

# **Программа адаптации лиц пожилого возраста и инвалидов (вновь поступающих) к условиям проживания в АСУСО «Такмыкский дом-интернат». «Мы вместе»**

## **Введение.**

Организация социальной адаптации вновь поступившего получателя социальных услуг к условиям проживания в доме-интернате является важнейшим направлением социальной работы. Поступление в дом-интернат, изменение привычного образа жизни является критическим моментом в жизни пожилых людей и людей с ограниченными возможностями. Каждый из них имеет различный жизненный опыт, менталитет, привычки. У каждого из них свой взгляд на жизнь, свои требования и ожидания. Как правило, при поступлении в дом-интернат у вновь поступающего отмечается моральная угнетенность, так как люди считают себя вычеркнутыми из активной жизни. К тому же в обществе еще господствует негативный стереотип по отношению к домам-интернатам, в связи с чем, устройство в стационарное учреждение может вызвать отрицательные переживания у получателя социальных услуг. Непредвиденные ситуации, новые люди, непривычная обстановка, определенные правила и требования - эти обстоятельства заставляют вновь поступающего приспосабливаться к внешнему окружению, коренным образом менять жизненный уклад. Поскольку основной стрессор, которым является сам факт поступления в дом-интернат, невозможно устранить, первостепенное значение приобретает ожидаемая помощь и поддержка со стороны персонала дома-интерната. Социально-психологическая адаптация пожилых людей представляет собой не одномоментное изменение имеющихся проблем, а протекающий во времени процесс. Данная программа социально-психологической адаптации пожилых людей направлена на обеспечение эффективного взаимодействия работников социальной службы учреждения, на улучшение качество обслуживания получателей социальных услуг. Практическая значимость данной программы заключается в возможности ее использования в повседневной работе с гражданами пожилого возраста и лицами с ограниченными возможностями в доме-интернате.

## **Актуальность программы**

Социальная адаптация - процесс активного приспособления человека к условиям изменившейся социальной среды с целью выживания и развития. Особенно актуальна проблема социальной адаптации для лиц пожилого возраста и инвалидов к условиям проживания в доме-интернате. Известно, что людям пожилого возраста присущи не только физиологические, но и психические изменения (нарушение памяти, внимания, эмоциональной сферы, ориентировки), и личностные (недоверчивость, подозрительность, нетерпимость, ранимость, эгоцентризм). Все это способствует нарушению процесса адаптации. Для того чтобы сделать переход человека из одной микросреды в другую менее болезненным, необходимо адаптировать его к условиям новой микросреды, то есть помочь человеку приспособиться к новому социальному статусу и условиям проживания в доме-интернате.

## **Цель программы**

Содействие в адаптации людям пожилого возраста и людям с ограниченными возможностями к условиям проживания в доме-интернате.

## **Задачи программы**

1. Сбор первичной информации о получателе социальных услуг и условиях его жизнедеятельности.
2. Проведение психологического обследования с последующей коррекцией выявленных нарушений.
3. Выявление способности поступившего к занятиям по трудовой терапии.
4. Знакомство поступившего с работой структурных подразделений, с перечнем гарантированных и дополнительных услуг, с культурно-бытовой жизнью дома-интерната.
5. Содействие в реализации творческих способностей человека.

## **Целевая группа**

Вновь поступившие в дом-интернат люди пожилого возраста и люди с ограниченными возможностями.

## **Содержание программы**

Программа состоит из трех блоков:

1. Социального.
2. Психологического.
3. Социокультурного.

### **Социальный блок включает в себя:**

1. Оформление личных и социальных дел.
2. Сбор первичной информации (беседа; заполнение карты социального изучения получателя социальных услуг; анкетирование)
3. Проведение беседы о внутреннем распорядке, о правилах проживания в доме-интернате.

### **Психологический блок включает в себя:**

1. Знакомство с работой психолога и его основными функциями.
2. Проведение психологического обследования поступившего.
3. Проведение тренингового занятия, направленного на развитие навыков продуктивного общения (совместно с психологом и со специалистами по социальной работе).
4. Коррекция выявленных нарушений.

### **Социокультурный блок включает в себя:**

1. Проведение ознакомительной экскурсии по дому-интернату.
2. Ознакомление с культурно - досуговой жизнью дома-интерната (клубная работа, лечебно-трудовые мастерские, общественно полезная работа)
3. Знакомство с проживающими получателями услуг.

Для успешной реализации цели и задач данной программы необходимо тесное сотрудничество медицинских и социальных работников, а также всех других специалистов.

Реализация программы рассчитана на период пребывания в приемно-карантинном отделении и на период адаптации в отделении. Каждый день - это проведение мероприятий одного из блоков: беседы, опрос, диагностика, экскурсия, тренинговые упражнения.

### План реализации

| №<br>п/п | Деятельность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Цель                                                                                                                                                                                                                                                                           | Форма работы                                                                                                         | Исполнители<br>Срок<br>реализации                                |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Прием:<br>Знакомство с получателем социальных услуг.<br>Проверка документов получателя социальных услуг, оформление личного и социального дела.<br>Осмотр врачами.<br>Оформление «Истории болезни».<br>Санитарная обработка.<br>Поселение получателя социальных услуг в приемно-карантинное отделение.<br>Заключение договора о социальном обслуживании.<br>Подписание согласия на обработку персональных данных. | Знакомство, сбор общих сведений, оценка общего состояния получателя социальных услуг, степень возможностей независимой жизнедеятельности, реабилитационного потенциала, нуждаемости в постоянном уходе и наблюдении, предварительный выбор отделения для постоянного поселения | Формирование личного дела, заполнение карты социального изучения поступившего в дом-интернат, анкетирование, беседа. | Медицинские работники, психолог социальные работники.<br>1-3 дня |
| 2.       | Установление родственных связей получателя социальных услуг                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Знакомство с родственниками, сбор сведений об индивидуальных особенностях получателя социальных услуг                                                                                                                                                                          | Беседа                                                                                                               | Медицинские работники, психолог социальные работники.<br>1-3 дня |

|     |                                                                                         |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                 |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 3.  | Добро пожаловать                                                                        | Сбор общих сведений о получателе социальных услуг:<br>- причины поступления;<br>- психологический статус;<br>- интересы, увлечения;<br>(для оценки результатов реализации программы) | Анкетирование приложение 1                                                                               | Психолог<br>социальные работники.<br>1-3 дня                    |
| 4.  | Ежедневный медицинский осмотр                                                           | Контроль за состоянием здоровья получателя социальных услуг, определение условий приема пищи и диеты в соответствии с состоянием здоровья                                            | Индивидуальные процедуры                                                                                 | Медицинские работники<br>(ежедневно)                            |
| 5.  | Оценка состояния получателя социальных услуг для подготовки к независимому образу жизни | Обучение получателя социальных услуг самообслуживанию, санитарно-гигиеническим навыкам в объеме его физического состояния, пользованию бытовыми приборами и т.д.                     | Беседа, обучающие занятия                                                                                | Медицинские работники,<br>социальные работники                  |
| 6.  | Регистрация по месту жительства                                                         | Регистрация по месту жительства                                                                                                                                                      | Работа с документами                                                                                     | Специалисты по социальной работе 1-5 дней                       |
| 7.  | Знакомство получателя социальных услуг с сотрудниками учреждения                        | Создание коммуникативных условий.<br>Адаптация к условиям проживания в приемно-карантинном отделении и в отделениях дома-интерната                                                   | Беседа, рассказ, просмотр альбома, личное знакомство                                                     | Заведующая отделением, специалисты по социальной работе 1-4 дня |
| 8.  | Знакомство с домом-интернатом.                                                          | Ознакомление с домом-интернатом, с внутренним распорядком, правилами проживания.                                                                                                     | Экскурсия, рассказ, беседа.                                                                              | Заведующая отделением, специалисты по социальной работе         |
| 9.  | Оформление (перевод) пенсии, оформление льгот, обработка ИПР.                           | Получение пенсии и мер социальной поддержки, обеспечение техническими средствами реабилитации                                                                                        | Оформление, получение или прокат технических средств реабилитации и проведение обучения их использования | Специалисты по социальной работе 5-14 дней                      |
| 10. | Знакомство с                                                                            | Знакомство вновь                                                                                                                                                                     | Беседа,                                                                                                  | Медицинские                                                     |

|     |                                                                                                  |                                                                                                                         |                                                                                                                                                        |                                            |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|     | новой микросредой.                                                                               | поступившего получателя социальных услуг с соседями по комнате.                                                         | тренинги, игры.                                                                                                                                        | работники, психолог, социальные работники. |
| 11. | Обучение общению, умению понимать других проживающих, осмыслению ситуации совместного проживания | Адаптация к условиям проживания в доме-интернате                                                                        | Беседа, рассказ, тренинги                                                                                                                              | Психолог социальные работники.             |
| 12. | Психологическое консультирование, психологическое сопровождение                                  | Снижение психического напряжения, принятие сложившейся ситуации, улучшение эмоционального состояния.                    | Беседа                                                                                                                                                 | Медицинские работники, психолог            |
| 13. | Культурно-досуговая жизнь дома-интерната.                                                        | Ознакомление с клубной деятельностью, с видами трудовой терапии, с общественно полезной работой.                        | Беседа, просмотр фотоальбома о жизни в доме-интернате, знакомство со специалистами, организующими досуговую деятельность получателей социальных услуг. | Культ организатор, социальные работники.   |
| 14. | Психологическое обследование.                                                                    | Изучение индивидуально-психологических черт личности, изучение личностной предрасположенности к конфликтному поведению. | Тестирование                                                                                                                                           | Психолог                                   |
| 15. | Тренинговое занятие. Организация досуга.                                                         | Развитие навыков коммуникативности в условиях дома-интерната. Выявление наклонностей к различному виду деятельности.    | Проведение тренингового занятия (Приложение 2). Анкетирование (Приложение3).                                                                           | Психолог                                   |
| 16. | Активное вовлечение граждан пожилого возраста и инвалидов в общение, развитие                    | Адаптация к условиям проживания в доме-интернате                                                                        | Беседа, рассказ                                                                                                                                        | Культ организатор, социальные работники.   |

|     |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                            |                                           |                                                        |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|     | контактов между ними, проведению занятий по интересам                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                            |                                           |                                                        |
| 17. | Выяснение и использование остаточной трудоспособности, привлечение к общественной жизни                                                       | Укрепление веры в собственные силы и поддержание позитивного самонастроения                                                                                                                                                | Беседа, рассказ, трудовые действия.       | Социальные работники                                   |
| 18. | Психологическое консультирование, психологическое сопровождение. Постоянное проведение бесед, ознакомление с условиями жизни в доме-интернате | Создание необходимых условий для комфортного вхождения получателя социальных услуг в новое для него место жительства. Снижение психического напряжения, принятие сложившейся ситуации, улучшение эмоционального состояния. | Совместная деятельность, беседа, рассказ, | Медицинские работники, психолог, социальные работники. |

### Ожидаемый результат

1. Достижение комфортного эмоционального и морально-психологического состояния получателя социальных услуг.
2. Снятие эмоционального напряжения.
3. Снижение уровня стресса, вызванного самим переездом.
4. Повышение чувства собственной значимости.
5. Осознание возможности продолжения продуктивной и достойной жизни.
6. Поддержание социальной активности получателя социальных услуг в условиях учреждения (использование посильного и эпизодического труда) для активного долголетия.

Данная программа позволяет пожилым гражданам и лицам с ограниченными возможностями более успешно адаптироваться к условиям проживания в доме-интернате, помогает получателям социальных услуг чувствовать себя защищенными и уверенными в себе.

## Приложение 1

План сбора общих сведений:

ФИО: \_\_\_\_\_

Дата рождения: \_\_\_\_\_

Самочувствие (сон, аппетит, жалобы на физическое состояние):

---

---

---

Причина поступления:

---

---

---

---

Психологический статус (тревожность, эмоции, жалобы на ВПФ):

---

---

---

---

Место рождения и жительства:

---

---

---

---

Семья, родственники и друзья:

---

---

---

---

---

Образование, место работы, интересы и увлечения:

---

---

---

---

Психолог \_\_\_\_\_

## Приложение 2

#### Упражнение 1

Инструкция: «Давайте с Вами познакомимся». (Представьтесь так, как Вам бы хотелось, чтобы к Вам обращались.)

#### Упражнение 2

Инструкция: «Давайте друг другу что-нибудь пожелаем. Я желаю Вам сегодня, чтобы у Вас было хорошее настроение, чтобы Вы почаще улыбались».

#### Упражнение 3

Инструкция: «Сейчас Вы будете рассказывать мне, чем Вы интересуетесь, а я расскажу, чем увлекаюсь я».

#### Упражнение 4

Инструкция: «Сейчас мы поговорим о том, что нас связывает. Начинать фразу нужно со слов «Нас связывает...» и далее называть качество или состояние, которое может нас объединять. Я соглашаюсь с Вами или нет, и объясняю почему».

#### Упражнение 5

Инструкция: «Прежде чем мы с Вами расстанемся сегодня, мне хотелось оставить друг другу что-нибудь на память. Представьте, что наши возможности безграничны и мы можем дарить друг другу все, что угодно, даже планету».

После проведения упражнений идет обсуждение занятия по следующим вопросам:

- Легко или трудно было выполнять упражнения? Почему?
- Какое упражнение понравилось больше всего? Почему?
- Было ли интересно на занятии?

## **«Организация досуга»**

Вопросы: «Любите ли Вы, хотели бы Вы, нравится ли Вам?»

1. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене?
2. Заниматься спортом?
3. Заботиться о красоте помещения, в котором вы живете?
4. Смотреть различные телепередачи?
5. Изготавливать различные изделия для выставок, ярмарок?
6. Принимать активное участие в спортивных мероприятиях?
7. Организовывать других на выполнение общественной работы и руководить ими?
8. Читать книги в тишине?
9. Делиться своими творческими навыками с другими?
10. Организовывать культурную и спортивно-массовую работу?
11. Постоянно общаться со многими людьми, обсуждать текущие дела и события?
12. Весь день пролежать в постели без дела?
13. Работать в лечебно-трудовых мастерских?

