



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

Колледж ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»

**ФОРМИРОВАНИЕ БЫТОВОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО  
СПЕКТРА**

**Выпускная квалификационная работа**  
**Специальность 44.02.04 Специальное дошкольное образование**  
**Форма обучения очная**

Работа рекомендована к защите  
«21» мая 2024 г.  
Заместитель директора по УР  
Д. Расцектаева Расцектаева Д.О.

Выполнила:  
студентка группы ОФ-318-196-3-1  
Пугина Ирина Александровна  
Научный руководитель:  
преподаватель колледжа  
Платонова Анна Владимировна

Челябинск  
2024

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ БЫТОВОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА.....	6
1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра .....	6
1.2 Особенности бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра .....	11
1.3 Методы формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра .....	14
Выводы по первой главе .....	19
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ БЫТОВОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА .....	21
2.1 Диагностика уровня формирования бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра .....	21
2.2 Содержание работы по формированию бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра .....	27
2.3 Анализ полученных результатов .....	35
Выводы по второй главе .....	37
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	39
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	41
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 .....	46
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 .....	59

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время можно наблюдать, что количество детей с расстройством аутистического спектра возрастает. Данная тема рассматривается как одна из важнейших в коррекционной педагогике. Опираясь на данные мониторинга 2022 года, видно, что общая численность лиц с данным нарушением, составила 45888 человек. Проведённый мониторинг выявил динамику увеличения численности по сравнению с 2021 годом на 17 %, прирост составил 6771 человек [2].

Расстройства аутистического спектра (РАС) – это клинически разнородная группа расстройств психологического развития, характеризующаяся качественными отклонениями в социальном взаимодействии и способах общения, а также ограниченным, стереотипным, повторяющимся набором интересов и занятий [6].

У детей с РАС преобладает сложность в бытовых компетенциях, это происходит в связи с выполнением их практической деятельности. Бытовые навыки помогают людям эффективно взаимодействовать с другими людьми в повседневной жизни и успешно справляться с различными жизненными ситуациями. Основа собственного благополучия человека – это также его уровень сформированности бытовой компетенции и зависит это только от того, насколько сам человек сможет организовать свою жизнедеятельность, сделать ее комфортной для себя и полезной для общества. У детей развивается навык поведения за столом, личной гигиены, помощи по дому, все эти составляющие создают условия для здорового образа жизни, и чтобы ребенок стал самостоятельным и уверенным [4].

Решающая роль обучения в бытовой сфере признается учеными и педагогами-практиками в области общей педагогики (Р. С. Буре, М. В. Крулехт, В. И. Логинова, Н. И. Петрова, Ф. Г. Юсупова и др) [1]. В трудах Н.А. Пешковой и С.Г. Лещенко отмечается, что у детей с РАС формирование бытовой

компетенции происходит под воздействием окружающего его мира, и особенно значительную роль в этом играет семья и учреждение, в котором находится ребенок [26].

Также для ребенка очень важно специально подобранное обучение. Для того, чтобы ребенок больше понимал с ним должен работать ряд специалистов и родители, в основе которых будет лежать специальные программы, в которых учитываются возможности ребенка.

Цель исследования: теоретически изучить и эмпирически провести коррекционно-развивающую работу, направленную на формирование бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра.

Объект исследования: процесс формирования бытовой компетенции детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра

Предмет исследования: бытовая компетенция детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра.

Задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по заданной теме;
2. Описать особенности бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра;
3. Определить методы формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра;
4. Провести диагностику уровня формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра;
5. Разработать и апробировать задания по формированию бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра;
6. Проанализировать полученные результаты.

Гипотеза: формирование бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра будет успешным, если: в процессе коррекционно-развивающей работы использовать разработанные нами задания по формированию бытовой компетенции.

Методы исследования: изучение и анализ психолого-педагогической литературы, диагностика, методы обработки данных.

Теоретическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в систематизации подходов ученых и психологов на рассматриваемую проблему исследования, подтверждение разнообразия применения форм традиционных и нетрадиционных методов в процессе социализации детей с расстройством аутистического спектра.

Практическая значимость состоит в определении хода и структуры работы, значимости социально-педагогического сопровождения и коррекционно-педагогической работы по формированию бытовой компетенции и адаптации детей с расстройством аутистического спектра в обществе.

База исследования: Автономная некоммерческая организация «Центр реабилитации и интеграции детей с особенностями развития «Альтернатус» г. Челябинска». В исследовании принимало участие 3 ребенка.

Структура работы: состоит из: введения, двух глав, заключения, библиографического списка, двух приложений.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ БЫТОВОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**

1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра

Дошкольный возраст – это особенный возраст для ребёнка. Цитируя высказывание Л.С. Выготского по поводу дошкольного возраста, получаем следующее определение дошкольного возраста: «это оптимальный период для развития мышления ребенка, формирования его познавательной активности» [30]. В настоящее время мы можем наблюдать, что количество детей с расстройством аутистического спектра возрастает. И данная тема рассматривается как одна из важнейших в коррекционной педагогике.

Расстройство аутистического спектра (РАС) – это спектр психологических характеристик, описывающих широкий круг аномального поведения и затруднений в социальном взаимодействии, коммуникациях, а также жестко ограниченных интересов и часто повторяющихся поведенческих актов (Бернард Римланд).

У детей с расстройством аутистического спектра искажённое психическое развитие, которое охватывает перцептивную, сенсомоторную, речевую, интеллектуальную и эмоциональную сферы. Для них характерны уход в себя, отчужденность и отрешенность, наличие моторных, вербальных, речевых стереотипов, ограниченность интересов, нарушения поведения [11].

Бытовая компетенция предполагает некий индивидуальный, присущий только данному человеку характер взаимодействия с окружающей действительностью [31]. От уровня сформированности бытовой компетенции

зависит, насколько личность сможет организовать свою жизнедеятельность, сделать ее комфортной для себя и полезной для общества.

При работе с детьми, имеющими диагноз РАС педагоги обращаются к классификации О. С. Никольской. Она выделила четыре основные группы:

1. Дети с полной отрешенностью от происходящего. Данная группа аутизма является самой тяжелой;
2. Дети с активным отвержением происходящего;
3. Дети, погруженные в аутистические интересы;
4. Сверх тормозимые дети. Имеются трудности в организации общения и взаимодействия с ребенком [25. с. 26].

Дети первой группы производят загадочное впечатление своим отрешенным и, тем не менее, часто лукавым и умным выражением лица, особой ловкостью; тем, что не откликаются на просьбы и ничего не просят сами, часто не реагируют даже на боль, голод и холод, не проявляют испуга в ситуациях, в которых испугался бы любой другой ребенок. Они проводят время, бесцельно передвигаясь по комнате, лазая, карабкаясь по мебели, или застывают перед окном, наблюдая движение за ним, и затем продолжают собственное движение. При попытке остановить их, удержать, добиться внимания, заставить что-то сделать может возникнуть дискомфорт, и, как реакция на него – крик, самоагрессия; однако самоуглубленное равновесие восстанавливается, как только ребенка оставляют в покое. Такие дети не развивают практически никаких форм активной избирательности в контактах с миром, целенаправленность не проявляется у них ни в моторном действии, ни в речи – они мутичны. Более того, они почти не пользуются центральным зрением, не смотрят целенаправленно, не рассматривают ничего специально [25. с. 27].

Дети второй группы исходно несколько более активны и чуть менее ранимы в контактах со средой, и сам их аутизм более активен, он проявляется уже не как отрешенность, а как неприятие большей части мира любых контактов,

неприемлемых для ребенка. Для детей этой группы типично обилие стереотипных моторных движений, они поглощены ими, и их моторные стереотипии носят самый причудливый и изощренный характер. Это и избирательное напряжение отдельных групп мышц, суставов, и прыжки на напряженных прямых ногах, и взмахи рук, верчение головой, перебирание пальцами, трясение веревочек и палочек. В таких действиях они проявляют исключительную ловкость. Важно отметить, что это ловкость отдельной части тела: все тело скованно, а, например, рука совершает что-то невообразимо искусное [25. с. 32].

Детей третьей группы также легче всего отличить по внешним проявлениям, прежде всего – по способам аутистической защиты. Такие дети выглядят уже не отрешенными, не отчаянно отвергающими окружающее, а скорее сверхзахваченными своими собственными стойкими интересами, проявляющимися в стереотипной форме. Аутистическая стимуляция носит здесь особый характер. Ребенок не заглушает неприятные и пугающие впечатления, а, наоборот, взбадривает себя ими. Именно с такими впечатлениями чаще всего связаны его однотипные монологи и рисунки. Он все время говорит о пожарах, бандитах. Его интеллектуальные интересы, как правило, тоже первоначально связаны с пережитым испугом. Например, интерес к электротехнике часто вырастает из интереса к опасной и запретной электрической розетке [25. с. 42].

Детям четвертой группы присущ аутизм в его наиболее легком варианте. На первый план здесь выступают уже не защита, а повышенная ранимость, тормозимость в контактах (т.е. контакт прекращается при ощущении малейшего препятствия или противодействия), неразвитость самих форм общения, трудности сосредоточения и организации ребенка. Аутизм, таким образом, предстает здесь уже не как загадочный уход от мира или его отвержение, не как поглощенность какими-то особыми аутистическими интересами. Это физически хрупкие, легко утомляющиеся дети. Представление об их потенциальных

возможностях могут дать проявления их отдельных способностей, связанные обычно с невербальной сферой: музыкой или конструированием. Важно, что эти способности проявляются в менее стереотипной, более творческой форме. Увлечения остаются постоянными, но внутри них ребенок менее стереотипен, а значит, более свободен, более причастен творчеству [25. с. 57].

Процесс вхождения человека в социальную среду, и его приспособление к психологическим, культурным и социологическим факторам рассматривается социализацией при помощи понятия «адаптация». Различными компетенциями, необходимыми в повседневной жизни, дети овладевают в труде (в хозяйственно-бытовой деятельности, в самообслуживании). Ребенок начинает обходиться без помощи взрослого, быть самостоятельным, уметь преодолевать трудности. Поэтому важным в процессе обучения и воспитания детей является формирование бытовой компетенции [32].

