



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

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
КАФЕДРА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ И
ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

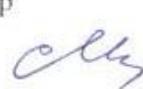
**Социально-бытовая адаптация подростков с интеллектуальными
нарушениями как ресурс самостоятельности в жизни**

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.03 Специальное (дефектологическое) образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическая реабилитация лиц с ограниченными возможностями
здоровья»
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:
73 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
«16» 01 2024 г.
Зав. кафедрой ППО и ПМ
 Корнеева Н.Ю.

Выполнила:
студентка группы ЗФ-309-170-2-1
Бекетова Айгуль Александровна 

Научный руководитель:
д.филол.н., профессор
Кожевников М.В. 

Челябинск
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ КАК РЕСУРСА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ 9	
1.1 Актуальные проблемы подготовки подростков с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни	9
1.2 Понятие социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями	15
1.3 Готовность подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и содержание процесса их социально-бытовой адаптации	23
Выводы по первой главе	29
ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ	31
2.1 Диагностика готовности к самостоятельной жизни подростков с интеллектуальными нарушениями	31
2.2 Программа социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями	39
2.3 Эффективность программы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.....	51
Выводы по второй главе	54
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	56
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	59

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В настоящее время с каждым годом все больше увеличивается число детей с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью), имеющих трудности в социально-бытовой адаптации. Помощь подросткам с интеллектуальными нарушениями в адаптации к окружающему миру, на сегодняшний день, одна из актуальных проблем современной коррекционной педагогики и психологии.

Социально-бытовая адаптация – это система и процесс определения оптимальных режимов общественной и семейно-бытовой деятельности инвалидов в конкретных социально-средовых условиях и приспособления к ним инвалидов, создание определенной бытовой среды жизнедеятельности, адаптированной для инвалида.

Подростки с интеллектуальными нарушениями живут и развиваются в своем собственном темпе и ритме и из-за своих нарушений в развитии имеют много ограничений. Большинство из них испытывают трудности даже в самостоятельном передвижении и удовлетворении личных потребностей.

Главным разделом в системе образования является специальное образование детей, имеющих нарушения развития. Система специального образования создает и обеспечивает все необходимые условия для включения лиц с ОВЗ в социум.

На сегодняшний день главная задача системы специального образования – создание оптимальных условий для обучения, воспитания, коррекции нарушений, психолого-педагогической реабилитации и социальной адаптации.

Целью специального образования подростков с интеллектуальными нарушениями можно считать их социальную интеграцию. Ее успех, главным образом, зависит от социально-бытовой компетентности

воспитанника и его способности самостоятельно взаимодействовать с окружающими. Поэтому коррекционные школы при непрерывном взаимодействии с родителями реализуют главную задачу, которая заключается в подготовке каждого из учащихся к самостоятельной жизни в обществе, используя минимальную помощь окружающих.

Безусловно, для социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями важно и необходимо изучение всех предметов, представленных в учебном плане, но только занятия социально-бытовой ориентировки (далее – СБО) направлены на формирование у подростков социально-бытовой компетентности. СБО, как предмет, помогает подростку применять и закреплять свои знания практически, как на уроках, так и во внеурочное время. Предполагается, что большую часть знаний и умений по данному предмету подростки усваивают в семье, при общении с окружающими людьми, во время походов в магазины, поликлиники и др.

В настоящее время социальная адаптация старшеклассников специальных (коррекционных) школ становится более значимой.

Анализ специальных психолого-педагогических исследований по заявленной проблеме позволил нам выявить **противоречия** между:

– пристальным интересом специалистов к адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями к общественной деятельности и недостаточным владением педагогами и психологами методами и приемами реализации этого процесса;

– необходимостью целенаправленной работы по социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями и недостаточной разработанностью необходимых технологий реализации этого процесса.

На основании выявленных противоречий сформулирована **проблема** исследования: каковы методические подходы к социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями?

Актуальность этой проблемы и недостаточность разработанности определили выбор темы выпускной квалификационной работы «Социально-бытовая адаптация подростков с интеллектуальными нарушениями как ресурс самостоятельной жизни».

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и апробировать программу социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.

Объект исследования: социально-бытовая адаптация подростков с интеллектуальными нарушениями.

Предмет исследования: коррекционно-развивающий потенциал программы социально-бытовой адаптации как средства повышения уровня самостоятельности жизни подростков с интеллектуальными нарушениями.

Гипотеза исследования: уровень готовности подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни будет значительно выше, если в систему коррекционно-развивающей работы включена программа по социально-бытовой адаптации.

Задачи исследования:

1. Изучить отечественной и зарубежной научной литературы по проблеме исследования.
2. Раскрыть специфику и содержание процесса социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.
3. Разработать и апробировать программу социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.
4. Оценить эффективность реализации программы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями в повышении уровня готовности подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни.

Теоретико-методологическая основа исследования:

1) положения об основных закономерностях психического развития в исследованиях авторов: Л.С. Выготский, Л.С. Мухина, Д.Б. Эльконин;

2) положения о специфике процесса обучения и обучаемости лиц с проблемами в развитии: Б.Г. Ананьев, П.Я. Гальперин, З.И. Калмыкова, Н.А. Менчинская, Э.И. Мещерякова, С.Л. Рубинштейн, Н.Ф. Талызина;

3) работы по вопросам социальной, психологической и профессиональной адаптации: И.А. Бочковская, С.В. Герасимова, Л.Е. Данилюк, В.В. Дегтярева, и др.

Положения, выносимые на защиту:

1. Социально-бытовая адаптация подростков с интеллектуальными нарушениями представляет собой «вхождение» в общество, т.е. овладение нормами и функциями будущей социальной деятельности. Большинство подростков с интеллектуальными нарушениями имеют низкий уровень готовности к самостоятельной жизни, который проявляется в трудностях при выполнении повседневных задач, ограниченном наборе коммуникационных навыков и проблемах в понимании социальных правил.

2. Использование разработанной программы по социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями позволит повысить уровень социализации обучающихся и готовности к самостоятельной жизни, оказывает влияние на формирование навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентировки.

Научная новизна заключается в разработке программы по социально-бытовой адаптации, которая обладает высоким коррекционно-развивающим потенциалом в повышении уровня готовности подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни.

Теоретическая значимость исследования определяется тем, что его результаты позволяют расширить и углубить научные представления

об особенностях социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.

Практическая значимость исследования заключается в том, что предложенная программа по социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями может быть использована дефектологами, педагогами и другими специалистами в организациях, реализующих адаптированные образовательные программы.

Для решения поставленных задач исследования использовался комплекс следующих **методов**:

1) теоретические: анализ специальной психолого-педагогической и методической литературы, интерпретация, обобщение опыта педагогической деятельности по проблеме социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями;

2) эмпирические: психолого-педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный этапы), беседа, анкетирование, наблюдение;

3) статистические методы количественной и качественной обработки данных.

База исследования: муниципальное общеобразовательное учреждение «Специальная общеобразовательная школа-интернат № 3 города Магнитогорска».

Этапы исследования. Исследование проводилось в 4 этапа:

1 этап (декабрь 2021 г. – февраль 2022 г.). На этом этапе проанализированы основные положения научной психолого-педагогической и методической литературы по проблеме социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.

2 этап (март 2022 г. – май 2022 г.). На этом этапе была произведена экспериментальная работа по выявлению уровня социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.

3 этап (май 2022 г. – ноябрь 2023 г.). Была разработана и реализована программа по социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями.

4 этап (декабрь 2023 г. – январь 2024 г.). На данном этапе была проведена повторная диагностика уровня социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями; проанализированы и обобщены полученные данные экспериментальной работы, произведено текстовое оформление материалов исследования, сформулированы выводы.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников. Основная часть работы изложена на 64 страницах, в число которых входит 3 рисунка и 6 таблиц. Список использованных источников содержит 50 наименований.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ КАК РЕСУРСА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ

1.1 Актуальные проблемы подготовки подростков с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни

Актуальность проблемы подготовки подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни, привития им навыков самостоятельности обусловлена увеличением численности таких детей. По данным Росстата, на 1 января 2023 г. число детей-инвалидов в России составило 703,7 тыс. человек (на 01.01.2010 г. – 518,9 тыс. чел.) [34].

Основными причинами инвалидности остаются психические расстройства и болезни нервной системы. Около 7 тыс. детей живут в интернатных учреждениях для умственно отсталых детей системы социальной защиты. Ежегодно около тысячи из них достигают подросткового возраста.

Проблема подготовки подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни является одной из наиболее сложных. Наиболее затруднительно обучать самостоятельности подростков с умственной отсталостью. Эмоциональная пассивность, неадекватное поведение в процессе общения, сложности коммуникации и другие особенности развития, характерные для данной категории детей, тормозят формирование самостоятельности в процессах обучения и воспитания. Тем не менее, большинство подростков с выраженной умственной отсталостью при условии направленного лечения и воспитания способны овладеть навыками социального поведения и жизнедеятельности.

На сегодняшний день для сотрудников адаптивных образовательных организаций определенным вызовом стала провозглашённая ФГОС необходимость формирования у обучающихся с умственной отсталостью (УО) и задержкой психического развития (ЗПР) социальных компетенций, проявляющихся в целостном, социально ориентированном взгляде на мир и свое место в нем; в осмыслении социального окружения, социальных ролей, этических норм, ценностей, правил поведения в современном обществе; в способности нести личную ответственность за свои поступки и др. [45].

Современная дефектология только начинает теоретическое и методологическое обоснование исследовательского подхода к изучению социальных представлений лиц с интеллектуальными нарушениями. Разработка и экспериментальная апробация методов активного социально-психологического формирования мировидения в целом и ситуационного восприятия в частности еще предстоят.

Во многом эта ситуация обусловлена нетипичностью данной проблемы для отечественной олигофренопсихологии, традиционно ориентированной на коррекцию познавательной сферы и, в значительно меньшей степени, заинтересованной собственно личностным аспектом развития [22]. В олигофренопсихологии и психологии лиц с ЗПР преимущественно рассматриваются вопросы изучения и коррекции особенностей самооценки и уровня притязаний, направленности личности и понимания нравственных норм поведения умственно отсталыми детьми. Это приводит к упрощенному пониманию содержания коррекционных воздействий: «Признавая важнейшую роль самооценки и уровня притязаний в формировании самосознания, в осуществлении регуляции социального поведения, рассматривая её как чуткий интегративный индикатор «социального самочувствия» ребенка, мы все-таки склонны не ограничиваться лишь ее значением в качестве основного показателя интеллектуально-личностной зрелости индивида. [...] в подобной

тенденции кроется угроза значительной редукции содержания первого понятия за счет второго» [22]. И. А. Коробейников (2002) отмечает слабость и неопределенность учета личностных факторов социализации в диагностических и коррекционных процедурах олигофренопсихологии, инерцию патофизиологических концептуальных представлений на фоне недостаточной разработанности подходов и конкретных методов личностно-ориентированной диагностики и коррекции [22].

Анализ содержания научно-практических пособий, рассматривающих психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии, подтверждает избирательное внимание к определенным аспектам коррекционно-развивающей деятельности [17; 26]. В них проблематика коррекционных воздействий представлена задачами коррекции эмоционально-волевого развития, самоотношения и образа «Я», межличностного общения, эмоциональных отношений с близким взрослым и сверстникам, саморегуляции поведения и др.

Вопросы формирования социальных представлений не упоминаются в принципе, разве что подразумеваются в контексте решения таких задач коррекционного блока деятельности, как «формирование продуктивных видов взаимоотношений ребёнка с окружающими (в семье, в классе)», «развитие у ребёнка или подростка компетентности в вопросах нормативного поведения», «развитие и совершенствование коммуникативных функций, эмоционально-волевой регуляции поведения» [26]. Так, рассматривая основные направления психологической помощи детям с ЗПР, И. И. Мамайчук формулирует задачи «укрепления социальной позиции личности ребенка с ЗПР в коллективе сверстников и в семье, формирования адекватной самооценки, самостоятельности и активности у детей с ЗПР» [26]. В этой связи представляется закономерным, что планируемые для умственно отсталых подростков личностные результаты формирования социальных

компетенций еще не получили развернутого представления по схеме: результат – критерии оценки – параметры – индикаторы [14].