### **Обработка анкеты**

Положительные ответы на вопросы в каждой колонке означают склонность человека к:

- Искусству, творчеству
- Спорту
- Общественной работе
- Пассивному отдыху
- Полупрофессиональной деятельности

### **Анкетирование с целью определения уровня осведомленности о правах, обязанностях и возможностях проживающего в ДИ:**

1. Что вы знаете об условиях проживания в доме-интернате?
2. Знакомы ли вы с правилами проживания в доме-интернате?
3. Вы знаете условия оплаты проживания в доме-интернате?
4. Знаете ли Вы о возможности принимать участие в культурных, досуговых и развлекательных мероприятиях в доме-интернате?
5. Вы осведомлены о порядке выплаты пенсии?
6. Вы знаете о возможности трудовой деятельности в доме-интернате?
7. Знаете ли Вы о функционировании библиотеки, комнаты психологической разгрузки?
8. Знаете ли Вы о возможности защиты своих прав?
9. Знаете ли Вы к кому обратиться в случае возникновения спорных ситуаций?
10. Знаете ли вы о социальной работе (помощи) в доме-интернате?
11. Знаете ли вы о медицинской помощи в доме

## **Программа**

### **социально-трудовой реабилитации**

#### **Актуальность**

Важное значение в организации реабилитационных мероприятий придается социально - трудовой реабилитации - обучению инвалидов трудовым и профессиональным навыкам.

Трудовая терапия - один из методов терапевтического воздействия, которые применяются в социальной работе для оказания помощи людям с ограниченными возможностями здоровья с целью приобретения, восстановления и поддержания навыков трудовой деятельности, снижение уровня зависимости от посторонней помощи. В процессе трудотерапии происходит становление личности, преодолеваются психологические комплексы, формируются новые межличностные взаимоотношения; человек вовлекается в коллективную деятельность, в результате чего повышается уровень его адаптации в социуме. Отмечая данную проблему, следует обратить внимание на то, что для успешного решения данного вопроса необходима целостная система трудового воспитания, включающая в себя позитивное отношение получателей социальных услуг к самостоятельному и общественно - полезному труду.

#### **Цель:**

Формирование знаний и практических навыков, способствующих обеспечению максимально самостоятельного и независимого образа жизни, жизнедеятельности в быту и социального взаимодействия .

#### **Задачи:**

- Создать благоприятные условия жизни, приближенные к домашним.
- Вовлекать в посильную трудовую занятость.
- Учить навыкам самообслуживания.
- Развивать знания, умения и навыки бытового труда, самообслуживания.
- Расширить знания техники безопасности при использовании различных инструментов и приспособлений в жизнедеятельности.

#### **Методы реализации:**

- Устный рассказ специалиста без использования наглядных пособий;
- Устный рассказ специалиста с использованием наглядных пособий;

- Устный рассказ специалиста с использованием различных технических средств;
- Беседа;
- Наблюдение;
- Объяснение;
- Упражнения;
- Практический метод (упражнения в применении и отработке (закреплении) полученных знаний, умений и навыков).

### **Принципы реализации программы**

- Принцип успеха. Каждый должен чувствовать успех в какой-либо сфере деятельности. Это ведет к формированию позитивной «Я-концепции» и признанию себя, как уникальной составляющей окружающего мира, более полному раскрытию способностей и возможностей. Специалистом дается только положительная оценка деятельности получателей социальных услуг во время проведения занятия.
- Принцип демократии. Добровольная ориентация на формирование знаний, умений и навыков в бытовой деятельности; обсуждение выбора совместной деятельности в группе.
- Принцип доступности. Формирование навыков и знаний строится с учетом возрастных и индивидуальных возможностей.
- Принцип наглядности. На занятиях по программе используются разнообразные иллюстрации, презентации, показ специалистом правильной последовательности выполнения заданий.
- Принцип направленности на развитие. Реализация этого принципа предусматривает увеличение объёма сообщаемых знаний за счёт ознакомления с окружающим миром, с правилами поведения в обществе, расширения кругозора получателей социальных услуг, обогащения их опыта социального поведения.

### **Формы организации трудовой деятельности:**

- Оказание посильной помощи в отделении по наведению порядка в своей комнате;
- Привлечение к уборке мусора из помещений;
- Привлечение к уборке территории интерната;
- Привлечение к работе в овощехранилище;
- Привлечение к индивидуальным трудовым поручениям (наведение порядка в комнате, генеральная уборка этажа, уход за цветами, дежурство по столовой);
- Уход за одеждой и обувью.

**Целевая группа программы:** Получатели социальных услуг.

## **Тематический план**

1. Благоустройство территории интерната
2. Уборка территории от снега.
3. Уборка территории от листвы.
4. Субботники
5. Побелка стволов деревьев, бордюров.
6. Выращивание цветочной рассады.
7. Подготовка цветочных клумб для высадки цветочной рассады.
8. Высадка рассады на клумбы, вазоны, кашпо.
9. Подготовка огорода
10. Посадка огорода.
11. Прополка, рыхление, полив клумб, грядок.
12. Уборка травы.
13. Подготовка цветочных клумб огорода к зиме.
14. Заготовка земли для рассады.
15. Строительство снежных фигур.
16. Новогоднее украшение помещений и территории интерната.
17. Мелкий ремонт одежды
18. Виды одежды и головных уборов, их назначение
19. Повседневный уход за одеждой и подготовка её к хранению
20. Значение жилища для человека.
21. Регулярная уборка жилого помещения – ежедневная, еженедельная
22. Все о мебели. Уход за мебелью

## **АСУСО «Такмыкский дом-интернат»**

### **Программа социально-психологического тренинга**

#### **«Все начинается с тебя»**

##### **Актуальность**

Стресс – постоянный спутник в нашей жизни. Более того, для того чтобы наш организм мог нормально функционировать, ему регулярно необходима порция стресса. Проблема начинается тогда, когда эта порция слишком велика. Обучение управлению стрессовыми ситуациями является важным компонентом формирования здорового образа жизни. Научившись управлять своими эмоциями, жить в гармонии со своим внутренним миром, человек может успешно работать и достигать значимых для него целей в жизни.

**Пояснительная записка:** программа посвящена вопросам раскрытия и гармонизации личностных ресурсов человека и направлена на формирование эффективных моделей поведения в стрессовых ситуациях.

Так же данный тренинг способствует развитию и формированию социальных и коммуникативных умений, увеличению чувства ответственности за свое поведение и снижению напряженности.

**Цель программы:** актуализация личностных ресурсов и обучение навыкам поведения в стрессовых ситуациях.

##### **Задачи программы:**

1. Создать условия для продуктивного общения и самовыражения.
2. Расширить знания участников о чувствах и эмоциях.
3. Обучить приемам, направленным на формирование навыков управления негативными эмоциями, стрессами.
4. Рассказать о способах нейтрализации стресса. Повысить сопротивляемость к стрессу.
5. Помочь участникам лучше узнать себя, свои сильные стороны.
6. Развить навыки самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
7. Снять эмоциональное напряжение и улучшить психоэмоциональное состояние.

**Форма работы:** групповая.

**Методы работы:**

1. Диалоговые методы (беседа, дискуссия)
2. Моделирование ситуаций в ролевых играх
3. Арт-терапия.

### Тематический план

| № занятия              | Этап                     | Цель                                                                                                                                                                                                         | Методы                                                 | Упражнения                                                                                                   |
|------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. «Эмоции и чувства»  | Установочный             | Установление контакта с группой, создание благоприятных условий для работы в группе, ознакомление с основными правилами работы тренинга, тренировка умения выражать и понимать свое эмоциональное состояние. | -Диалоговые методы (беседа, дискуссия)<br>-Арт-терапия | «Представление»<br>«Эмоция словами»<br>«Подарок»<br>«Мой способ»<br>«Зато»                                   |
|                        | Диагностический          | Диагностика актуального эмоционального состояния                                                                                                                                                             |                                                        | «Я и стресс»                                                                                                 |
| 2. «Узнай себя лучше»  | Коррекционно-развивающий | Создание в группе атмосферы доверия и открытости, углубление процессов самораскрытия, активизация процесса самопознания, повышение эмоциональной устойчивости.                                               | -Диалоговые методы (беседа, дискуссия)<br>-Арт-терапия | «Слова о себе»<br>«Хорошие события»<br>«Какие мы?»<br>«Дорисуй и передай»<br>«Я тебя понимаю»<br>«Пожелания» |
| 3. «Кое-что о стрессе» |                          | Саморегуляция эмоционального состояния, знакомство участников с различными способами борьбы со                                                                                                               |                                                        | «Ожидание и самочувствие»<br>«Плюсы и минусы стресса»<br>«Стресс в моей жизни»<br>«Прощай,                   |

|                                            |                     |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            |                     | стрессом,<br>развитие навыка<br>рассмотрения<br>проблемы с<br>разных точек<br>зрения.                                                                                                            |                                                                                                                       | напряжение!»                                                                                                                                                                               |
| 4. «В чем<br>моя<br>сила?»                 |                     | Формирование<br>представления<br>участника о себе<br>и своих сильных<br>сторонах, поиск и<br>актуализация<br>внешних и<br>внутренних<br>ресурсов,<br>формирование<br>жизнестойкого<br>поведения. | -Диалоговые<br>методы<br>(беседа,<br>дискуссия)<br>-Арт-терапия<br>-<br>Моделирован<br>ие ситуаций в<br>ролевых играх | «Я сегодня вот<br>такая...»<br>«Листок за<br>спиной»<br>«Автопортрет»<br>«Я вижу что-<br>то»<br>«Место покоя»<br>«Зато»                                                                    |
| 5. «Самопоз<br>нание-<br>ключ к<br>успеху» | Заключит<br>ельный  | Закрепление<br>полученных<br>навыков,<br>актуализация<br>личностных<br>ресурсов,<br>повышение<br>уверенности в<br>себе и обучение<br>приемам<br>уверенного<br>поведения.                         | -Диалоговые<br>методы<br>(беседа,<br>дискуссия)<br>-Арт-терапия<br>-<br>Моделирован<br>ие ситуаций в<br>ролевых играх | «Никто не<br>знает»<br>«Что в нем<br>нового?»<br>«Приятный<br>разговор»<br>«Ладощка»<br>«Передай<br>стакан»<br>«Карта<br>счастья»<br>«Найди свою<br>звезду»<br>«Аплодисмент<br>ы по кругу» |
|                                            | Диагност<br>ический | Проверить<br>разрешение<br>выявленных ранее<br>проблемных зон                                                                                                                                    |                                                                                                                       | «Я и стресс»                                                                                                                                                                               |

**Ожидаемые результаты:** развитые навыки саморегуляции и рефлексии, адекватный уровень тревожности и стабильное эмоциональное состояние.

## **Программа «Финансовая грамотность»**

### **для граждан пожилого возраста и инвалидов**

**Цель программы:** создание условий для адаптации граждан пожилого возраста и инвалидов в современном обществе через повышение их финансовой грамотности. Формирование грамотного финансового поведения посредством социальной реабилитации граждан пожилого возраста и инвалидов.

#### **Задачи программы**

- 1.Выявить граждан пожилого возраста и инвалидов, нуждающихся в формировании грамотного финансового поведения.
- 2.Обучить граждан пожилого возраста мерам финансовой безопасности.
- 3.Организовать проведение мероприятий по повышению финансовой грамотности граждан пожилого возраста и инвалидов.
- 4.Организовать обучение граждан пожилого возраста и инвалидов финансовой грамотности в области банковских продуктов и услуг, страхования, пенсионного обеспечения, социальной поддержке, системе налогообложения, услугах предприятий ЖКХ.
- 5.Сформировать у граждан пожилого возраста навыки принятия компетентных, правильных финансовых решений.

**Занятия будут проводится в различных формах, такие как:** лекции, круглые столы, игры и т.д., что позволит не только получить практические навыки, но и даст возможность делиться своими знаниями, обмениваться мнениями, обсуждать, расширять круг общения.

Занятия будут проходить согласно утвержденному тематическому плану.

## Тематический план

| №   | Наименование мероприятия                                                                                 | Ньюсмейкеры                                                                             |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Правовая защита пожилых людей по финансовой грамотности. Юридическая консультация                        | Исаченко Н.В.<br>Юрисконсульт<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                      |
| 2.  | Меры предосторожности при работе в интернете «Финансовое мошенничество»<br>- e – mail – рассылка брошюры | Лазарева Н.А.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»   |
| 3.  | Обучение пожилых людей правилами пользования банкоматами и электронными устройствами                     | Митрофанова Л.В.<br>Администратор<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                  |
| 4.  | Пенсионное законодательство. Индексация пенсий, перерасчет.                                              | Сазонова Е.И.<br>Администратор<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                     |
| 5.  | Банковские услуги. Выбираем банк в помощь.                                                               | Митрофанова Л.В.<br>Администратор<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                  |
| 6.  | Оплата коммунальных услуг и других платежей через систему «Сбербанк онлайн»<br>Практическое занятие      | Митрофанова Л.В.<br>Администратор<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                  |
| 7.  | Всероссийский онлайн – зачет по финансовой грамотности 2025                                              | Груменцева К.В.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат» |
| 8.  | Эстафета «Мои финансы»<br>Отгадывание ребусов                                                            | Щука Т.С.<br>Чуприкова И.В.<br>Учителя МБОУ «Такмыкская СОШ»                            |
| 9.  | Финансовая викторина «Вот вопрос?»                                                                       | Янковская В.П.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»  |
| 10. | «Экономия для жизни»<br>Беседа.                                                                          | Волкова А.Ю.<br>Психолог                                                                |

|     |                                                                                                                                                            |                                                                                         |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                                                                                                                            | АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                                                       |
| 11. | «Способы защиты от мошенничества»<br>Беседа.                                                                                                               | Волкова А.Ю.<br>Психолог<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»                           |
| 12. | Финансовый навигатор                                                                                                                                       | Груменцева К.В.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат» |
| 13. | «Что любят деньги»<br>Финансовая викторина                                                                                                                 | Янковская В.П.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»  |
| 14. | «Способы безопасного хранения финансовых средств»<br>«Как избежать финансового мошенничества»<br>Распространение буклетов, информационных листов, памяток. | Лазарева Н.А.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»   |
| 15. | Подушка безопасности.<br>Игры на внимание.<br>Пословицы и поговорки по финансовой грамотности.                                                             | Янковская В.П.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»  |
| 16. | Лекция «Ответственный кредит»                                                                                                                              | Янковская В.П.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»  |
| 17. | Финансовые раскраски с загадками «Знаем не знаем»                                                                                                          | Волкова Екатерина Викторовна<br>Библиотекарь АСУСО «Такмыкский дом – интернат»          |
| 18. | «Финансовые термины и задачи»                                                                                                                              | Янковская В.П.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»  |
| 19. | Распространение брошюр «Финансовая грамотность»                                                                                                            | Лазарева Н.А.<br>Специалист по социальной работе<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат»   |

|     |                                                      |                                                               |
|-----|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 20. | «Бизнес клуб»                                        | Волкова А.Ю.<br>Психолог<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат» |
| 21. | Финансовая викторина<br>«Путешествие в мир финансов» | Волкова А.Ю.<br>Психолог<br>АСУСО «Такмыкский дом – интернат» |

### **Ожидаемые результаты:**

1. 1.Активизация ресурсов граждан, направленных на эффективное планирование и использование личного бюджета, принятие решений в области финансов, исходя из своих долгосрочных интересов и желаний.
2. 2. Формирование у граждан базовых финансовых навыков, необходимых для понимания условий и обязательств, связанных с приобретением финансовых продуктов и услуг, снижения рисков мошенничества.
3. 3.Формирование достаточных знаний в законодательстве, социальной поддержке, в системе налогообложения, в банковской системе, в пенсионной системе, страховании, работа с личными кабинетами различных структур.

