение количества воды; - замачивание белья; - намыливание белья; - застирывание; - полоскание белья; - отжим белья; - встряхивание белья; - вывешивание белья на просушку 	<ul style="list-style-type: none"> - сортировка белья перед стиркой; - закладывание и вытаскивание белья из машины; - установка регулятора машины на определенную программу и температурный режим работы; - определение количества порошка; - засыпание порошка в отсек; - запуск машины; - развешивание белья для сушки 	<ul style="list-style-type: none"> - установка гладильной доски; - включение–выключение утюга; - выбор температурного режима; - определение готовности утюга к работе; - раскладывание белья на гладильной доске; - смачивание белья водой; - движения руки с утюгом при глажении; - разглаживание складок на белье, складывание выглаженного белья; - сортировка и уборка белья в места хранения

4. Экономика домашнего хозяйства

Умение обращаться с деньгами, планировать свои расходы, соотносить сумму дохода с необходимыми и возможными затратами – одна из сложных задач, особенно для людей с ментальными нарушениями. С учетом уровня интеллектуального развития планируется обучение по основным операциям экономики домашнего хозяйства. В содержание обучения данного раздела включены следующие виды деятельности: обращение с деньгами, планирование и ведение бюджета, планирование и осуществление покупок. Раздел закрепляется при содействии родителей (законных представителей).

Содержание раздела «Экономика домашнего хозяйства»

Таблица 5 - Содержание раздела «Экономика домашнего хозяйства»

Обращение с деньгами	Ведение бюджета	Планирование и осуществление покупок
<ul style="list-style-type: none"> - представление о покупательской функции денег; - узнавание номинального достоинства купюр; - выполнение операций с деньгами; - хранение денег в специально отведенном месте 	<ul style="list-style-type: none"> - знание источников своего дохода; - подсчет суммы дохода в месяц; - знание основных статей расходов; - планирование расходов на неделю; - учет оставшихся средств; - экономия в домашнем хозяйстве 	<ul style="list-style-type: none"> - определение необходимости покупки товара; - составление списка покупок; - подсчет примерной стоимости покупок; - выбор товара из ассортимента; - соотнесение цены товара и имеющихся в наличии денег; - оплата покупки на кассе; - получение сдачи и чека; - складывание покупок в пакеты; - выкладывание покупок дома в места их хранения; - сравнение запланированной и потраченной суммы денег

5. Организация питания

Большинство людей, с инвалидностью, имеющие потенциальные возможности для развития самостоятельной деятельности на кухне, не умеют не только приготовить простейших блюд, но и подогреть уже готовую пищу. Такая ситуация существенно увеличивает зависимость человека от посторонней помощи, усугубляя её. С целью коррекции данной зависимости, программой предусмотрен процесс обучения организации питания, с закреплением навыков в домашних условиях.

Содержание раздела «Организация питания» - подготовительный этап ³

Таблица 6 - Содержание раздела «Организация питания»

№ п/п	Вид деятельности	Задачи	Оборудование
1.	Прием пищи	Использование столовых принадлежностей	Адаптированные ножи, вилки, ложки в сочетании со специальными манжетами; нескользящие подставки под столовую посуду, захваты
2.	Приготовление пищи без термической обработки	Использование и мытье специального подноса для приготовления пищи	Специальный поднос для приготовления пищи, нож с манжетой, ложка с манжетой, держатель для банок, приспособление для открывания банок

³ только для лиц, нуждающихся в оккупациональной терапии

Содержание раздела «Организация питания» - основной этап ⁴

Таблица 7 - Содержание раздела «Организация питания»

Приготовление пищи	Мытьё посуды
<p><u>Следование правилам гигиены при приготовлении пищи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - использование чистой посуды; - использование специальной одежды (фартук, косынка); - поддержание чистоты рабочего места. <p><u>Использование бытовых приборов для приготовления пищи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - кухонный комбайн (включение / выключение, регуляторы скорости, разборка и сборка деталей); - микроволновая печь (включение / выключение, использование специальной посуды); - миксер (включение / выключение, регуляторы скорости); - электрическая плита (соотнесение ручки включения нагрева с конфоркой, регуляторы нагрева) и др. (при наличии) <p><u>Приготовление пищи по рецепту:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - подбор продуктов, необходимых для приготовления блюда; - определение необходимого количества продуктов; - выбор посуды и кухонных приборов, необходимых для приготовления блюда; - использование мерной посуды (подбор подходящей мерной посуды, наливание / засыпание продукта до метки); - обработки и приготовления продуктов (мытьё, нарезание, очистка, натирание, перемешивание, варка, жарка, тушение); - определение готовности блюда (по времени, внешнему виду, вкусу); - хранение продуктов в определённом месте и упаковке с учетом срока хранения продуктов (распознавать и выбрасывать 	<p><u>Вручную:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - очищение посуды от остатков пищи; - дозированное использование моющего средства; - удаление губкой загрязнений; - выбор и использование специальных чистящих приспособлений (щетка, железная губка); - ополаскивание; - проверка качества мытья, - чистка раковины, - вытирание посуды сухим полотенцем; - укладывание посуды в места хранения; - соблюдение последовательности мытья посуды <p><u>В посудомоечной машине:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - очищение посуды от остатков пищи; - выставление посуды и столовых приборов на решетку посудомоечной машины; - закладывание моющего средства в дозатор посудомоечной машины; - выбор температурного режима и программы мытья посуды; - запуск посудомоечной машины; - проверка качества мытья; - раскладывание чистой посуды в места хранения; - чистка посудомойки; - соблюдение последовательности мытья посуды