Специалисты выделяют пять критериев, определяющих понятие бытовой деятельности:

- Самообслуживание (прием пищи, обращение с одеждой и обувью, пользование туалетом, гигиена тела);
- Организация питания (приготовление пищи, пользование бытовыми приборами при приготовлении пищи, составление меню, приготовление пищи по рецепту, сервировка стола, мытье посуды);
- Уход за вещами (уход за обувью, чистка одежды, хранение одежды, ручная стирка, машинная стирка, утюжка);
- Уборка помещения (подметание пола, вытирание пыли, уборка пылесосом, влажная уборка пола, чистка сантехники, вынос мусора);
- Обращение с деньгами, покупки (представление о покупательной функции денег, ведение бюджета, планирование и осуществление покупок) [26].

Родителям нужно специально организовывать ситуации, в которых ребенок сможет учиться применять сформированные навыки.

М.Ю. Веденина выделила следующие критерии бытовых навыков: навыки личной гигиены; навыки поведения за столом (организация места, правильное положения ложки в руках, самостоятельный прием пищи и т.д.); одежда (отношения к одежде); безопасность; навыки помощи по дому (убрать свои игрушки, накрыть на стол, убрать со стола и т.д.) [34].

Некоторые навыки формируются у ребенка бессознательно, то есть без осознанного контроля, и такие навыки можно назвать исходно автоматизированными. Например: навык ходьбы – ребенок учится ходить, сам того не замечая. Есть навыки, которые человек может развивать осознанно путем тренировки и контролировать их, эти навыки называются вторично автоматизированными. Первые самостоятельные навыки, которые осваивает ребенок – это навыки бытовой деятельности, включающие: формирование умений по выполнению гигиенических процедур, уборке помещений, уходу за вещами, планированию расходов, совершению покупок, приготовлению пищи и других повседневных дел [4].

Формирование данных навыков благоприятно влияет на процесс социализации ребенка, то есть его интеграция в общество, где он будет в достаточной мере самостоятелен, в котором будет ощущать себя полноценным членом [26]. Освоение разнообразных навыков и умений, необходимы в повседневной жизни, их усовершенствование состоит не только в способности справляться без помощи взрослого. У детей развивается самостоятельность, они преодолевают трудности и способны к волевым усилиям.

Таким образом, специфика формирования бытовой деятельности у детей дошкольного возраста, проявляется в следующем: устанавливается осознанная необходимость выполнять бытовые навыки, определяющаяся личными и общественными потребностями; осуществляется усвоение нравственных норм, обуславливающих поведение в быту; вырабатываются и совершенствуются

культурно-гигиенические навыки, ребенок соблюдает их по собственному желанию; формируются основные бытовые привычки.

## 1.2 Особенности бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра

Бытовая компетенция – это владение навыками личной гигиены, одевания, раздевания, самообслуживания за столом и хозяйственно-бытовыми навыками без посторонней помощи [23].

Простыми словами, это те действия, которые нужно уметь делать, чтобы самостоятельно справляться с обычными жизненными ситуациями.

Специалисты же определяют их как совокупность специфических навыков, знаний и умений, связанных с организацией собственного поведения и общения с окружающими людьми в различных социально-бытовых ситуациях, т.е. вне рамок учебной и профессиональной деятельности.

Формирование бытовой компетенции является обязательным в реализации образовательных программ и реализуется через трудовое воспитание, создание правильных представлений о благополучной жизни, обучение решению конфликтных ситуаций и экономических проблем [15]. Родители тоже заинтересованы в обучении своих чад таким навыкам. Но зачастую у людей выходит развивать данные навыки неосознанно, ведь они включают в себя все, что касается жизни обычного человека.

Итак, в социально-бытовые навыки входят:

- Навыки самообслуживания и гигиены. Сюда относятся организация личной гигиены, питания, навык одеваться и следить за своим внешним видом самостоятельно, построение маршрутов и передвижение по ним и т.д. Также сюда можно отнести организацию своего досуга, знания об оказании первой помощи и работе экстренных служб.

- Навыки домоводства. Например, это приготовление пищи, уборка помещения, уход за одеждой, обувью, предметами быта, умение пользоваться специальными приборами и инструментами и т.п.

- Экономико-бытовые навыки. У человека должно быть сформировано представление о деньгах и получении дохода, навык планирования и ведения бюджета, умение рационально использовать деньги.

- Знание основ правовой жизни общества. Человек должен знать свои права и обязанности, ценности, а также нормы и образцы поведения, которые присущи обществу, в котором он находится. Также к знанию норм общества стоит отнести навыки культурного поведения: знание правил этикета в различных ситуациях, вежливость и т.д.

- Социально-трудовые навыки. Сюда можно отнести такие категории, как профессиональное самоопределение, формирование представлений о себе, своих особенностях и осознание себя и своей роли в системе общества [15].

Отдельное место в социально-бытовых навыках отводится коммуникативным навыкам, что достаточно легко объяснить прямой зависимостью формирования всех перечисленных выше навыков от взаимодействия с другими людьми. С уверенностью можно сказать, что правильное и заинтересованное общество влияет на более легкую и быструю сформированность всех этих навыков. Скорее всего, это связано с тем, что вся система социально-бытовых навыков направлена на дальнейшую самостоятельную адаптацию и жизнь в обществе.

Вот, что относят к коммуникативным навыкам в этой категории:

- умение делиться. Оно позволит проще заводить друзей и поддерживать отношения, а впоследствии это умение может развить умение создавать и дарить подарки, что также работает на сохранность взаимоотношений.

- умение выражать благодарность. Это не менее важный навык, который касается не только вежливости и хороших манер, но и искреннего выражения своих чувств, что будет полезно как самому человеку, так и его окружению.

- умение поддерживать зрительный контакт. Хороший зрительный контакт - не менее важная часть общения, чем активное слушание. Для того, чтобы считывать полное «сообщение» от другого человека, его необходимо воспринимать всеми доступными органами чувств. А зрительный контакт позволит установить доверительные отношения между собеседниками.

- умение следовать инструкциям. Сложнее, чем следовать инструкциям, может оказаться только создание таковых для других. Инструкции нужны для верного и более быстрого выполнения заданий, а часто они также связаны с безопасностью, поэтому умение подчиняться правилам и следовать алгоритмам - жизненно важно для всех.

- уметь обращаться с просьбами о помощи. Это еще один вариант поддержки собственного комфорта. Если человек не справляется с чем-то, что ему важно выполнить, то нормальным решением будет попросить помощи у близких или нанять специалиста. Чтобы это не вызывало дискомфорта, человеку необходимо работать над общими навыками взаимодействия с людьми [15].

Социальные навыки влияют на развитие бытовых навыков человека, это готовит его к самостоятельной жизни и решению различных жизненных задач. Вероятно, поэтому список навыков достаточно длинный, а многие навыки невозможно довести до идеала даже к моменту наступления взрослого возраста.

У детей с РАС развитие бытовой компетенции существенно затруднено. Отсутствие целенаправленных приемов: анализа, сравнения и систематического поиска, применение неадекватных способов действия часто приводит к хаотичному, беспорядочному способу познания окружающего мира, и соответственно такого же поведения. Ребенок с РАС не в состоянии

самостоятельно освоить образцы решения бытовых задач, ему необходима помощь взрослого [18].

Таким образом, дети с расстройством аутистического спектра не осваивают бытовые компетенции самостоятельно. Они не замотивированы в получении конечного результата в связи с психологическими особенностями – не могут подражать взрослым или сверстникам, быстро переутомляются и переключаются на другой вид деятельности. Поэтому важную роль в формировании компетенции в быту играют вспомогательные средства: игры, упражнения помощь взрослых и конечно же родителей.

### 1.3 Методы формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра

Для формирования бытовой компетенции детей с расстройством аутистического спектра созданы коррекционно-развивающие работы, которые считаются наиболее эффективными. Рассмотрим наиболее востребованные такие как: Applied Behavior Analysis (ABA), Treatment and Education for Autistic and related Communication handicapped Children (TEACCH), структурированное обучение, оперантное обучение, визуальное расписание [26].

Прикладной анализ поведения доктора И. Ловаас (Applied Behavior Analysis, ABA). Applied Behavior Analysis – это методика коррекции при аутизме, которая основывается на поведенческих технологиях и методах научения. Она опирается на положение о том, что из любого поведения последует определенные результат. Если последствия ребенку понравились, то он будет повторять это поведение, а если не понравятся, то не будет [14].

Р. Шрамм указывал на то, что программа прикладного анализа поведения, разрабатывается индивидуально, осуществляется как план. Исходя из этого, если реакции на поведение ребенка у родителей предсказуема, то они понятны ребенку [10].

Так определенный тип поведения соотносится с определенными последствиями. Благодаря этому присутствие взрослых оказывает на ребенка положительное воздействие, он меньше расстраивается, более активно взаимодействует.

В большинстве случаев методика прикладного анализа поведения используется специалистами для обучения детей с аутизмом, она помогает ребёнку войти во взаимодействие со взрослым [17]. Но также может применяться и в диагностических целях. Данная методика дает возможность диагностировать сформированность социально-бытовых навыков по трем направлениям: навыки взаимодействия с другими людьми, навыки самообслуживания и социально-бытового ориентирования, представления ребенка о себе. Овладение навыков оценивается на четырех уровнях: от неспособности самостоятельных действий до сформированных навыков с учетом возможностей человека с ОВЗ.

Treatment and Education for Autistic and related Communication handicapped Children (TEACCH) – комплексная программа помощи людям и детям с РАС. Она была разработана на основе результатов исследований Э. Шоплера в содействии с университетом, государственными учреждениями и объединением родителей [5].

Цель данного метода – помощь людям с РАС, несмотря на сложность их расстройства, необходимо обеспечить условия для достижения максимальной самостоятельности и высокого уровня жизни. Для этого важно сочетание двух аспектов: максимально возможность интеграции в общество и наличие специального окружения, где возможна максимальная самостоятельности.