## **Программа кружковой деятельности «Мягкая игрушка»**

### **Актуальность**

Искусство изготовления игрушек – один из древнейших видов народного художественного творчества.

Традиции народного искусства и сейчас продолжают жить и развиваться, современные игрушки отличаются яркостью цветов, смелыми авторскими решениями, но в них также остались образность, добродушность, радость, которую они несут людям.

Актуальность программы заключается в том, что она отражает общую тенденцию к возрождению искусства рукоделия, опираясь при этом на русскую традицию проведения досуга с ведением новых видов рукоделия.

**Цель:** Обеспечение развития творческих способностей, индивидуальности, активности, овладение знаниями и представлениями об изготовлении игрушки, формирование практических умений и навыков работы с материалом, устойчивого интереса к самостоятельной деятельности в области декоративно-прикладного искусства.

### **Задачи:**

1. Обучение основам кройки и шитья игрушки;
2. Формировать навыки ручного труда;
3. Совершенствовать практические умения и навыки в обработке различных материалов;
4. Научить изготавливать игрушки в различных техниках исполнения;
5. Развивать художественную инициативу, самостоятельность и способность решать творческие задачи, зрительное восприятие, мелкую моторику пальцев рук;
6. Формировать эстетический и художественный вкус;
7. Воспитывать трудолюбие, аккуратность, усидчивость, умение довести начатое дело до конца;
8. Воспитывать отзывчивость и умение работать в коллективе.

### **Перечень знаний и умений, формируемых у получателей социальных услуг**

- Общие сведения об истории игрушки;
- Виды декоративно-прикладного искусства народов нашей страны;

- Различные материалы, инструменты и приспособления, применяемые в традиционных художественных ремеслах;
- Понятие о композиции в одежде, виды отделки швейных изделий;
- Технологию выполнения машинных и ручных работ для соединения деталей;
- Правила техники безопасности;
- Технологию изготовления игрушек;
- Правила работы с технологическими картами.

**Для успешной реализации данной учебной программы необходимы:**

- Набор игл разной величины;
- Нитки катушечные разных цветов;
- Нитки: суровые, шерстяные, мулине;
- Напёрсток;
- Ножницы;
- Пинцет и палочки для набивки игрушки;
- Проволока для каркаса: медная, алюминиевая;
- Карандаши;
- Линейка, сантиметровая лента;
- Портновские мелки;
- Ластик;
- Ватман;
- Картон;
- Калька;
- Копировальная бумага;
- Цветная бумага;
- Различные виды тканей: х/б, трикотажное полотно, шёлк, капрон, мешковина, мех;
- Набивочный материал: вата, синтепон;
- Фурнитура: пуговицы, крючки;
- Бисер, бусинки;
- Тесьма;
- Шариковые ручки;

- Портновские булавки;
- Клей ПВА, "Момент";
- Швейная машина;
- Доска для утюженьных работ;
- Электрический утюг;
- Выставочные площади и витражи;
- Клеевой пистолет.

## **Тематический план**

### **1. Вводное занятие.**

Рассказ о работе кружка, плане проведения занятий и их тематике.  
Демонстрация изделий. Правила поведения на занятиях.

### **2. Основные приемы работы с тканью. ТБ при работе.**

Основы безопасного труда на занятиях. Инструменты и приспособления.  
Правила при работе с ножницами, иглами, булавками, электроутюгом, клеем, мехом.

-Ножницы во время работы класть справа, кольцами к себе, чтобы не уколоться об их острые концы.

- Лезвия ножниц в нерабочем состоянии должны быть сомкнуты.

-Следить, чтобы ножницы не падали на пол, так как при падении они могут поранить тебя и твоего товарища.

-Передавать ножницы кольцами вперед с сомкнутыми лезвиями.

-Не класть ножницы, иглы возле движущихся частей машины.

-Шить с наперстком, чтобы избежать прокола пальца.

-При шитье не пользоваться ржавой иглой, так как она плохо прокалывает ткань, легко может сломаться и поранить палец.

-Во время работы нельзя вкалывать иглы и булавки в одежду, в стол или в случайные предметы. Их надо вкалывать в специальную подушечку.

-Нельзя перекусывать нитку зубами, так как можно поранить губы.

- Иглы необходимо хранить в игольнице или специальной подушечке, а булавки в коробочке с крышкой.

- Сломанную иглу следует отдать руководителю.

При работе электроутюгом:

-При включении и выключении электроутюга в розетку брать за вилку, а не за шнур.

-Утюг ставится на жаростойкую подставку с ограничителем; иначе он может упасть на пол, на ноги, При падений может возникнуть короткое замыкание.

-Не отвлекаться во время работы утюгом, не оставлять его включенным в сеть без присмотра.

-Диск терморегулятора должен быть правильно установлен по отношению к виду ткани. -

-Следить за тем, чтобы во время работы подошва утюга не попадала на шнур, чтобы шнур во время работы не перекручивался, что может привести к излому провода и короткому замыканию.

### **3. Материаловедение**

Виды тканей и их получение. Свойства тканей и меха. Способы обработка различных поверхностей тканей.

Практическая работа: определить вид ткани.

### **4. Основные ручные и машинные швы.**

Виды швов и их классификация. Ручные швы и их выполнение. Шов «вперед иголкой», «петельный», «стебельчатый», «потайной».

#### **Ручные швы**

Чтобы готовое изделие имело привлекательный вид, все его швы должны быть выполнены аккуратно. Наружные швы предназначены для украшения игрушек. Поэтому перед началом работы освоите несколько видов швов.

- Обычный шов («вперед иголку»). Применяется для сметывания деталей игрушки перед сшиванием. Соедините оба края ткани и, немного отступив от краев, начинайте шить, направляя иглу вперед вдоль краев ткани.

- Шов «через край» используется для сшивания деталей, вырезанных из сыпучих и несыпучих материалов. Если вы будете выворачивать заготовку на лицевую сторону, прокладывайте шов с изнанки. Этот шов очень удобен для соединения деталей из искусственного меха. В этом случае он должен быть частым и крепким. Реже шов «через край» используется для стягивания краев заготовок и изготовления некоторых деталей (шариков, накладок на мордочки), а также для обтягивания картонных фрагментов игрушки.

- Петельный шов вы можете использовать как отделочный, декоративный и скрепляющий. Выполняйте его с наружной стороны изделия, если ткань несыпучая. Петельный шов также используют с внутренней стороны изделий из сыпучих тканей. Прокладывайте стежки строго вертикально и следите за тем, чтобы расстояние между ними было одинаковым, тогда линия соединения деталей получится ровной, прочной и красивой.

Закрепите нитку на краю ткани. Проколите иголкой ткань, чуть отступив от края, и ведите ее на себя. Не вытягивая иголку из ткани, подведите под ее острие нитку и протяните иголку до конца нитки. Петлю, которая образовалась на краю ткани, некрепко затяните. Получающиеся петли должны ложиться одна к одной. Выполняйте петельный шов в направлении слева направо.

- Шов «назад иголку», или «строчка», применяется для сшивания внутренних контуров деталей. Внешне он очень похож на машинную строчку. Выполняйте его

справа налево. Делайте аккуратные стежки длиной 0,5 см. Сшивайте детали, крепко подтягивая нитку. Следите за тем, чтобы между стежками не было зазоров.

- Потайной шов используется, если необходимо пришить деталь игрушки и при этом скрыть стежки и узелки.

## **Машинные швы**

Для изготовления игрушек вам потребуется освоить 2 шва: стачной и «зигзаг». Стачной шов применяется для сшивания деталей, а шов «зигзаг» — для обметывания их краев. Швом «зигзаг» вы также можете пришивать фрагменты аппликации при создании ковриков и панно.

Не огорчайтесь, если у вас нет швейной машины. В изделиях ручной работы есть своя изюминка. Вы потратите больше времени на пошив, зато у вашей игрушки будет яркий и неповторимый характер.

### **5. Способы закрепления нити.**

Различия между способами закрепления нитей и их использование в процессе выполнения игрушек. Практическая работа: закрепление нити несколькими способами.

### **6. Цветоведение. Основные цвета. Сочетание цветов.**

Основные цвета. Цветовой круг. Теплые и холодные цвета. Возможности цвета в композиции.

Сочетание цветов. Сопоставление цветовой гаммы. Таблица сочетаемости цвета.

Практическая работа: подобрать необходимые для работы цветовые сочетания на примере одного из объектов труда.

### **7. Изготовление лекала, правила раскроя, соединения и оформления деталей игрушки.**

Изготовление лекала для пошива мягких игрушек

- Скопируйте выкройку на кальку, предварительно зафиксировав ее скрепками (иначе выкройка может сдвинуться).

- Возьмите картон, положите на него лист копировальной бумаги, а сверху — кальку с нарисованными на ней выкройками. Зафиксируйте скрепками.

- Простым карандашом или шариковой ручкой обведите выкройку по контуру. На картоне получится копия выкройки. Нанесите на нее все необходимые обозначения и надписи (названия деталей и их количество).

- Вырежьте лекала и уложите их в конверт, напишите на нем название игрушки.

Сохраняйте лекала — вы всегда сможете сшить понравившуюся вам мягкую игрушку еще раз, не затрачивая время на повторное изготовление выкроек.

## **Выкройки для изготовления мягких игрушек**

Даже наличие определенных схем изготовления и тщательно рассчитанные выкройки не диктуют жестких условий при пошиве игрушек. Фантазируйте и воплощайте свои замыслы в жизнь.

### **Правила раскроя деталей**

Раскрой — очень важный этап изготовления мягкой игрушки. Вспомните золотое правило: семь раз отмерь — один раз отрежь. Из-за небрежности при раскрое игрушка может быть безнадежно испорчена.

Перед раскроем прогладьте ткань утюгом, чтобы на ней не было морщинок и складок. Когда вы сошьете игрушку, разгладить ее будет уже невозможно. Поэтому нужно заблаговременно позаботиться о том, чтобы игрушка не получилась помятой и несимпатичной.

Разложите ткань на столе в один слой изнаночной стороной вверх.

На ткани разместите лекала выкроек. Обратите внимание на стрелки направления долевой нити (ворса). Парные детали — правые и левые части, передние и задние лапы — разложите симметрично, чтобы случайно не вырезать их на одну сторону.

Нанесите контуры деталей и необходимые метки мягким карандашом или мелом. Оставьте припуски на швы, если это указано в описании выбранной вами модели. Следите за тем, чтобы мел или карандаш был остро заточен, иначе вы не сумеете точно перенести очертания выкройки на ткань.

Используйте для нанесения линий тонкий обмылок, если материал темного цвета, или специальные карандаши для рисования на ткани.

Перед началом раскроя еще раз проверьте, правильно ли вы нанесли разметку на каждую деталь. Для вырезания фрагментов воспользуйтесь хорошо заточенными ножницами, иначе лезвия будут сминать ткань.

## **8. Выполнение игрушек из ткани.**

### **Сшивание деталей при пошиве мягких игрушек**

Сшивайте игрушку точно по линиям выкройки вручную или на швейной машине. Если вы шьете мелкую игрушку, выполняйте швы с лицевой стороны — они будут играть роль декоративного украшения.

Детали игрушек средних и крупных размеров сшивайте с изнаночной стороны, а затем выворачивайте их на лицевую сторону.

Прежде чем вывернуть игрушку, выровняйте припуски на швы и сделайте на них надсечки, тогда края детали будут выглядеть красиво. Не забывайте о том, что цвет ниток должен подходить к оттенку материала.

## **9. Плоские комбинированные игрушки.**

Беседа о плоских игрушках. Краткие сведения о материаловедении.

Отличительные особенности плоской игрушки.

Практическая работа: раскрой, сметывание и пошив, оформление игрушки.

**10. Объемные игрушки.**

Беседа об объемных игрушках. Краткие сведения о материаловедении.

Отличительные особенности объемной игрушки. Каркас и его применение в изготовлении игрушки.

Практическая работа: раскрой, сметывание и пошив, выворачивание и набивка деталей, соединение их с туловищем, оформление игрушки.

**11. Выставка работ.**

Подготовка и проведение выставки готовых работ. Оценка выполненной работы. Подведение итогов года.

**АСУСО «Такмыкский дом- интернат»****Программа кружковой деятельности  
«Мастерица»****Актуальность**

Декоративное творчество является составной частью художественно-эстетического направления деятельности получателей социальных услуг, наряду с другими видами искусства готовит к пониманию художественных образов, знакомит с различными средствами выражения. На основе эстетических знаний и художественного опыта у получателей социальных услуг складывается отношение к собственной художественной деятельности. Декоративное творчество способствует процессу познания, развивает широту интересов и любознательность.

Педагогическая целесообразность программы в том, что на основе умений и знаний, приобретаемых в кружке «Мастерица», получатели социальных услуг укрепляют свою принадлежность к определенной системе позитивных социальных ценностей. Повышается самоуважение, поскольку опирается на понимание того, что существуют вещи, предметы, которые они могут изготовить сам, причем так, что это доставляет радость и другим.

Программой предусмотрены задания, как для индивидуального, так и для коллективного исполнения. При коллективном обсуждении результатов дается положительная оценка деятельности, тем самым создается благоприятный эмоциональный фон, способствующий формированию творческого мышления, фантазии.

**Цель:** создание условий для творческой реализации получателей социальных услуг, через развитие познавательного интереса, фантазии, интеллектуальных и эстетических способностей, художественного вкуса и собственных неповторимых черт, своей индивидуальности.