⁴ для подростков и молодых людей с инвалидностью, в том числе с РАС и ментальными нарушениями

испорченные продукты)	
Сервировка стола, этикет:	Составление меню
<ul style="list-style-type: none"> - выбор посуды и приборов, подходящих к блюду и напиткам; - выставление посуды и раскладывание приборов в соответствии с количеством человек; - праздничная сервировка стола; - изучение и соблюдение правил этикета при приеме пищи 	<ul style="list-style-type: none"> - подборка типовых меню заданного возраста; - выбор предпочитаемых блюд; - составление списка покупок в соответствии с меню; - закупка необходимых продуктов

6. Социально-коммуникативная деятельность

Умение жить в обществе подразумевает знание и соблюдение человеком правил и норм поведения, своих прав и обязанностей. Необходимо не только ориентироваться в местонахождении основных социальных объектов, но уметь воспользоваться их услугами. Для этого необходимо вступать в контакт с незнакомыми людьми. Не менее важно поддерживать спокойные, дружеские отношения с людьми, с которыми встречаешься каждый день, с теми, кого любишь, с теми, с кем вместе живешь (родители и ближайшее окружение).

Содержание раздела «Социально-коммуникативная деятельность»

Таблица 8 - Содержание раздела «Социально-коммуникативная деятельность»

Ориентировка во времени	Ориентировка в окружающей среде	Правила и нормы поведения
<ul style="list-style-type: none"> - начало выполнения запланированной деятельности в определенное время; - распределение времени для выполнения необходимых дел 	<ul style="list-style-type: none"> - общественный транспорт; - знание номера нужного маршрута; - нахождение нужной автобусной остановки; - знание инфраструктуры города, района; - знание расположения близлежащих магазинов; - знание мест оплаты квитанций; - знание 	<ul style="list-style-type: none"> - правила и нормы поведения в общественном транспорте; - покупка билета в автобусе; - предъявление проездного билета по требованию; - правила и нормы поведения в обществе; - соблюдение норм общения с незнакомыми людьми; - своевременное употребление вежливых слов и выражений; - соблюдение норм общения с лицами противоположного пола; - соблюдение норм общения с сопровождающим персоналом; - соблюдение норм поведения при приветствии; - соблюдение дистанции при разговоре; - правила и нормы проживания в тренировочной

	<p>расположения учреждений, предоставляющих различные услуги;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила дорожного движения; - переход улицы в определенном месте; - ориентировка в сигналах светофора; - следование сигналам светофора 	<p>квартире;</p> <ul style="list-style-type: none"> - следование правилам проживания в общежитии; - выражение своих желаний социально приемлемым способом (не крик, а просьба); - обращение за помощью; - отказ от помощи; - оказание помощи другим; - учёт интересов других жильцов; - управление эмоциональным состоянием в процессе социального взаимодействия; - соблюдение норм одежды (не выходить из комнаты в нижнем белье); - не разрешать входить в комнату другим людям во время переодевания; - не входить без разрешения в чужую комнату; - спрашивать разрешение, прежде чем взять чужую вещь; - принятие самостоятельных решений и отстаивание их; - самостоятельное планирование своей деятельности (без постоянного руководства со стороны); - доведение начатого дела до конца; - правила поведения в общественных местах; - способность сделать заказ; - оплата заказа, услуги, покупка билета; - обращение за помощью к профессионалам (продавцам в магазине, официанту в кафе); - соблюдение правил этикета (соблюдать тишину, вежливо общаться с «соседями» и персоналом, не оставлять после себя беспорядок)
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

7. Досуговая деятельность

Для того чтобы отдых был эффективным, нужно уметь правильно отдыхать. Отдыху, как и любой другой необходимой для жизни человека деятельности, людей с инвалидностью нужно обучать специально. Работа по развитию навыков организации свободного времени направлена на следующую цель – достижение более высокой степени самостоятельности в организации своего свободного времени, формирование потребности и умения посещать общественно-культурные места, планирование совместного досуга с родителями и друзьями и т. д.

Содержание раздела «Досуговая деятельность»

Таблица 9 - Содержание раздела «Досуговая деятельность»

Выбор и принятие	Выбор даты и	Организация досуга	Осуществление
------------------	--------------	--------------------	---------------

решения	времени		мероприятий досуга
<ul style="list-style-type: none"> - выбор вида досуга с учетом имеющегося свободного времени (выход в город, выезд за город, отдых дома, поездка в другой город и т. д.); - сообщение о своем желании, обсуждение вариантов с компаньонами; - выбор места проведения досуга 	<ul style="list-style-type: none"> - выбор даты и времени в зависимости от расписания занятий; - согласование времени с компаньонами; - бронирование времени у организаторов (при необходимости) 	<ul style="list-style-type: none"> - сбор информации о желаемом отдыхе (узнать варианты, связанные с местом и временем: позвонить, найти информацию в Интернете, спросить у знакомых и т.д.); - выяснение стоимости проведения выбранного досуга; - планирование маршрута следования туда и обратно (выбор способа передвижения, оценка времени в пути и определение времени выхода); - подготовка необходимой одежды, вещей, материалов 	<ul style="list-style-type: none"> - своевременный выход в установленное время; - следование по запланированному маршруту; - участие в досуговом мероприятии; - обсуждение, обмен впечатлениями; - возвращение по запланированному маршруту

8. Безопасность жизнедеятельности

Формирование основ безопасности и жизнедеятельности является актуальной и значимой проблемой, особенно для особенных людей. Их информирование должно быть адаптировано к индивидуальным особенностям. Важно не только учить навыкам безопасного поведения и соблюдения мер предосторожности, но и рассматривать возможные трудности, формировать представление о наиболее опасных ситуациях, закреплять в быту совместно с родителями.

