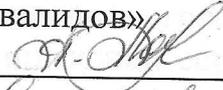


Государственное казенное учреждение социального обслуживания  
Краснодарского края  
«Ленинградский комплексный центр реабилитации инвалидов»

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора  
ГКУ СО КК «Ленинградский  
комплексный центр реабилитации  
инвалидов»

  
\_\_\_\_\_ А.М. Лазько  
« 9 » \_\_\_\_\_ 2019г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКУ СО КК  
«Ленинградский комплексный  
центр реабилитации инвалидов»

  
\_\_\_\_\_ И.А. Тесля  
« 9 » \_\_\_\_\_ 2019г.

Дополнительная общеразвивающая комплексная  
программа реабилитации инвалидов  
«Поверь в себя»

Разработчики: педагог дополнительного образования М.В. Филоненко,  
инструктор по труду Е.А. Швец, инструктор по физической культуре  
О.Г. Иванушкина, социальный педагог Т.И. Евтенко, социальный педагог  
Ю.А. Яловая

ст. Ленинградская  
2019

## Пояснительная записка

Одной из приоритетных целей современной государственной социальной политики является создание условий для достойной жизни, свободного развития и самореализации каждого человека, содействуя тем самым его успешной социальной интеграции. В равной степени это относится и к людям с инвалидностью. Социальная интеграция людей с инвалидностью, в некоторой степени осложнена тем, что люди с ограниченными возможностями зачастую ощущают себя в состоянии виктимности. Инвалид перестает брать ответственность на себя, не редко замыкается, уходит от общения, усугубляя, таким образом, свои проблемы. Все это приводит к изменению его личности, социальной дезадаптации и значительно снижает способность к социальному функционированию.

Современные исследования в области социальной интеграции инвалидов говорят о востребованности таких стратегий и тактик комплексной социальной реабилитации, которые позволяют активизировать человеческий ресурс личности, помочь людям с ограниченными возможностями интегрироваться в общество в качестве его полноценных членов, создать им условия для реализации своих возможностей, в том числе к самообеспечению.

Таким образом, реализуя целостный подход к личности инвалида, учитывающий все его проблемы, образ мышления и поведения, социальный фон, индивидуальные потребности, надежды и интересы, комплексная программа реабилитации инвалидов трудоспособного возраста «Поверь в себя», позволяет достигнуть и поддерживать оптимальные физический, интеллектуальный, психический и социальный уровни, предоставив тем самым возможности для изменения жизни и расширения рамок независимости.

**Цель:** оказание инвалидам комплекса реабилитационных услуг, направленных на максимально полную и своевременную их социальную реабилитацию и адаптацию.

**Задачи:**

- повышение уровня функциональных способностей в быту и социуме;
- восстановление разрушенных или утраченных инвалидом общественных связей и отношений вследствие нарушения здоровья или физического дефекта;
- адаптация инвалидов к социальному окружению;
- повышение самосознания путем формирования адекватного отношения к своему заболеванию или физическому дефекту;
- приобретение инвалидом социального опыта;
- овладение умениями и навыками по самообслуживанию и жизненному самообеспечению, социальными нормами поведения.

### **Методика и технология реализации:**

В общеразвивающую комплексную программу входят следующие модули:

- 1 модуль «Мир ваших возможностей» – 30 часов;
- 2 модуль «Труд – согревающий душу» – 18 часов;
- 3 модуль «Мир спорта» - 18 часов;
- 4 модуль «Школа компьютерной грамотности» – 18 часов;
- 5 модуль «Все грани творчества» – 18 часов;

Каждый из модулей представляет цикл теоретических и практических занятий, разделенных на разделы и темы. Общий объём программы по 5 модулям составляет 102 часа.

**Требования к функциональным характеристикам общеразвивающей программы:** использование традиционных форм организации обучения: практические и теоретические занятия. Применение наглядных, словесных, игровых и практических методов обучения, включающих в себя наблюдение, беседы, показ иллюстраций, демонстрация слайдов, игровые упражнения.

**Категория обслуживаемых:** инвалиды.

**Форма обучения:** очная, групповые и индивидуальная формы организации обучения.

**Режим занятий:** инвалидам устанавливается индивидуальный режим занятий, не превышающий академический час (45 минут).

**Состав исполнителей:** педагогические работники учреждения, имеющие высшее и среднее профессиональное образование, образовательный ценз которых подтверждается документами государственного образца о соответствующем уровне образования и (или) квалификации.