**Задачи:**

- Обучить правильно и безопасно работать с инструментами и оборудованием;
- Обучить основам технологии вышивки, бисероплетения, художественного изготовления искусственных цветов, модульного оригами, киригами, квиллинга, декоративной резьбы, лоскутного шитья, лепки из солёного теста;
- Развивать мелкую моторику рук
- Развить чувство эстетического восприятия прекрасного;
- Развить образное и пространственное мышление;
- Развить творческие способности и фантазию;
- Воспитать умение строить доброжелательные отношения с товарищами;
- Воспитать трудолюбие и уважение к мастерам своего дела;
- Воспитать умение преодолевать неудачи.

**Ведущая идея:** данной программы — создание комфортной среды для общения, развития способностей, творческого потенциала каждого получателя социальных услуг и его самореализации.

**Принципы** лежащие в основе программы:

- Доступности (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- Наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов).
- Демократичности и гуманизма (взаимодействие в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- Научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «От простого к сложному»

Тематика занятий строится с учетом интересов получателей социальных услуг, возможности их самовыражения, учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности, умение работать в коллективе. Программа позволяет индивидуализировать сложные работы: более сильным будет интересна сложная конструкция, менее подготовленным, можно предложить работу проще. При этом обучающий и развивающий смысл работы сохраняется. Это дает возможность предостеречь от страха перед трудностями, приобщить без боязни творить и создавать.

**Формы и методы:**

В процессе занятий используются различные формы: традиционные, комбинированные и практические занятия; лекции, игры, праздники, конкурсы, соревнования и другие.

**Тематический план:**

**1. Модульное оригами** - техника складывания которая, в отличие от классического оригами, использует в процессе складывания несколько листов бумаги. Каждый отдельный листок складывается в модуль по правилам классического оригами, а затем модули соединяются путём вкладывания их друг в друга. Появляющаяся при этом сила трения не даёт конструкции распасться. Снятие ограничения на количество листов позволяет с большей лёгкостью создавать крупные модели со сложной структурой.

**2. Киригами** - искусство изготовления фигурок и открыток из бумаги с помощью ножниц. Для изготовления используют листы бумаги или тонкого картона, которые надрезают и складывают. В отличие от традиционных трёхмерных открыток, эти бумажные модели обычно надрезают и складывают из одного листа бумаги. Чаще всего разрабатывают бумажные копии зданий, геометрические узоры и различные повседневные объекты.

**3. Фоамиран** – мягкий синтетический материал, который используется в разных видах поделок. С его помощью можно создавать цветы и декор, игрушки,

украшения, забавные изделия.

**4. Цветы из гофрированной бумаги** - собранное в складки полотно на основе целлюлозы, основное достоинство материала — эластичность, позволяющая его растягивать и скручивать.

**5. Квиллинг** - искусство изготовления плоских или объёмных композиций из скрученных в спиральки длинных и узких полосок бумаги. Готовым спиралькам придаётся различная форма и таким образом получают элементы бумагокручения, называемые также модулями. Уже они и являются материалом в создании работ — картин, открыток, альбомов, рамок для фотографий, различных фигурок, бижутерии.

**6. Торцевание** - техника работы с бумагой, которая сочетает в себе как аппликацию, так и квиллинг. С её помощью создают объёмные картины, мозаики, панно, декоративные элементы интерьера, открытки.

Различают несколько видов торцевания:

- Контурное (торцовки выкладываются по контуру изображения).
- Плоскостное (торцовки располагаются вертикально плотно друг к другу по всей поверхности рисунка).
- Объёмное (торцовки приклеиваются под разным углом наклона к поверхности листа, что позволяет создать объёмное изображение).

**7. Ажурное вырезывание** - Этот вид рукоделия еще называют бумажной графикой, силуэтным вырезанием, но суть одна, это всегда цельновырезанный рисунок на однотонном фоне. Различают два основных направления: вырезание ножом и ножницами.

**8. Лоскутное шитье (пэчворк)** - это техника шитья вещей из лоскутков ткани. Кусочки сначала соединяют в небольшие блоки в виде разных геометрических фигур, затем из них шьют одеяла, прихватки, шторы, накидки на кресла, коврики и многое другое

**9. Цветы из атласных лент** - это распространенное текстильное изделие, сырьем для которого служит вискозный (реже ацетатный) шелк.

## **10. Фетр**

**11. Канзаши** - это техника создания декора из разной ширины лент, а также из небольших кусочков ткани, бусин и бисеринок.

**12. Вышивание** - общеизвестное и распространённое рукодельное искусство украшать самыми различными узорами всевозможные ткани и материалы.

**13. Алмазная вышивка** - вид творчества, при котором картина выкладывается круглыми стразами или квадратными «камнями» на холсте с клейкой основой.

**14. Лепка из теста** - процесс создания фигурок и украшений из различных материалов, например солёного теста

## **Ожидаемые результаты**

В результате обучения по данной программе получатели социальных услуг научатся:

- различным приемам работы с тканью, бисером, тестом, нитками мулине, освоят технику — изготовления искусственных цветов из ткани, бисероплетения и вышивки бисером, вышивания;

- следовать устным инструкциям, читать и зарисовывать схемы изделий;
- создавать композиции с изделиями;
- разовьют внимание, память, мышление, пространственное воображение; мелкую моторику рук и глазомер; художественный вкус, творческие способности и фантазию;
- овладеют навыками культуры труда;
- улучшат свои коммуникативные способности и приобретут навыки работы в коллективе.
- получают знания о месте и роли декоративно — прикладного искусства в жизни человека.

## **АСУСО «Такмыкский дом- интернат»**

### **Учебная программа по обучению граждан пожилого возраста и инвалидов Компьютерной грамотности**

#### **Цель и задачи программы**

##### **Цели:**

1. Получение дополнительного образования гражданами пожилого возраста и инвалидами, в области современных информационно - компьютерных технологий.
2. Формирование у пожилых людей и инвалидов информационной компетентности как средства гражданской активности, преодоления социального одиночества, самореализация.

##### **Задачи:**

1. Формирование у граждан пожилого возраста знаний, умений и навыков работы на компьютере.
2. Обучение пожилых людей осуществлять поиск нужной информации с использованием сети Internet, использовать Internet как средство общения.
3. Развить чувство уверенного пользователя ПК.
4. Сформировать умения и навыки самостоятельного использования компьютера в качестве средства для решения практических задач.

Категория слушателей: граждане пожилого возраста и инвалиды.

Количество часов по программе: 72 академических часа (2 занятия в неделю по 1 академическому часу, 8 месяцев)

#### **Тематическое планирование. Количество учебных часов**

| №  | Тема                                                                                                                                                                                                              | Лекция | Практические занятия | Всего часов |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------|-------------|
| 1. | Техника безопасности работы в классе. Персональный компьютер. Устройства компьютера. Клавиатура, «мышь». Правила ввода информации с клавиатуры. Устройства хранения информации - диски, flash-память. Программное | 2      | 4                    | 6           |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |    |    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|----|
|    | <p>обеспечение компьютера.</p> <p>Работа на компьютере.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |    |    |
| 2. | <p>Российская операционная система Astua Linux. Интерфейс Astua Linux.</p> <p>Основные понятия ОС ALT Linux,-<br/>Рабочий стол, Главное меню, Панель задач.</p> <p>Файловая структура - файлы, папки.<br/>Основные операции с объектами.<br/>Окна Astua Linux. Стандартные программы Astua Linux.</p> <p>Использование справочной системы.<br/>Установка и удаление программ.<br/>Сервисные программы.</p> | 6 | 10 | 16 |
| 3. | <p>Текстовый редактор МойОфис Текс,.<br/>Интерфейс программы - структура окна программы. Создание документа.<br/>Форматирование документов.<br/>Сохранение, открытие и создание нового документа. Предварительный просмотр документа, печать. Использование панели инструментов «Рисование».<br/>Создание нумерованных и маркированных списков. Создание колонтитулов, вставка символов.</p>               | 5 | 9  | 14 |
| 4. | <p>Табличный процессор МойОфис Таблица. Интерфейс программы. Работа с листами (вставка, переименование, удаление, перемещение, копирование).<br/>Ввод текста и редактирование.<br/>Форматирование таблиц и ячеек.<br/>Проведение расчетов - создание, копирование формул. Применение автосуммы. Использование мастера функций.</p> <p>Графическое представление цифровой информации - мастер диаграмм.</p> | 4 | 4  | 8  |
| 5. | <p>Глобальной сеть Internet. Основные понятия. Подключение компьютера к</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2 | 4  | 6  |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |    |    |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|
|    | сети Internet. Программы - браузеры (Internet Explorer и др) Навигация и поиск информации. Сохранение информации на компьютере и внешних носителях.                                                                                                                                                                   |    |    |    |
| 6. | Общение с друзьями. Электронная почта. Создание учетной записи электронной почты. Стандартные папки.<br><br>Создание, получение и отправка писем<br>Использование и заполнение адресной книги. Добавление приложений к письмам в виде файла<br>Телефонные звонки через Интернет.<br>Программа Skype. Социальные сети. | 1  | 5  |    |
| 7. | Государственные услуги в Интернет. Официальные сайты пенсионного фонда, социальной защиты.                                                                                                                                                                                                                            | 6  | 10 | 16 |
|    | Итого учебных часов                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 26 | 46 | 72 |

## **АСУСО «Такмыкский дом- интернат»**

### **Программа кружковой деятельности «Сам себе художник»**

#### **Актуальность**

В настоящее время пожилые люди и инвалиды являются наиболее социально незащищенной категорией общества. Основные проблемы, с которыми они сталкиваются – это потеря социального статуса, одиночество, материальные трудности, ухудшение здоровья, дефицит общения, потеря родных и близких и мн. др. В процессе творческой деятельности человек создает свою микросреду, тем самым снимая напряжение, стрессы. Творчество – это своеобразный уход от однообразия реальности. Творчество – это творческий акт, позволяющий людям ощущать и понимать самого себя, выражать свободно свои мысли и чувства, освобождаться от конфликтов и сильных переживаний, развивать эмпатию, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды. Творчество, с пожилыми людьми и инвалидами, дает выход их чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает их отношения к различным ситуациям и болезненным, пугающим, неприятным, травмирующим образам. Таким образом, творчество выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. Актуальность программы заключается в том, что в процессе ее реализации раскрываются и развиваются индивидуальные художественные способности, которые в той или иной мере свойственны всем людям. Даже люди старшего возраста и не подозревают, на что они способны. Вот почему необходимо максимально использовать их тягу к открытиям для развития творческих способностей эмоциональность, непосредственность, умение удивляться всему новому и неожиданному.

#### **Цель:**

Создание условий для формирования у получателей социальных услуг теоретической и практической базы в области основ изобразительного искусства в рамках любительского творчества, освоение нетрадиционных техник рисования.

#### **Задачи:**

1. Научить простейшим приемам работы, сформировать базовые навыки работы в графических и живописных техниках, умения использовать средства живописи, их изобразительные возможности в работе;
2. Обучить основным элементам композиции, закономерностям построения художественной формы;
3. Познакомить с нетрадиционными техниками изобразительного

искусства;

4. Развивать активное восприятие окружающего мира, художественные способности, внимательность, наблюдательность, творческое воображение и фантазию;

5. Воспитать эстетические предпочтения, стремление к творческому подходу к композициям и применению теоретических знаний на практике.

## **Содержание программы**

Получатели социальных услуг будут работать над освоением различных художественных материалов, овладевать новыми техниками и приемами, научатся создавать свои цветовые сочетания, видеть цветовое многообразие. Расширят кругозор, изучая творчество художников различных жанровых направлений, апробируют работу на пленэре. Использование нетрадиционных техник рисования. Так как одна из ведущих задач - творческое развитие личности, особое внимание обращается на развитие воображения и фантазии. На каждом занятии дается возможность пофантазировать, поощряется создание собственных образов.

Программа открытая, в нее могут вноситься некоторые коррективы.

В конце каждого занятия с целью повышения мотивации к знаниям проводится просмотр и обсуждение работ, отмечаются самые удачные. Все высказывают свое мнение, учатся быть объективными, не обижать друг друга при оценивании работ, быть гуманными, доброжелательными, учатся без обид выслушивать критику, быть самокритичными. На итоговых занятиях предоставляется возможность широко сопоставить разнообразные работы, сравнить свои работы с творчеством своих товарищей, проявить “зрительское умение”, оценить художественный труд. На выставке выставляются работы всех желающих.

## **Нетрадиционные техники рисования.**

### **Оттиск смятой бумагой**

Средства выразительности: пятно, фактура, цвет.

Материалы: блюдце либо пластиковая коробочка, в которую вложена штемпельная подушка из тонкого поролона, пропитанная гуашью, плотная бумага любого цвета и размера, смятая бумага.

Способ получения изображения: ребенок прижимает смятую бумагу к штемпельной подушке с краской и наносит оттиск на бумагу. Чтобы получить другой цвет, меняются и блюдце, и смятая бумага.

### **Восковые мелки + акварель + соль**

Средства выразительности: цвет, линия, пятно, фактура.

Материалы: восковые мелки, плотная белая бумага, акварель, кисти.

Способ получения изображения: ребенок рисует восковыми мелками на белой бумаге. Затем закрашивает лист акварелью в один или несколько цветов. Рисунок мелками остается незакрашенным.

### **Свеча + акварель**

Средства выразительности: цвет, линия, пятно, фактура.

Материалы: свеча, плотная бумага, акварель, кисти.

Способ получения изображения: ребенок рисует свечой на бумаге. Затем закрашивает лист акварелью в один или несколько цветов. Рисунок свечой остается белым.

### **Монотипия**

Средства выразительности: пятно, цвет, симметрия.

Материалы: плотная бумага любого цвета, кисти, гуашь или акварель.

Способ получения изображения: ребенок складывает лист бумаги вдвое и на одной его половине рисует половину изображаемого предмета (предметы выбираются симметричные). После рисования каждой части предмета, пока не высохла краска, лист снова складывается пополам для получения отпечатка. Затем изображение можно украсить, также складывая лист после рисования нескольких украшений.

### **Набрызг**

Средства выразительности: точка, фактура.

Материалы: бумага, гуашь, жесткая кисть, кусочек плотного картона либо пластика.

Способ получения изображения: ребенок набирает краску на кисть и ударяет кистью о картон, который держит над бумагой. Затем закрашивает лист акварелью в один или несколько цветов. Краска разбрызгивается на бумагу.