Содержание раздела «Безопасность жизнедеятельности»

Таблица 10 - Содержание раздела «Безопасность жизнедеятельности»

Направление работ	Содержание работ
Сохранение здоровья	<ul style="list-style-type: none"> Важность соблюдения личной гигиены Гигиена окружающего пространства Основы экологической культуры Правила поведения в чрезвычайных ситуациях

	(наводнение, пожар, терроризм и др.)
Безопасность дома	<p>Правила использования электроприборов</p> <p>Правила пожарной безопасности</p> <p>Правила применения бытовой химии</p> <p>Правила обращения с нагревательными приборами и горячими жидкостями</p> <p>Правила обращения с острыми, колющими и режущими предметами</p> <p>Соблюдение режима дня</p>
Безопасность в интернете	<p>Компьютерная грамотность</p> <p>Правила общения в социальных сетях</p> <p>Осторожно, мошенники</p> <p>Как не столкнуться с вирусом</p>
Финансовая грамотность	<p>На основе материалов раздела «Финансовая грамотность» официального сайта учреждения</p> <p>https://hmrcd.ru/?page_id=12576</p>
Безопасность на дороге	Правила дорожного движения для пешеходов
Доступный текущий ремонт	<p>Определение необходимости мелкого ремонта</p> <p>Удаление мелких засоров в сантехнике при помощи специальных приспособлений</p> <p>Замена ручки у мебели</p> <p>Затягивание разболтавшихся креплений мебели, ручек и крышек кастрюль и сковородок)</p> <p>Подклеивание частично открепившихся обоев</p> <p>Другой доступный ремонт</p>
Экология дома	<p>Польза экотоваров</p> <p>Правила сортировки мусора</p> <p>Небезопасные материалы для ремонта</p> <p>Организация вентиляции помещений</p> <p>Экология электроприборов</p> <p>Основы экономии ресурсов (свет, вода, отопление)</p>

III. РЕСУРСЫ

III.1. Кадровое обеспечение

Таблица 11 – Кадровое обеспечение

№ п/п	Должность	Зона ответственности или функции	Количество (шт. ед.)
1.	Специалист по социальной реабилитации	Проведение диагностики и занятий по разделам «Экономика домашнего хозяйства», «Досуговая деятельность», «Безопасность жизнедеятельности»	1
2.	Инструктор по труду	Проведение диагностики и занятий по разделам «Уборка помещений», «Организация питания», «Безопасность жизнедеятельности»	1
3.	Психолог	Проведение диагностики и занятий по разделу «Социальная коммуникация»	1
4.	Администратор	Проведение диагностики и занятий по разделам «Самообслуживание», «Уход за вещами», «Безопасность жизнедеятельности»	1

III.2. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы в БУ «Ханты-Мансийский реабилитационный центр» выделено отдельно стоящее двухэтажное жилое здание, которое обеспечивается необходимым оснащением в соответствии с требованиями и рекомендациями приказов Депсоцразвития Югры и Минтруда России [4, 5, 7].

Также необходим кабинет оккупациональной терапии с минимальным перечнем оборудования и вспомогательных средств (приложение 6).

III.3. Информационные ресурсы

Для целевой аудитории предполагается использование следующих информационных каналов:

- официальный сайт учреждения;
- официальные аккаунты учреждения в социальных сетях;
- печатные издания (информационные буклеты о технологии, программе, отделении, учреждении).

III.4. Методические ресурсы

В ходе реализации программы используется следующее методическое оснащение:

- 1) индивидуальные планы предоставления социальных услуг ИППСУ;
- 2) визуальное расписание;
- 3) текст настоящей программы;
- 4) лист диагностики практических умений и потенциальных способностей по международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (приложение 4);
- 5) форма индивидуального плана работы (приложение 5).

III.5. Источники финансирования

Финансирование мероприятий программы осуществляется из бюджетных ассигнований, выделенных учреждению из бюджета Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, а также спонсорских средств.

IV. ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ

IV.1. Ожидаемые результаты

Таблица 12 – Ожидаемые результаты

Задача	Ожидаемый результат	Критерий эффективности	Фактические результаты	
			количественные	качественные
Создавать условия для реализации индивидуальных возможностей	Сформированы следующие жизненные умения и навыки: - самообслуживание; - приготовление пищи; - соблюдение санитарно-гигиенических норм;	Наличие визуального расписания	100 % получателей услуг используют визуальное расписание	Составлено визуальное расписание
Формировать навыки, применяемые в повседневной жизни, позволяющие на доступном уровне решать жизненные задачи, а также предпосылки элементарной трудовой деятельности	- уход за одеждой и обувью; - совершение мелких покупок; - взаимодействие с объектами социальной инфраструктуры; - распределение имеющихся ресурсов (денежных, материальных, временных и т. д.); - умение строить эффективную коммуникацию с окружающими; - умение в повседневной жизни соблюдать социальные нормы; - готовность принимать самостоятельные решения; - способность делать осознанный выбор в различных жизненных ситуациях;	Посещение более 75 % занятий	У 60 % получателей услуг достигнуты поставленные задачи	Достигнуты поставленные задачи
Содействовать накоплению собственного уникального опыта, оказывать помощь в приобретении навыков самостоятельности	- умение осуществлять самооценку и самоанализ своих действий; - способность предвидеть последствия своих действий и готовность принимать на себя ответственность за эти действия; - готовность соблюдать принятые на себя обязательства; - умение самостоятельно планировать свои дальнейшие действия	Посещение более 75 % занятий	90 % получателей услуг получили опыт в соответствии с разделами программы	Получен жизненный опыт по разделам программы