В Treatment and Education for Autistic and related Communication handicapped Children (TEACCH) работа осуществляется по 9-ти функциональным сферам и коррекции особого поведения: мелкая моторика, крупная моторика, имитация, координация руки и глаза, познавательная деятельность восприятие, социальные отношения, речь, самообслуживание [13].

Для каждой сферы выпущены отдельные книги с рекомендациями, оценочными листами и возможными заданиями.

Структурированное обучение – это конструктивный подход к сложностям проявления поведения детей с расстройствами аутистического спектра и создание такой среды обучения, которая минимизировала бы стресс, тревогу и фрустрацию, характерные для этих детей. Это стратегия обучения, разработанная Отделением ТЕАССН (Лечение и Образование Детей с Аутизмом и другими Расстройствами сферы Коммуникации) Университета Северной Каролины [20].

Структурированное обучение использует зрительные опорные сигналы, которые помогают детям с аутизмом сосредоточиться на актуальной информации. Таким сигналами может выступать визуальное расписание. Дети с аутизмом лучше воспринимают зрительную информацию, у них лучше развито визуальное мышление. Введение визуального расписания важно потому, что слово «нет» для детей с расстройствами аутистического спектра представляет одну из самых больших проблем. Часто слово «нет» звучит для них, как приговор и как окончательный отказ. Они не могут понять, что если сейчас ответ отрицательный, то немного позднее он будет положительным. Карточки, выстроенные друг за другом, делают более позднее «да» зримым, а «нет», сказанное сейчас, становится только временным «нет» [24].

Оперантное обучение – это метод, который предусматривает создание внешних условий, определяющих нужное поведение в разных аспектах, таких как: овладении учебными предметами, социально-бытовом развитии, производственными навыками и речи. Широко применяется в США, странах Европы. Обучение принято проводить индивидуально [29].

В старшем дошкольном возрасте именно оперантное обучение может быть особенно эффективным способом воспитания. Этот вид коррекции призван обучить аутичных детей социально-бытовому поведению, через отдельные

простые операции, которые постепенно объединяются [27]. Данный метод был основан Б.Ф. Скиннером и назывался он «оперантным обусловливаем». Под данным понятием ученый подразумевал процесс научения определенному навыку через установление связи между предъявляемым стимулом и реакцией, закрепляя положительный результат поощрением, а отрицательный – наказанием [12].

В настоящее время понятие данного метода несколько изменилось. «Цит. по Ю. Эрц: оперантное обучение – это целенаправленный процесс формирования тех или иных действий путем их дробления на составляющие части, осуществляемый посредством положительного или отрицательного подкрепления» [26]. Как показывает статистика, данный подход дает возможность дошкольникам с РАС овладеть школьной программой и получить шанс успешно трудиться и даже зарабатывать себе на жизнь.

Визуальное расписание – это наглядное отображение того, что произойдет во время какого-то одного занятия, события или в течение дня [9]. Основной целью визуального расписания является выполнение ребенком последовательных действий без прямых инструкций или подсказок со стороны родителей или педагогов.

Визуальное расписание создается индивидуально для каждого обучающегося в зависимости от того, изображения какого типа наиболее успешно он распознает. Оно может представлять собой набор карточек либо написанных слов, на которые ориентируется ребенок во время самостоятельного выполнения задания. Это могут быть карточки с названием предметов и режимных моментов, по которым ребенок сможет понять, что произойдет позже. Такие карточки могут сопровождаться символами, можно использовать различные виды расписания, инструкции, календари, часы. Для детей, которые умеют читать и понимают прочитанное, можно использовать написанные слова

или письменные списки, на которые ориентируется ребенок при самостоятельном выполнении задания [8].

Визуальное расписание в первую очередь помогает ребёнку понять, что происходит вокруг; оно необходимо ребёнку при сильной тревожности в непривычных ситуациях и ригидности, когда ребенок сопротивляется любым переменам в привычном распорядке дня. С помощью расписания можно заранее предупредить ребенка, что его ждёт в течение дня (или определенного отрезка времени), это помогает детям самостоятельно перейти от одного вида деятельности к другому, снизить тревожность и, как следствие, предотвратить неуместные формы поведения.

Визуальная поддержка облегчает коммуникацию родителей со своим ребёнком, которому трудно понимать и использовать речь. Конечной целью визуальной поддержки (способа иллюстрации порядка действий) является выполнение ребёнком последовательных действий без прямых инструкций или подсказок со стороны взрослых [22].

Для формирования социально-бытовых навыков на начальном этапе обучения визуальный план должен быть подробным, где каждое действие разбито на маленькие шаги, в дальнейшем этот план становится обобщённым.

Перед использованием визуального плана нужно убедиться, что у ребенка сформированы следующие навыки:

- ребенок различает рисунок на общем фоне;
- умеет сопоставлять предмет и его изображение;
- может понимать соответствие содержания изображённого с определённым действием [7].

Первые последовательности действий должны быть короткими (5-6 задач), конкретными, заканчиваться получением любимого поощрения. Далее могут использоваться микро и макро-расписания, которые обозначают самые основные для ребенка с расстройством аутистического спектра периоды дня или недели.

Таким образом, можно сказать, что благодаря работам Applied Behavior Analysis (АВА), Treatment and Education for Autistic and related Communication handicapped Children (ТЕАССН), структурированное обучение, оперантное обучение, визуальное расписание стало возможным обучение и воспитание детей с расстройствами аутистического спектра. Каждая из данных работ позволяет формировать бытовые компетенции у детей с РАС.

### Выводы по первой главе

Подводя итоги первой главы, можно сделать следующие выводы.

Бытовая компетенция – это владение навыками личной гигиены, одевания, раздевания, самообслуживания за столом и хозяйственно-бытовыми навыками без посторонней помощи.

М.Ю. Веденина выделила следующие критерии бытовых навыков: навыки личной гигиены; навыки поведение за столом (организация места, правильное положения ложки в руках, самостоятельный прием пищи и т.д.); одежда (отношения к одежде); безопасность; навыки помощи по дому (убрать свои игрушки, накрыть на стол, убрать со стола и т.д.).

Дети с РАС не осваивают бытовые компетенции самостоятельно. Они не замотивированы в получении конечного результата в связи с психологическими особенностями – не могут подражать взрослым или сверстникам, быстро переутомляются и переключаются на другой вид деятельности. Поэтому важную роль в формировании компетенции в быту играют вспомогательные средства: игры, упражнения помощь взрослых и родителей.

Благодаря работам Applied Behavior Analysis (АВА), Treatment and Education for Autistic and related Communication handicapped Children (ТЕАССН), структурированное обучение, оперантное обучение, визуальное расписание стало возможным обучение и воспитание детей с расстройствами

аутистического спектра. Каждая из данных работ позволяет формировать бытовые компетенции у детей с РАС.

Мы убедились, что формирование самостоятельности в быту у детей с РАС является особой проблемой; невозможно предсказать, с какой скоростью будет формироваться конкретный навык у конкретного ребенка; дети с РАС, которые имеют неплохие интеллектуальные возможности, могут быть абсолютно беспомощными в быту.

Овладение навыками самообслуживания является значимым шагом на пути к независимости людей с расстройством аутистического спектра. Несмотря на тяжесть РАС, необходимо создавать условия для формирования максимально возможной степени самостоятельности у детей.

Таким образом, в процессе работы с детьми с РАС возникают самые разные трудности, но с помощью педагогически и психологически верно подобранных стратегий коррекционной работы и методических рекомендаций, имеющих в специальной литературе, в обучении и развитии детей с РАС, безусловно, можно добиться положительных результатов.

## ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ БЫТОВОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

### 2.1 Диагностика уровня формирования бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра

Практическая часть исследования была проведена на базе Автономной некоммерческой организации «Центр реабилитации и интеграции детей с особенностями развития «Альтернатус» г. Челябинска». В исследовании принимали участие дети старшего дошкольного возраста в количестве 3 человек.

Задача нашего эксперимента состояла в том, чтобы выявить и оценить уровень сформированности бытовых компетенций.

Для проведения констатирующего эксперимента использовалась психолого-педагогическая диагностика игровой сферы и сферы социальных навыков детей с ментальными нарушениями Б.Л. Бейкер.

Диагностика обследования включала в себя анкетирование для родителей, с целью выявить уровень сформированности бытовых компетенций. Анкетирование проводимого исследования состоит из таблиц, что отвечает за отдельный навык ребенка. Все параметры оценивались следующим образом:

1 балл - правильно выполненное действие, ребенок выполняет задание самостоятельно

0 баллов - задание не выполнено

Рассмотрим подробнее содержание диагностики исследования

Таблица 1 – Диагностика социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: прием пищи

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	5
1	Берет в руку кусочек печенья/яблока/др. кладет в рот	1	1	1
2	Берет в руки чашку двумя руками, пьёт	1	0	1
3	Использует ложку, чтобы "зачерпнуть" еду	1	1	1
4	Берёт ложкой еду с тарелки, подносит ко рту, роняя часть	0	0	0
5	Пьёт через соломинку	1	1	0
6	Пьёт из чашки, держа её одной рукой	0	0	0
7	Пользуется вилкой	1	1	0
8	Ест ложкой, не роняя еду	1	1	0
9	Использует одну сторону вилки, чтобы разрезать нетвердую пищу	0	0	0
10	Держит вилку пальцами, как взрослые	0	1	0
11	Пользуется ножом, чтобы размазать еду	0	0	0
12	Пользуется ножом, чтобы разрезать еду	0	0	0
13	Наливает напиток из бутылки	0	0	0
14	Ест, используя вилку и нож	0	0	0

Данная таблица отражает навык приема пищи у детей. Видно, что у двух детей (Димы и Кирилла) одинаковое количество баллов, а у Вити намного меньше, на что стоит обратить большое внимание.

Далее рассмотрим таблицу навыка раздевания.