В этих условиях деятельность адаптивной образовательной организации, направленная на формирование у подростков целостного и дифференцированного восприятия социального мира, познание его временно-пространственной организации, становится поистине фундаментальной и призвана заместить значительный пробел в теоретико-эмпирических исследованиях. Не углубляясь в оценку этой совершенно нестандартной для соотношения науки и практики ситуации, отметим высокую вероятность инерции прежних, в известной мере устаревших, представлений о содержании психологического сопровождения лиц с ОВЗ вместо разработки современных психотехник формирования социальных компетенций и инструментария оценки его личностных результатов.

В качестве примера рассмотрим параметры и индикаторы, предложенные для оценки по такому критерию как «формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей» на начальном этапе овладения АООП для обучающихся с ЗПР [14]. Заменой в данной формулировке глагола на отглагольное существительное определяются соответствующий параметр оценки – «сформированность целостного взгляда на мир в единстве его природной и социальной частей» [14]. В качестве индикаторов исследователь предлагает оценить то, как «сформированы знания и представления о целостной картине материального мира», для чего предлагается три задания, предполагающих выделение и называние объектов живой и неживой природы, сравнение признаков объектов живой и неживой природы [14].

На наш взгляд, представленный индикатор и относящиеся к нему задания не позволяют осуществить критериально ориентированную оценку ввиду исключения из критерия социальной составляющей, сводящей единство двух миров – социального и природного – исключительно к миру

материальных природных объектов. Это недопустимо при формировании социальных представлений, так как исключает из познавательной деятельности подростков с интеллектуальными нарушениями социальные объекты и явления. При такой трактовке критериев оценки будут обойдены вниманием знания и представления подростков о нематериальных объектах, связанных с идеаторным миром внутренней психической жизни человека – например, с воспоминаниями, ценностями, целями и другими феноменами.

Не обосновывая в нашем исследовании актуальность формирования представлений подростков с интеллектуальными нарушениями о нематериальных объектах внутреннего мира человека, подчеркнем необходимость дальнейшей разработки средств оценки личностных результатов освоения соответствующих социально-бытовых компетенций – индикаторов и диагностических заданий.

На сегодняшний день следует признать, что подготовка будущих дефектологов недостаточно сориентирована на формирование соответствующих профессиональных компетенций. Выходом из сложившейся ситуации представляется знакомство с результатами современных исследований ведущих отечественных специалистов в области изучения и формирования социально-временных представлений лиц с ОВЗ и с практиками их целенаправленного формирования.

В настоящее время задачам проектирования и корректировки коррекционно-развивающей деятельности на основе требований ФГОС и примерной АООП для обучающихся с УО наиболее соответствуют следующие направления исследований:

– рассмотрение особенностей восприятия и понимания подростками с интеллектуальными нарушениями социальных объектов и явлений, связанных с временной перспективой человеческой жизнедеятельности, психологическим временем личности, законами человеческой судьбы,

обусловленными умениями планировать жизнедеятельность, предвидеть последствия принятого решения, осуществленного выбора;

– рассмотрение особенностей восприятия и понимания подростками с интеллектуальными нарушениями трудных жизненных ситуаций и стратегий совладания с ними, включая интерпретативный копинг;

– рассмотрение социальных представлений подростков с интеллектуальными нарушениями о внутреннем мире человека, о суверенном психологическом пространстве человеческой личности и семиотике повседневности, благодаря которым люди выражают собственную индивидуальность в своеобразии своих социальных связей, привычек, вкусов, ценностей, намерений и переживаний и пр.;

– рассмотрение социальных представлений подростков с интеллектуальными нарушениями о ситуациях, связанных с межполовыми отношениями, включая дружеские, романтические, брачно-семейные отношения, родительское поведение.

С целью дидактического оснащения указанных направлений коррекционно-развивающей деятельности актуальна разработка примерных конспектов занятий; создание «библиотеки» фото-, видео-, кино-, литературно-музыкальных и живописных иллюстраций социальных ситуаций и образа действий человека в сложившихся обстоятельствах; рабочих тетрадей для подростков с интеллектуальными нарушениями, посвященных рассмотрению и рефлексии проблематики социальных представлений о временной перспективе и совладающем поведении человека в трудных жизненных ситуациях, включая ситуации межполовых отношений.

Таким образом, реализация требований ФГОС для обучающихся с нарушениями интеллекта возможна при условии экспериментальной апробации и внедрения в образовательную практику адаптированных способов обучения познавательным и личностным учебным действиям на

материале социально-бытового опыта воспитанников и ином биографическом материале.

1.2 Понятие социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями

В России долгое время не уделялось достаточного внимания проблеме обучения и воспитания детей и подростков с нарушениями интеллекта. Их считали необучаемыми и присваивали статус инвалидов, изолируя от общества.

В последние годы, благодаря достижениям в области коррекционной педагогики и психологии, ситуация во многом изменилась. Сегодня принято считать, что нет необучаемых детей, а есть дети с разными возможностями обучения. В этой связи в системе образования, социальной защиты стали открываться специальные классы и группы с целью социально-бытовой адаптации данного контингента детей и подростков. Вышел в свет ряд законодательных актов и целевых программ, направленных на улучшение положения детей-инвалидов, в том числе и с нарушением интеллекта.

К сожалению, приходится констатировать тот факт, что методическая база для реализации практических подходов к социально-бытовой адаптации детей и подростков с выраженным и тяжелым нарушением интеллекта остается недостаточно проработанной.

Под социально-бытовой адаптацией подростков с нарушением интеллекта подразумевается привитие им ряда социально значимых навыков и умений (обслуживающего труда, бытовой ориентировки, общения, организации досуга), позволяющих приобрести относительную долю самостоятельности в устройстве собственной жизни и повышение ее качества.

Основная цель мероприятий социально-бытовой адаптации – сформировать у подростков с интеллектуальными нарушениями (далее – ИН) навыки и алгоритмы выполнения жизненно важных действий – самообслуживание, передвижение, ориентацию, общение – выполняемые самостоятельно, таким образом перевести подростка с ИН в категорию человека с относительно независимым существованием.

В рамках медицинской модели реабилитации инвалидов социально-бытовая адаптация – это обучение инвалида самообслуживанию и мероприятия по обустройству жилища инвалида в соответствии с имеющимися ограничениями жизнедеятельности. Социально-бытовая адаптация ориентирована на инвалидов, не владеющих необходимыми социально-бытовыми навыками и нуждающихся во всесторонней ежедневной поддержке в микросоциальной среде [9]. С учетом содержания данного понятия, на наш взгляд, речь идет преимущественно о бытовой адаптации инвалида.

При этом для понимания всей сложности социально-бытовой адаптации подростков с ИН, такой подход представляется неоправданно узким и понятие социально-бытовой адаптации требует более широкого рассмотрения.

При условии приобретения инвалидности во взрослом возрасте у человека формируется противоречие между сложившейся потребностью к выполнению действий самообслуживания (погреть чайник, налить чай) и неспособностью выполнения привычных действий привычным способом. Разрешение такой ситуации в значительной мере решается адаптацией среды и обучением инвалида адаптивным способам действия. В случае подростков с ИН с несформированной мотивацией к выполнению действий самообслуживания ситуация качественно иная. Успешность освоения навыков самообслуживания детьми-инвалидами напрямую зависит от особенностей сформировавшейся у ребенка личности, его личностных качеств. Формирование личности подростка с ИН является

динамичным незавершенным процессом и обеспечивается как спонтанным самостоятельным освоением окружающей действительности, включающей самого подростка, так и всеми направлениями развития, реализуемым образовательной организацией, в которой обучается подросток. Социально-бытовая адаптация подростка с ИН представляет собой в данном смысле не только технический процесс освоения действия, но и интернализацию самой идеи данного действия, его значения для жизни, необходимости действия, его роли в процессе взаимодействия со средой, предметно-материальной или социальной. Для эффективного формирования бытовых навыков в работе с подростком с ИН необходимым является обучение его анализу собственных ощущений, эмоций, потребностей, что в медицинской модели реабилитации инвалидов относится к сфере социально-психологической реабилитации. То есть, социально-бытовая адаптация является как частным направлением конкретных социально-педагогических мер, так и базовым условием развития личности подростка с ИН.

В программе коррекционной работы с детьми с глубокими интеллектуальными нарушениями Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Л. А. Нисневич оценка качества освоения детьми умениями самообслуживания и социально-бытовой ориентировки производится в том числе на основе способности понимания смысла происходящего в окружении ребенка и осознание смысла выполняемых им действий [13]. Таким образом, понимание социально-бытовой адаптации подростка с ИН расширяется за счет корреляции результатов бытовой адаптации и в полном смысле социальной адаптации подростка, включая развитие адаптационных механизмов, направленных на восприятие и осознание подростком с ИН окружающей действительности и своего места в ней; осознание подростком с ИН особенностей своего состояния; формирование потребности в коммуникации с расширяющейся социальной средой и формирование навыков коммуникации.

В настоящее время существует два подхода к дифференциации уровней адаптации: в основу первого подхода положена характеристика субъекта адаптации, в основу второго – характеристика самой адаптации. В рамках первого направления говорят о существовании биологического и социального уровней. Их выделение было вызвано тем, что у человека наряду с приспособительными функциями, присущими биологическим системам, появляются качественно новые – социальные. Биологический уровень адаптации рассматривает адаптацию в системе «организм – окружающая среда», а социальный – «личность – социальная среда» [49]. Если говорить о социально-бытовой адаптации подростка с ИН, возможно выделить аналогичные два уровня взаимодействия: подросток – окружающая предметно-материальная среда и подросток – социальная среда.

В процессе социальной адаптации реализуются два взаимосвязанных компонента:

1) создание индивидом в процессе социализации внутренних средств успешного функционирования в обществе;

2) поддержание обществом внешних для индивида средств его социальной адаптации, включающих необходимую материально-вещественную и социокультурную среду, а также фиксирование продвижения индивида в его освоении социальности и включение в повторяющиеся социальные связи и деятельность [3].

По мнению Н. С. Данакина, подросток – существо творческое и деятельное, адаптация его в социальном учреждении проходит более успешно, если он с первых же шагов своего пребывания поставлен в позицию соучастника, созидателя новых условий своей жизнедеятельности, а не просто потребителя. Формальный подход окружающих к ребенку исключительно как к объекту воздействия искажает его представления о самом себе, снижает его самооценку. Низкая самооценка тормозит адаптацию ребенка к новым условиям жизни, так как

усиливает чувство его неадекватности тем требованиям, которые к нему предъявляются новым окружением. Поэтому адаптационная деятельность должна быть ориентирована на утверждение подростка в правах, прежде всего, перед самим собой, формирование у него уважения к самому себе, чувства собственного достоинства, уверенности в своих позитивных возможностях [10].

Таким образом, правомерно говорить о пассивной и активной социальной адаптации. Пассивная адаптация предполагает изменение среды под потребности обучающихся с ОВЗ, активная – усвоение самим обучающимся способов взаимодействия со средой.

Модификация школьной среды, организация безбарьерной среды в конкретной образовательной организации снимает часть противоречий и сложностей в обучении подростка с ИН. При этом необходимо иметь в виду, что безбарьерная среда в микросоциуме школы не обеспечивает постепенно расширяющейся социальной среды, как это необходимо для социально-бытовой адаптации, а, следовательно, обеспечивает лишь первый шаг к полноценной социализации подростка. Более того, несоответствие привычной (безбарьерной) среды в микросоциуме школы реальной окружающей среде макро пространства населенного пункта скорее приводит к адаптационному шоку у подростков при окончании школы и нарастанию психологических и социальных проблем (адаптационный шок – общее расстройство функций социального субъекта или системы, вследствие какого-либо потрясения социогенного характера, вызванного резким нарушением привычного взаимодействия с внешней средой) [6].