IV.2. Полученные результаты

За период реализации программы (2023 год) мероприятиями охвачены 41 получатель социальных услуг, в том числе 26 человек с расстройствами аутистического спектра и другими ментальными нарушениями:

- у 79 % получателей социальных услуг сформированы социально-бытовые умения и навыки в соответствии с реабилитационным потенциалом;

- 100 % получателей социальных услуг приобрели навык использования виртуального расписания;

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дашкина, А. Трудотерапия и национальная система здравоохранения в Великобритании / А. Дашкина // Социальная работа. – 2001. - № 1 – С. 48-53.
2. Кастон Д. Сделай свой дом удобным. Пер. с английского - Пермь, РИЦ «Здравствуй» - 1993. - 189 с.
3. Международная классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (<https://zdravmedinform.ru/icf.html>)
4. Приказ Депсоцразвития Югры № 66-р от 25.01.2019 «Об утверждении примерного перечня оборудования для оснащения тренировочных квартир».
5. Приказ Минтруда России № 275 от 23.04.2018 «Об утверждении примерных положений о многопрофильных реабилитационных центрах для инвалидов и детей-инвалидов, а также примерных перечней оборудования, необходимого для предоставления услуг по социальной и профессиональной реабилитации и абилитации инвалидов и детей инвалидов» (жилые модули «Кухня», «Спальня», «Санитарная комната», ассистивные устройства для самообслуживания).
6. Рабочая программа по домоводству для обучающихся 8-9 класса по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с выраженными нарушениями интеллекта, ранее не получавших образование, ГБОУ СОШ № 26, г. Сызрань, - 2022.
7. Разработка типового проекта квартиры сопровождаемого проживания инвалидов / методические рекомендации / Л. А. Кожушко, Э. Н Демина, И. Г. Кантышева, С. В. Недвига - СПб, 2023 – 53 с.
8. Социально-бытовая и трудовая реабилитация инвалидов и пожилых граждан: Рук. для подгот. соц. работников / А. А. Дыскин, Э. И. Танюхина; Ин-т «Открытое о-во». - Москва : АОЗТ «Логос», 1996. – 222 с..

9. Стандартные правила обеспечения равных возможностей для инвалидов – ООН, 1993.

10. Сухова, Л. С. Основы медико-социальной реабилитации (окупуациональная терапия) – М.: Издательство «Свято-Димитриевское училище сестер милосердия», 2003. – 80 с.: ил.

11. Технология работы с инвалидами старше 18 лет в условиях тренировочной квартиры : учеб.-метод. Пособие / авт.-сост. : Е. Р. Комлева. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2016. – 88 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Глоссарий

Безопасность жизнедеятельности – благоприятное, нормальное состояние окружающей человека среды, условий труда и учёбы, питания и отдыха, при которых снижена возможность возникновения опасных факторов, угрожающих его здоровью, жизни, имуществу, законным интересам (Гражданская защита. Понятийно-терминологический словарь).

Досуговая деятельность – осознанная активная деятельность человека, осуществляемая в условиях свободного времени, направленная на удовлетворение потребностей в познании собственной личности и окружающего мира, и непосредственно связанная с отдыхом, саморазвитием и развлечением.

Международная классификация функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (МКФ) – классификация компонентов здоровья, ограничений жизнедеятельности и функционирования (под функционированием человека подразумевается не только полноценная работа всех функций организма и наличие всех анатомических частей тела, но также и деятельность человека, которая связана с факторами окружающей среды и персональными факторами пациента. МКФ используется как универсальный язык для общения специалистов, занимающихся реабилитацией, и сбора данных о распространённости инвалидности).

Оккупациональная терапия (англ. occupational therapy – лечение занятием) – деятельность терапия, активная форма восстановления и сохранения здоровья и возвращения человека к нормальному социальному функционированию, интеграции его в общество [1, с. 3], направленная на реабилитацию лиц, которые по состоянию здоровья нуждаются в помощи при уходе за собой, проведении досуга и выполнении трудовой деятельности [2, с. 27].

Тренировочная квартира – специально оборудованные помещения для подготовки лиц с инвалидностью к самостоятельной независимой жизни в социуме, позволяющие моделировать и отрабатывать реальные ежедневные потребности, с учетом имеющихся и потенциальных возможностей лица с инвалидностью.

Принципы оккупациональной терапии

- Участие в оккупациональной деятельности жизненно необходимо. Такое участие позволяет человеку удовлетворять природные потребности, приобретать навыки и способности, необходимые для преодоления жизненных проблем, достигая чувства удовлетворенности и значимости.

- Участие в оккупациональной деятельности является важным компонентом социальной адаптации человека. Оккупациональная деятельность людей осуществляется в определенной социальной и культурной среде. Нарушение оккупациональной деятельности может повлиять на способность человека исполнять социальные обязанности.