### **Отпечатки листьев**

Средства выразительности: фактура, цвет.

Материалы: бумага, гуашь, листья разных деревьев (желательно опавшие), кисти.

Способ получения изображения: ребенок покрывает листок дерева красками разных цветов, затем прикладывает его окрашенной стороной к бумаге для получения отпечатка. Каждый раз берется новый листок. Черешки у листьев можно дорисовать кистью.

### **Тиснение**

Средства выразительности: фактура, цвет.

Материалы: тонкая бумага, цветные карандаши, предметы с рифленой поверхностью (рифленый картон, пластмасса, монетки и т.д.), простой карандаш.

Способ получения изображения: ребенок рисует простым карандашом то, что хочет. Если нужно создать много одинаковых элементов (например, листьев), целесообразно использовать шаблон из картона. Затем под рисунок подкладывается предмет с рифленой поверхностью, рисунок раскрашивается карандашами. На следующем занятии рисунки можно вырезать и наклеить на общий лист.

### **Граттаж**

Средства выразительности: линия, штрих, цвет.

Материалы: цветной картон или плотная бумага, предварительно раскрашенные акварелью либо фломастерами, свеча, широкая кисть, мисочки для гуаши, палочка с заточенными концами.

Способ получения изображения: ребенок натирает свечой лист так, чтобы он весь был покрыт слоем воска. Затем лист закрашивается гуашью, смешанной с жидким мылом. После высыхания палочкой процарапывается рисунок. Далее возможно дорисовывание недостающих деталей гуашью.

### **Монотипия пейзажная**

Средства выразительности: пятно, тон, вертикальная симметрия, изображение пространства в композиции.

Материалы: бумага, кисти, гуашь либо акварель, влажная губка, кафельная плитка.

Способ получения изображения: ребенок складывает лист пополам. На одной половине листа рисуется пейзаж, на другой получается его отражение в озере, реке (отпечаток). Пейзаж выполняется быстро, чтобы краски не успели высохнуть.

Половина листа, предназначенная для отпечатка, протирается влажной губкой.

Исходный рисунок, после того, как с него сделан оттиск, оживляется красками, чтобы он сильнее отличался от отпечатка. Для монотипии также можно использовать лист бумаги и кафельную плитку. На последнюю наносится рисунок краской, затем она накрывается влажным листом бумаги. Пейзаж получается размытым. Способ получения изображения: ребенок опускает в гуашь пальчик и наносит точки, пятнышки на бумагу. На каждый пальчик набирается краска разного цвета. После работы пальчики вытираются салфеткой, затем гуашь легко смывается.

### **Рисование на мокрой бумаге**

Лист смачивается водой, а потом кистью или пальцем наносится изображение. Оно получается как бы размытым под дождем или в тумане. Если нужно нарисовать детали, необходимо подождать, когда рисунок высохнет или набрать на кисть густую краску.

### **«Объемная аппликация»**

Аппликация наклеивается не полностью, а только частью или серединой в зависимости от замысла. Наклеивать можно и картонные коробочки, сжатую в комок бумагу, кусочки древесной коры. Целесообразнее такие коллажи делать на картоне или фанере.

### **«Точечный рисунок»**

Весь рисунок состоит из отдельных точек, наносится кончиком кисти, пальцем, «тампоном», точки могут быть разного размера. Предварительно простым карандашом наносится контур рисунка

**Формы работы:** Одно из главных условий успеха обучения и развития творчества – это индивидуальный подход к каждому. Важен и принцип обучения и воспитания в коллективе. Он предполагает сочетание коллективных, групповых, индивидуальных форм организации на занятиях. Коллективные задания вводятся в программу с целью формирования опыта общения и чувства коллективизма. Результаты коллективного художественного труда находят применение в оформлении кабинетов, мероприятий, коридоров. Кроме того, выполненные на занятиях художественные работы используются как подарки для друзей.

### **Календарно - тематическое планирование**

| № п.п. | Тема                              | Освоение предметных знаний (базовые понятия)                                      | Характеристика деятельности обучающихся |
|--------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1      | Путешествие по стране Рисовандии. | Непрозрачные гуашевые и прозрачные акварельные. Сказка про краски «Кто главнее?». | Рисовать пейзаж в смешанной технике.    |
| 2      | «Сколько в мире                   | Составные цвета. Смешивание                                                       | Рисовать                                |

|   |                                            |                                                                                                                           |                                                                                                            |
|---|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | цветов и оттенков!»                        | основных красок для получения составных (техника лессировки, пуантилизма, «а-ля прима»).<br>Способ рисования «по мокрому» | фрукты<br>используя<br>разные техники                                                                      |
| 3 | В царстве Солнца.                          | Теплая цветовая гамма.<br>Закреплять знание детьми разных оттенков. Особенности рисования на мятой бумаге                 | Рисовать на мятой бумаге закат солнца                                                                      |
| 4 | В царстве Льда.                            | Холодная цветовая гамма. Острые и плавные формы предметов.                                                                | Сравнивать холодные и теплые цвета. Рисовать гуашью царство Феи Льдинки.                                   |
| 5 | Сказка о красках, веселых и грустных.      | Познакомиться с особенностями сочетания «теплых» и «холодных» цветов, с понятием «сближенные цвета».                      | Анализировать картины художников. Рисовать осенний пейзаж «теплыми» или «холодными» красками (по желанию). |
| 6 | Сказка о фломастерах и цветных карандашах. | Яркие, звонкие и нежные краски. Смешивание двух техник. Воздушная перспектива.                                            | Рисовать море цветными карандашами (задний план) и фломастерами (передний план)                            |
| 7 | В гости к кисточкам.                       | Приемы работы с кистью (всей кистью, концом). Виды линий.                                                                 | Рисовать деревья используя разный нажим кисти                                                              |
| 8 | Сказка о простом карандаше и резинке.      | Способы передачи тона с помощью штриховки. Графика.                                                                       | Рисовать гнездо «сеточкой», шерсть котика – короткими штрихами.                                            |
| 9 | Осенний лес                                | Познакомиться с техникой – монотипия. Научиться рисовать осенние деревья в технике                                        | Анализировать картины русских                                                                              |

|    |                                       |                                                                                                                                                   |                                                                                             |
|----|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                       | монотипия и опавшую листву с помощью метода тычка.                                                                                                | художников пейзажистов. Используя осенние листья и бумажный тычек рисовать осенний лес.     |
| 10 | Как работать пастелью                 | Познакомиться с правилами пользования пастельными мелками и особенностями рисования пастелью.                                                     | Анализировать картины художников выполненных пастелью. Смешивать цвета. Рисовать пейзаж.    |
| 11 | Волшебные превращения                 | Познакомиться с техникой кляксографии. Научиться смешивать краски с помощью трубочек.                                                             | Рисовать деревья и животных из клякс с помощью выдувания из трубочек.                       |
| 12 | Мамочка любимая моя                   | Познакомиться с техникой изготовления прорезных объемных открыток.                                                                                | Изготавливать праздничную открытку, сочетая рисование и бумагопластику                      |
| 13 | Путешествие в русскую народную сказку | Чтение сказок. Изучение особенностей персонажей русских народных сказок. Связь русского человека со сказкой. Сказочные герои: правда или вымысел. | Анализировать художественные произведения. Рисовать любимого героя русской народной сказки. |
| 14 | Где живут сказочные герои             | Познакомиться с особенностями древнерусской архитектуры. Найти связь древнерусского деревянного зодчества и избушки на курьих ножках.             | Анализировать произведения архитектуры. Рисовать домик для сказочного героя.                |
| 15 | Лепка героев сказки                   | Познакомиться с особенностями                                                                                                                     | Лепить из глины                                                                             |

|       |                                             |                                                                                                                                                                          |                                                                       |
|-------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|       |                                             | лепки из глины сказочных героев.                                                                                                                                         | героев русской сказки.                                                |
| 16    | Проектная работа. По дорогам русских сказок | Выставка работ .                                                                                                                                                         | Анализировать полученные знания, делать выводы.                       |
| 17-18 | Праздник Рождества                          | Познакомиться с назначением рождественских масок; приемами работы с бумагой: скручивание, вырезание, сгибание и другими. Научиться работать в технике бумажной пластики  | Самостоятельно выполнять задание. изготавливать рождественскую маску. |
| 19    | В царстве Флоры. Береза.                    | Разные образы – стройная красавица и озорная девочка. Передача разных по характеру линий, их направление. Рисование большой и маленькой березы                           | Рисовать большую и маленькую березы                                   |
| 20    | В царстве Флоры. Рябинка.                   | Ритм пятен (ягоды – техника тычка). Показать борьбу теплой и холодной цветовой гаммы (на голубом фоне «горят» красные ягоды). Цветовой контраст.                         | Рисовать рябинку.                                                     |
| 21    | В царстве Флоры. Ель.                       | В царстве Флоры. Ель. Показать характер, ритм, движение и направление линий. Отработка технических приемов рисования (концом, плашмя, примакиванием).                    | Рисовать большую и маленькую ели.                                     |
| 22    | В царстве Флоры. Сосна и дуб                | Образы сосен – великанов и дубов-богатырей (на картинах, в стихах, в музыке). Показать характер линий, ритм пятен (крона - техника тычка, прием работы с мятой бумагой). | Анализировать сходство и различие деревьев. Рисовать дуб и сосну.     |
| 23    | Рисование птиц. Большеглазая сова. Снегирь. | Знакомство с поэтапным рисованием птиц. Использование линий разной конфигурации. Создать видимость оперения – щетинкой.                                                  | Рисовать сову гуашью. Рисовать снегиря пластилином                    |
| 24    | Рисование птиц. Цапля                       | Особенности работы мягким материалом. Сходства и различия птиц. Особенности рисования цапли.                                                                             | Рисовать цаплю углем.                                                 |

|            |                                  |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                          |
|------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 25         | Рисование птиц.<br>Лебедь.       | Грациозность в изгибе линий.<br>Новый способ рисования – мелом<br>(легкость, воздушность).                                                                                                                                                   | Рисовать лебедя<br>мелом на<br>темном фоне.                                              |
| 26         | Проектная работа.<br>Русский лес | Выставка работ.                                                                                                                                                                                                                              | Анализировать<br>работы. Делать<br>выводы.                                               |
| 27         | Бабочка расправляет<br>крылья.   | «Право – лево». Симметрия.<br>Декоративное рисование<br>Разнообразие форм и видов<br>бабочек. Ритм пятен. Закрепить<br>знание основных и составных<br>цветов.                                                                                | Рисовать<br>бабочку<br>используя<br>технику<br>монотипии                                 |
| 28 -<br>29 | Обитатели моря.                  | Научиться рисовать рыбку с<br>помощью линии симметрии,<br>определяя основную<br>геометрическую форму. Освоить<br>технические приемы рисования<br>(чешуйки – концом тонкой кисти,<br>хвост и плавники – щетинки).<br>Осьминог.. Дельфин, кит. | Самостоятельно<br>рисовать разные<br>виды рыб в<br>смешанной<br>технике.                 |
| 30         | «Этот день<br>победы...»         | Контрастные цвета.                                                                                                                                                                                                                           | Рисовать<br>праздничный<br>салют<br>восковыми<br>мелками<br>используя<br>технику набрызг |
| 31-<br>32  | Защитники земли<br>русской       | Образ богатыря – защитника (на<br>картинах, в стихах, в музыке).<br>Особенности воинских доспехов<br>русских богатырей                                                                                                                       | Лепить фигуру<br>богатыря из<br>глины                                                    |
| 33         | Весенний солнечный<br>день       | Линия горизонта. Цветовой и<br>тоновой контраст. Линейная и<br>воздушная перспектива.                                                                                                                                                        | Рисовать пейзаж<br>в технике по<br>выбору.                                               |
| 34         | Путешествие по<br>Золотой стране | Обобщение знаний о<br>возможностях линии (характере,<br>ритме, движении, направлении).<br>Закрепление всех технических<br>приемов работы с кистью,                                                                                           | Анализировать<br>собственные<br>работы и работы<br>своих<br>товарищей                    |

### Предполагаемые результаты

Получатели социальных услуг научатся:

- обсуждать и анализировать работы художников, видеть разнообразие цветовых оттенков, составлять и применять на практике свои сочетания;
- видеть богатый красочный мир вокруг себя, попытаются передать все его многообразие в своих творческих работах;
- знать об особенностях национальной художественной культуры;
- работать разными художественными материалами и техниками;
- рассматривать и выражать эмоциональное отношение к произведениям изобразительного искусства;
- воплощать свои фантазии, уметь выражать свои мысли;
- составлять композиции, узоры;
- создавать творческие проекты;
- доводить работу до полного завершения.
- при выполнении практических работ уметь использовать элементарные образные возможности художественных знаний и умений (цвет, тон, линия, объем, пространство, пропорции и т. д.)
- проявлять интерес к творческим успехам товарищей;
- проявлять эмоционально-ценностное отношение к окружающему миру;
- творчески откликаться на события окружающей жизни;
- применять полученные знания в собственной художественно-творческой деятельности;
- общаясь друг с другом, будут воспитывать терпение, доброжелательность, любознательность, способность к сопереживанию.

**Программа**  
**«Хорошо быть здоровым»**

**Пояснительная записка**

Лечебная физкультура – это неотъемлемая часть физкультурно-оздоровительной работы, направленная на улучшение двигательной деятельности человека. Она является основным средством в профилактике заболеваний и восстановления здоровья. В основе ее лежат данные анатомии, физиологии, гигиены, биохимии, педагогики, теории и методики физического воспитания. ЛФК не имеет противопоказаний к своему применению, начиная с первых дней своего рождения и до глубокой старости. Движения человека можно и нужно использовать в целях стимуляции, развития и поддержки его функциональных возможностей. Педагогической целесообразностью ЛФК является метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебнопрофилактической целью и для более быстрого восстановления здоровья.

**Цели:**

- Преодоление физических и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями здоровья.
- Постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок.

**Задачи:**

- Популяризировать активный образ жизни среди получателей социальных услуг;
- Способствовать общему укреплению организма;
- Поддерживать на достаточно высоком уровне функциональную деятельность всех органов и систем как в физическом, так и психическом плане;
- Выработать привычку к постоянным занятиям и способствовать интеграции физической активности в повседневный образ жизни;
- Привлекать к занятиям большее количество получателей социальных услуг
- Обогащать двигательный опыт физическими упражнениями из гимнастики, подвижных игр;

- Развивать основные физические качества: силу, быстроту реакции, выносливость, координацию и гибкость;
- Разучить комплексы физических упражнений с оздоровительной и корригирующей направленностью.