Поскольку целью, определенной законодательством Российской Федерации в отношении инвалидов все-таки является обеспечение полноценной жизни, мы рассматриваем организацию безбарьерной среды в образовательной организации как шаг к обеспечению таковой среды и в макросоциуме, поскольку эффективная социально-бытовая адаптация

подростков напрямую зависит от реализации данного направления как при завершении подростками с ИН школьного образования, так и в процессе него, для расширения социального мира за пределы школьного микросоциума.

Средовая адаптация инвалидов не ограничивается внешними факторами, то есть организацией безбарьерной среды. В области активной социально-средовой адаптации инвалидов большое значение имеет локализация текущих проблем и поиск оптимальных путей их реализации, как своими силами, так и путем мотивированного аргументированного запроса к органам социальной защиты.

Соотношение активной и пассивной адаптации, формирующееся у подростка с ИН в результате сочетанного воздействия на него внешней материальной и социальной среды (количество и качество действий, направленных на обеспечение адаптации подростка извне, без приложения усилий им самим) и внутренней среды (суммы личностных качеств и противоречий между условиями среды и личностью подростка), формирует у подростка личность, в той или иной степени зависимую или независимую от внешнего воздействия. Среди патологических черт личности, часто формирующихся у подростков с ИН, выделяются формирование подчиненных взрослому воздействию мотивов (или мотивов референтной группы), коррелирующее с несформированностью внутренней системы мотивации собственного поведения; формирование низкого уровня требований, что сочетается с выборочным завышенным самооцениванием относительно здоровья; эгоцентричность, стеснительность, эмоциональная незрелость в результате гиперопеки; пассивные и агрессивно-защитные психогенные реакции, связанные с гиперкомпенсацией переживания своей особенности (пугливость и формирование навязчивых страхов, потребность в повышенном внимании к себе для обеспечения безопасности либо лёгкая возбудимость, вспыльчивость, эмоциональная нестабильность).

Подростки, воспитывающиеся в школах-интернатах, формируют особые личностные качества, связанные с особенностями среды проживания: отсутствие у ученика своего личного персонального пространства и времени; необходимость адаптироваться к большому числу сверстников и внешних раздражителей; фатальная необходимость включаться в то или иное сообщество, обособление от предметного мира и т.д. Эти сведения подтверждаются и данными Солнцевой Л.И. Она пишет, что «невозможность побыть одному, отсутствие стимулов для проявления активности индивидуальности, недостаток эмоциональной близости с родителями вызывает у детей нервозность, что может спровоцировать появления у них апатичности, депрессивности либо агрессивности» [35].

По данным М. В. Воронцовой, Т. А. Левченко, специфика социализации в учреждениях государственной поддержки имеет явно выраженное последствие: «дети, находясь в постоянно замкнутом коллективе, теряют свою «Я-концепцию»; взамен собственного «Я» у них формируются принципиально иные механизмы, позволяющие ребенку приспособиться к жизни в детском доме. Другими словами, речь идет о так называемой пассивной адаптации, не имеющей ничего общего с активным жизнетворчеством, для которого у детей в силу несформированности личности нет необходимого потенциала. Личностная стратегия большинства из них направлена на бессубъектное выживание в жестокой среде противоборства разных интересов, характеров, взглядов» [8]. Описанная тенденция к формированию патологических черт личности у подростков с ИН, в особенности тех, кто воспитывается в школах-интернатах, определяет огромную значимость формирования активной, самостоятельной личности, чья позиция в отношении окружающей среды строится на комплексе внутренних мотивов, определяющих потребность в самосовершенствовании и самореализации в социуме.

Определение планируемых результатов в области социально-бытовой адаптации подростка с ИН в настоящее время определяется

суммой личностных результатов, не подлежащих оценке, а также планируемыми результатами предметов коррекционного блока (социально-бытовая ориентировка) в тех вариантах программ, где это курс есть.

По нашему мнению, проблемы социально-бытовой адаптации подростка с ИН могут быть связаны с нарушением восприятия различных образцов (образец бытового действия, экспрессивного действия, образец социальной роли и др.), с нарушением осмысления этих образцов и выделением их значимого личностного смысла, с нарушением воспроизведения этих образцов. Все эти нарушения связаны с ограничением, имеющимся у ребенка: интеллектуальным. Целевые ориентиры социально-бытовой адаптации также могут быть распределены по этим группам, когда планируемые результаты освоения жизненной компетенции будут говорить о преодолении или компенсации описываемого ограничения.

Подводя итог вышесказанному, необходимо констатировать, что социально-бытовая адаптация подростка с ИН на базе образовательных учреждений, реализующих адаптированные образовательные программы, не сводится к обучению подростков умениям самообслуживания и социально-бытовой ориентировки. Эта работа включает также личностное развитие детей, обеспечение реализации их потенциальных возможностей путем предоставления безбарьерной среды, расширения социальных контактов и обеспечение практической реализации осваиваемых умений в различных условиях и постепенно расширяющейся социальной среде.

1.3 Готовность подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и содержание процесса их социально-бытовой адаптации

Рассматривая процесс подготовки подростков с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни отметим, что главное место занимают вопросы овладения ими трудовыми и социально-бытовыми навыками. Важнейшую роль здесь играют такие предметы, как «Технологии», «Самообслуживание и домоводство», «Окружающий социальный мир».

Обучение технологиям занимает ведущее место в общей системе учебно-воспитательной работы с детьми с выраженными нарушениями развития. На уроках труда учащиеся овладевают элементарными умениями и навыками, необходимыми для выполнения несложных работ в особо созданных условиях.

В процессе трудового обучения развивается познавательная деятельность учащихся. Выполнение различных операций ставит подростков перед необходимостью различать предметы, включенные в трудовую деятельность, знать свойства материалов, с которыми они работают. Учащиеся также должны уметь отчитываться о проделанной работе и оценивать качество готового изделия. Все это содействует развитию восприятия, представлений, мышления и речи.

Труд оказывает непосредственное влияние на физическое развитие детей. В процессе трудового обучения у воспитанников улучшается общее физическое состояние, развиваются работоспособность, координированность движений.

Трудовая деятельность имеет большое воспитательное значение. В ходе трудовой подготовки у учащихся формируются такие личностные качества, как трудолюбие, ответственность, чувство коллективизма, взаимопомощи, которые должны стать чертами характера, играть в

дальнейшем свою роль в установлении взаимоотношений в трудовом коллективе.

В настоящее время в специальных учреждениях создана система трудовой подготовки, позволяющая воспитанникам овладеть несложными видами работ. Наибольшее распространение в учреждениях для этих детей нашло картонажно-переплетное дело. Подростков обучают также работе с тканью и древесиной. Практика показывает, что учащиеся с умеренной умственной отсталостью могут научиться работе на швейных машинах (пошив по готовому крою фартуков, косынок, простыней, наволочек и т.п.). При работах с древесиной учащиеся с помощью учителя по труду изготавливают полки, подставки для цветов, ящики и т.п.

Помимо вышеперечисленных видов труда подростки обучаются вязанию, бисероплетению, макраме, металлоштамповке, изготовлению искусственных цветов, овладевают различными сборочными работами (сборка шторных колец, пластмассовых прищепок для белья), а также занимаются другими видами работ в зависимости от местных условий.

В последние годы для подростков с ИН разработаны программы элективных курсов предпрофильной, профильной и профессиональной ориентации. Обучение детей с нарушением интеллекта осуществляется по следующим направлениям: «Животноводство», «Ландшафтный дизайн», «Народная художественная вышивка», «Помощник воспитателя». Кроме этого, учащиеся с умственной отсталостью осваивают такие виды труда, как дворник, обувщик, рабочий по уходу за зданиями и пр.

Содержание трудового обучения определяется программой, которая содержит перечень изделий, изготовлением которых должны овладеть учащиеся.

Учитель труда знакомит учащихся с правилами поведения в мастерской и объясняет их обязанности. Большое внимание уделяется обучению технике безопасности и соблюдению санитарно-гигиенических требований на уроках труда.

Каждый ученик имеет постоянное рабочее место. Это очень важное условие, так как эти дети предпочитают находиться в привычной обстановке. Перевод учащегося на новый участок может вызвать у него аффективное состояние: отказ от работы, резкое снижение темпа выполнения задания и т.п.

Работа над изделием начинается с ориентировки в задании. Дети должны узнать, что необходимо сделать, познакомиться с образцом изделия, уяснить, какие материалы и инструменты потребуются для работы. Сам образец ученики должны разглядеть вблизи, иметь возможность взять в руки, потрогать, рассмотреть со всех сторон. При этом учитель указывает, на что следует обратить особое внимание. Например, в сборочных работах это место крепежа деталей.

Обучение труду должно стимулировать и развивать нарушенные процессы двигательной сферы и психики в целом. Поэтому после приобретения подростком нужного навыка желательно его перевести на другой, относительно более сложный, но посильный трудовой процесс. В общем, надо избегать требований как завышающих, так и занижающих возможности учащихся.

В процессе выполнения задания учащимся приходится длительное время заниматься однообразной, монотонной работой, в результате чего происходит так называемое «психическое насыщение». Подростки начинают отвлекаться, вставать с рабочего места, некоторые из них могут прекратить работу. Поэтому в уроки труда необходимо вносить больше разнообразия: менять учащимся виды деятельности, предусматривать элементы соревнования, стимулирующее воздействие оказывают тихая, спокойная музыка, физкультминутки.

В ходе практических работ учащиеся учатся давать отчет о проделанном. Установлено, что при достаточном внимании к речевому развитию воспитанников их можно научить отвечать на вопросы о выполненной работе. Самостоятельно рассказать о проделанном многие

ученики не могут, и ставить перед ними такую задачу в обобщенном виде («Расскажи, как ты сделал эту вещь») не следует. Дидактически целесообразно задать учащимся ряд конкретно поставленных вопросов по каждому этапу работы. Но и при этом ученики испытывают затруднения: долго молчат, прежде чем ответить; начав фразу, тотчас замолкают (побудительные слова «дальше», «потом» оказываются малорезультативными). Нередко они переходят к показу своих действий, будучи не в состоянии обойтись только речевыми средствами.

Постепенно следует повышать степень самостоятельности учащихся при характеристике конечного результата труда. Каждому ученику необходимо знать, каким требованиям должно отвечать готовое изделие. Характеристику этих качеств целесообразно представить в виде таблички-алгоритма. Большинство воспитанников относятся к урокам по технологиям достаточно ответственно, стараются выполнить работу быстро и по возможности без ошибок.

Таким образом, в ходе работы в мастерских подростки с ИН получают элементарные умения и навыки, владение которыми позволит им выполнять несложные практические работы в особо созданных условиях.

Занятия по обслуживающему труду проходят в специально выделенном помещении, в котором соответствующим образом оборудуется интерьер жилой комнаты. Здесь необходимо предусмотреть наличие шкафа с одеждой и обувью, зеркала, различной электробытовой техники и т.п., а также плиты, полки с посудой и другими предметами обихода. Выделяется также особое место для обучения воспитанников стирке и глажению мелких вещей.

Отдельная часть кабинета по домоводству должна быть отведена для работы с пищевыми продуктами. Обязательным условием является наличие плиты (плитки), а также холодной и горячей воды. Если горячей воды нет, то можно установить электрический водонагреватель. В

учреждениях, где отсутствуют раковины с подводкой горячей воды или специально установленные мойки, временно для последовательного мытья посуды можно использовать эмалированные тазы. На тазах следует сделать маркировку, исходя из назначения каждого из них. Для обработки продуктов нужны специальные разделочные столы: один – для первичной обработки сырых продуктов, другие – для обработки готовых продуктов. Необходимы разделочные доски, которые маркируют и хранят подвешенными над столами, на которых выполняется соответствующая обработка продуктов.