**Ожидаемые результаты:** восстановление социального статуса личности, способностей к бытовой, профессиональной и общественной деятельности, обеспечение социальной адаптации в условиях окружающей среды и обществе, достижение самостоятельности и материальной независимости.

**Материальное обеспечение, технические средства:**

Кабинеты, оборудованные разнообразными средствами обучения: наглядные пособия, книги, компьютеры, ноутбук, мультимедийный проектор, тренажеры, гладильная доска, утюг, клеевые пистолеты, швейная машинка, технические средства реабилитации, кухонная утварь, холодильник, микроволновая печь.

## Содержание программы

### 1. Модуль «Мир ваших возможностей»

#### 1.1. Раздел «Ознакомление с инфраструктурой поселения»

##### *1.1.1. Инфраструктура Ленинградского сельского поселения*

Здравоохранение, учреждения физкультуры и спорта, учреждения культуры, жилищное и коммунальное хозяйство, общественные объединения инвалидов поселения.

##### *1.1.2. Ознакомительные экскурсии*

Экскурсия на стадион, телеграф, почтамт, социально-культурный комплекс

#### 1.2. Раздел «Адаптационное обучение пользованию инфраструктурой поселения»

##### *1.2.1. Пользование услугами учреждений здравоохранения.*

Предварительная запись на прием к врачу. Посещение поликлиники. Вызов врача на дом, скорой помощи. Услуги, предоставляемые бесплатно и за плату учреждениями здравоохранения.

##### *1.2.2. Пользование услугами жилищно-коммунального хозяйства поселения.*

Заполнение показаний с приборов учета, заполнение квитанций и оплата услуг водоснабжения, электроэнергии, газа. Оформление почтовых отправок, правила пользования банковскими картами.

##### *1.2.3. Пользование услугами учреждений бытового обслуживания.*

Оптово-розничная торговля, аптеки, учреждения бытового обслуживания (ателье по пошиву одежды, ремонту обуви, парикмахерская).

##### *1.2.4. Пользование услугами учреждений культуры.*

Районный социально-культурный комплекс, социально-культурный комплекс «Казачье подворье».

##### *1.2.5. Пользование услугами учреждений физкультуры и спорта*

Центральный стадион, плавательный комплекс «Акватика», тренажерные залы.

##### *1.2.6. Пользование услугами учреждений системы образования.*

Ленинградский социально-педагогический колледж, аграрно-технологический колледж, Ленинградский учебный центр.

*1.2.7. Пользование услугами общественных организаций инвалидов.*

Всероссийское Общество Инвалидов, Всероссийское Общество Глухих, Всероссийское Общество Слепых.

*1.2.8. Пользование услугами государственных служб.*

Налоговая инспекция, многофункциональный центр, паспортно-визовая служба, служба судебных приставов.

*1.2.9. Безопасность на дорогах.*

Знакомство с правилами дорожного движения для пешеходов, правила перехода проезжей части.

*1.2.10. Правила поведения в общественном месте.*

Правила ожидания и посадки в общественный транспорт, правила поведения в общественном транспорте, в магазине, кинотеатре, библиотеке.

### **1.3. Раздел «Обучение навыкам персонального ухода»**

*1.3.1. Личная гигиена*

Уход за телом, волосами, ногтями. Пользование туалетом.

*1.3.2. Уход за одеждой.*

Правила ручной стирки и стирки белья в стиральной машине. Глажка белья.

### **1.4. Раздел «Обучение технике и методическим приемам самообслуживания»**

*1.4.1. Самообслуживание.*

Умение самостоятельно приготовить и разогреть готовую пищу, вымыть посуду, подмести пол. Умение пользоваться телефоном, книгой, часами.

*1.4.2. Бытовая техника.*

Бытовые электроприборы, их назначение. Правила безопасного их использования. Правила безопасного использования газовой и электрической плит.

*1.4.3. Столовый этикет.*

Правила сервировки стола по разным случаям. Использование всех столовых приборов. Умение использовать все столовые приборы во время еды. Кухонный инвентарь и уход за ним.

## **1.5. Раздел «Технические средства реабилитации»**

### *1.5.1. Технические средства реабилитации при передвижении*

Использование трости опорной, тактильной, способ применения костылей подмышечных и костылей с опорой на предплечье. Правила подбора подмышечных костылей и костылей с опорой на предплечье.