Таблица 2 – Диагностика социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: раздевание

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Снимает шапку	1	1	1
2	Снимает расстегнутое пальто/куртку	0	1	0

Продолжение таблицы 2

1	2	3	4	5
3	Расстегивает пуговицы	0	0	0
4	Расстегивает молнию	0	0	0
5	Расстегивает кнопки	0	0	0
6	Развязывает бантик	0	1	0
7	Снимает обувь	1	1	1
8	Снимает носки	1	1	0
9	Снимает штаны/колготки/трусы	1	1	1
10	Снимает футболку/свитер	0	0	0
11	Раздевается сам	0	0	0

Исходя из данных таблицы можно сделать вывод, что общие проблемы в большинстве связаны с расстегиванием и завязыванием вещей.

Следующая таблица поможет определить, как сформированы навыки одевания.

Таблица 3 – Диагностика социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: одевание

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Надевает шапку	1	1	1
2	Надевает обувь	1	1	1
3	Надевает куртку	0	1	0
4	Надевает носки	1	1	1
5	Надевает футболку/кофту	1	1	1
6	Надевает трусы/штаны	1	1	1
7	Застегивает пуговицы	0	1	0
8	Застегивает молнию	0	0	0
9	Застегивает кнопки	0	0	0
10	Завязывает шнурки	0	1	0
11	Одевается самостоятельно	0	0	0

В таблице с навыком одевания можно увидеть, как и общие проблемы ребят, так и их индивидуальные.

Далее можно увидеть таблицу навыка умывания, купания, повседневного туалета.

Таблица 4 – Диагностика социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: умывание, купание, повседневный туалет

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Вытирает руки	0	0	0
2	Вытирает рот	0	0	0
3	Вытирает лицо	0	0	0
4	Моеет руки	1	1	1
5	Умывает лицо	1	1	1
6	Чистит зубы	1	1	0
7	Моеет тело	0	0	0
8	Моеет голову	0	0	0
9	Принимает душ	0	0	0
10	Принимает ванну	0	0	0
11	Причесывается	0	0	0
12	Подтирается	1	1	1
13	Подмывается	0	0	0
14	Писает в унитаз	1	1	1
15	Испражняется в унитаз	1	1	1

Исходя из данных таблицы можно сделать вывод, что общие проблемы в большинстве связаны с принятием душа/ванны и мытья своего тела и причесывания.

Последняя таблица поможет определить навыки хозяйственно-бытовых дел.

Таблица 5 – Диагностика социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: хозяйственно-бытовые дела

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Убирает за собой со стола	1	1	0
2	Накрывает на стол	1	1	0
3	Моет посуду	0	0	0
4	Убирает вещи	0	0	1
5	Развешивает постиранные вещи	0	0	0
6	Загружает стирку	0	0	0
7	Стирает вещи на руках	0	0	0
8	Стирает с помощью машинки	0	0	0
9	Вытирает пыль	1	1	1
10	Моет пол	1	0	0
11	Пылесосит	0	0	0
12	Разогревает еду	1	1	0
13	Готовит еду	0	0	0
14	Гладит вещи	0	0	0

После заполнения таблиц анкетирования детей и оценки их результатов, подсчитывается количество баллов в каждой таблице. И производятся соответствующие выводы (таблица 6).

Таблица 6 – Результаты исследования по темам социально-бытовой направленности

Экспериментальная группа	Количество набранных баллов по темам социально-бытовой направленности					Общее количество	Уровень
	Прием пищи	Раздевание	Одевание	Умывание, купание, туалет	Домашние дела		
1	2	3	4	5	6	7	8
Дима	6	4	5	6	5	26	Средний
Кирилл	6	7	5	7	4	29	Средний
Витя	3	3	5	5	2	18	Низкий

Высокий уровень 43-65 баллов.

Средний 19-42 баллов.

Низкий 0-18 баллов.

Результаты констатирующего этапа исследования для наглядности представлены в диаграмме (рисунок 1) в процентах.

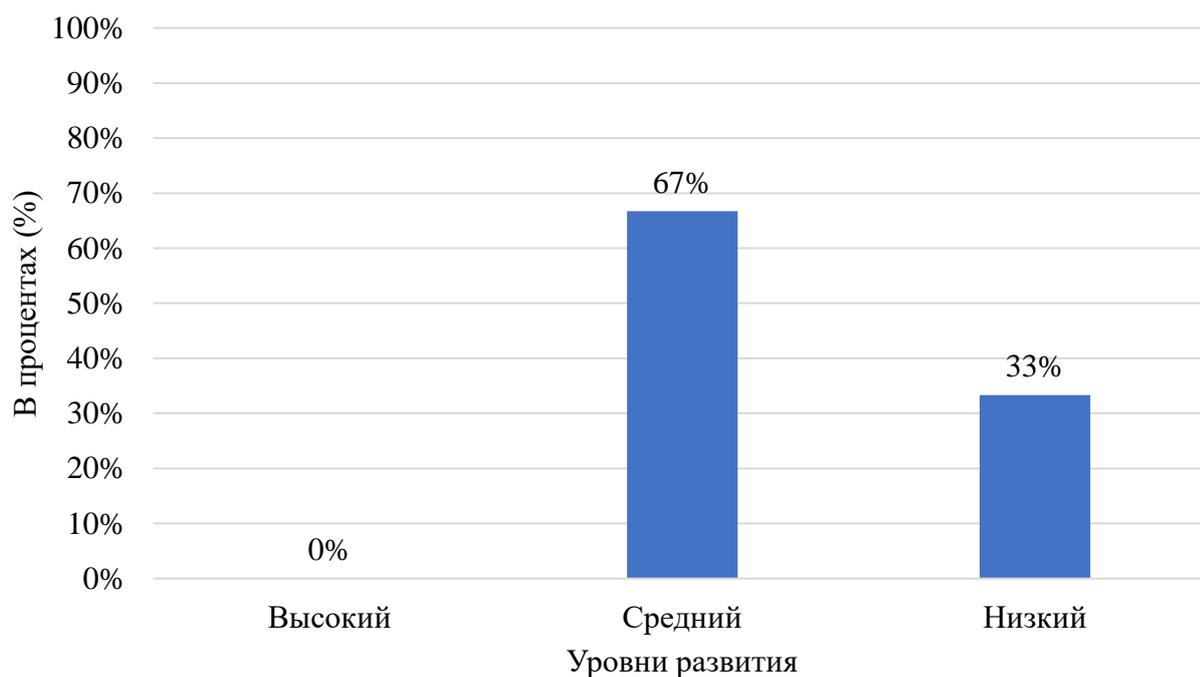


Рисунок 1 – Результаты сформированных навыков экспериментальной группы детей с РАС

По результатам диагностики социально-бытовой направленности у одного ребенка был выявлен низкий уровень (33%) и у двоих средний уровень (67%). Высокий результат не показал ни один из детей.

Точные данные помогли определить, какие не сформированные навыки имеются у каждого ребенка и определить дальнейший ход работы.

## 2.2 Содержание работы по формированию бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра

Формирование бытовой компетенции у ребенка с РАС содержит два направления. Первое направление включает формирование у детей навыков, которые необходимы в повседневной жизни, в первую очередь дома. Одновременно формируются навыки обращения с различными предметами быта, формирования навыков культуры поведения в быту [28].

Второе направление связано с достижением более отдалённой цели – овладение знаниями и умениями, которые потребуются детям в их самостоятельной жизни. Это направление включает в себя ознакомление детей со сферой социально-бытовой деятельности человека (службами, учреждениями и организациями), воспитание культуры поведения в школе, в семье, в общественных местах, формирование навыков общения.

Комплексная коррекционно-педагогическая работа по формированию социально-бытовых компетенций у детей с РАС включает:

- формирование и развитие знаний и представлений о себе и окружающем мире;
- развитие двигательной сферы (мелкой моторики рук);
- формирование и развитие умения воспроизводить все действия формируемых навыков на практике в жизни, в режимных моментах и дома [33].

Коррекционно-развивающую работу по формированию социально-бытовых компетенций у детей с РАС целесообразно проводить в соответствии со следующим алгоритмом:

1. Определить конкретную потребность, направления коррекционной работы и задачи, которые должны быть индивидуальными, конкретными и легко измеряемыми.

2. Определить «базовый уровень» развития определенного навыка, а именно - состояние его сформированности (когда, как часто, долго проявляется

определенное поведение). «Базовый уровень» – это характеристика поведения или навыка, с которым планируется работа.

3. Выяснить, какие факторы в окружающей среде влияют на поведение ребенка. Например, если рассматривать вопрос избирательности в еде, то необходимо определить, что влияет на вкус ребенка: запах, цвет, консистенция блюда. Обязательно нужно определить, какая именно пища может быть действенным поощрением, которое будет использоваться в качестве вознаграждения в процессе обучения. Эти поощрения должны постоянно находиться под контролем взрослого, чтобы ребенок не мог самостоятельно получить к ним доступ. Обучение в формате занятия воспринимается ребёнком как ситуация, в которой он должен выполнить задание и получить за это награду. С детьми с РАС следует проводить коррекционно-развивающие занятия в формате, максимально приближенном к естественным условиям, например, работу над пробой новых продуктов целесообразно осуществлять непосредственно во время приёма пищи. При этом следует всегда ориентироваться на уровень развития ребенка.

4. Навыки следует распределить на составляющие, которые поочерёдно усваиваются и образуют последовательность действий. Усвоение навыка последовательности действий начинается с последнего наименьшего действия, что приводит к конечному результату (например, обучение ребенка умению надевать брюки, начинают с самого простого – предлагают ребёнку одним движением потянуть вверх полуодетые брюки, чтобы результат был очевиден).

Этапы пошагового обучения социально-бытовым компетенциям:

- определение уровня развития навыка;
- определение ближайших шагов;
- отработка отдельной операции внутри навыка;
- объединение отдельных операций в цепочку действий;

- эффективное применение системы поощрений для управления коррекционным процессом [35].