В помещении должны быть шкафы различного назначения: для сухих продуктов и для посуды, инвентаря. Нельзя хранить вместе сырые и готовые изделия, продукты, сильно пахнущие и легко воспринимающие запахи, пищу и хозяйственные предметы, материалы и др. Нельзя оставлять остатки пищи на следующий урок. В кабинете хозяйственно-бытового труда необходимо иметь в достаточном количестве и соответствующих размеров различный инвентарь: два ведра для мытья полов, швабру, тряпки, детские халаты, фартуки и т.д. В помещении должна быть аптечка с перевязочным материалом и медикаментами для оказания первой помощи пострадавшему.

Все виды работ по обслуживающему труду должны осуществляться в соответствии с правилами санитарии и техники безопасности. При проведении уроков необходимо следить за состоянием одежды воспитанников. Они не должны находиться в кухне в той же обуви, в которой ходят по улице. Волосы должны быть убраны под косынку или берет. Рукава одежды закатывают выше локтей, чтобы одежда не соприкасалась с водой, продуктами, посудой, инвентарем. Передник и головной убор всегда должны быть чистыми.

В конце занятий каждый ученик убирает свое рабочее место, а дежурные подметают пол.

В программу по предмету «Окружающий социальный мир» для подростков с ИН входит круг конкретных вопросов, перечень обязательных экскурсий и практических работ. Однако выбор объектов для изучения определяет учитель в зависимости от местонахождения специального учреждения, территориального расположения памятных мест города, культурных учреждений, предприятий бытового обслуживания, торговли и т.п.

Создание условий для развития подростков с ИН в образовательных учреждениях связано с неготовностью социальной инфраструктуры интегрировать граждан с особыми потребностями. Изменение ситуации предполагает формирование в таких учреждениях развивающей среды, разработку программ подготовки воспитанников к самостоятельной жизни в обществе, в том числе с применением технологий «Учебно-тренировочная квартира», «Сопровождаемое проживание» и др.

Таким образом, социально-бытовая адаптация является основой для подготовки подростка с интеллектуальными и психическими нарушениями к независимой жизни. Социально-бытовая адаптация включает обучение навыкам самообслуживания, самостоятельного передвижения, ориентации в окружающей обстановке. Программы социально-бытовой адаптации формируются индивидуально для каждого подростка в зависимости от его возможностей. Они могут быть направлены как на овладение простейшими навыками самообслуживания (умение одеваться, ухаживать за собой, принимать пищу и т. п.), формирования знания об окружающих предметах и их назначении, развитие речи, двигательной координации, так и на развитие максимально возможной самостоятельности и независимости, впоследствии предоставляющей возможность во взрослом возрасте жить самостоятельно. Мероприятия программ неразрывно связаны с элементами трудовой деятельности, которые по мере взросления ребенка могут становиться более сложными.

В целях социально-бытовой адаптации активно применяются новые технологии, такие как «комната социально-бытовой ориентации», «тренировочная комната», адаптационная игра, трудотерапия.

Более сложной и эффективной технологией формирования социально-бытовых навыков для самостоятельного проживания является «учебно-тренировочная квартира». В условиях тренировочной квартиры происходит полное погружение подростка в смоделированные бытовые ситуации, что приводит к выработке и закреплению знаний, опыта по преодолению разных жизненных ситуаций.

Выводы по первой главе

На основании анализа специальной психолого-педагогической литературы можно заключить, что теоретические основы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями заключаются в изучении и понимании характеристик и особенностей этих нарушений, а также разработке и применении соответствующих подходов, программ и услуг, которые способствуют самостоятельной жизни и социальной интеграции подростков с ИН.

Установлено, что методические подходы к разработке программ социально-бытовой адаптации подростков с ИН заключаются в:

1. Акценте на развитие у подростков с ИН навыков самостоятельности, принятия решений, планирования, самоопределения и самоорганизации. Это включает работу над развитием самоконтроля, самодисциплины и умениями решать повседневные задачи.

2. Создание условий для полноценного участия подростков в социальной жизни, включая общение с окружающими, развитие социальных навыков и умений, укрепление социальной поддержки и социальных связей. Это подразумевает также развитие эмпатии и компетенции в общении.

3. Создание условий для получения качественного образования и развития профессиональных навыков, что способствует самостоятельности и уверенности в будущей трудовой самореализации.

ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

2.1 Диагностика готовности к самостоятельной жизни подростков с интеллектуальными нарушениями

Базой исследования выступает муниципальное общеобразовательное учреждение «Специальная общеобразовательная школа-интернат № 3 города Магнитогорска» (далее – СОШИ № 3).

В СОШИ № 3 обучение проводится по адаптированной основной общеобразовательной программе для умственно отсталых (АООП УО).

Одной из самых актуальных и острых проблем является проблема социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями, которые нуждаются в особых методах и приемах.

Как было показано по результатам теоретического анализа специальной психолого-педагогической литературы, формирование навыков самообслуживания, социально-бытовой ориентировки, привитие трудовых навыков, нацеливание на получение профессии, с последующим трудоустройством – основа социально-бытовой адаптации подростков с ИН, имеющие существенные особенности, такие как:

- 1) более низкий уровень (по сравнению с нормой) сложности учебного материала;
- 2) замедленный темп усвоения получаемых умений и навыков;
- 3) необходимость применения специфических для данной категории обучающихся методов обучения и воспитания;
- 4) коррекционная и индивидуальная направленность учебно-воспитательного процесса.

Образование этой категории лиц рассматривается как часть системы образования, направленного на всестороннее развитие личности с учетом характера ограничений жизнедеятельности, удовлетворение широких культурно-образовательных потребностей, повышение функциональной грамотности, профессиональной компетентности, развитие способности к адаптации, а также как часть реабилитационного процесса.

Для данной категории лиц создаются условия, дающие гарантию к максимально результативному и комфортному освоению и накоплению навыков, способствующих успешной адаптации к самостоятельной жизни и труду.

Рассмотрим подробнее средства обучения и воспитания, в том числе приспособленные для использования подростками с ИН в СОШИ № 3.

Средства обучения и воспитания – все те материалы, с помощью которых преподаватель осуществляет обучающее воздействие (учебный процесс).

К средствам обучения относятся предметы материальной и духовной культуры, которые используются при решении педагогических задач. Они обеспечивают реализацию принципа наглядности и содействуют повышению эффективности учебного процесса, дают обучающимся материал в форме наблюдений и впечатлений для осуществления учебного познания, мыслительной деятельности на всех этапах обучения.

В таблице 1 представлены средства обучения, используемые в СОШИ № 3.

Таблица 1 – Средства обучения, используемые в СОШИ № 3

Средства обучения	Приспособленность для инвалидов и лиц с ОВЗ
Печатные: учебники и учебные пособия, книги для чтения, хрестоматии и т.д.	Приспособлены
Визуальные (зрительные): таблицы, карты, картины, портреты, натуральные объекты, модели, муляжи, лабораторное оборудование и др.	Приспособлены

Продолжение таблицы 1

Механические визуальные приборы: микроскоп, фантомы, муляжи и т.д.	Приспособлены
Аудиальные (слуховые): магнитофоны, музыкальный центр и т.д.	Приспособлены
Аудиовизуальные (зрительно-слуховые): звуковые фильмы и т.д.	Приспособлены
Средства, автоматизирующие процесс обучения: – компьютеры; – мультимедийное оборудование и т.д.	Приспособлены
Словесные: учебники; художественная литература; словари; другая необходимая литература.	Приспособлены

В качестве средств воспитания рассматриваются объекты материальной и духовной культуры, которые используются для решения воспитательных задач, соблюдая следующие условия:

1) с данным объектом связана информация, необходимая для развития внутреннего мира личности подростка;

2) информация об объекте выделена как предмет освоения в образной, наглядно-действенной или знаково-символьной (устной или письменной) форме.

Общение как средство воспитания:

а) непосредственное, в форме прямых контактов преподавателя и обучающегося, индивидуальные беседы;

б) опосредованное, проявляющееся в том, что преподаватель направляет свои воздействия не на подростка, а на знания, которые тот должен усвоить, на качества личности, которые он должен сформировать, на ценности, в которых он должен определенным образом ориентироваться: классные часы, обще досугово-культурные, спортивные и другие мероприятия.

Экспериментальная работа в рамках исследования проводилась в три этапа:

1. Констатирующий эксперимент, в рамках которого произведено изучение уровня готовности к самостоятельной подростков с ИН.

2. Формирующий психолого-педагогический эксперимент, в рамках которого разработана программа социально-бытовой адаптации подростков с ИН.

3. Контрольный этап эксперимента, в рамках которого определена эффективность программы социально-бытовой адаптации в развитии готовности к самостоятельной подростков с ИН.

В рамках констатирующего этапа эксперимента было произведено изучение уровня готовности самостоятельности подростков с интеллектуальными нарушениями.

Исследование проводилось с марта 2022 года по май 2023 года. Исследование по выявлению уровня готовности к самостоятельной жизни проводилось в 7–9 классах. В исследовании участвовала группа подростков с легкой степенью умственной отсталости в количестве 26 человек.

Все обучающиеся поступили в школу по заявлению родителей и решению ПМПК. Физическое и психическое развитие соответствует обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Подростки являются работоспособными, программу усваивают на 100 %, качество обучения – 100 %. У обучающихся наблюдается достаточный уровень сформированности познавательной активности и учебной мотивации.

Диагностический комплекс по выявлению уровня готовности к самостоятельной жизни подростков с ИН состоял из:

- анкетирования с родителями «Сформированность социально-бытовых навыков»;
- педагогического наблюдения за поведением подростков вне дома.

Родителям были предложены анкеты, которые включали 2 группы показателей:

1. Социально-бытовые навыки, применяемые в условиях дома:
 - 1.1 навыки личной гигиены;
 - 1.2 навыки выбора и покупки одежды;
 - 1.3 навыки приготовления несложных блюд;
 - 1.4 навыки ухода за жилищем;
 - 1.5 навыки оказания медицинской помощи;
 - 1.6 навыки соблюдения правил экономии.
2. Социально-бытовые навыки, применяемые вне дома:
 - 2.1 ориентировка на улице, в городе;
 - 2.2 навыки организации досуга;
 - 2.3 ориентировка в магазине, в аптеке, на предприятиях службы быта;
 - 2.4 знание правил собственной безопасности.

Критерии оценивания: навык сформирован / не сформирован (сформирован недостаточно).

Количественный анализ анкетирования с родителями по блоку навыков, проявляемых подростками с ИН в условиях «дома» показал следующие результаты, представленные на рисунке 1.