### **План мероприятий**

1. “Коляда пришла” Конкурсно - игровая программа
2. Международный день зимних видов спорта. Игровая программа
3. Праздник красивой осанки
4. День русского богатыря. Международный день перетягивания каната.
5. “Веселые старты”
6. Всемирный день здоровья
7. Спортивная эстафета «Быстрее, выше, сильнее»
8. “Здравствуй лето” спортивно-игровая программа
9. “День летних подвижных игр”
10. “Пикник” День летних походов
11. “Зов джунглей” конкурс — игровая программа
12. “Мы здоровье сэкономим” спортивное развлечение
13. Фестиваль дворовых игр
14. День физкультурника
15. “Сила духа” соревнования г.Омск
16. Всероссийский день бега “Кросс нации”
17. Международный день шашек
18. День чистых рук
19. “Танцевальный марафон”
20. “На старт! Внимание! Марш!” спортивная эстафета
21. “Взятие снежной крепости” спортивное развлечение

### **ЛФК используется для**

- Повышения эффективности комплексной терапии;
- Закрепления результатов, достигнутых в процессе лечения;
- Ускорения выздоровления;
- Предупреждения возможных осложнений ;
- Торможения развития заболевания;
- Развития координации движений ,силы и выносливости;
- Общего укрепления организма .

## **Средства ЛФК**

Физические упражнения являются основным средством ЛФК.

К ним относятся гимнастические упражнения: силовые, скоростно-силовые, в статическом напряжении, корригирующие, упражнения на координацию, в расслаблении, в сопротивлении, в равновесии и т.д.

Физические упражнения прикладного характера. Основные движения включают способы передвижения ( ходьба, бег), метание, танцевальные движения. Среди многообразных форм физической активности универсальный оздоравливающий эффект имеет ходьба: обычная, ускоренная, спортивная.

Ходьба - как средство лечения гипертонии, дистонии, постинфарктных кардиосклерозов, эндартериита, варикозной болезни, заболеваний органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, нарушений обмена веществ.

Ходьба дает существенные преимущества для здоровья за счет повышения функционального уровня сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной систем; укрепления костной системы, правильного веса.

Специальные гимнастические комплексы: для активизации функции дыхания, сердечно-сосудистой системы, для сохранения подвижности позвоночника, суставов верхних и нижних конечностей; для тренировки функции равновесия и координации, нормализации функции желудочно-кишечного тракта и обмена веществ.

Оказывают положительное влияние как на физическое, так и на психическое состояние человека. В рамках ЛФК могут быть использованы несложные эстафеты, некоторые спортивные игры (или их элементы) лыжи, элементы легкой атлетики.

Разумное использование физических упражнений спортивного характера и элементов танцев повышает интерес к занятиям, создает положительные эмоции, помогает быстрее добиваться определенного уровня работоспособности, коррекции имеющихся нарушений.

Подвижные игры: малой подвижности (игры на месте, проводимые в исходных положениях сидя, полулежа, лежа, стоя).

К ним можно отнести шахматы, шашки, настольные игры.

Игры средней и большой подвижности (настольный теннис, «Городки»).

## **Способы дозирования физической нагрузки зависят от**

- Выбора исходного положения;
- Сложности упражнений;

- Чередования мышечных нагрузок;
- Количества участвующих в работе мышц;
- Числа повторений каждого упражнения;
- Характера выполнения упражнений (активные, пассивные и др.);
- Темпа;
- Амплитуды движений;
- Силовой нагрузки;
- Дыхательных упражнений;
- Эмоционального фактора.

## **Ожидаемые результаты**

- Развитие силы, ловкости, выносливости, координации;
- Активизация физкультурно-спортивной работы;
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности;
- Повышение приоритета здорового образа жизни, мотивации к двигательной деятельности, уровня самостоятельности и активности;
- Формирование основ здоровьесберегающей культуры, умений организовывать свою работу, выбирая подходящие средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей.

Автономное стационарное учреждение социального обслуживания Омской области

«Такмыкский дом-интернат»

## ПРОГРАММА БИБЛИОТЕРАПИИ

### «Художественное слово»

Библиотерапия для получателей социальных услуг - это программа, которая оказывает реабилитационное воздействие на пожилого человека, помогает формировать самосознание своих возможностей, развивает творческий потенциал, расширяет кругозор и налаживает связи с единомышленниками.

Библиотерапия для пожилых людей – эффективное лечение книгами.

Люди преклонного возраста более других подвержены депрессии. Напряженное психоэмоциональное состояние существенно ухудшает качество жизни, что в свою очередь негативно сказывается на здоровье человека. Устранить отрицательные эмоции и последствия депрессии способна библиотерапия для пожилых людей и инвалидов.

Реабилитационное воздействие чтения заключается в том, что те или иные образы, связанные с ними чувства, влечения, желания, мысли усвоенные с помощью книги, восполняют недостаток собственных образов и представлений, заменяют тревожные мысли и чувства человека для восстановления его душевного равновесия.

**Актуальность:** Известно, что чтение способствует преодолению дискомфортных состояний, стрессов. Поэтому сама жизнь подсказала необходимость осуществления новой функции - библиотерапевтической. Именно библиотеки должны предоставить каждому читателю «лекарство для души».

Литературные произведения оказывают сильнейшее влияние на духовный мир человека и его физическое состояние. Прочитанное слово способно вызвать самые различные эмоции: горе и печаль, счастье и радость. Наблюдая за читающим человеком, по его мимике, по выражению лица можно почти безошибочно определить, что именно он читает: радостное, веселое или грустное, печальное.

Библиотерапия в дословном переводе означает "лечение книгой" (от греч. *biblion*- книга и *therapeia*- лечение). Библиотерапия, как и руководство чтением вообще, - процесс лечебно-педагогический, направленный на формирование личности читателя. Книги - мощные инструменты, которыми

можно воздействовать на мышление людей, на их характер, формировать их поведение, помочь в решении проблем.

**Цель программы:** гармонизация личности получателей социальных услуг через чтение художественной литературы.

**Задачи:**

- стимулировать интерес к книге;
- научить соотносить читаемое с реальной жизнью;
- содействовать творческой самореализации личности человека;
- создавать условия для активного включения получателей социальных услуг в речевую, музыкальную, художественную, игровую деятельность, связанную с образным строем и сюжетом художественного произведения, стихотворения, сказки;
- развивать навыки доброжелательного, внимательного, заботливого поведения, стремление делиться впечатлениями от услышанного, увиденного, прочувствованного;
- помочь структурировать свободное время с пользой для себя, путем чтения книг.

**Форма работы:** занятия проводятся в групповой форме, а также в индивидуальной, не менее 1 раза в месяц. Формирование групп слушателей программы «Художественное слово» осуществляется из числа получателей социальных услуг учреждения.

**Срок реализации программы:** 1 год. Выполнение мероприятий (чтение) происходит при непосредственном взаимодействии с получателями социальных услуг.

**Тематический план**

| №п/п | Мероприятие                               |
|------|-------------------------------------------|
| 1    | «День малахитовой шкатулки Павла Бажова». |
| 2    | «Вечер загадок».                          |

|    |                                                                                                      |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3  | Литературная гостиная «Агния Барто – я пишу не только для детей».                                    |
| 4  | Литературный вечер Анны Ахматовой «Я – голос ваш, жар вашего дыхания, Я – отражение вашего лица...». |
| 5  | Всемирный день поэзии «Талант поэта!».                                                               |
| 6  | Литературная гостиная «Путешествие по творчеству К.И. Чуковского».                                   |
| 7  | Тематическая выставка – просмотр «Война в сердцах, в памяти, в книгах».                              |
| 8  | День русской речи.                                                                                   |
| 9  | Пушкинский день «День русского языка».                                                               |
| 10 | «Без срока давности» художественная выставка.                                                        |
| 11 | День памяти и скорби – 1418 дней и ночей.                                                            |
| 12 | «Сказки Владимира Суетова».                                                                          |
| 13 | Викторина «По дорогам сказок».                                                                       |
| 14 | День рождения «Мухи-Цокотухи» Корнея Ивановича Чуковского.                                           |
| 15 | Литературная гостиная «Лев Николаевич Толстой».                                                      |
| 16 | Литературная гостиная «Иван Алексеевич Бунин».                                                       |

|    |                                                                                     |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 17 | Литературная гостиная по творчеству Ивана Сергеевича Тургенева «Любовь сильнее...». |
| 18 | Литературная гостиная «Поэтический образ зимы».                                     |
| 19 | Самостоятельное чтение                                                              |

### **Ожидаемые результаты**

Они будут состоять в:

- коррекции эмоционального самочувствия, снятии эмоциональной напряженности, смягчении последствий психологических травм, снижении индекса агрессивности и деструктивных форм поведения, в том числе негативизма, тревожности, депрессивности, беспокойства, расторможенности и пр.;
- развитие творческого потенциала личности, создание позитивного настроения, усилении конструктивности поведения, способности выразить словами и осознать собственных действий, мыслей, чувств, развитии продуктивности и контактности во взаимоотношениях с людьми

## **АСУСО «Такмыкский дом- интернат»**

### **Программа кружковой деятельности «Вяжем вместе»**

#### **Пояснительная записка**

Программа «Вязание крючком и спицами» ориентирована на самореализацию получателей социальных услуг в вязании крючком и спицами, на побуждение к освоению знаний.

Вязание способствует не только привитию, совершенствованию определенных трудовых навыков и умений, но и развитию творческих способностей, формированию общей культуры личности, эстетического вкуса.

Актуальность программы – приобщение получателей социальных услуг к полезному виду рукоделия. Вязание является не только приятным успокаивающим занятием, но и приносит огромное количество положительных эмоций, что является мощным толчком к воплощению новых идей, подчеркивает творческую индивидуальности, играет немалую экономическую роль в жизни человека.

**Актуальность программы** обусловлена следующими факторами:

1. Целью современного образования, которая заключается в воспитании и развитии личности, в формировании ценностных эстетических ориентиров, эстетической оценки и овладение основами творческой деятельности.
2. Особенностью современной ситуации: решение вопроса занятости получателей социальных услуг, умения организовать свой досуг, самостоятельно открывать для себя волшебный мир вязания, превратить его в предметы быта.
3. Возрастными психологическими особенностями: занятия в кружке помогают развивать мелкие мышцы кистей рук. Кроме того, вязание позволяет снять эмоциональное напряжение, стрессовое состояние от нагрузок, которыми чревата современная жизнь.

**Цель:** обучение основам и техникам вязания крючком и спицами.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- изучение технологии и особенностей вязания изделий различной степени сложности;
- умение пользоваться схемами и образцами для выполнения моделей;
- овладение методами и приемами самостоятельной работы;
- освоение правил безопасной работы с инструментами и материалами.

##### **Развивающие:**

- развитие усидчивости, аккуратности, внимания, моторных навыков;
- развитие творческого мышления и добросовестного отношения к работе;
- развитие эстетического вкуса.

### **Воспитательные:**

- формирование интереса к вязанию крючком и спицами;
- воспитание трудолюбия, терпения, аккуратности, взаимовыручки и взаимопомощи;
- воспитание упорства в достижении желаемых результатов;
- воспитание на лучших традициях женского рукоделия.

Программа кружка «Вязание крючком и спицами» носит практико-ориентированный характер. Она способствует не только привитию, совершенствованию определенных трудовых умений и навыков, но и способствует развитию личностного и творческого потенциала получателей социальных услуг посредством декоративно-прикладной деятельности.

### **Формы и методы:**

- 1) Словесные методы (объяснение, беседа, консультация, диалог).
- 2) Методы практической работы (вязание изделий, зарисовка схем, подготовка и участие в выставках).
- 3) Проектно-конструкторские методы (создание моделей, выполнение творческих заданий).
- 4) Наглядный метод (рисунки, схемы, таблицы, литература по вязанию, образцы изделий).
- 5) Метод игры.

### **Тематический план:**

#### **Тема 1. Вводное занятие.**

##### **История возникновения вязания. Инструменты и материалы. Цепочка из воздушных петель.**

Знакомство с детьми, выявление уровня подготовки. Ознакомительная беседа. Общая характеристика учебного процесса. Правила безопасности труда на занятиях. Демонстрация образцов изделий.

Из истории вязания крючком. Знакомство с различными видами нитей. Инструменты и материалы, необходимые для занятий. Правильный подбор крючка. Как держать крючок. Первая петля и цепочка из воздушных петель.

#### **Тема 2. Столбики без накида. Условные обозначения.**

Характеристика основных приемов вязания. Правила вязания столбика без накида. Условные обозначения. Обзор специальной литературы. Введение понятия: воздушная петля, цепочка из воздушных петель, столбик без накида, схема, описание работы, петли для начала ряда.

#### **Тема 3. Столбики с накидом.**

Введение понятия: прямое вязание, столбик с накидом. Условные обозначения. Просмотр схем и образцов.

#### **Тема 4. Отработка навыка вязания столбиков без накида и с накидом.**

Просмотр схем образцов вязания. Петли подъема. Лицевая и изнаночная сторона работы.

### **Тема 5. Амигуруми – маленькая игрушка.**

История амигуруми – японской маленькой игрушки. Демонстрация готовых изделий, фотографий, журналов с вязаными игрушками. Технология вязания игрушек (общее знакомство).

### **Тема 6. Правила вязания деталей игрушки.**

Особенности вязания игрушек. История возникновения игрушки. Анализ изделия. Порядок вязания деталей игрушки.

### **Тема 7. Сборка и оформление игрушки.**

Материалы для набивки игрушек. Правила сборки деталей игрушки. Отделочные элементы. Оформление мордочки игрушки.

### **Тема 8. Понятие о цвете, композиции. Виды прихваток.**

Ассортимент прихваток на основе круглого полотна (образцы, схемы, специальная литература). Возможные цветовые и композиционные решения (оттенки, насыщенность, сочетание). Технология вязания круглой прихватки.

### **Тема 9. Как украсить прихватку.**

Отделочные элементы: цветы, листики, ягодки и др.

### **Тема 10. Практическая работа: вязание прихватки.**

Вязание наших бабушек: круглые коврики из полос ткани. Как украсить прихватку (цветы, листики, ягодки и д.т.) Круг превращается в....(прихватки — звери).