Таблица 7 – Коррекционная работа поэтапного овладения социально-бытовыми навыками

Навык	Этапы овладения навыком.
	Ребенок:
1	2
1. Умение пить из чашки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Держит чашку и пьет с помощью взрослого в течение всего процесса.</li> <li>2. Ставит чашку на стол, после того как с помощью взрослого выпил из нее и часть расстояния ото рта к столу пронес с ним вместе.</li> <li>3. Самостоятельно ставит чашку на стол, после того как с помощью взрослого выпил из нее.</li> <li>4. Пьет из чашки, после того как взрослый помог поднести ее ко рту и самостоятельно ставит ее на стол.</li> <li>5. Взрослый помогает взять чашку. Ребенок самостоятельно подносит чашку ко рту, пьет и самостоятельно ставит ее на стол.</li> <li>6. Самостоятельно пьет из чашки.</li> <li>7. Самостоятельно пьет из разных чашек и стаканов.</li> </ol>
2. Умение наливать воду в стакан из бутылки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Открыть бутылку с водой.</li> <li>2. В одну руку взять стакан, в другую – открытую бутылку с водой.</li> <li>3. Поставить стакан на стол и, придерживая его, осторожно наполнить до середины водой из бутылки.</li> <li>4. Бутылку закрыть.</li> </ol>
3. Умение снимать брюки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Стягивает штанину с одной ноги, после того как взрослый уже снял штанину с другой.</li> <li>2. Сидя снимает штанины с обеих ног, если они уже спущены до колен.</li> <li>3. Спускает брюки с середины бёдер до колен, садится и снимает их.</li> <li>4. Спускает брюки с бёдер, садится и снимает их.</li> <li>5. Снимает брюки самостоятельно под присмотром взрослого.</li> <li>6. Снимает брюки самостоятельно.</li> </ol>

Продолжение страницы 7

1	2
4. Умение снимать футболку	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Взяться за края футболки, поставив руки крест-накрест.</li> <li>2. Поднять руки вверх, держась за края футболки.</li> <li>3. Высунуть голову через горловину футболки.</li> <li>4. Высунуть руки через рукава футболки.</li> </ol>
5. Умение надевать кофту	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Берет края обеих половинок переда кофты, соединяя их вместе после того как взрослый одел кофту.</li> <li>2. Надевает один рукав, после того как взрослый одел другой.</li> <li>3. Надевает оба рукава, если взрослый удобно держит кофту.</li> <li>4. Берет подготовленную кофту и надевает один рукав.</li> <li>5. Берет подготовленную кофту и надевает оба рукава.</li> <li>6. Полностью надевает подготовленную кофту.</li> <li>7. Берет кофту из шкафа и самостоятельно надевает ее.</li> </ol>
6. Умение застегивать молнию	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Взять одной рукой край разъемной части молнии, второй - другую часть молнии с «бегунком».</li> <li>2. Соединить «замком» правую и левую части молнии.</li> <li>3. Взяться за «бегунок» молнии и аккуратно довести его до конца, при этом держась за основание молнии.</li> </ol>
7. Умение застегивать кнопки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Взять одной рукой нижнюю половину кнопки (с выемкой).</li> <li>2. Другой рукой взять верхнюю половинку кнопки (с выпуклой частью).</li> <li>3. Соединить обе половинки сильным нажатием пальцами до щелчка.</li> </ol>
8. Умение застегивать пуговицы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскрыть петлю (отверстие) одной рукой.</li> <li>2. Другой рукой взяться за пуговицы и протолкнуть ее в петлю снизу-вверх.</li> <li>3. Сверху взять пуговицу двумя пальцами (большим и указательным) и вытянуть ее.</li> </ol>
9. Умение расстегивать молнию	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Взяться одной рукой за «бегунок» молнии.</li> <li>2. Расстегнуть молнию, аккуратно опустив «бегунок» до основания молнии.</li> <li>3. Держась за основание, разъединить половинки молнии.</li> </ol>

Продолжение страницы 7

1	2
10. Умение расстегивать кнопки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Взяться одной рукой за нижнюю половину кнопки (с выемкой).</li> <li>2. Другой рукой за верхнюю половинку кнопки (с выпуклой частью).</li> <li>3. Аккуратно потянуть половинки кнопки в разные стороны.</li> </ol>
11. Умение расстегивать пуговицы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскрыть петлю с пуговицей одной рукой.</li> <li>2. Другой рукой протолкнуть пуговицу в петлю сверху вниз.</li> <li>3. Снизу взять пуговицу двумя пальцами (большим и указательным) и вытянуть ее с другой стороны.</li> </ol>
12. Умение надевать обувь (без застегивания и завязывания шнурков)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сидя на стуле, поставить ботинки перед собой на пол.</li> <li>2. Расслабив шнуровку, вставить левую ногу в левый ботинок.</li> <li>3. Натянуть ботинок на ногу, до упора пятки.</li> <li>4. Аналогично надеть правый ботинок на правую ногу.</li> </ol>
13. Умение умываться	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Включить кран, «отрегулировать температуру воды».</li> <li>2. Сложить ладошки «лодочкой».</li> <li>3. Подставить руки под струю, наполнив «лодочку» водой.</li> <li>4. Поднести «лодочку» с водой к лицу, склонившись над раковиной.</li> <li>5. Аккуратными движениями вымыть глаза, щеки, рот.</li> <li>6. Выключить кран.</li> </ol>
14. Умение чистить зубы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Открыть тюбик с зубной пастой.</li> <li>2. Взять зубную щетку щетиной вверх.</li> <li>3. Намочив щетку под струей воды.</li> <li>4. Выдавить необходимое количество зубной пасты из тюбика на щетку.</li> <li>5. Почистить зубы верхней челюсти.</li> <li>6. Затем почистить зубы нижней челюсти.</li> <li>7. Тщательно прополоскать рот.</li> <li>8. Вымыть зубную щетку под струей воды, убрать на место.</li> <li>9. Закрыть тюбик с зубной пастой.</li> <li>10. Убрать тюбик на место.</li> </ol>

*Продолжение страницы 7*

1	2
15. Умение причесываться	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Подойти к зеркалу, взять расческу.</li><li>2. Провести расческой по волосам одной стороны.</li><li>3. Провести расческой по волосам с другой стороны. Действие повторить несколько раз.</li><li>4. Положить расческу на место.</li></ol>
16. Умение мыть посуду	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Включить кран, отрегулировать температуру воды.</li><li>2. Налить небольшое количество средства на губку.</li><li>3. Смочив тарелку водой, тщательно протереть ее губкой со средством с обеих сторон до полного удаления остатков пищи, жира.</li><li>4. Ополоснуть тарелку до полного смывания средства.</li><li>5. Положить тарелку на чистый поднос.</li><li>6. Аналогично вымыть другую посуду.</li></ol>
17. Умение вытирать пыль	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Смочить салфетку для вытирания пыли в небольшом тазике с водой.</li><li>2. Хорошо отжать салфетку.</li><li>3. Влажной салфеткой протереть мебель, выполняя плавные движения в одном направлении.</li><li>4. Салфетку прополоскать в тазике и отжать. Аналогично протереть другую мебель в помещении.</li><li>5. После окончания работы, прополоскав и отжав салфетку, вывесить ее на просушку.</li><li>6. Убрать инвентарь на место.</li></ol>
18. Умение мыть пол	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Налить в ведро с водой моющее средство для пола.</li><li>2. Надев резиновые перчатки, намочить половую тряпку в ведре.</li><li>3. Хорошо отжать половую тряпку.</li><li>4. Развернув тряпку, закрепить ее на швабре.</li><li>5. Плавными движениями «вперед-назад» мыть пол, не пропуская поверхности.</li><li>6. По мере необходимости прополаскивать половую тряпку и менять воду в ведре.</li></ol>

*Продолжение страницы 7*

1	2
	7. После окончания работы, прополоскав и отжав половую тряпку, вывесить ее на просушку. 8. Вымыть и убрать инвентарь на место.

Дидактический материал к проведению коррекционной работы вы можете видеть в приложении 1.

Обучение ребенка с РАС усвоению социально-бытовых навыков следует начинать с полной физической помощи взрослого – «рука в руке».

Уровни помощи взрослого при формировании у ребенка с расстройством аутистического спектра социально-бытовых навыков:

- совместные действия взрослого и ребенка – «рука в руке», которые нужно сопровождать пошаговой инструкцией или комментарием действий;
- частичная помощь действием (заключительное действие ребенок выполняет самостоятельно);
- ребенок выполняет действие под контролем взрослого;
- ребенок выполняет действие самостоятельно, опираясь на пошаговую речевую инструкцию взрослого;
- ребенок выполняет действие самостоятельно, по программе действий, выведенной на наглядный уровень (например, при надевании одежды - все предметы должны лежать в заданной последовательности или ребенку предлагают предметные схемы действий);
- ребенок выполняет действие в полном объеме самостоятельно [20].

Эффективной работой с детьми с расстройствами аутистического спектра является визуальное расписание.

Визуальное расписание – это последовательность картинок, фотографий, слов или чисел, которые отображают этапы каких-то событий или занятий [3]. Расписания являются своеобразной формой коммуникации с ребенком с РАС.

Они применяются в групповой и индивидуальной работе с детьми, а также в режимных моментах. Они находятся в раздевалке, в групповом помещении. Применение расписания помогает четко организовать деятельность ребенка, помогает в дальнейшем легче адаптироваться в детском коллективе сверстников. Благодаря расписанию ребенок будет четко знать, что будет происходить в следующий момент. Это будет способствовать уменьшению тревожности ребенка и снижению проявлений возможных негативных поведенческих реакций.

При включении ребенка в коллектив сверстников у него появляется возможность чувствовать себя уверенней и действовать в определенных ситуациях на уровне остальных детей [21]. Для детей с РАС визуальное расписание - это способ удерживать в поле внимания все занятия и действия, которые нужно совершать в течение дня. Это также удобный способ осваивать и осуществлять сложные комплексные навыки, среди которых может быть всё, что угодно.

Создание визуального расписания может существенно помочь ребёнку при формировании знаний и навыков:

- в изучении рутинных комплексных действий при самообслуживании (в том числе – приучение к горшку, мытьё головы, чистка зубов, отход ко сну и пр.);

- в подготовке к предстоящим неизвестным до сих пор событиям (перелёт, поездка на поезде, поход в бассейн, в цирк, празднование дня рождения, Нового года и т.п.);

- в освоении правил поведения дома, в школе, на приёме у врача, в магазине, в аптеке или при переходе улицы [16].