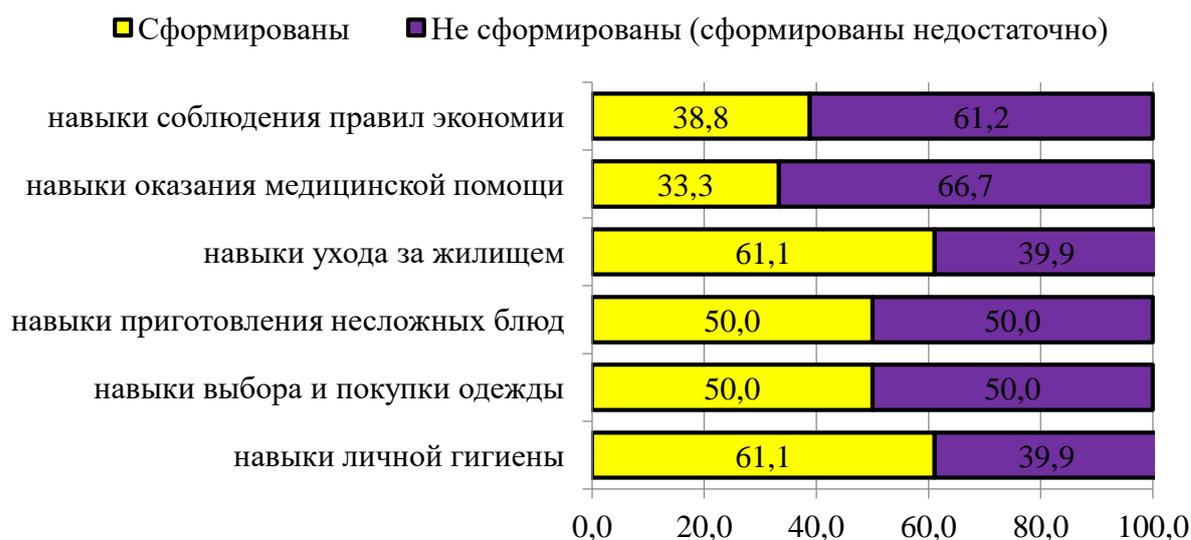


Рисунок 1 – Результаты анкетирования с родителями «Сформированность социально-бытовых навыков дома»

(в условиях дома на констатирующем этапе эксперимента), %

Наиболее сформированными социально-бытовыми навыками в условиях дома оказались навыки ухода за жилым помещением и навыки личной гигиены. Однако все же 38,9 % подростков с ИН убираются дома только после напоминания взрослых, не всегда прибирают свои вещи, летом забывают о соблюдении правил личной гигиены. Наименее сформированными оказались навыки экономии в домашнем хозяйстве – 33,3 % и навык оказания медицинской помощи – 38,8 %. Учащиеся подросткового возраста СОШИ № 3 затрудняются в составлении семейного бюджета и, в редких случаях, могут оказать элементарную медицинскую помощь. Слабо развиты навыки приготовления пищи – подогреть себе пищу, приготовить бутерброд не могут – 50 % детей.

Количественный анализ анкетирования с родителями «Сформированность социально-бытовых навыков» по блоку навыков, проявляемых подростками с ИН в условиях «вне дома», показал следующие результаты, представленные на рисунке 2.

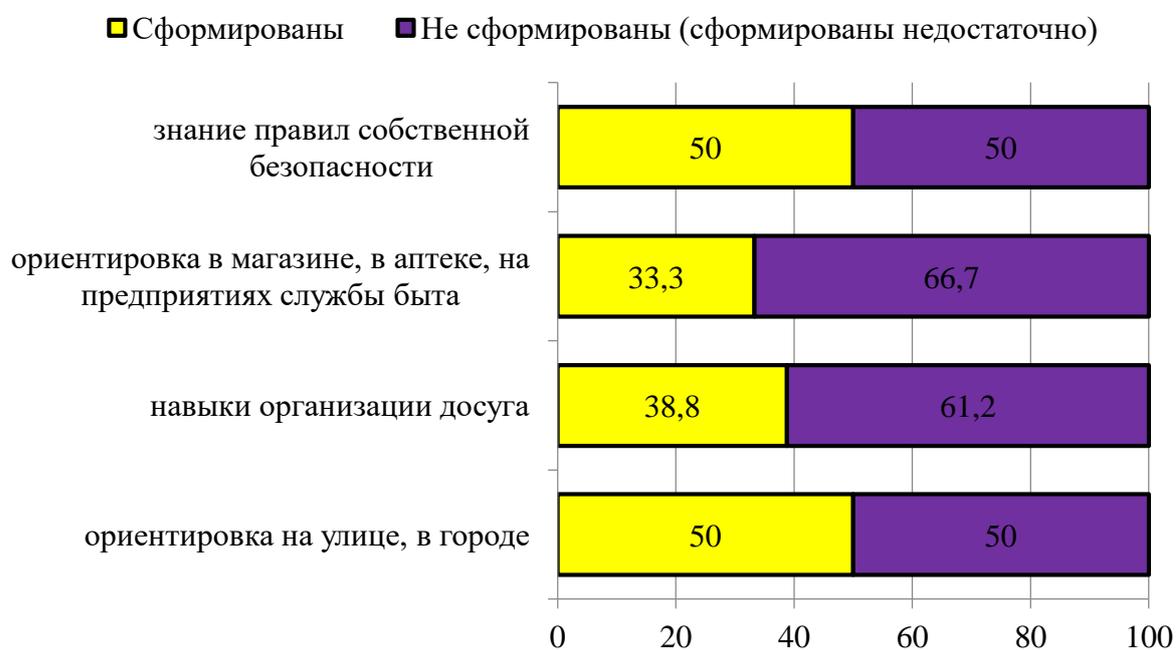


Рисунок 2 – Результаты анкетирования с родителями «Сформированность социально-бытовых навыков» (в условиях «вне дома» на констатирующем этапе эксперимента), %

Среди социально-бытовых навыков, применяемых вне дома, самый высокий показатель в разделе «ориентировка на улице, в городе» и «Знание правил собственной безопасности». Хотя половина из всех обследуемых подростков с ИН слабо ориентируются в городе, не помнят, где находится то или иное учреждение, где можно купить необходимые предметы быта. Нарушают правила собственной безопасности (могут погладить незнакомое животное, нарушить правила дорожного движения...). Низкий показатель развития навыков организации досуга и навыков ориентировки в магазине, в аптеке, на предприятиях службы быта. Большинство подростков с ИН не могут организовать свой досуг, не проявляют интереса к какой – либо деятельности. В случае необходимости только 2 подростка в среднем из 6 могут уточнить у прохожих, где находится какой – либо объект, а 4 подростка из 6 не умеют вступать в разговор с взрослыми и сверстниками. Они редко пользуются в разговоре вежливыми словами.

Результаты анкетирования в зависимости от года обучения представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели сформированности уровня готовности к самостоятельной жизни подростков с интеллектуальными нарушениями СОШИ № 3 (констатирующий этап эксперимента)

Социально-бытовые навыки	7 класс		8 класс		9 класс	
	Навыки сформированы (кол-во учащихся)	Навыки сформированы, %	Навыки сформированы (кол-во учащихся)	Навыки сформированы, %	Навыки сформированы (кол-во учащихся)	Навыки сформированы, %
1. Навыки, применяемые дома						
1.1 Навыки личной гигиены	3	50%	3	50%	4	66,6%
1.2 Навыки выбора одежды	3	50%	3	50%	4	66,6%
1.3 Приготовление несложных блюд	2	33,3%	3	50%	4	66,6%
1.4 Навыки ухода за жилищем	3	50%	4	66,6%	4	66,6%
1.5 Навыки оказания медицинской помощи	1	16,6%	3	50%	3	50%
1.6 Навык соблюдения правил экономии	1	16,6%	2	33,3%	3	50%
2. Навыки, применяемые вне дома						
2.1 Ориентировка на улице	2	33,3%	3	50%	4	66,6%
2.2 Навык организации досуга	2	33,3%	2	33,3%	3	50%
2.3 Ориентировка в магазине, службе быта и т.п.	1	16,6%	3	33,3%	3	50%
2.4 Знание правил собственной безопасности	2	33,3%	3	33,3%	4	66,6%

Уровень развития социально-бытовых навыков, применяемых дома у учащихся 7 класса выше, чем уровень развития навыков, применяемых вне дома. У учащихся 8 и 9 классов навыки примерно одинаковы, что дома, что вне дома. Ни в одном из классов нет высокого уровня сформированности тех или иных навыков.

Эти показатели говорят о том, что у подростков с нарушением интеллекта слабо развиты речь и навыки общения. Необходимо развивать

навыки культурного поведения в общении с людьми, научить их коммуникабельности. Они должны уметь выражать просьбу, уметь защищать себя или избежать опасности.

Исходя из полученных результатов, было принято решение о разработке и апробировании программы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями для повышения уровня их готовности к самостоятельной жизни.

2.2 Программа социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями

Для развития интереса к овладению социально-бытовыми умениями и навыками необходимы постоянное внедрение нового во все элементы учебного процесса, вовлечение подростков с ИН в активную деятельность, оптимальное сочетание различных форм работы.

В соответствии с этим, была разработана и апробирована программа социально-бытовой адаптации подростков с ИН. Основными средствами программы выступили сюжетно-ролевые игры, практические упражнения и экскурсии. Игра – важное средство самовыражения детей, проба сил, социально-педагогическая форма детской жизни. Сюжетно-ролевая игра – это путь к познанию самого себя, своих возможностей, своих пределов.

В игре подросток с ИН учится управлять собой: происходят качественные изменения в психике детей, формирование основных психических процессов и свойств личности, что особенно важно для коррекционной работы с детьми-олигофренами. В сюжетно-ролевых играх подростки с ИН усваивают правила поведения в обществе, знакомятся с профессиями, учатся вести себя в общественных местах, пользоваться услугами различных предприятий и учреждений.

Сюжетно-ролевая игра применяется как один из ведущих методов обучения при работе над многими темами, особенно теми, в которых затруднено проведение практических работ. Проводятся на этапе закрепления какого-либо материала. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы. Игра проходит по составленному плану, подростки оказываются в ситуации выбора и принятия самостоятельного решения. В процессе сюжетно-ролевой игры проходит проигрывание с подростками реальных ситуаций, воссоздаются те или иные бытовые сюжеты, с которыми люди сталкиваются в реальной жизни.

Последовательность обучения подростков с ИН моделированию реальных ситуаций представим следующим образом:

1. Выбор сюжета из реальной жизни в соответствии с уровнем знаний, опыта подростков, их возможностями.
2. Показ положительного действия с разъяснениями его смысла.
3. Демонстрация педагогами ситуации с выполнением той социальной роли, которой хочет научить подростков.
4. Постепенное уменьшение роли взрослого.
5. Самостоятельное разыгрывание ситуации подростками.

В таблице 3 представлена система игр для закрепления социально-бытовых знаний по той или иной теме.

Таблица 3 – Комплекс для обучения подростков с ИН моделированию реальных ситуаций

№	Тема	Название игры	Выработка социально-бытового навыка
1	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	ситуативные диалоги: - при встрече; - расставании; - за столом.	отработать умение культурного обращения к взрослым, сверстникам с вопросом, просьбой, закрепить слова приветствия при встрече и расставании, правила поведения за столом, пользование столовыми приборами, салфеткой, умение аккуратно принимать пищу.

Продолжение таблицы 3

1	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	«Посещение театра»	отработать правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, способы ведения разговора с работниками этих учреждений.
		«В гости к другу»	отрабатывать правила поведения в гостях, вручение и прием подарков, умение поддерживать беседу, приглашать на танец.
		«Встреча молодых людей»	отрабатывать правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, умение вести беседу, соизмерять поведение влюбленных с поведением окружающих людей.
		«Я принимаю гостей»	отрабатывать умение встречать гостей, вежливо вести себя во время приема, организовать досуг приглашенных, выбирать нужные темы для разговора.
2	ТРАНСПОРТ	«Я еду домой»	отрабатывать навыки соблюдения правил поведения в общественном транспорте, правил при посадке и высадке, покупки билета, обращения с просьбой к пассажирам и контролеру.
3	ТОРГОВЛЯ	«Я иду за продуктами»	отрабатывать умение выбирать необходимые продукты в зависимости от меню, подсчитывать стоимость покупки, культурно вести себя с работниками торговли.
4	СРЕДСТВА СВЯЗИ	«Телефонная справочная служба»	вырабатывать умение культурно обращаться за справкой в справочную службу, кратко объяснять те сведения, по которым необходимо получить информацию.

Планируемыми результатами использования предложенного комплекса является то, что подростки с ИН:

- стали более свободно общаться со взрослыми и сверстниками;
- находясь на экскурсии, не боятся общения с работниками различных предприятий;
- уверенно пользуются вежливыми словами, правильно выбирают форму общения со взрослыми и сверстниками;

– получают более глубокие представления о жизни и деятельности людей;

– стало значительно меньше неадекватного восприятия учащимися различных ситуаций;

– к концу 9 класса многие выпускники уже свободно пользуются услугами сферы быта;

– большинство учащихся владеют основами делового общения.