- Участие человека в оккупациональной деятельности зависит от воздействия ряда факторов, которые включают индивидуальные особенности, характер и смысл оккупациональной деятельности, социальную и окружающую среду, на фоне которых осуществляется эта деятельность. Представление об индивидуальной оккупациональной деятельности складывается на основании тщательной оценки всех этих факторов и взаимоотношений между ними.

- Каждый пациент активно вовлекается в процесс оккупациональной терапии (далее – ОТ). Взаимоотношения между пациентом и специалистом по ОТ носят характер сотрудничества. И тот, и другой вносят в этот процесс свои знания, умения и опыт, участвуют в разработке и осуществлении приемов ОТ.

- Каждый человек имеет возможности для своего развития и совершенствования. Хотя возможности и способности могут быть ограничены по разным причинам, человек всегда имеет потенциал к развитию и совершенствованию. Люди, страдающие недееспособностью, все же располагают резервами для удовлетворительной оккупациональной деятельности.

- Между элементами, составляющими занятия, должен быть баланс, который необходим для обеспечения здорового и благоприятного образа жизни. Уход за собой, досуг и трудовая деятельность образуют определенную структуру в повседневной жизни человека. Возможность деятельности в каждой из трех областей обеспечивает удовлетворение потребностей человека в занятиях. Например, человек, у которого уход за собой занимает слишком много времени, не сможет участвовать в трудовой деятельности и, следовательно, удовлетворять потребность в значимой социальной сфере или достичь экономической независимости.

- Оккупациональные занятия, а также требования и обязательства, связанные с оккупациональной деятельностью, изменяются на протяжении жизни и должны рассматриваться в перспективе развития. Специалисту по ОТ необходимо учитывать возрастные особенности пациента.

- Вовлечение пациента в оккупациональную деятельность считается нормальным и социально оправданным. Она может проводиться в той форме, которая позволяет пациенту интегрироваться в социальную жизнь. Поэтому во внимание должны приниматься как возможности пациента, так и особенности окружающей обстановки.

- Оккупациональная деятельность используется в качестве терапии. Оккупациональные занятия позволяют развивать способности и навыки пациентов, которые могут быть использованы в повседневной жизни. Они позволяют пациентам адаптироваться к окружающей обстановке. На основании изложенного можно сказать, что ОТ состоит из комплекса знаний, умений и навыков, которые помогают лицам с ограниченными возможностями сохранять здоровье, уменьшать последствия инвалидности и вести независимый образ жизни. [10, 2, с. 89]

Правила проведения занятий по программе

- Используйте краткие, конкретные предложения на «ясном языке».
- Давайте ясные инструкции и просите их повторить, чтобы выяснить, понял ли их получатель социальных услуг.
 - При необходимости демонстрируйте отдельные действия или их комплекс, чтобы получатель социальных услуг смог их воспроизвести.
 - Будьте терпеливы.
 - Всегда поощряйте участие в занятии получателя социальных услуг.
 - Создавайте условия для выполнения задания получателем социальных услуг самостоятельно.
 - Создавайте атмосферу психологического комфорта для получателя социальных услуг (говорите о том, что получилось при выполнении задания, не заостряйте внимание на недостатках).

**Лист диагностики практических умений и потенциальных способностей
по международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья**

Ф.И. _____ Возраст _____

Наименование	Шифр	Определители ⁵			
		Реализация с помощью	Потенциальная способность без помощи	Потенциальная способность с помощью	Реализация без помощи
1. Самообслуживание					
Мытье частей тела (применение воды, мыла и других веществ для очистки частей тела, например, для мытья рук, лица, ног, волос, чистки зубов и ногтей)	d5100				
Уход за кожей (забота о поверхности и влажности кожи, например, удаление мозолей и ороговелостей, использование увлажняющих лосьонов или косметики)	d5200				
Уход за полостью рта (забота о гигиене ротовой полости, например, чистка зубов, чистка зубных промежутков, уход за зубными протезами или ортезами)	d5201				
Уход за волосами (забота о волосах на голове и лице, например, причесывание, чистка, укладка, завивка, бритье и стрижка)	d5202				
Уход за ногтями на руках (чистка, подстригание и полировка ногтей на руках)	d5203				
Уход за ногтями на ногах (чистка, подстригание и полировка ногтей на ногах)	d5204				
Выбор соответствующей одежды (следование очевидным или неочевидным правилам и условностям своего окружения и культуры при выборе одежды и одевание в соответствии с климатическими условиями)	d5404				

⁵ 0 - НЕТ затруднений (0–4%)

1 - ЛЕГКИЕ затруднения (5–24%)

2 - УМЕРЕННЫЕ затруднения (25–49%)

3 - ТЯЖЕЛЫЕ затруднения (50–95%)

4 - АБСОЛЮТНЫЕ затруднения (96–100%)