Самым главным критерием при выборе варианта изображения должны стать индивидуальные особенности ребенка: насколько схематичный рисунок будет ему понятен.

## 2.3 Анализ полученных результатов

Для того чтобы оценить успешность коррекционной работы был проведен контрольный этап экспериментальной работы.

На контрольном этапе нами было проведено повторное анкетирование родителей по формированию бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра в старшей группе. Результаты, полученные в ходе контрольного этапа, представлены нами в таблице 8 и рисунке 2.

Таблица 8 – Результаты исследования сформировавшихся навыков у детей старшего дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра

Экспериментальная группа	Количество набранных баллов по темам социально-бытовой направленности					Общее	Уровень
	Прием пищи	Раздевание	Одевание	Умывание, купание, туалет	Домашние дела		
1	2	3	4	5	6	7	8
Дима	8	8	7	7	5	35	Средний
Кирилл	9	8	9	9	8	43	Высокий
Витя	6	5	7	6	4	28	Средний

Исходя из данных таблицы у экспериментальной группы детей старшего дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра наблюдается положительная динамика.

Динамику изменения социально-бытовой направленности представим с помощью диаграммы ниже (рисунок 2).

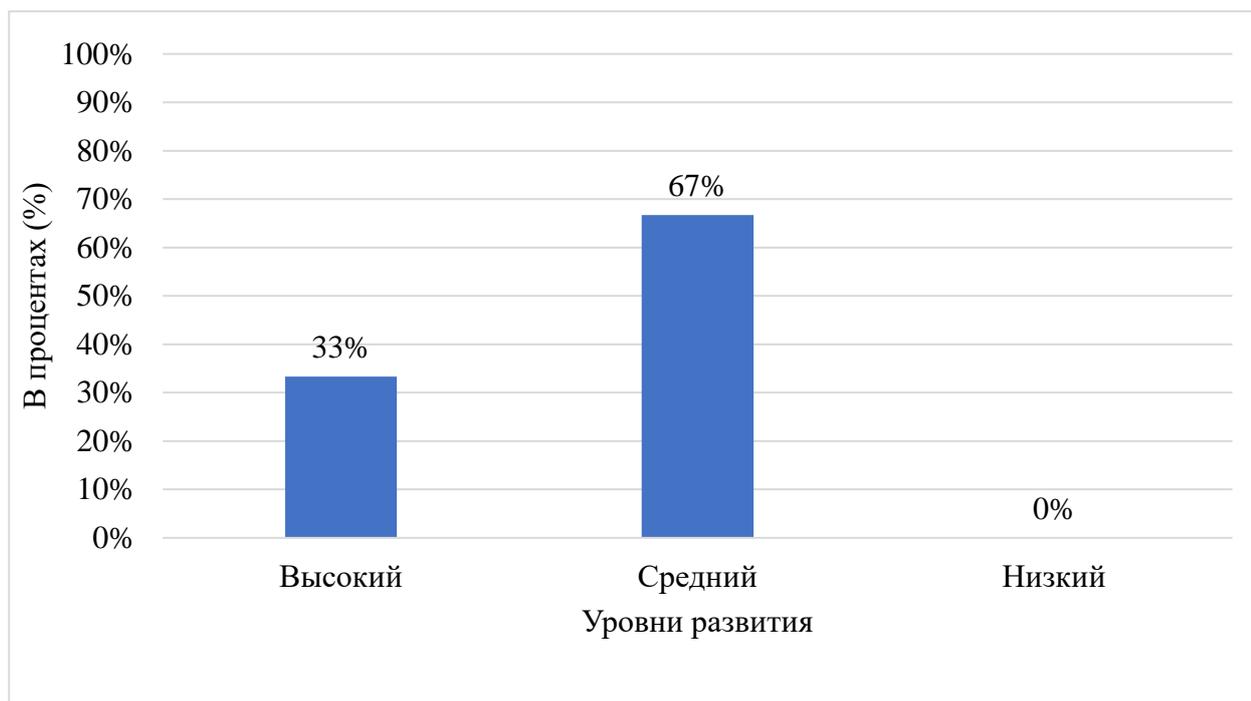


Рисунок 2 - Результаты контрольного этапа

По результатам повторной проведенной диагностики мы отметили, что уровень формирования бытовой компетенции повысился и находится в пределах «высокий» и «средний». Из рисунка 2 видно, что по результатам проведенной диагностики высокий уровень выявлен у Кирилла (33%), а средний уровень у Димы и Вити (67%). Анализ полученных данных показал, что на контрольном этапе эксперимента средний уровень повысился до высокого уровня у одного воспитанника (Кирилла), низкий уровень повысился до среднего у одного воспитанника (Вити).

Следовательно, коррекционная работа по формированию бытовой компетенции у детей старшего дошкольного возраста с РАС показала свою эффективность. Для достижения наиболее лучших результатов необходимо продолжать коррекционную работу.

Подробные результаты повторного проведения анкетирования для родителей на контрольном этапе вы можете ознакомиться в приложении 2.

## Выводы по второй главе

Вторая глава была посвящена опытно-экспериментальному исследованию по формированию бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра. Мы провели эксперимент, на группе испытуемых, которую составили 3 детей. Для решения задач исследования нами было использовано визуальное расписание.

В результате проведенной диагностики мы обнаружили у наших испытуемых специфические особенности практически во всех сферах. Для получения более подробной информации об уровне сформированности навыков самостоятельности в быту была использована анкета для родителей. Были получены сведения об уровне сформированности навыков самостоятельности.

Используя на практике представленную методику, нами были получены следующие результаты. У двух детей был выявлен средний уровень сформированности бытовых навыков, что составляет (67%), а у одного ребенка выявлен низкий уровень, что составляет (33%). По результатам констатирующего и контрольного этапа эксперимента мы можем видеть, что низкий уровень повысился до среднего у одного воспитанника, что составило (67%), средний уровень повысился до высокого тоже у одного воспитанника, что составило (33%).

Таким образом, контрольный этап помог увидеть и оценить успешность проведенной коррекционной работы. Был получен ожидаемый результат, дети используют визуальное расписание. Конечно же некоторые навыки еще требуют дальнейшей отработки, так что необходимо продолжать обучение по данному плану. И для успешного формирования навыков самостоятельности в быту необходим индивидуальный подход к каждому ребенку с РАС. Индивидуализация проявлялась в определении: уровня самостоятельности выполнения навыка; индивидуальных особенностей ребенка; социальной ситуации развития ребенка.

Важно отметить, что 100% результата быть не могло, так как сформировать определенный навык требует долгой коррекционной работы. Это объясняется сложностью дефекта. И именно поэтому, детям с РАС требуется тщательно спланированная и непрерывная работа.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для изучения формирования бытовой компетенции у детей с расстройством аутистического спектра было организовано собственное теоретическое и практическое исследование. На основе изученной нами литературы были рассмотрены основные понятия, такие как: расстройство аутистического спектра, бытовые компетенции. Рассмотрели критерии бытовых навыков, предложенные Ведениной М.Ю. Особое внимание мы уделили особенностям бытовой компетенции у детей с РАС.

Формирование элементарных бытовых навыков и навыков самообслуживания – одна из важнейших задач воспитания и обучения детей с РАС. Дети с РАС не осваивают социально-бытовые навыки самостоятельно. Они не замотивированы в получении конечного результата в связи с психологическими особенностями – они не могут подражать взрослым или сверстникам, быстро переутомляются и переключаются на другой вид деятельности. Поэтому важную роль в формировании навыков в быту играют вспомогательные средства: игры, упражнения помощь взрослых и конечно же родителей. Однако представленные сложности поддаются коррекции.

В работе описаны основные коррекционные работы, такие как: Applied Behavior Analysis (АВА), Treatment and Education for Autistic and related Communication handicapped Children (ТЕАССН), структурированное обучение, оперантное обучение, визуальное расписание. Благодаря данным коррекционным работам стало возможным обучение и воспитание детей с расстройствами аутистического спектра. Каждая из данных работ позволяет формировать бытовые компетенции у детей с РАС.

В рамках практической части исследования была проведена опытно-экспериментальная работа по определению уровня сформированности социально-бытовых навыков у детей. Данное исследование было проведено на

базе Автономной некоммерческой организации «Центр реабилитации и интеграции детей с особенностями развития «Альтернатус» г. Челябинск».

Анализ опытно-экспериментальной работы показал, что проблема формирование бытовых компетенций у детей в дошкольном возрасте с расстройством аутистического спектра актуальна. В практической части мы организовали эксперимент. Нами было использовано визуальное расписание. Для получения более подробной информации об уровне сформированности самостоятельности в быту в работе представлена анкета для родителей. Проанализировали и интерпретировали результаты исследования.

В результате мы выяснили, что у многих детей с расстройством аутистического спектра не развиты навыки самообслуживания. На основе этих результатов были подобраны для визуального расписания определенные карточки PECS, которые подходили к каждой теме занятия.

Результаты доказали достоверность выдвинутой нами гипотезы, что формирование бытовой компетенции будет успешным в процессе коррекционно-развивающей работы, в ходе которой мы и использовали визуальное расписание. По результатам констатирующего и контрольного этапа эксперимента мы увидели, что низкий уровень повысился до среднего у одного воспитанника, что составило (67%), средний уровень повысился до высокого тоже у одного воспитанника, что составило (33%).

Таким образом, на основе опытно-экспериментального исследования можно сделать вывод, что подобранное визуальное расписание в коррекционно-развивающей работе с детьми позволило выявить положительную динамику социально-бытовых навыков у детей с расстройством аутистического спектра. Динамика полученных результатов принесла свои положительные результаты.