Большое значение имеет овладение детьми не теоретическими сведениями, а практическими умениями и навыками, т.к. сведения не подкрепленные действиями, не будут способствовать подготовке к самостоятельной жизни. Практические виды деятельности на уроках по социально-бытовой ориентировке являются основным методом отработки теоретических знаний. Они дают возможность перевести знания в умения.

При проведении практических работ решаются задачи воспитания:

– личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

– организация труда: бережное отношение к предлагаемым материалам;

– развитие внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности.

Для решения этих задач необходимо использовать систему упражнений, которые каждый подросток выполняет индивидуально. В ходе проведения таких упражнений у подростков с ИН сформировывается навык, который они будут использовать в своей самостоятельной жизни.

В таблице 4 представлена система практических упражнений для социально-бытовой адаптации подростков с ИН.

Таблица 4 – Комплекс упражнений для социально-бытовой адаптации подростков с ИН

№	Тема	Виды упражнений	Выработка социально-бытовых умений
1	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА	<ul style="list-style-type: none"> - уход за кожей рук; - стирка носового платка; - установка настольной лампы. - выполнение зарядки; - уход за глазами; - выбор сезонной одежды. подбор мыла и шампуня - протирание кожи лица; - подбор лосьона. выполнение упражнений для укрепления осанки 	<p>отрабатывать умение правильно мыть и вытирать руки, наносить крем для рук после стирки, стирать мелкие предметы, устанавливать настольную лампу для чтения</p> <p>отрабатывать умение выполнять комплекс утренней зарядки, понимать ее необходимость для здоровья, промывание глаз, пользование пипеткой, выбирать одежду по сезону.</p> <p>вырабатывать умение определять тип своей кожи и волос, подбирать себе мыло и шампунь в зависимости от типа своих волос и кожи тела, отбирать из предложенных парфюмерных средств, средства для себя.</p> <p>вырабатывать умение протирать кожу лица ватным тампоном по лицевым линиям, начиная с проблемных участков кожи, определять тип кожи лица и подбирать средства по уходу за кожей лица.</p> <p>учить детей следить за своей осанкой сидя, стоя, выполнять специальные упражнения, вырабатывать красивую походку.</p>
2	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	изготовление несложных сувениров	учить учащихся выбирать подарки для друзей и родственников, изготавливать подарки своими руками.

Продолжение таблицы 4

3	ТРАНСПОРТ	<p>составление маршрута от вокзала до школы</p> <p>работа с расписанием пригородных поездов</p> <p>работа с расписанием поездов дальнего следования</p> <p>работа с расписанием автобусов</p>	<p>вырабатывать умение находить самый безопасный путь до школы, учитывая все опасные места по дороге, избегать коротких и опасных путей.</p> <p>учить находить в расписании поезд нужного направления, учить отличать прямое и обратное направления, определять время прибытия и отправления.</p> <p>учить находить в расписании поезд нужного направления, определять – скорый или пассажирский, прямое и обратное направление, время прибытия и отправления, номер маршрута.</p> <p>учить ориентироваться по маршрутной карте, находить нужный автобус, его время отправления, путь следования, номер маршрута.</p>
4	ТОРГОВЛЯ	<p>определить сроки годности продуктов</p>	<p>учить детей определять сроки годности различных продуктов. различать сроки изготовления и реализации, находить на товаре нужную информацию.</p>
5	СРЕДСТВА СВЯЗИ	<p>- написание адреса на конверте; - составление текста письма</p> <p>заполнение бланков на отправку бандероли</p> <p>работа с телефонным справочником</p> <p>заполнение квитанции на оплату телефона</p>	<p>закреплять знание учащихся домашнего адреса и адреса школы - интерната, учить правильно писать адрес на конверте, письмо маме о жизни в школе, подбирать нужные слова, формулировать мысли.</p> <p>учить заполнять бланки на отправку бандероли, составлять опись посылаемых предметов.</p> <p>учить ориентироваться в справочнике и находить нужную информацию, рассказать о принципах составления телефонного справочника.</p> <p>дать представление об абонентской плате за телефон, периодичности оплаты, отдельной оплате услуг междугородней связи, учить правильно заполнять квитанцию.</p>

Продолжение таблицы 4

6	ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА	<ul style="list-style-type: none"> - снять показания счетчика; - расчет стоимости израсходованной энергии; - заполнение квитанций; - составление доверенности на получение ЗП. 	<p>учить снимать показания счетчика, высчитывать количество израсходованной электроэнергии, определять стоимость, дать представление о доверенности, учить составлять доверенность на получение своей з\п на своих родителей.</p>
7	ТРУДОУСТРОЙСТВО	составление деловых бумаг	<p>познакомить учащихся с требованиями к составлению деловых бумаг, учить заполнять анкеты, писать заявления о приеме на работу, на предоставление отпуска, составлять автобиографию, писать расписку, накладную.</p>

Опыт показал, что старшеклассники СОШИ № 3 не всегда владеют различными видами бытового труда. Они затрудняются не только последовательно рассказать, как будут выполнять какую-либо работу, но практически выполнить ее. Здесь очень важно найти более оптимальный путь овладения этими навыками. Поэтому, прежде чем выполнять практическую работу, недостаточно одного объяснения учителя, нужно составить карту или схему действия / технологическую карту. Использование таких схем помогает выработать у подростка с ИН алгоритм выполнения того или иного действия и в последствии закрепить его.

Практическая отработка социально-бытовых навыков как никогда пригодится ребенку с интеллектуальной недостаточностью в подготовке к самостоятельной жизни.

Планируемыми результатами использования предложенного комплекса упражнений является то, что подростки с ИН:

– стали более терпеливыми и усидчивыми, выполняют практическую работу до конца;

– введением технологических карт стало меньше вопросов у учащихся по правильности выполнения той или иной работы;

– появилась заинтересованность в этом виде работы, учащиеся всегда спрашивают, будут ли они сегодня выполнять практическую работу и какую;

– некоторые из учащихся стали подходить к работе творчески, искать свои решения задач, выходы из ситуаций, заменять одни предметы другими;

– стараются грамотно и аккуратно заполнять различные деловые бумаги, понимая их значимость.

Значительное место в социально-бытовой адаптации отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные предприятия, магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. Цель экскурсий заключается не только в закреплении знаний, но и в закреплении умений рационально с учетом материальных возможностей выбирать тот товар, который необходим, ориентироваться в маркировке на этикетках одежды, осуществлять подсчеты при написании телеграмм, покупке медицинских препаратов, подсчитывать размер платы за коммунальные услуги и др.

Экскурсии носят не только познавательный характер. Они строятся таким образом, чтобы учащиеся выполняли разного рода практические задания, которые требуют контакта с незнакомыми людьми.

Желательно проводить экскурсии по окончании каждой темы по социально-бытовой ориентировке. Например, изучив тему «Средства связи» в 6 классе, научившись составлять тексты телеграмм, мы, в рамках апробации, организовали экскурсию на почту и на месте составляли телеграмму и подсчитывали ее стоимость. Изучив тему «Транспорт» в 8 классе, научившись пользоваться расписанием движения автобусов, маршрутной картой, мы, в рамках апробации, организовали экскурсию на

автовокзал и там искали нужные маршруты и автобусы, учились обращаться в справочную службу.

В таблице 5 представлена система экскурсий для социально-бытовой адаптации подростков с ИН по той или иной теме.

Таблица 5 – Комплекс экскурсий для социально-бытовой адаптации подростков с ИН

№	Тема	Экскурсия	Выработка социально-бытового навыка
1	ТРАНСПОРТ	<p>на железнодорожный вокзал</p> <p>на железнодорожный вокзал</p> <p>на автовокзал</p>	<p>познакомить с работой ж\д вокзала, показать расположение пригородных касс, поработать с расписанием.</p> <p>рассмотреть расположение различных служб вокзала в здании, определить расположение касс для поездов дальнего следования, поработать с расписанием, обратиться в справочную службу вокзала.</p> <p>познакомиться с работой автовокзала, рассмотреть маршрутную карту, поработать с расписанием, обратиться в справочную службу автовокзала</p>

Продолжение таблицы 5

2	ТОРГОВЛЯ	<p>в продовольственный магазин</p> <p>в промтоварный магазин</p> <p>в дом торговли</p> <p>на рынок</p>	<p>познакомить с работой продуктового магазина, его работниками, учить находить нужный товар на прилавках, различать отделы магазина, обращаться с вопросом к продавцу.</p> <p>познакомить с работой данного магазина, графиком работы, ассортиментом учить находить нужный отдел и нужный товар, обращаться с просьбой к продавцу.</p> <p>уточнить назначение универмагов, их удобства, учить разбираться в множестве отделов и находить нужный товар, обращаться с вопросом к продавцу, расспрашивать о качестве товара и гарантийном обслуживании</p> <p>уточнить расположение рынка, учить выбирать более дешевый и качественный товар, торговаться с продавцом, находить месторасположение нужных товаров.</p>
3	СРЕДСТВА СВЯЗИ	<p>на переговорный пункт</p> <p>на почту</p>	<p>познакомить с работой переговорного пункта, прочитав всю информацию для пользователей телефонной междугородней связи, познакомиться с тарифами, рассчитывать стоимость разговора.</p> <p>познакомить с работой почтового отделения, предоставляемыми услугами, заполнить бланк на отправление денежного перевода.</p>

Продолжение таблицы 5

4	УЧРЕЖДЕНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ	<p>в дом детского творчества</p> <p>на швейную фабрику</p> <p>в администрацию</p> <p>в дом быта</p>	<p>познакомить с работой детского дома творчества, кружками, учить выбирать кружки по интересам, поинтересоваться о работе понравившегося кружка.</p> <p>познакомить с работой данного предприятия, рабочими специальностями, ассортиментом выпускаемой продукции, названиями цехов, отделов.</p> <p>познакомить с работой данного учреждения, выяснить по каким вопросам можно обращаться.</p> <p>познакомить с работой данного предприятия с перечнем предоставляемых услуг \ ателье, обувная мастерская \, определить рабочие специальности, стоимость предоставляемых услуг и как ими воспользоваться.</p>
5	ТРУДОУСТРОЙСТВО	на биржу труда	познакомить с профилем данного учреждения, узнать какие документы нужны для постановки на учет по безработице, условия постановки на учет.

Отправляясь на каждую экскурсию, учащийся, кроме основных задач для всего класса, получает персональное задание на карточке, которое он должен выполнить в процессе экскурсии. Например: во время проведения экскурсии на почту в 9 классе, ребята получают и выполняют такие задания:

УЗНАТЬ ТАРИФЫ НА ОДНО СЛОВО ПО ПРОСТОЙ И СРОЧНОЙ ТЕЛЕГРАММЕ

ЗАПОЛНИТЬ КВИТАНЦИЮ ПО ОПЛАТЕ УСЛУГ ТЕЛЕФОНА ЗА ОДИН МЕСЯЦ

УЗНАТЬ МИНУТУ СТОИМОСТИ ПЕРЕГОВОРОВ С ГОРОДОМ ЧЕЛЯБИНСКОМ

ПРОЧИТАТЬ И РАССКАЗАТЬ КАКИЕ УСЛУГИ
СВЯЗИ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ДАННОЕ ПОЧТОВОЕ
ОТДЕЛЕНИЕ

СОСТАВИТЬ ТЕКСТ ТЕЛЕГРАММЫ ДОМОЙ НА
ТЕМУ «РОДИТЕЛЕЙ ВЫЗЫВАЮТ В ШКОЛУ»

После экскурсий обязательно каждый должен высказать свое мнение о работе того или иного предприятия. Выясняются вопросы, что было трудно выполнить, а что – легко. Какие недостатки заметили в работе учреждения или неправильное поведение посетителей. Отсюда делаются выводы: как нужно поступать правильно и чего делать нельзя. Каждый отчитывается по своему индивидуальному заданию.