8 - не определено

9 - не применимо

Прием пищи, кроме питья (выполнение координированных действий и требований при приеме приготовленной пищи, поднесении ее ко рту, потреблении ее культурно приемлемыми способами, например, резка, ломка пищи на куски, открывание бутылок и банок, использование столовых приборов, прием пищи, прием пищи на банкете или обеде)	d550				
Питье (прием напитков, поднесение их ко рту, потребление их культурно приемлемыми способами, например, смешивание, размешивание и разливание жидкости для питья, открывание бутылок и банок, питье через соломинку, питье текущей воды из крана или фонтанчика, кормление грудью)	d560				
2. Уборка помещений (выполнение работы по дому)					
Стирка и сушка белья и одежды (стирка белья и одежды вручную и развешивание ее сохнуть на воздухе)	d6400				
Уборка на кухне и мытье посуды (уборка после приготовления пищи, например, мытье тарелок, кастрюль, горшков, столовых приборов, кухонного стола и пола на кухне и в столовой)	d6401				
Уборка жилой части (уборка жилой части дома, например, наведение порядка, вытирание пыли, подметание, протирание, мытье пола, окон и стен, уборка ванной и туалета, чистка мебели)	d6402				
Использование домашних приборов (использование всех видов домашних приборов, например, стиральных машин, сушилок, утюгов, пылесосов, посудомоечных машин)	d6403				
Хранение предметов повседневного пользования (хранение продовольствия, напитков, одежды и других домашних предметов повседневного пользования; заготовка продовольствия консервированием, засолкой или охлаждением, хранение продуктов свежими и вне досягаемости животных)	d6404				
Удаление мусора (удаление домашнего мусора, например, сбор хлама и мусора вокруг дома, сбор мусора для удаления, использование мусоропровода; сжигание мусора)	d6405				
3. Уход за вещами					
Поддержание сохранности жилья и обстановки (ремонт и содержание в сохранности жилья, его внешнего и внутреннего вида и содержимого, например, покраска, ремонт приспособлений и мебели, использование требуемых для ремонта инструментов)	d6501				

Забота о комнатных и уличных растениях (забота о комнатных растениях и растениях, растущих вне дома, например, посадка, поливка и опыление растений; занятие садоводством и выращивание продовольственных культур для личного пользования)	d6505				
Забота о животных (забота о домашних животных, например, кормление, чистка, уход и дрессировка; присмотр за здоровьем домашних животных, забота о них во время своего отсутствия)	d6506				
4. Экономика домашнего хозяйства (бытовая жизнь)					
Осуществление покупок (приобретение в обмен на деньги товаров и услуг повседневного потребления (включая указания для промежуточных звеньев и их контроль при покупках), например, выбор продуктов, напитков, чистящих средств, домашнего имущества или одежды в магазине или на рынке, сравнение качества и цен требуемых товаров, торг, оплата выбранных товаров или услуг, транспортировка товаров)	d6200				
Обеспечение повседневными потребностями (обеспечение без обмена на деньги продуктами и услугами повседневного потребления (включая указания для промежуточных звеньев и их контроль при покупках), например, сбор урожая овощей и плодов, доставка воды и топлива)	d6201				
5. Организация питания					
Приготовление простых блюд (организация выполнения, кулинария и сервировка блюд с небольшим числом компонентов, которые требуют простых навыков в приготовлении и сервировке, например, приготовление закуски, простого блюда и применение при обработке продуктов нарезки, размешивания, кипячения и подогрева, например, приготовление риса или картофеля)	d6300				
Приготовление сложных блюд (планирование, организация выполнения, кулинария и сервировка блюд с большим числом компонентов, которые требуют сложных навыков в приготовлении и сервировке, например, обед из нескольких блюд и применение при обработке продуктов комплекса приемов, например, снятие кожуры, нарезка ломтиками, взбивание, замес, смешивание, подача пицци и сервировку стола способом, который, соответствует обстоятельствам и культуре)	d6301				
Уборка на кухне и мытье посуды (уборка после приготовления пищи, например, мытье тарелок, кастрюль, горшков, столовых приборов, кухонного стола и пола на кухне и в столовой)	d6401				
6. Социально-коммуникативная деятельность					

Восприятие устных сообщений при общении (уяснение прямого и подразумеваемого значений сообщений устной речи, например, понимание, что выражение является утверждением факта или идиоматическим выражением)	d6310				
Восприятие сообщений при невербальном способе общения (уяснение прямого и подразумеваемого значений сообщений, передаваемых жестами, символами и рисунками, например, понимание того, что ребенок утомлен, если он потирает свои глаза, или что сирена предупреждает о пожаре. Включено: восприятие жестов и телодвижений, общеизвестных знаков и символов, рисунков и фотографий при общении)	d6315				
Восприятие сообщений на языке формальных символов при общении (уяснение прямого и подразумеваемого значений в сообщениях на языке формальных символов)	d6320				
Восприятие письменных сообщений при общении (уяснение прямого и подразумеваемого значений письменных сообщений (включая язык Брайля), например, наблюдение за политикой в ежедневных газетах или понимание значения священного писания)	d6325				
Речь (произнесение слов, фраз и более длинных выражений устной речи, создание простых и сложных сообщений с прямым и подразумеваемым значением, например, устное извещение о факте или рассказ)	d6330				
Составление и изложение сообщений посредством языка тела (передача сообщения посредством движений тела, мимики (улыбкой, хмуря брови, морщась), жестами и позой (например, объятие, как знак привязанности))	d63350				
Составление и изложение сообщений посредством знаков и символов (передача сообщения, с использованием знаков, символов (изображений, сурдоперевода, научных символов) и систем символов, например, использование музыкальной грамоты для записи мелодии)	d63351				
Составление и изложение сообщений посредством рисования и фотографии (передача сообщения с использованием рисунка, письма красками, набросков и диаграмм, картин или фотографий, например, составление схемы местности для указания местоположения)	d63352				
Составление и изложение сообщений на языке формальных символов (передача сообщения на языке формальных символов с прямым и подразумеваемым значением)	d6340				
Письменные сообщения (передача сообщений, с прямым и подразумеваемым	d345				