### **Тема 11: Основные приемы вязания спицами. Материалы и инструменты.**

Краткие сведения из истории этого старинного рукоделия. Ассортимент изделий, выполняемых в технике вязания на спицах. Материалы и инструменты для вязания. Характеристика шерстяных, пуховых, хлопчатобумажных и шёлковых нитей. Правила подбора спиц из стали, пластмассы, кости, древесины в зависимости от качества и толщины нити.

### **Тема 12: Техника вязания на спицах. Набор петель при вязании на двух спицах**

Виды набора петель. Правильное положение рук при наборе петель.

### **Тема 13: Технология выполнения изнаночных петель.**

Правильное положение рук при вязании на спицах. Технология выполнения изнаночной петли двумя способами. Первый способ расположить рабочую нить перед левой спицей. Второй способ: "бабушкина изнаночная".

### **Тема 14: Технология выполнения лицевых петель. .**

Технология выполнения изнаночной и лицевой петель не одинаково, потому что в лицевых петлях рабочая нить находится за левой спицей. Выполнения лицевых петель происходит двумя способами: вывязывание лицевой петли за переднюю стенку, вывязывание лицевой петли за заднюю стенку.

### **Тема 15: Кромочные петли.**

Кромочным петлям в процессе вязания отведена вспомогательная роль: они образуют кромку с краев полотна.

### **Тема 16: Закрепление петель последнего ряда.**

*Теория.* Технология закрепления петель последнего ряда выполняется двумя способами.

### **Тема 17: Накиды.**

Использование накидов в узорах со сложным переплетением нитей, для прибавления и удлинения петель.

### **Тема 18:Способы убавления, прибавления и закрывания петель.**

Убавление и прибавление петель. Закрывание петель.

### **Тема 19:Соединение петель.**

Соединение петель по лицевой стороне. Соединение по изнаночной стороне.

Вязание двумя нитками различной толщины.

**Тема 20.** Правила прибавления и убавления петель при вязании круга столбиками без накида и с накидом.

### **Тема 21. Технология вязания игрушки.**

Демонстрация готовых изделий, фотографий, журналов с вязаными игрушками.

Технология вязания игрушек (общее знакомство).

Выбор модели, ниток, крючка. Композиционное и цветовое решение. Работа по описанию или схемам (с помощью педагога).

### **Тема 22. Правила вязания деталей игрушки.**

Особенности вязания игрушек. История возникновения игрушки. Анализ изделия. Порядок вязания деталей игрушки.

Техническая проработка. Совершенствование и закрепление умений и навыков по вязанию изученных приемов.

### **Тема 23. Сборка и оформление игрушки.**

Материалы для набивки игрушек. Правила сборки деталей игрушки. Отделочные элементы. Оформление мордочки игрушки.

Набивка и сшивание деталей игрушки. Изготовление отделочных элементов (глаз, носа и т.д.). Окончательное оформление изделия. Обсуждение готовых работ.

### **Тема 24. Практическая работа: вязание игрушки (по выбору).**

Выбор и вязание игрушки на основе полученных знаний. Индивидуальная консультация педагога. Работа учащихся по инструкционной карте «Вязание игрушек», по схемам и описанию. Контроль качества.

### **Тема 25. Вязание носков.**

Технология вязания на пяти спицах.

Особенности вязания на пяти спицах. Определение плотности вязания. Вывязывание резинки. Резинка 1х1; 2х2; английская резинка. Вывязывание пятки. Технология вывязывания пятки. Вывязывание стопы.

Вывязывание стопы. Вывязывание носка изделия. Завершение работы.

Убавление петель. Вывязывание второго носка.

### **Тема 26. Узоры вязания крючком.**

Схемы различных узоров. Раппорт узора. Вязание края изделия. Зависимость числа петель начальной цепочки от узора. Чтение схем узоров.

### **Тема 27. Практическая работа. Вязание образца.**

Пышные столбики, вытянутые петли. Демонстрация изделий, схем. Условные обозначения. Выбор схемы узора для вязания. Необходимость вязания образцов при вязании одежды. Вязание образца узора по схеме. ВТО. Контроль качества.

### **Тема 28. Подарки.**

Демонстрация изделий, иллюстраций, схем. Ассортимент вязаных сувениров. Выбор изделия. Знакомство со схемами и описаниями. Подбор нитей. Цветовое и композиционное решение. Вязание сувенира (по выбору). Работа по схемам и описаниям. Консультации. Контроль качества.

### **Тема 29. Мир аксессуаров.**

Аксессуары – история и современность. Демонстрация иллюстраций, готовых изделий, схем (шапочки, сумки, косметички, шали, палантины и т.д.) Технология вязания овала. Прибавление петель на закруглении. Вязание образца овальной формы.

### **Тема 30. Различные виды сумок.**

Ассортимент сумок, связанных крючком. Материалы для изготовления. Сумки-зверята. Технология вязания сумки. Отделочные элементы. Обвязывание бусинок. «Рачий» шаг. Обвязывание бусинок. Вязание «рачьего» шага.

### **Тема 31. Практическая работа. Вязание изделия.**

Выбор изделия (сумочка, кошелек, косметичка). Подбор нитей. Технология вязания изделия. Цветовое решение.

Вязание изделия. Самостоятельная работа по схеме и описанию. Консультации.

Контроль качества. Декоративная отделка изделия.

### **Тема 32. Орнамент в вязании спицами.**

Схемы орнаментов. Способы расчета петель

Особенности чередования нитей разных цветов. Подбор схемы и цветовое решение.

Подбор схемы и сочетающихся цветов пряжи. Выполнение вязального орнамента в два цвета. Выполнение образца орнамента.

### **Тема 33. Расчет количества петель для варежки. Вязание варежек.**

Порядок расчета петель. Подбор орнамента. Особенности набора петель.

Последовательность изготовления варежки. Определение плотности вязания.

Цветовое решение в орнаменте. Особенности кругового вязания. Порядок вязания варежки. Расчет и набор петель на спицу. Распределение петель на 4 спицы.

Рассчитать количество петель для изготовления варежки. Вязание варежек.

### **Тема 34. Итоговое занятие. Оценка и контроль результатов.**

Выполнение практических работ.

Организация выставки лучших работ. Подведение итогов. Награждение.

### **Условия реализации программы**

-Для реализации программы необходимо наличие кабинета.

Площадь кабинета, мебель и освещение должны соответствовать санитарно-гигиеническим нормам.

-Для размещения работ нужны: полки, стенды, шкафы.

### **Информационное и методическое обеспечение программы**

- учебная литература (схемы, описания) по всем разделам программы;

- методические разработки открытых занятий;

- лекционные материалы;

-электронные образовательные ресурсы.

### **Материально-техническое обеспечение**

| №п/п | Наименование               | Количество (шт.) |
|------|----------------------------|------------------|
| 1.   | Крючки (разных размеров) , | 15               |

|     |                                                                            |                                                           |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
|     | спицы(разных размеров                                                      |                                                           |
| 2.  | Нитки (разной толщины и фактуры)                                           | 50 шт. х 100 гр., «Ирис» шт.,<br>10 катушек швейных ниток |
| 3.  | Ножницы                                                                    | 15                                                        |
| 4.  | Карандаш простой                                                           | 15                                                        |
| 5.  | Линейка                                                                    | 15                                                        |
| 6.  | Сантиметровая лента                                                        | 5                                                         |
| 7.  | Бросовый материал (кусочки меха, пластика, ткани, бусинки, пуговицы и др.) |                                                           |
| 8.  | Материал для набивки игрушек (синтепон)                                    | 30м                                                       |
| 9.  | Фурнитура для игрушек (глазки, носики)                                     |                                                           |
| 10. | Клей «Титан»                                                               | 2                                                         |
| 11. | Утюг                                                                       | 1                                                         |
| 12. | Гладильная доска                                                           | 1                                                         |
| 13. | Булавки английские                                                         | 1 упаковка (1000 шт.)                                     |
| 14. | Иголки разного размера                                                     | 15                                                        |

### Ожидаемые результаты:

| <i>Знать (теория)</i>                                                                                                                                           | <i>Уметь (практика)</i>                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Правила безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, утюгом.                                                                                    | Соблюдать правила безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, утюгом.                      |
| Название и назначение различных материалов (различные виды нитей, синтепон, вата).                                                                              | Самостоятельно подобрать крючок, нитки для изделия.                                                         |
| Название и назначение ручных инструментов (ножницы, крючок, булавка, сантиметровая лента и т.д.).                                                               | Правильно пользоваться инструментами.                                                                       |
| Термины, употребляемые при вязании крючком, спицами (воздушная петля, столбик без накида и с накидом, соединительный столбик, лицевая петля, изнаночная петля). | Оформить готовое изделие, выполнить окончательную обработку готового изделия.                               |
| Простейшие условные обозначения, используемые в схемах.                                                                                                         | Зарисовать условные обозначения и вязать их.                                                                |
| Правила вязания прямого и круглого полотна, правила прибавления и убавления петель.                                                                             | Освоить технику вязания прямого и круглого полотна, уметь прибавлять и убавлять петли, вязать по простейшим |

|                                                                     |                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                     | схемам и описаниям.                                                                       |
| Название изученных инструментов и материалов, их назначение.        | Гармонично сочетать цвета при выполнении изделий.                                         |
| Условные обозначения, используемые в схемах.                        | Изготавливать простейшие виды изделий (аналогичные изделиям, предусмотренным программой). |
| Правила работы по схемам и описаниям (в соответствии с программой). | Пользоваться схемами и описаниями.                                                        |
| Разные техники вязания крючком, спицами.                            | Самостоятельно изготавливать различные виды изделий (аналогичные изделиям по программе).  |

## **Программа кружковой деятельности «Гарденотерапия»**

### **Актуальность**

Садовая терапия (гарденотерапия) - процесс использования растений и сада для улучшения состояния через воздействие на разум и тело человека. Гарденотерапия - особое направление психосоциальной реабилитации при помощи приобщения к работе с растениями.

Предлагаемая программа имеет мотивационную, реабилитационную и социальную направленность. Гарденотерапия используется как один из активных видов деятельности, направленный на улучшение социального, психологического и физического благосостояния взрослых, имеющих физические и психические недостатки или проблемы.

Работа с растениями благотворно влияет на физическое и психологическое благополучие и является одним из старейших видов активной терапии. Программа имеет познавательно-эстетическую направленность, подразумевая так же обязательную физическую активность. Программа предполагает развитие у ПСУ познавательной активности, интереса к окружающему миру, а так же развитие мелкой моторики, памяти, наблюдательности, внимания, творческих способностей, терпения и трудолюбия.

Садовая, или гарденотерапия, как социальный инструмент может пониматься в широком или узком смыслах. В широком понимании - это комплексное влияние на улучшение социальной адаптации, реабилитации, корректировки поведения людей. В узком смысле садовая терапия - это метод лечения людей с физическими и психическими недостатками или проблемами. Она относится к мягким ненавязчивым методам воздействия, которые оказывают комплексное положительное влияние на человека. Садовая терапия опирается на взаимодействие человека с природой, рассматривая взаимодействие человека и природы как процесс постоянного сопереживания, соучастия, эмпатии. Садовая терапия помогает человеку лучше понять свое место в мире через процесс рефлексии, направленный как на себя, так и на окружающие человека растения.

Программа предлагает развитие ПСУ в самых разных направлениях: познавательное, эстетическое, трудовое. Формирует художественно-

эстетический вкус, дисциплину, навыки работы с комнатными и садовыми растениями. Всё это необходимо человеку, чтобы усовершенствовать и гармонизировать окружающий его мир.

Программа построена на основе работы с живыми семенами и растениями, предполагает не только выращивание, получение и использование цветков и плодов, но и эстетическое оформление результатов своего труда.

В программе предложены основные направления работы, каждое из которых может стать основным в работе.

Тематика занятий строится с учётом интересов ПСУ, возможности их самовыражения, а так же с учетом соответствия времени года, погодным условиям, календарным праздникам и датам.

Программа составлена для людей, проживающих в стационарном отделении учреждения.

В осенне-зимний период проживающие самостоятельно ухаживают за комнатными цветами.

Проведение занятий предполагается в комнате отдыха, в комнатах проживающих (индивидуально), на территории цветника и приусадебного участка учреждения.

Гарденотерапия не имеет противопоказаний и побочных действий.

Получатели социальных услуг ухаживают за растениями в жилых помещениях. Участвуют в работах по озеленению территории дома-интерната под наблюдением специалистов. Выращивают рассаду цветов и овощей, овощные культуры на окошках.

Изучают специально подобранную литературу о домашних и садовых растениях. Организуются выезды на природу в различные времена года для ознакомления с цветами и растениями данной местности (по отдельному плану). Проводятся различные творческие конкурсы: «Мой любимый комнатный цветок», «Лучший букет», «Лучшая клумба», «Удивительное рядом», «Огород на окошке», на которых представляются снимки выращенных членами кружка цветочных, овощных культур. Ведется работа по оформлению фотоальбома «Наш чудесный сад и огород» и др.

**Цель** – способствовать общему оздоровлению организма пожилых граждан путем использования занятий с растениями и другим природным материалом – в сочетании с другими способами оздоровления.

#### **Задачи:**

- Оказать психологическую поддержку пожилым гражданам и инвалидам

через взаимодействие с растениями;

- актуализировать когнитивные функции, творческий потенциал, коммуникативные навыки;
- способствовать адаптации, реабилитации в социуме;
- повышать уровень экологической культуры;
- совершенствовать трудовые навыки;
- формировать эстетического мировоззрения;
- повышать жизненный интерес
- получать новые знания об окружающем мире, о многообразии растительного мира
- развить творческие способности
- улучшать эмоциональное состояние

## **Тематический план**

1. Ассортимент комнатных растений. Сказки, легенды, загадки растениях.
2. Введение. Техника безопасности. Особенности строения и содержания комнатных растений. Практическая работа: Приготовление земляной смеси.
3. Выращивание нового комнатного растения. Работа с семенами комнатных цветов. Практическая работа: Изучение условий посева семян. Подготовка почвы для посева, подготовка горшков. Посев семян. Уход за растениями.
4. Уход за комнатными растениями. Практическая работа: Пересадка (перевалка), прищипка, обрезка, подвязка, купание растений
5. Основные способы размножения. Практическая работа: Размножение выбранного растения определенным способом (листьями, черенками, корневищами, луковицами, клубнями).
6. Размещение растений в комнате. Практическая работа: Размещение выбранного растения в комнате.
7. Защита комнатных растений от вредителей. Болезни комнатных растений. Методы борьбы. Практическая работа: Определение болезни у комнатного растения. Обработка от вредителей.
8. Паспортизация растений. Практическая работа: Составление паспорта комнатного растения.
9. Игра-путешествие с комнатными растениями.
10. Итоговое занятие: художественно эстетическое оформление результатов работы. Практическая работа: Оформление выставки «Мой любимый комнатный цветок».