Планируемыми результатами использования предложенного комплекса упражнений является то, что подростки с ИН:

- овладевают навыками делового общения;
- получают знания о профессиях взрослых, значении труда в жизни;
- не стесняются обращаться с просьбами к работникам различных учреждений;
- правильно формулируют вопросы к работникам торговли, связи, транспорта;
- хорошо ориентируются в тех услугах, которые им предоставляют;
- правильно выбирают ту или иную организацию, в которую нужно обратиться по какому-либо вопросу;
- умеют выбирать форму поведения в различных ситуациях;
- накапливают представления и знания о нормах культуры поведения;
- вырабатывают положительное или отрицательное отношение к поступкам окружающих в различных жизненных ситуациях;
- способны воспринимать реальный мир города, ориентироваться в нем.

Социально-бытовая адаптация подростков с ИН должна иметь свое логическое продолжение в системе внеурочной деятельности. Только совместная деятельность учителя и воспитателя позволит сформировать готовность к самостоятельной жизни детей с интеллектуальной недостаточностью.

2.3 Эффективность программы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями

На основе данных констатирующего эксперимента мы разработали программу социально-бытовой адаптации подростков с ИН. Программа была апробирована на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Специальная общеобразовательная школа-интернат № 3 города Магнитогорска».

После окончания реализации программы была проведена контрольная диагностика готовности подростков с ИН к самостоятельной жизни.

Для определения эффективности проведенной работы мы использовали тот же комплекс диагностических методик, что и в констатирующем эксперименте.

На контрольном этапе эксперимента нами были получены результаты, представленные в таблице 6.

Таблица 6 – Показатели сформированности уровня готовности к самостоятельной жизни подростков с интеллектуальными нарушениями СОШИ № 3 (контрольный этап эксперимента)

Социально-бытовые навыки	7 класс		8 класс		9 класс	
	Навыки сформированы (кол-во учащихся)	Навыки сформированы, %	Навыки сформированы (кол-во учащихся)	Навыки сформированы, %	Навыки сформированы (кол-во учащихся)	Навыки сформированы, %
1. Навыки, применяемые дома						
1.1 Навыки личной гигиены	4	66,6%	4	66,6%	5	83,3%
1.2 Навыки выбора одежды	4	66,6%	4	66,6%	6	100%
1.3 Приготовление несложных блюд	3	50%	3	50%	4	66,6%
1.4 Навыки ухода за жилищем	4	66,6%	5	83,3%	5	83,3%
1.5 Навыки оказания медицинской помощи	2	33,3%	3	50%	4	66,%
1.6 Навык соблюдения правил экономии	2	33,3%	3	50%	4	66,6%
2. Навыки, применяемые вне дома						
2.1 Ориентировка на улице	3	50%	3	50%	5	83,3%
2.2 Навык организации досуга	2	33,3%	3	50%	4	66,6%
2.3 Ориентировка в магазине, службе быта и т.п.	2	33,3%	4	66,6%	4	66,6%
2.4 Знание правил собственной безопасности	3	50%	4	66,6%	5	83,3%

В начале эксперимента учащимся требовалась постоянная помощь учителя, у их не было достаточно знаний и практики. После целенаправленной работы по подбору и использованию в работе современных, продуманных методов и приёмов произошло увеличение количества учащихся, у которых были сформированы социально-бытовые навыки, применяемые дома и вне дома, в каждом следующем классе количество учащихся, показывающих хорошие знания, возрастает.

Количество учеников, требующих помощи, уменьшается.

Сравнительный анализ контрольного и констатирующего эксперимента представлен на рисунке 3.

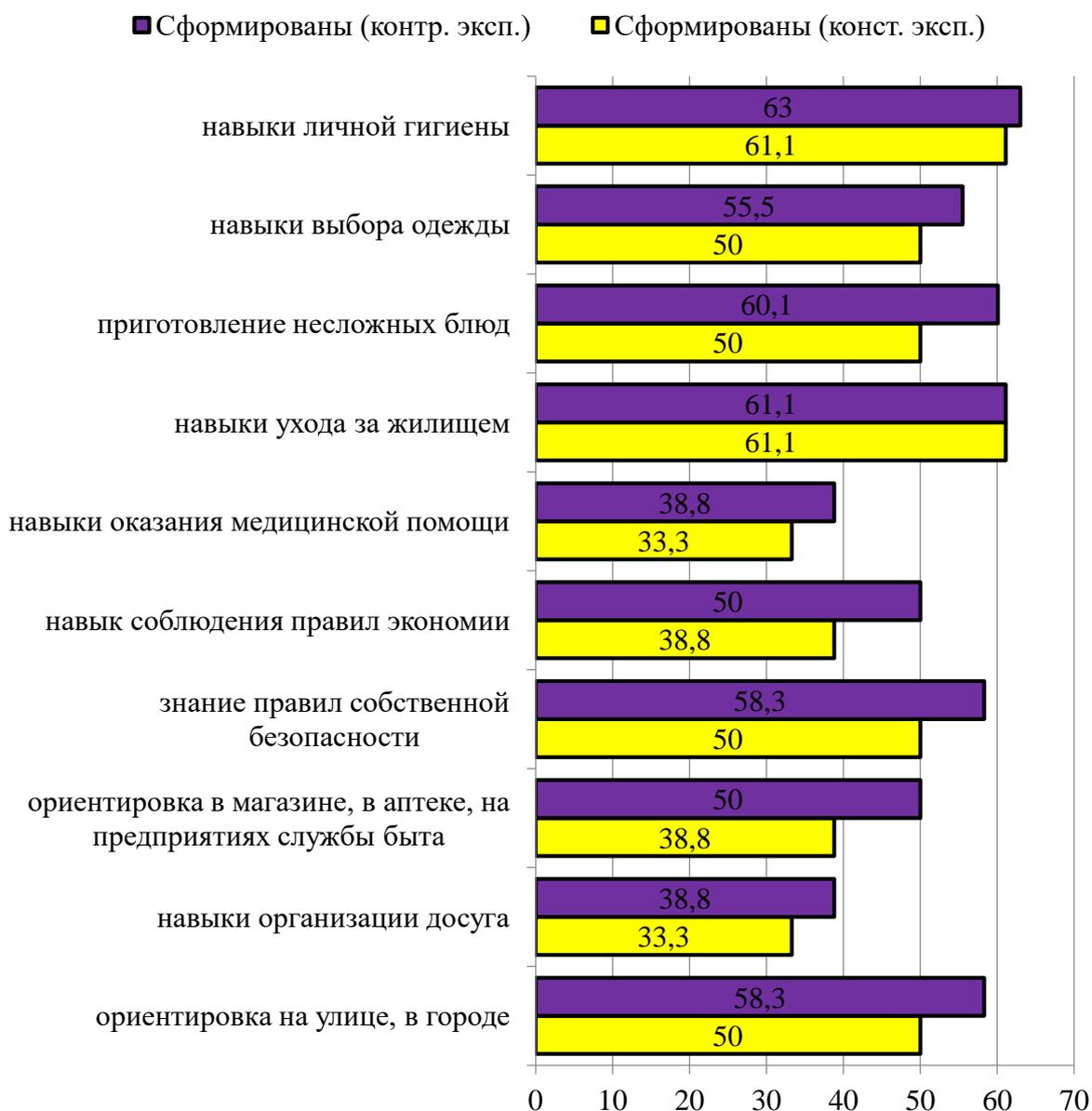


Рисунок 3 – Сравнительный анализ результатов диагностики готовности к самостоятельной жизни подростков с интеллектуальными нарушениями, %

Полученные результаты свидетельствуют о том, что мероприятия, проведенные в рамках программы социально-бытовой адаптации, благоприятно влияют на готовность подростков с ИН к самостоятельной жизни, а именно повышают уровень социализации обучающихся, оказывают влияние на формирование навыков самообслуживания,

социально-бытовой ориентировки, привитие трудовых навыков.

Выводы по второй главе

Констатирующий эксперимент, в рамках которого с использованием метода анкетирования родителей «Сформированность социально-бытовых навыков» произведено изучение уровня готовности к самостоятельной жизни подростков с ИН. Количественный анализ результатов анкетирования показал, что наименее сформированными оказались навыки экономии в домашнем хозяйстве и навык оказания медицинской помощи. Учащиеся подросткового возраста СОШИ № 3 затрудняются в составлении семейного бюджета и, в редких случаях, могут оказать элементарную медицинскую помощь. Слабо развиты навыки приготовления пищи. Половина из всех обследуемых подростков с ИН слабо ориентируются в городе, не помнят, где находится то или иное учреждение, где можно купить необходимые предметы быта. Нарушают правила собственной безопасности (могут погладить незнакомое животное, нарушить правила дорожного движения...). Низкий показатель развития навыков организации досуга и навыков ориентировки в магазине, в аптеке, на предприятиях службы быта. 4 подростка из 6 не умеют вступать в разговор с взрослыми и сверстниками. Они редко пользуются в разговоре вежливыми словами.

В рамках формирующего психолого-педагогического эксперимента разработана и апробирована программа социально-бытовой адаптации подростков с ИН. Была составлена программа, которая включала: 3 ситуационных диалога (при встрече; расставании; за столом), 7 сюжетно-ролевых игр («В гости к другу», «Я еду домой», «Я иду за продуктами» и др.), 26 практических упражнений (подбор мыла и шампуня, выполнение упражнений для укрепления осанки, изготовление несложных сувениров,

составление текста письма, составление деловых бумаг и др.), 13 экскурсий (на железнодорожный вокзал, в продовольственный магазин, на рынок, на почту, на биржу труда и др.).

В рамках контрольного этапа эксперимента определена эффективность программы социально-бытовой адаптации в развитии готовности к самостоятельной подростков с ИН. После целенаправленной работы по подбору и использованию в работе продуманных и адаптированных к структуре дефекта методов и приемов произошло увеличение количества подростков, у которых были сформированы социально-бытовые навыки, применяемые дома и вне дома, в каждом классе количество учащихся, показывающих хороший уровень социально-бытовой адаптированности, возросло. При этом количество подростков, требующих помощи, уменьшилось.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В последние годы особое внимание уделяется повышению социально-бытовой адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья, что невозможно без активизации инновационных процессов в данной сфере, повышения творческого потенциала, интеграции образовательной, научной и практической деятельности.

Теоретические основы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями заключаются в изучении и понимании характеристик и особенностей этих нарушений, а также разработке и применении соответствующих подходов, программ и услуг, которые способствуют самостоятельной жизни и социальной интеграции подростков с интеллектуальными нарушениями.

В ходе исследования мы установили, что методические подходы к разработке программ социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями заключаются в:

1. Акценте на развитие у подростков с интеллектуальными нарушениями навыков самостоятельности, принятия решений, планирования, самоопределения и самоорганизации. Это включает работу над развитием самоконтроля, самодисциплины и умениями решать повседневные задачи.

2. Создание условий для полноценного участия подростков в социальной жизни, включая общение с окружающими, развитие социальных навыков и умений, укрепление социальной поддержки и социальных связей. Это подразумевает также развитие эмпатии и компетенции в общении.

3. Создание условий для получения качественного образования и развития профессиональных навыков, что способствует самостоятельности и уверенности в будущей трудовой самореализации.

Исходя из полученных результатов теоретического анализа, было принято решение о проведении экспериментальной работы по разработке и апробировании программы социально-бытовой адаптации подростков с интеллектуальными нарушениями для повышения уровня их готовности к самостоятельной жизни. В рамках экспериментальной работы на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Специальная общеобразовательная школа-интернат № 3 города Магнитогорска» было организовано и проведено три эксперимента: констатирующий, формирующий и контрольный.