Цель исследования достигнута, задачи решены, получены теоретические и экспериментальные данные, подтверждающие выдвинутую гипотезу.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова, Г.М. Развитие жизненных компетенций детей с нарушениями / Абрамова Г.М. [Электронный ресурс] // : [сайт]. – URL: <https://infourok.ru/razvitie-zhiznennih-kompetenciy-detey-s-narusheniyami-2339956.html>
2. Аналитическая справка о состоянии образования, обучающихся с расстройствами аутистического спектра в субъектах РФ. Федеральный ресурсный центр по организации комплексного сопровождения детей с РАС. – Москва.: МГППУ, 2018 – 23 с.
3. Бабилова, Е.С. Использование зрительных расписаний в работе с детьми с РАС / Бабилова, Е.С. // . – 2017. – С. 15.
4. Богатая, О. Ф. Формирование социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра / О. Ф. Богатая. – Сургут: Региональный ресурсный центр образовательных технологий по работе с детьми, имеющими особенности развития, 2019 – 67 с.
5. Бородина, Л.Г., Семаго, М.М., Семаго, Н.Я. Типология отклоняющегося развития. Варианты аутистических расстройств / Бородина, Л.Г., Семаго, М.М., Семаго, Н.Я. – Москва: Генезис, 2020 – 368 с.
6. Всемирная организация здравоохранения / [Электронный ресурс] // Аутизм: [сайт]. – URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
7. Герман, Е.Ю., Карпова, Е.Н. Использование визуального расписания в образовательном процессе с детьми, имеющими нарушение формирования коммуникативных навыков различной этиологии / Герман, Е.Ю., Карпова, Е.Н. – Шарья: 2022 – 54 с.
8. Гречухина, Т.Н. Использование метода визуальной поддержки в работы с детьми с РАС / Гречухина, Т.Н [Электронный ресурс] // : [сайт]. – URL:

<https://nsportal.ru/detskii-sad/korreksionnaya-pedagogika/2021/11/28/ispolzovanie-metoda-vizualnoy-podderzhki-v-raboty>

9. Гусева, Н.Ю. Применение визуального расписания для детей с РАС в Центре длительной реабилитации «Добрый сад» / Гусева, Н.Ю. // – 2018. – № 2. – С. 28.

10. Детский аутизм и АВА: АВА (Applied Behavior Analysis): терапия, основанная на методах прикладного анализа поведения / Роберт Шрамм; пер. с англ. Измайловой-Камар; С. Анисимова. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2013. – 208 с.

11. Ивчик, О. Н. Основная образовательная программа для детей с расстройством аутистического спектра от 1.5 до 7 лет / О. Н. Ивчик // МБДОУ №66. – 2021. – С. 103.

12. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. – М.: Академия, 2003. – 176 с.

13. Козак, Н.Н. Происхождение и психология аутизма. Научно-практическое исследование практик и методик социализации аутизма / Козак, Н.Н. – : Риборо, 2016 – 350 с.

14. Козлова, Е.Г АВА-терапия (метод прикладного анализа поведения) / Козлова Е.Г [Электронный ресурс] // РИА НОВОСТИ: [сайт]. – URL: <https://ria.ru/20120910/747164443.html>

15. Константинова, О.Л / Константинова О.Л [Электронный ресурс] // Социально-бытовые навыки для всех: [сайт]. – URL: <https://4brain.ru/blog/socialno-bytovye-navyki-dlya-vseh/>

16. Косарева, О.А. Методы и приемы работы по формированию навыков социально-бытовой ориентировки у детей с РАС / Косарева, О.А. [Электронный ресурс] // : [сайт]. – URL: <https://infourok.ru/metodi-i-priemi-raboti-po-formirovaniyu-navikov-socialnobitovoy-orientirovki-u-detey-s-r-3653972.html>

17. Литвинова, Е.В. Методика прикладного анализа поведения (АВА) / Литвинова Е.В. [Электронный ресурс] // Детский диагностический центр: [сайт]. – URL: <https://deti-clinica.ru/info/bolezni/metodika-prikladnogo-analiza-povedeniya-aba/>
18. Лоанн, В. Т., Тай, Н. Д. Особенности навыков самообслуживания у детей с аутизмом / В. Т. Лоанн, Н. Д. Тай // Наука в жизни человека. – 2023. – № 1. – С. 13.
19. Макарова, О.Б. / Макарова, О.Б. [Электронный ресурс] // Что такое структурированное обучение для детей с аутизмом?: [сайт]. – URL: <https://makarova-nf-korr.edumsko.ru/articles/post/3178423>
20. Макарова, О.В. Формирование социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра / Макарова, О.В. [Электронный ресурс] // : [сайт]. – URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/08/21/konsultatsiya-formirovanie-sotsialno-bytovyh-navykov>
21. Матюш, О.В. Что же представляет собой визуальное расписание / Матюш, О.В. [Электронный ресурс] // Визуальное расписание: [сайт]. – URL: <https://multiurok.ru/blog/vizualnoe-raspisanie.html>
22. Морозова, Е.А. Аутизм / Морозова, Е.А. [Электронный ресурс] // Как использовать визуальную поддержку при аутизме: [сайт]. – URL: <https://autismjournal.help/articles/kak-ispolzovat-vizualnuyu-podderzhku-pri-autizme>
23. Мурина, Л.В / Мурина Л.В [Электронный ресурс] // Формирование бытовой компетенции у детей с ОВЗ на уроках СБО: [сайт]. – URL: <https://infourok.ru/formirovanie-bytovoij-kompetencii-u-detej-s-ovz-na-urokah-sbo-5683236.html>
24. Насырова, И.В. / Насырова, И.В. [Электронный ресурс] // Структурированное обучение детей с аутизмом: [сайт]. – URL: <https://infourok.ru/strukturirovannoe-obuchenie-detej-s-autizmom-1511181.html>

25. Никольская, О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи / Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. - М.: Теревинф, 1997
26. Пешкова, Н. А., Лещенко, С. Г. Диагностика и развитие социально-бытовых навыков у старших дошкольников с расстройством аутистического спектра / Н. А. Пешкова, С. Г. Лещенко. – Томск: Мир науки, 2020 – 74 с.
27. Порембская, Л. А. Бытовой труд как средство воспитания самостоятельности у детей дошкольного возраста: автореф. Дис. // Л. 1953 – 23 с.
28. Развитие социально-бытовых навыков у детей старшего дошкольного возраста с расстройством аутистического спектра: учебно-методическое пособие / И.И. Сунагатуллина, А.А. Трегуб. – Магнитогорск: Изд-во Магнитогорск. гос. техн. ун-та им. Г. И. Носова, 2021 – 47 с.
29. Родзинский, Г.А / Родзинский, Г.А [Электронный ресурс] // Методы коррекционно-развивающего воздействия на детей с расстройствами аутистического спектра, критерии оценки эффективности их применения в образовательном процессе: [сайт]. – URL: <https://webkonspect.com/?room=profile&id=8503&labelid=160327>
30. Рудакова, В.А. Особенности развития мышления у детей дошкольного возраста. / Рудакова В.А. [Электронный ресурс] // : [сайт]. – URL: <https://www.art-talant.org/publikacii/16835-osobennosti-razvitiya-myshleniya-detey-doshkolynogo-vozrasta>
31. Савельева, Е. Г., Симакова, В. В., Грицан, Л. Н., Изотова, Ю. С., Кузьмина, О. И. / Е. Г. Савельева, В. В. Симакова, Л. Н. Грицан, Ю. С. Изотова, О. И. Кузьмина // Программа по формированию жизненных компетенций по направлению «Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни» у обучающихся начальных классов с задержкой психического развития. – 2014. – №. – С. 56.

32. Сластенин, В.А. и др. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; Под ред. В.А. Сластенина. – М.: Академия, 2002. – 576 с.

33. Хлебникова, Е.А. Коррекционно-развивающая программа по формированию социально-бытовых навыков у детей старшего дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра / Хлебникова, Е.А. [Электронный ресурс] // : [сайт]. – URL: <https://педпроект.рф/хлебникова-е-а-публикация/>

34. Юсупова, М. Р. Теоретические аспекты изучения сформированности социально-бытовых навыков у детей старшего дошкольного возраста / М. Р. Юсупова // Инновационная наука. – 2022. – № 7-2. – С. 56.

35. Янушко Е.А. Игры с аутичным ребенком. Установление контакта, способы взаимодействия, развитие речи, психотерапия. Серия «Особый ребенок». М., «Теревинф», 2004. – 136 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Дидактический материал для формирования бытовой компетенции

(Е.С. Лыкова-Унковская)



Рисунок 3 – Дидактический материал для обучения навыкам личной гигиены (умывание)



Рисунок 4 – Дидактический материал для обучения навыкам личной гигиены (чистка зубов)



Рисунок 5 – Дидактический материал для обучения навыка личной гигиены (причесывание)



Рисунок 6 – Дидактический материал для обучения навыка личной гигиены (стирка мелких вещей в тазу)