**Ожидаемые результаты:**

- стимулирование к жизни;
- улучшение эмоционального настроения и общего самочувствия;
- снижение тревожности;
- улучшение памяти и концентрации внимания;
- озеленение комнат, холла, зала;
- развитие тактильной и психологической чувствительности к растениям.

**Подведение итогов реализации программы:**

- организация фотовыставок, презентаций лучших работ;
- обмен опытом по итогам работы.

## **АСУСО «Такмыкский дом- интернат»**

### **Программа кружковой деятельности «Изонить»**

#### **Пояснительная записка**

##### **Данная программа имеет художественную направленность**

Создание произведений нитяной графики – одна из наиболее эмоциональных сфер деятельности получателей социальных услуг. Работа с графическим натяжением нитей расширяет кругозор возможностей, развивает пространственное воображение.

Данная программа призвана побудить к творчеству в доступной форме, помочь освоить навыки владения иглой, показать основные приёмы выполнения той или иной операции, выявить их способности к плоскостному моделированию.

Практические задания предполагают повышение сложности изделий по мере приобретения получателями социальных услуг навыков. Сначала изготавливают простые работы, рассматривают образцы, анализируют их структуру и приёмы выполнения. Потом задания усложняются, получатели социальных услуг учатся самостоятельно моделировать простые предметы, выбирать основу и нитки для изделий. А затем они осваивают составление сложных композиций из отдельных элементов изображения.

**Актуальностью** этого вида творчества является его педагогический потенциал - возможность развивать комплекс свойств и способностей получателей социальных услуг - мелкую моторику, сенсорную систему, воображение, эстетический вкус, художественные способности и фантазию.

При выполнении работ по «изонити» развивается наглядно-образное мышление, творческое воображение, память, точность движения пальцев рук. Приобретают такие качества, как усидчивость, целеустремлённость, развивают собственный творческий потенциал. В ходе работы необходимо запомнить последовательность её изготовления, приёмы и способы натяжения нитей – всё это стимулирует, совершенствует трудовые умения, формирует культуру труда. В познавательном плане: расширяется круг знаний, умений, навыков в технике изонити; расширяется кругозор, повышается интерес к культуре декоративно – прикладного искусства.

Самым главным в этом виде творчества является разнообразие решения одной и той же задачи, которое достигается путем применения различных технологий, интересных решений в цвете и дизайне.

**Цель:** формирование практических умений работы в технике «изонить» и развитие у получателей социальных услуг индивидуальных творческих способностей.

##### **Задачи:**

- Формировать технологические знания о работе в технике «изонить»;

- Формировать практические умения и навыки работы в техники «изонить»;
- Развивать и совершенствовать пространственное восприятие и анализ, зрительного восприятия в целом, координации в системе «глаз- рука»;
- Воспитывать потребности в грамотной организации своей досуговой деятельности;
- Воспитывать положительные качества характера (аккуратность, трудолюбие и др.)
- Развивать эстетическое восприятие и художественного вкуса.

### **Планируемые результаты:**

результатом работы становится не только реальное знание или умение, важен сам процесс постижения истины и создание творческого продукта. При этом важнейшим качеством процесса оказывается сотрудничество и сотворчество как явления самоценные. Итоги работы в мастерской должны быть подведены на отчетном занятии, где будут представлены творческие работы.

### **Личностные результаты:**

- Сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- Готовность и способность к саморазвитию;
- Сформированность мотивации к учению и познанию;

### **Метапредметные результаты:**

- Определять и формулировать цель деятельности;
- Проговаривать последовательность действий;
- Делать предварительный отбор источников информации;
- Приобретать навыки самообслуживания.

### **Предметные результаты:**

- Овладевать технологическими приемами ручной обработки материалов;
- Грамотно и эстетично выполнять изделия в технике ручной вышивки;
- Использовать приобретенные знания и умения для творческого решения конструкторских, технологических задач.

### **Основные направления:**

1. Освоение техник и технологий изонити.
2. Художественно-эстетическая деятельность.
3. Творчество.

### **Этапы:**

**Первый — «ориентирующий»** -изучение интересов и возможностей, создание первичной базы эстетических впечатлений на основе восприятия художественно полноценных образцов изонити, с подчёркиванием средств выразительности, несущих наибольшую духовную нагрузку (рисунок, цветовая гамма, композиция, стиль). На данном этапе происходит «настройка» детей на положительный резонанс в процессе занятий (мажорность, позитивность, гармоничность отношений).

**Второй — «накопительный»** - обогащение, количественное расширение индивидуального художественного опыта. Формирование механизмов восприятия, закрепление эстетических ориентиров, изучение «языка и талонов» учебно-изобразительной деятельности: техник, технологий. Средств выразительности)

**Третий - «репродуктивный»** - практическое освоение технологий, средств выразительности и различных образцов художественной деятельности. \*

**Четвертый - «аналитический»** - обучение навыкам эстетического анализа творческих работ и самооценки собственных вариантов. На этом этапе наиболее полно развиваются ценностные критерии, аналитические умения.

**Пятый - «интеграционный»** - расширение диапазона применения изделий в технике «изонити» в различных видах декоративно-прикладного творчества и создание психологических и технологических основ для самостоятельной творческой деятельности.

**Шестой - «творческий»** - создание творческих работ, эстетическая оценка своих изделий, накопление «библиотеки» индивидуальных творческих проектов.

## **Тематическое планирование**

### **1. Вводное занятие**

Теория. Изонить как вид прикладного творчества. Материалы, инструменты. Организация рабочего места. Использование изонити в декоре и интерьере. Техника безопасности.

Практика. Демонстрация работ. Понятия трафарета и шаблона. Нанесение на картон параллельных и перпендикулярных линий с помощью линейки и карандаша.

### **2. Узоры с углами**

Теория. Понятие: угол, вершина угла, левая и правая сторона угла. Отличие лицевой и изнаночной стороны. Понятия: эскиз, композиция. Демонстрация техники «угол»

Практика. Выполнение работ по шаблону: открытки «Кораблик» и закладки в технике «уголок». Творческая работа.

### **3. Цветоведение**

Теория. Понятие цвета, цветовой круг. Влияние цвета на человека. Основные и производные цвета. Демонстрация составления производных цветов. Цвет и времена года.

Практика. Выполнение открытки «Мудрая сова». Подбор картона и нитей по цвету. Перенесение рисунка на основу с помощью трафарета.

### **4. Узоры с окружностями**

Теория. Понятия «хорда», «диаметр», «радиус». Демонстрация техники «круг», «дуга», «овал». Понятие «схема», «чтение схемы». Демонстрация техники «прошивание дуги треугольниками». Плоскостное моделирование. Анализ композиции. Демонстрация техники «игла вперёд». Одноцветное сочетание (от желтого до коричневого).

Практика. Выполнение по шаблону открытки «Мудрая сова», закладки «Одуванчик» и панно «Черепашка».

### **5. Техника «Сектор»**

Теория. Повторение техники «круг» и «угол». Закрепление знаний о вычерчивании окружности с помощью циркуля. Демонстрация круглых закладок «Паутинка» и «Сказочный цветок». Подбор картона и нитей. Сочетание техники «угол» и «круг».

Практика. Выполнение по шаблону круглой закладки «Паутинка» и «Сказочный цветок». Оформление работы кисточкой.

## **6. Основы орнамента и композиции**

Теория . Понятия об орнаменте и композиции. Композиционно – замкнутый орнамент. Творческая работа: создание эскиза орнамента на открытках «Рождественские колокольчики» и «Сапожок». Демонстрация техники «луч».

Практика: Выполнение по шаблону снежинки №1 и по творческой задумке снежинки №2. Выполнение открытки «Сапожок» и «Рождественские колокольчики».

## **7. Техника «Завиток»**

Теория. Симметрия в эскизе. Демонстрация техники «завиток». Переход одного цвета в другой на одном завитке.

Практика . Творческая работа: «Новогодняя игрушка». Оформление работы в ёлочную игрушку или открытку.

## **8. Звезда**

Теория . Деление окружности на 5 равных частей. Подбор картона и нитей по цвету.

Практика . Разметка звезды. Вышивания звезды и оформление работы в ёлочную игрушку или открытку.

## **9. Узоры с сердечками**

Теория . Три – Д композиция. Наматывание одного цвета на другой. Работа с буквами и надписями.

Практика . Наматывание ниток на сердечко. Прошивание одного элемента по другому. Выполнение работ по шаблону: «два сердца», «неразлучные коты». Оформление открыток «валентинок».

## **10. Зеркальное отображение**

Теория . Понятие «зеркальное отображение». Увеличение и уменьшение длины стежка для плавного перехода в овалах.

Практика. Выполнение по шаблону открытки «Лебеди» в зеркальном отображении.

## **11. Композиция из углов и дуг**

Теория. Закрепление математических понятий: «треугольник», «угол», «прямоугольник», «окружность».

Практика. Творческая работа над открыткой к Дню защитника Отечества. Вышивание и оформление работы «Корабль».

## **12. Декоративные узоры**

Теория. Изображение цветов. Цветовая гамма. Строение цветов и форма. Холодные и тёплые тона. Соединение двух и более нитей для получения оттенков.

Практика . Выполнение по шаблону открытки «Цветок в горшке» и украшение работы бисером; открытки «8 марта». Оформление открыток.

## **13. Творческая работа «Девушка – весна»**

Теория . Техника безопасности при работе с утюгом. Сухой клей (паутинка). Технология соединения эскиза с тканью и картоном. Закреплять умение создавать сюжетные композиции. Фурнитура для украшения картины. Подбор цвета основы и нитей для вышивки.

Практика. Выполнение картины «Девушка – Весна». Оформление работы.

## **14. Композиция из окружностей**

Теория. День Космонавтики. 9 мая. Панно «Космос в круге» (коллективная работа). Работа на черном картоне. Подбор контрастных нитей. Закрепление в речи понятий: «окружность», «хорда», «центр окружности», «круг», «радиус», «диаметр».

Последовательность выполнения работы путем наложения окружностей друг на друга.

Практика. Выполнение панно "Космос", "9 мая". Оформление работ.

### **15.Творческая работа**

Теория. Создание эскиза на свободную тему. Дорисовка изображений после выполнения вышивки. Подбор нитей и основы.

Практика. Выполнение творческой работы.

### **16.Выставка**

Теория: обсуждение и подведение итогов.

Практика. Оформление выставки.

### **Планируемые результаты:**

- Проявлять творчество, фантазию, индивидуальность;
- Самостоятельность в изготовлении изделий;
- Варьировать средства выразительности;
- Выдвигать творческие идеи;
- Проводить эстетический анализ творческих работ;
- Использование приобретенных знаний и умений для творческого решения несложных художественно-конструкторских (дизайнерских), технологических и организационных задач, развитие индивидуальных способностей.

### **Материально — техническое оснащение**

Ножницы.

Швейные иглы.

Швейные нитки, мулине, металлизированные нити, вискозные нити.

Разноцветный картон.

Двусторонний картон.

Клей.

Шило.

Подкладочный картон.

Карандаши.

Ластик.

Циркуль.

Линейка.

Скотч.

Сухой клей (паутинка).

Ткань.

Пайетки.

Бисер.

Ленты.

## ПРОГРАММА КРУЖКОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Мир музыки»

### Пояснительная записка

**Направленность** программы музыкального кружка «Мир музыки» по содержанию является художественно – эстетической, общекультурной, по форме организации кружковой.

В основу проекта музыкальной деятельности были положены следующие **принципы**:

- **принцип системности** – предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;
- **принцип дифференциации** – предполагает выявление и развитие у получателей социальных услуг склонностей и способностей по различным направлениям;
- **принцип увлекательности** является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности получателей социальных услуг.

**Отличительными особенностями** программы являются:

- **деятельностный** подход к воспитанию и развитию средствами музыки, где получатель социальных услуг выступает в роли композитора, исполнителя, слушателя;
- **принцип креативности** – предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности.

**Актуальность** программы обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами музыкальной деятельности возможно формирование социально активной творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию.

**Цель:** создание условий для развития потенциальных творческих способностей получателей социальных услуг.

#### **Задачи:**

1. Привить навыки общения с музыкой: правильно воспринимать и исполнять ее;
2. Формировать чувство прекрасного на основе классического и современного музыкального материала;
3. Развивать музыкально-эстетический вкус;
4. Развивать музыкальные способности;
5. Развивать творческую активность.

**Формы и методы образовательной деятельности:**

1. Дыхательная гимнастика;
2. Артикуляционные упражнения;
3. Вокально-хоровая работа;
4. Занятия по музыкальной грамоте;
5. Восприятие (слушание) музыки;

**Режим занятий**

Расписание занятий кружка строится из расчета одно занятие в неделю.

Каждое занятие длится 30 минут.

Образовательный процесс, строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями получателей социальных услуг, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

**Тематическое планирование**

| № п/п | Тема занятия                                          |
|-------|-------------------------------------------------------|
| 1.    | В гости к музыке                                      |
| 2.    | Музыкальные загадки. Дидактическая игра «Угадай звук» |
| 3.    | Музыкальный колейдоскоп «В ритме дождя»               |
| 4.    | Музыкально-дидактические игры «Разбудим голосок»      |
| 5.    | Знакомство с понятием песни                           |
| 6.    | Работа над дыханием и дикцией                         |
| 7.    | Знакомство с музыкальными инструментами               |
| 8.    | Освоение игры на шумовых инструментах                 |
| 9.    | Русские народные песни                                |
| 10.   | Танцевальная импровизация                             |
| 11.   | Веселый мультипликационный час                        |
| 12.   | Музыкальные загадки. Игра «Угадай мелодию»            |
| 13.   | Вокальные упражнения                                  |
| 14.   | Обучение приемам вокально-хорового пения              |
| 15.   | Подбор репертуара                                     |
| 16.   | Концерт                                               |
| 17.   | Обсуждение и анализ проведенных концертов             |

**Планируемые результаты реализации программы:**

1. Получение получателями социальных услуг опыта переживания и позитивного отношения к ценностям общества.
2. Развитие познавательных интересов.
3. Формирование чувства прекрасного и эстетических чувств на основе знакомства с мировой и отечественной культурой.