В рамках констатирующего эксперимента с использованием метода анкетирования родителей «Сформированность социально-бытовых навыков» и педагогических наблюдений произведено изучение уровня готовности к самостоятельной жизни подростков с ИН. Количественный анализ результатов анкетирования и педагогических наблюдений показал, что наименее сформированными у подростков с интеллектуальными нарушениями оказались навыки экономии в домашнем хозяйстве и навык оказания медицинской помощи. Учащиеся подросткового возраста СОШИ № 3 затрудняются в составлении семейного бюджета и, в редких случаях, могут оказать элементарную медицинскую помощь. Слабо развиты навыки приготовления пищи. Половина из всех обследуемых подростков с интеллектуальными нарушениями слабо ориентируются в городе, не помнят, где находится то или иное учреждение, где можно купить необходимые предметы быта. Нарушают правила собственной безопасности (могут погладить незнакомое животное, нарушить правила дорожного движения...). Низкий показатель развития навыков организации досуга и навыков ориентировки в магазине, в аптеке, на предприятиях службы быта. 4 подростка из 6 не умеют вступать в разговор с взрослыми и сверстниками. Они редко пользуются в разговоре вежливыми словами.

В рамках формирующего психолого-педагогического эксперимента разработана и апробирована программа социально-бытовой адаптации подростков с ИН. Была составлена программа, которая включала: 3 ситуационных диалога (при встрече; расставании; за столом), 7 сюжетно-ролевых игр («В гости к другу», «Я еду домой», «Я иду за продуктами» и др.), 26 практических упражнений (подбор мыла и шампуня, выполнение упражнений для укрепления осанки, изготовление несложных сувениров, составление текста письма, составление деловых бумаг и др.), 13 экскурсий (на железнодорожный вокзал, в продовольственный магазин, на рынок, на почту, на биржу труда и др.).

В рамках контрольного этапа эксперимента определена эффективность программы социально-бытовой адаптации в развитии готовности к самостоятельной подростков с ИН. После целенаправленной работы по подбору и использованию в работе продуманных и адаптированных к структуре дефекта методов и приемов произошло увеличение количества подростков, у которых были сформированы социально-бытовые навыки, применяемые дома и вне дома, в каждом классе количество учащихся, показывающих хороший уровень социально-бытовой адаптированности, возросло. При этом количество подростков, требующих помощи, уменьшилось. А это значит, что социально-бытовая адаптация выступает эффективным ресурсом самостоятельности подростков с интеллектуальными нарушениями в жизни. Следовательно гипотеза исследования подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агавелян, О. К. Некоторые вопросы социально-трудовой адаптации выпускников вспомогательной школы [Текст] / О.К. Агавелян // Дефектология. – 1974. – № 1. – С. 62-67.

2. Акимова, О. И. О результатах исследования профессионального самоопределения выпускников специальных (коррекционных) школ VIII вида г. Оренбурга во внеурочной деятельности [Текст] // Вестник Башкирского университета. – 2012. – №1. – С. 23-43.

3. Акимова, О. И. Об особенностях профессионального самоопределения выпускников специальных (коррекционных) школ VIII вида [Текст] // Сибирский педагогический журнал. – 2012. – № 2. – С. 34-45.

4. Афанасьева, Р. А. Профориентационная работа с детьми и подростками с ограниченными возможностями жизнедеятельности [Текст] // Наука и школа. – 2015. – № 6. – С. 12-26.

5. Батышев, С. Я. Трудовая подготовка обучающихся [Текст] / С. Я. Батышев. – М: Педагогика, 2018. – 192 с.

6. Белова, В. А., Белозерова, Г. И. Особенности организации профессионального трудового обучения для решения перспективных задач жизнеустройства воспитанников [Текст] / В. А. Белова, Г. И. Белозерова // Новые подходы к обучению и воспитанию детей с нарушениями интеллекта, их реализация в специальной (коррекционной) школе 8-го вида. – Боровичи, 2019. – С. 114-118.

7. Бондарь, В. И. О совершенствовании подготовки умственно отсталых детей к самостоятельному труду [Текст] / В. И. Бондарь, И. Г. Еременко // Дефектология. – 2020. – № 3. – С. 36-42.

8. Воронцова, М. В., Левченко, Т. А. Социально-бытовая адаптация детей и подростков с множественными нарушениями в условиях детского

дома-интерната: Учебное пособие. – Таганрог: Изд-ль А.Н. Ступин, 2013. – 185 с.

9. ГОСТ Р 54738-2011 Реабилитация инвалидов / <http://gostrf.com/normadata/1/4293787/4293787692.pdf>

10. Данакин, Н. С. Управление социальной адаптацией детей с ограниченными возможностями здоровья / С.Н. Глаголев, Н.С. Данакин, Л.Е. Данилюк. – Белгород: БГТУ им. В.Г. Шухова, 2011. –276 с.

11. Дульнев, Г.М. Основы трудового обучения во вспомогательной школе [Текст] / Г.М. Дульнев. – Москва: Просвещение, 1969. – 216 с.

12. Данакин, Н. С., Шутенко, А. И. Критерии оптимального обеспечения социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья // ПНиО. – 2014. – № 6 (12).

13. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребенку. Книга для педагогов и родителей. 2-е издание. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2000. – 96 с.

14. Зыкова А.В. Профилактика здорового образа жизни у слушателей VIII вида в учреждениях среднего профессионального образования / А.В. Зыкова // Цифровизация: теория и практика современного образования: Сборник статей по итогам Международного научно-практического форума (Челябинск, 17 июня 2022 г.), Челябинск Изд-во Библиотека А. Миллера, 2022. – 289 с.

15. Кузнецов, В. П. Методика трудового обучения с практикумом в учебных мастерских: учебное пособие для учащихся пед. училищ [Текст] / В. П. Кузнецов. – М. : Просвещение, 1981. – 223 с.

16. Корень, Е. В. Психосоциальная адаптация детей и подростков с психическими расстройствами в контексте современных реабилитационных подходов [Текст] / Е.В. Корень, Т. А. Куприянова // Дефектология. – 2012. №3. – С.60-64.

17. Кисова, В. В. Практикум по специальной психологии / В. В. Кисова, И. А. Конева. – СПб. : Речь, 2006. – С. 207-210.

18. Коркунов, В. В. Концептуальные положения развития специального образования в регионе: от теоретических моделей к практической реализации [Текст] / В. В. Коркунов. - Екатеринбург, 1998. – 185 с.

19. Коломинский, Н.Л. О формировании самооценки и уровня притязаний у учащихся вспомогательной школы [Текст] / Н.Л. Коломинский // Дефектология. - 2019. - № 6. – С. 57-62.

20. Коркунов, В. В. Профессионально-трудовое обучение, воспитание и адаптация учащихся с нарушением интеллекта. Монография [Текст] / В. В. Коркунов, С. О. Брызгалова, Г. Г. Зак, А. А. Гнатюк. Екатеринбург, 2012.– 162 с.

21. Кравалис, Я. Я. Правильный выбор профессии во вспомогательной школе – залог успешной подготовки детей к жизни / Я. Я. Кравалис // Дефектология. – 2020. – № 5. – С. 43-47.

22. Коробейников, И. А. Нарушения развития и социальная адаптация / И. А. Коробейников. – М. : ПЕР СЭ, 2002. – 192 с.

23. Кудрявцев, Т.В. Психолого-педагогические проблемы высшей школы [Текст] / Т.В. Кудрявцев // Вопросы психологии. – 2017. - № 2. С. 20-30.

24. Кутугина, В. И. Факторы профессионального самоопределения личности в современных условиях [Текст] / В.И. Кутугина // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 1 – С. 51-53.

25. Мирский, С. Л. Индивидуальный подход к учащимся вспомогательной школы в трудовом обучении [Текст] / С.Л. Мирский. - Москва: Педагогика, 2018. – 160 с.

26. Мирский, С. Л. О путях развития профессиональной подготовки воспитанников вспомогательной школы / С.Л. Мирский // Дефектология. – 2021. – № 3. – С.25-29.

27. Назамбаева, Ж. И. Некоторые особенности личности выпускников вспомогательной школы / Ж. И. Назамбаева // Дефектология. – 2020. – № 1. – С. 20-25.

28. Помощь людям с нарушениями развития и аутизмом / И. Лунёв, Е. Стребелева, Е. Баенская [и др.]. – Москва: Лепта Книга, 2017. – 288 с.

29. Пинский, Б. И. Психология трудовой деятельности учащихся вспомогательной школы / Б. И. Пинский. – Москва: Просвещение, 2019. – 152 с.

30. Платонова, Т. И. Профессиональное становление личности в процессе обучения [Текст] // Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития. – 2018. – № 6.

31. Плахова, Н. А. Новые подходы к коррекционной работе с умственно отсталыми школьниками [Текст] / Н. А. Плахова // Дефектология. – 2021. – № 5. – С. 39-44.

32. Попов, Ю. И. Из опыта работы по социальной и трудовой реабилитации подростков с интеллектуальной недостаточностью [Текст] / Ю.И. Попов, И.М. Бгажнокова // Дефектология. – 2011. – № 1. – С. 46-54.

33. Профессиональная ориентация молодежи [Текст] / под ред. К.К. Платонова. – М: Высш. шк., 2020. – 114 с.

34. Семья и дети в России. 2021: Стат. сб. / Росстат, Общественная палата Российской Федерации, 2021.

35. Солнцева, Л. И. Психология детей с нарушениями зрения (детская тифлопсихология). – М.: Классике Стиль, 2006.

36. Толстых, А. В. Возрасты жизни / А. В. Толстых. – Москва: Молодая гвардия, 2020. – 224 с.

37. Трудоустройство инвалидов с умственной отсталостью [Текст] / Е.М. Старобина, В.Я. Щebetаха и др. // Медико-социальная экспертиза и реабилитация инвалидов. - 2014. - № 42.

38. Турчинская, К.М. ПрофорIENTATION во вспомогательной школе [Текст] / К.М. Турчинская. - Киев: Радянська школа, 2019. – 126 с.

39. Фридман, Л.М. Изучение личности учащегося и ученических коллективов: Кн. для учителя [Текст] / Л.М. Фридман, Т.А. Пушкина, И.Я. Каплунович. - Москва: Просвещение, 2021. - 207 с.
40. Чистякова, С.Н. Основы профессиональной ориентации школьников [Текст] / С.Н. Чистякова. - М: Просвещение, 2022. - 112 с.
41. Щербакова, А.М. Проблемы трудового обучения и профессиональной подготовки учащихся вспомогательной школы [Текст] / А.М. Щербакова // Дефектология. - 2019. - № 4. С. 24-28.
42. Щербакова, А.М. Формирование социальной компетентности у учащихся старших классов специальных образовательных учреждений VIII вида [Текст] / А.М. Щербакова, Н.В. Москоленко // Дефектология. - 2018. - № 3. С. 19-35.
43. Яковенко, М.И. Трудоустройство выпускников вспомогательной школы [Текст] / М.И. Яковенко // Дефектология. - 2019. - №1. С. 37-39.
44. Чистякова, С. Н. Профессиональная ориентация школьников: организация и управление [Текст] / С. Н. Чистякова. – М., 2017. С. 28.
45. Щербакова, А.М. Формирование социальной компетентности у учащихся старших классов специальных образовательных учреждений VIII вида [Текст] / А. М. Щербакова, Н. В. Москоленко // Дефектология. – 2022. – № 3. С. 25 -39.
46. Шинкоренко, В.А. О развитии элементов конструктивной деятельности у учащихся вспомогательной школы на уроках труда [Текст] / В.А. Шинкоренко // Дефектология. – 2020. – № 2. – С. 38-41.
47. Шибутани, Т. Н. Социальная психология [Текст] / Т. Н. Шибутани. – М. : Высшее образование, 2002. – 544 с.
48. Шипицына, Л. М. "Необучаемый" ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта / Л. М. Шипицына. – 2–е изд., перераб. и дополн. – СПб. : Речь, 2005. – 477 с.
49. Шустова, Н. Е. Уникальное и типичное в адаптационном процессе личности (теоретический анализ уровней адаптации) // Проблемы

социальной психологии личности. URL:
http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30267_full.shtml

50. Юрцева, Л. Я. О мотивах учебной деятельности по различным учебным предметам / Л. Я. Юрцева. – М., 2021. – 128 с.