значением, посредством письма, например, написание письма другу)					
Начало разговора (начало диалога или общения, например, представление себя, общепринятое приветствие других, предложение темы или задавание вопросов)	d3500				
Поддержание разговора (продолжение и ведение в определенном русле диалога или общения, добавляя мысли к теме, предлагая новую тему или возвращаясь к прежней теме, также как уклонение от темы в разговоре или письме)	d3501				
Завершение разговора (окончание диалога или общения с использованием общепринятых выражений, доведение обсуждения темы до конца)	d3502				
Разговор с одним человеком (начало, поддержание, ведение и завершение диалога или общения с одним человеком, например, обсуждение погоды с другом)	d3503				
Разговор с множеством людей (начало, поддержание, ведение и завершение диалога или общения более чем с одним индивидом, например, начало и участие в групповом диспуте)	d3504				
Использование телекоммуникационных устройств (использование телефонов и других устройств в качестве средств связи)	d3600				
Использование пишущих машин (использование машин для письма, например, пишущих машинок, компьютеров и машинок, печатающих по Брайлю, как средств общения)	d3601				
Использование техник общения (использование специальных техник общения, например, чтение по губам)	d3602				
Уважение и сердечность в отношениях (оказание внимания и уважения, ответ на эти отношения со стороны других, в соответствии с ситуацией и в социально приемлемой форме)	d7100				
Положительное восприятие отношений (проявление удовлетворения и благодарности, ответ на эти же проявления со стороны других, в соответствии с ситуацией и в социально приемлемой форме)	d7101				
Физический контакт в отношениях (физическое прикосновение и ответ на него в отношениях с другими, в соответствии с ситуацией и в социально приемлемой форме)	d7105				
Регуляция поведения во время взаимодействий (регулирование эмоций и порывов, вербальной и физической агрессивности во взаимодействиях с другими людьми, в соответствии с ситуацией и в социально приемлемой форме)	d7202				

Взаимодействие в соответствии с социальными нормами (независимое поведение во взаимодействиях с людьми, отвечающее социальным нормам и в соответствии со своей ролью, положением или другим социальным статусом)	d7203				
Соблюдение дистанции (осознание и соблюдение между собой и людьми дистанции, допустимой в соответствии с обстоятельствами, окружением и культурой)	d7204				
Неформальное общение (включение в неформальные встречи и другое общение, например, посещение друзей или родственников, неформальные встречи в общественных местах)	d9205				
7. Досуговая деятельность					
Глобальные умственные функции организма. Функции ориентированности	b1140				
Игры (включение в игры, имеющие правила или без четких правил, в неорганизованные игры и стихийный отдых, например, в игру в шахматы, карты или игру с детьми)	d9200				
Спортивные состязания (включение в неофициально или официально организованные игры или состязания на соревновательной основе, как в одиночку, так и в команде, например, в кегельбан, гимнастику или футбол)	d9201				
Искусство и культура (включение или занятие искусством и культурной жизнью, например, посещение театра, кино, музеев или художественных галерей; игра в спектаклях, чтение художественной литературы или игра на музыкальных инструментах)	d9202				
Рукоделие (производство изделий кустарного промысла, например, лепка глиняной посуды или вязание)	d9203				
Хобби (занятие своего досуга увлечениями, например, коллекционированием марок, монет или антиквариата)	d9204				
Ориентированность во времени (умственные функции, ответственные за осознание дня недели, числа, месяца и года)	b1140				
8. Соблюдение мер безопасности					

Перечень средств (приспособлений) комнаты оккупациональной терапии

№ п/п	Наименование оборудования	Назначение оборудования	Кол-во
1.	Адаптированный нож столовый	Специальный нож с мягкой ручкой и петлей для фиксации ремнем для детей с ослабленными и плохо функционирующими кистями	4
2.	Адаптированная вилка	Специальная вилка, для детей с ослабленными и плохо функционирующими кистями. Пластиковая ручка с нескользящим прорезанным покрытием. Ремешок на липучке для фиксации на руке. Ручку при необходимости можно утяжелить, открутив нижнюю крышку и заполнив полость ручки любыми тяжелыми предметами	6
3.	Адаптированная ложка	Специальная столовая ложка с мягкой ручкой имеет гибкую секцию для фиксации под любым углом для более удобного использования и петлю для фиксации ремнем для пациентов, которые не могут сами сжимать ручку. Ручку при необходимости можно утяжелить, открутив нижнюю крышку и заполнив полость ручки любыми тяжелыми предметами	6
4.	Захват посуды	Активный захват для подъема и перемещения мелких предметов (банок, бутылок, книг, коробок, газет и журналов). Материал – алюминий, пластик. Противоскользящее покрытие на рукоятке и захвате	2
5.	Захват посуды	Приспособление для захвата и удержания предметов на кухне сделано для того, чтобы дать больше независимости, удобства и значительно помочь людям с нарушением функций верхних конечностей с ежедневными задачами на кухне	2
6.	Захват для открывания крышек	Приспособление для открывания банок и бутылок	2
7.	Ограничитель на тарелку	Пластмассовое устройство диаметром 20-25см, крепится на край тарелки с помощью имеющейся выемки, препятствуя выпадению пищи из тарелки	2
8.	Захват для ключей	«Активный захват» для ключей предназначен для облегчения поворота ключа в замке инвалидами с контрактурами кисти	2
9.	«Крючок для застегивания пуговиц»	Устройство, помогающее в застегивании пуговиц и «молний»	3
10.	Специальная расческа для волос	Пластмассовое устройство в эргономичном дизайне, которое тщательно сбалансированное, чтобы обеспечить максимальную досягаемость с минимальными усилиями и напряжением мышц. Удлиненная рукоятка и нескользящая ручка	2
11.	Приспособление для надевания носков	Пластмассовое устройство с текстильными лентами, помогающее при надевании носков. Махровая ткань на внешней стороне приспособления надежно удерживает носок	3
12.	Панель настенная с тренажерами	Выключатель; розетка с вилкой; дверной засов; дверной звонок (кнопка); дверная ручка; дверной замок с ключом;	1