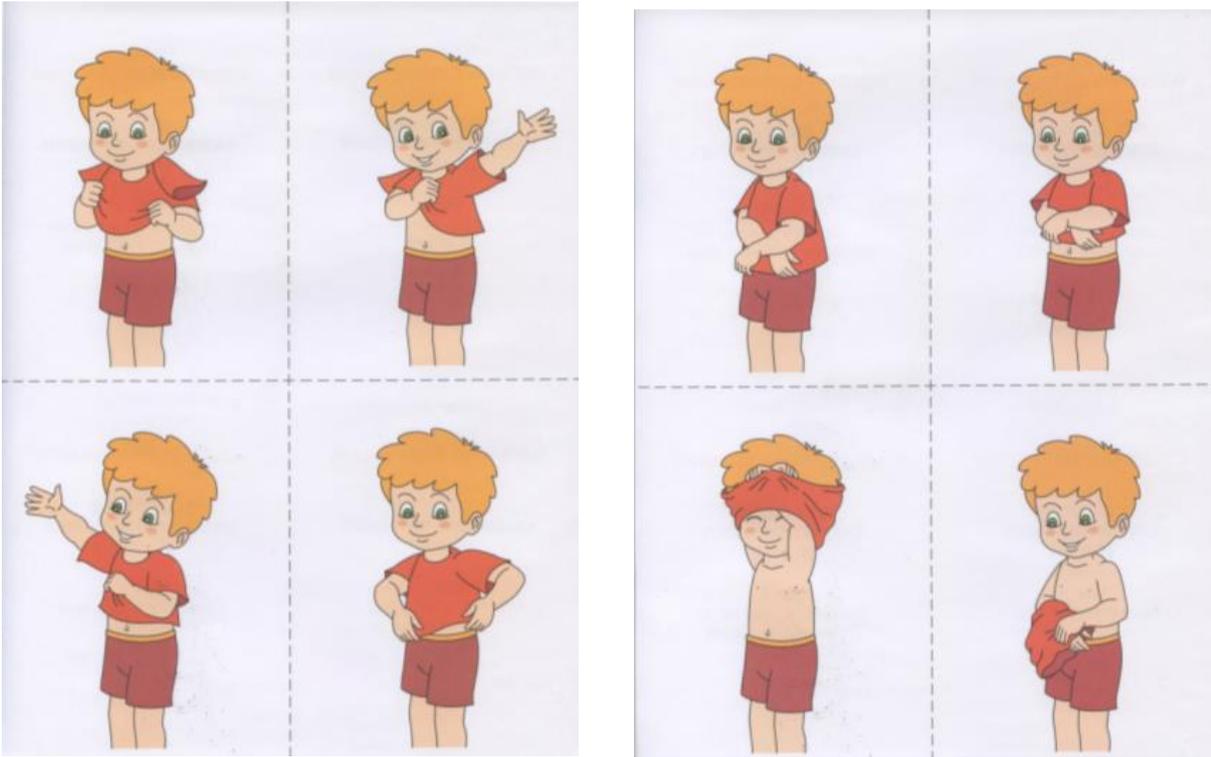


Рисунок 7 – Дидактический материал для обучения навыка одевания/раздевания (надеть, снять футболку)

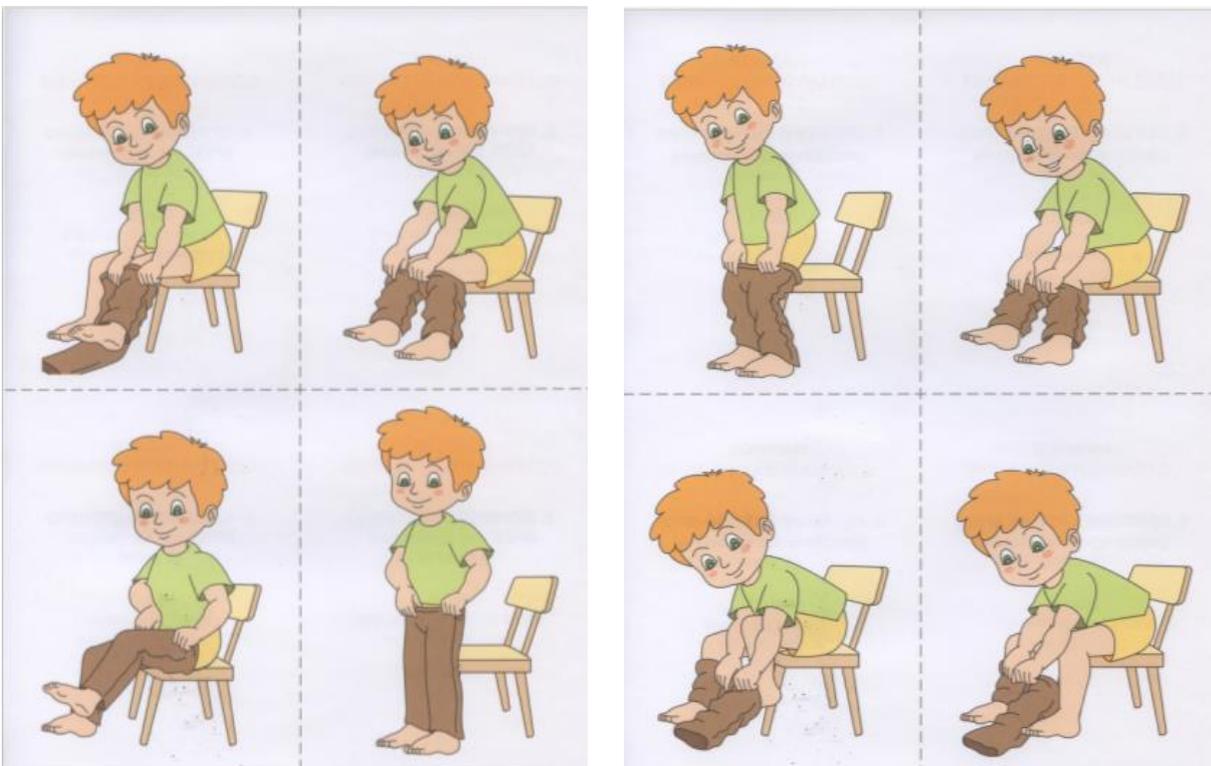


Рисунок 8 – Дидактический материал для обучения навыка одевания/раздевания (надеть, снять брюки)



Рисунок 9 – Дидактический материал для обучения навыка одевания/раздевания (застегнуть, расстегнуть молнию)



Рисунок 10 – Дидактический материал для обучения навыка одевания/раздевания (застегнуть, расстегнуть кнопку)



Рисунок 11 – Дидактический материал для обучения навыка одевания/раздевания (застегнуть, расстегнуть пуговицу)



Рисунок 12 – Дидактический материал для обучения навыка надеть/снять (обувь)



Рисунок 13 – Дидактический материал для обучения навыка застегнуть/расстегнуть (липучку)



Рисунок 14 – Диагностический материал для обучения навыка завязывания/развязывания (шнурков)



Рисунок 15 – Диагностический материал для обучения навыка самообслуживания за столом (намазывание хлеба маслом)



Рисунок 16 – Диагностический материал для обучения навыка самообслуживания за столом (приготовление бутерброда, все компоненты заранее нарезаны взрослым)



Рисунок 17 – Диагностический материал для обучения навыка самообслуживания за столом (наливание воды в стакан из бутылки)



Рисунок 18 – Диагностический материал для обучения хозяйственно-бытового навыка (пытье пола)



Рисунок 19 – Диагностический материал для обучения хозяйственно-бытовым навыкам (мытьё посуды)



Рисунок 20 – Диагностический материал для обучения хозяйственно-бытового навыка (вытирание пыли при влажной уборке)



Рисунок 21 – Диагностический материал для обучения хозяйственно-бытового навыка (подметание пола)

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Таблица 9 – Результаты контрольного этапа исследования социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: прием пищи

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Берет в руку кусочек печенья/яблока/др. кладет в рот	1	1	1
2	Берет в руки чашку двумя руками, пьёт	1	1	1
3	Использует ложку, чтобы "зачерпнуть" еду	1	1	1
4	Берёт ложкой еду с тарелки, подносит ко рту, роняя часть	0	0	0
5	Пьёт через соломинку	1	1	0
6	Пьёт из чашки, держа её одной рукой	1	1	1
7	Пользуется вилкой	1	1	1
8	Ест ложкой, не роняя еду	1	1	0
9	Использует одну сторону вилки, чтобы разрезать нетвердую пищу	0	0	0
10	Держит вилку пальцами, как взрослые	0	1	0
11	Пользуется ножом, чтобы размазать еду	0	0	0
12	Пользуется ножом, чтобы разрезать еду	0	0	0
13	Наливает напиток из бутылки	1	1	1
14	Ест, используя вилку и нож	0	0	0

Таблица 10 – Результаты контрольного этапа исследования социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: раздевание

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Снимает шапку	1	1	1
2	Снимает расстегнутое пальто/куртку	1	1	1
3	Расстегивает пуговицы	0	0	0
4	Расстегивает молнию	1	1	1

Продолжение таблицы 10

1	2	3	4	5
5	Расстегивает кнопки	1	0	0
6	Развязывает бантик	0	1	0
7	Снимает обувь	1	1	0
8	Снимает носки	1	1	1
9	Снимает штаны/колготки/трусы	1	1	1
10	Снимает футболку/свитер	1	1	0
11	Раздевается сам	0	0	0

Таблица 11 – Результаты контрольного этапа исследования социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: одевание

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Надевает шапку	1	1	1
2	Надевает обувь	1	1	1
3	Надевает куртку	1	1	1
4	Надевает носки	1	1	1
5	Надевает футболку/кофту	1	1	1
6	Надевает трусы/штаны	1	1	1
7	Застегивает пуговицы	0	1	1
8	Застегивает молнию	1	1	0
9	Застегивает кнопки	0	0	0
10	Завязывает шнурки	0	1	0
11	Одевается самостоятельно	0	0	0

Таблица 12 – Результаты контрольного этапа исследования социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: умывание, купание, повседневный туалет

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Вытирает руки	0	0	0

Продолжение таблицы 12

1	2	3	4	5
2	Вытирает рот	0	0	0
3	Вытирает лицо	0	0	0
4	Моет руки	1	1	1
5	Умывает лицо	1	1	1
6	Чистит зубы	1	1	0
7	Моет тело	0	0	0
8	Моет голову	0	0	0
9	Принимает душ	0	1	0
10	Принимает ванну	0	1	0
11	Причесывается	1	1	1
12	Подтирается	1	1	1
13	Подмывается	0	0	0
14	Писает в унитаз	1	1	1
15	Испражняется в унитаз	1	1	1

Таблица 13 – Результаты контрольного этапа исследования социально-бытовой сферы детей с ментальными нарушениями, навык: хозяйственно-бытовые дела

№	Показатель	Дима	Кирилл	Витя
1	2	3	4	5
1	Убирает за собой со стола	1	1	0
2	Накрывает на стол	1	1	0
3	Моет посуду	0	1	1
4	Убирает вещи	0	1	1
5	Развешивает постиранные вещи	0	0	0
6	Загружает стирку	0	0	0
7	Стирает вещи на руках	0	0	0
8	Стирает с помощью машинки	0	0	0
9	Вытирает пыль	1	1	1
10	Моет пол	1	0	0

*Продолжение таблицы 13*

1	2	3	4	5
11	Пылесосит	0	1	0
12	Разогревает еду	1	1	0
13	Готовит еду	0	0	0
14	Гладит вещи	0	1	1