	«Я могу!»	навес для дверного замка; дверной замок с ключом; навес для дверного замка; дверной крючок; тренажер спираль-вертикаль; шнуровки (2 вида); тренажер для координации с 2 стилусами	
13.	Панель настенная с тренажерами «Я могу!»	Выключатель; дверной звонок (кнопка); дверной засов; дверная ручка; дверной замок с ключом; навес для дверного замка; дверной крючок; дверная цепочка	1
14.	Тренажер сгибание-разгибание пальцев «Я могу!»	Настольный тренажер для развития силы и подвижности пальцев рук, тренировки движений сгибания-разгибания пальцев рук. Подставка для предплечья регулируется по высоте. Тренажер имеет систему петель (5 шт), установленных на перемещаемой панели	1
15.	Тренажер панель настольная с гайками «Я могу!»	Используется для развития (восстановления) функций мелкой моторики, для упражнений по закручиванию и выкручиванию гаек пальцами рук, упражнений по захвату предметов разной формы. Тренажер представляет собой трехступенчатую панель из натурального дерева с 12 винтами и 12 гайками	1
16.	Активный захват	Универсальный помощник для доставания предметов из удаленных мест, идеален для доставания и удержания емкостей, бутылок, коробки, книг и даже газет. Специальный спусковой механизм с резиновыми наконечниками обеспечивает удобный доступ, а также может использоваться при одевании. Удлиняет область захвата до 82см	3
17.	Активный захват	Универсальный помощник для доставания предметов из удаленных мест, идеален для доставания и удержания емкостей, бутылок, коробки, книг и даже газет. Специальный спусковой механизм с резиновыми наконечниками обеспечивает удобный доступ, а также может использоваться при одевании. Удлиняет область захвата до 67см	4
18.	Приспособление для надевания рубашек	Устройство, упрощающее процесс одевания, раздевания, а также уборки одежды. Гладкая металлическая ручка с деревянным покрытием с большим пластмассовым крючком специальной формы помогает одеваться и раздеваться	2

19.	Платформа – качалка	Средство (приспособление) для реабилитации и профилактики заболеваний упорно – двигательного аппарата, выработке равновесия. Упражнение на балансировочных качелях укрепляют вестибулярный аппарат и мышцы всего тела, развивают координацию движений, силу и ловкость, позволяют сформировать хорошую осанку	1
20.	Тренажер для пальцев	Настольный тренажер лесенка для пальцев – для развития силы и подвижности верхних конечностей, тренировки мышц и суставов пальцев рук	1
21.	Электрограф	Средство (приспособление) для восстановления навыков письма, тренировки координации движений, выработки чувства позиции и направления путем обводки предложенных форм без ошибок	1
22.	Стол – тренажер	Многофункциональный стол предназначен для развития и восстановления разнообразных двигательных функций рук. Стол с изменяемой высотой столешницы (за счет регулировки длины ножек), с жестким закреплением выбранного уровня высоты. Состав комплекса: - тренажер валики с 2мя дорожками и комплектами катушек разного размера; - тренажер лесенка; - тренажер столбики (разной длины и разного цвета); - тренажер лабиринт; - тренажер линейка с комплектом разноцветных прищепок; - тренажер для закрепления элементарных бытовых навыков; – тренажер планшетный лабиринт	1
23.	Логическая игра «Тигренок»	Тренажер для развития интеллекта детей, который научит выполнять задания по образцу, разовьет умение думать и рассуждать самостоятельно, научит различать и называть цвета	1

24.	Игра – головоломка «Интеллект»	Тренажер для развития интеллекта детей, развивающий умение думать и рассуждать самостоятельно	1
25.	Логическая игра «Пчелка»	Тренажер для развития интеллекта детей, который научит различать и называть цвета, думать и рассуждать самостоятельно	1
26.	Силовая сетка	Тренажер полезный для реабилитации успевающих, так же общей тренировки рук, пальцев, запястья и предплечья. Уровни жесткости силовой сетки (по цветам): Бежевый – ультралегкий; Желтый – легкий; Красный – средний; Зеленый – тяжелый; Черный – ультратяжелый	2
27.	Эспандер	Тренажер для сжимания пальцев	2
28.	«Зигзаг» контур	Развития и восстановления мелкой моторики и координации движений	1
29.	Простой pedalный тренажер с электродвигателем	Рекомендован как для пассивной, так и для активной тренировки. Занятие на тренажере – это профилактика контрактур и тугоподвижности суставов, восстановление мышечной силы и тонуса, координации движений конечностей, улучшение общего физического состояние, восстановление функции ходьбы	1