### *1.5.2. Организация кухонного пространства*

Как адаптировать кухонный гарнитур. Специальная посуда для людей со слабыми руками, кистями и ослабленным хватом (кружки "непроливайки" и с утолщенной ножкой для удобного хвата, тарелки с поднятыми краями или насадки на тарелки, специальные ложки и вилки с утолщенными ручками для правой и левой, ножи под разные уровни поражения). Обучение нарезки хлеба и овощей на специальных приспособлениях. Электрические приборы для фиксации и открывания банок.

### *1.5.3. Организация пространства в ванной*

Виды поручней для ванной комнаты: стационарные, прикрученные к полу и стене, откидные; подбор смесителей; мочалки для головы и тела, держатели для зубной пасты, дозаторы для шампуней, гелей и жидкого мыла.

### *1.5.4. Стенд для отработки бытовых навыков*

Обучение пользованию различными видами кранов, розеток, замков и задвижек.

## **2. Модуль «Труд – согревающий душу»**

### **2.1. Раздел «Бумажная карусель»**

*2.1.1. Силуэтное вырезание. Изготовление композиций в технике киригами*

Вводное занятие. Игры на знакомство. Рассказ о работе творческой мастерской, демонстрация образцов поделок (для формирования интереса к работе).

### *2.1.2. Бабочка на лугу*

Свойства бумаги. Разнообразие бумаги, ее виды. История возникновения техники киригами. Правила техники безопасности при работе с режущими и колющими инструментами.

### *2.1.3. Лошадь*

Вырезание канцелярским ножом по схеме. Основные правила работы. Разметка.

### *2.1.4. Домик в деревне*

Развитие творческой активности, навыков и умения работы с бумагой, отработка навыка выполнять простейшие элементы вырезания.

### *2.1.5. Модульное оригами. Техника складывания треугольников*

История возникновения техники модульное оригами. Базовые формы оригами.

### *2.1.6. Тюльпаны*

Знакомство с техникой работы, с правилами безопасного обращения с инструментами.

### *2.1.7. Красота лебедя*

Знакомство с техникой складывания треугольных модулей и сборка изделия по схеме.

### *2.1.8. Клубничка*

Освоение техники работы с бумагой, складывания клубнички. Знакомство с технологией изготовления сувениров в технике модульное оригами.

### *2.1.9. Газетные трубочки. Плетение из газет*

Свойство газетной бумаги. Техника скручивания газетных трубочек.

### *2.1.10. Рамки для фото*

Техника скручивания газетных трубочек, сборка изделия по схеме.

### *2.1.10. Ваза*

Освоение техники газетные трубочки, техники скручивания. Формирование практических трудовых навыков.

## **2.2. Раздел «Калейдоскоп фантазий»**

### *2.2.1. Канзаши. Возникновение канзаши*

Особенности атласных лент. Свойство атласа. История возникновения техники канзаши.

### *2.2.2. Брошь из лепестков канзаши*

Знакомство с техникой работы с атласными лентами. Способы складывания лепестков.

### *2.2.3. Цветы*

Научить выполнять простейшие элементы сшивания и сборки цветов по схеме.

## **2.3. Раздел «Радуга увлечений»**

### *2.3.1. Бисероплетение. Плетение на проволоке*

Исторические сведения о возникновении бисерного искусства. Виды бисера, инструменты, фурнитура для работы. Демонстрация образцов. Разнообразие и особенности изделий данного вида.

### *2.3.2. Плетение цветов*

Знакомство с техникой работы с проволокой и бисером. Обучение разнообразным элементам плетения, технике параллельного плетения.

### *2.3.3. Плетение дугами*

Техника плетения дугами. Техника перекрестного плетения. Сборка изделия по схеме.

### *2.3.4. Оплетение бисером основы*

Особенности внешнего вида изделия. Знакомство с техникой оплетения: крестиком, петельное, цепочками, плетение узоров по схеме. Элементы плетения. Техника параллельного плетения. Техника плетения дугами. Техника перекрестного плетения. Сборка изделия по схеме.

## **3. Модуль «Мир спорта»**

### **3.1. Раздел «Дыхание и потребление кислорода»**

#### *3.1.1. Дыхание, его виды и роль в жизнедеятельности организма человека*

Вводный инструктаж по технике безопасности, личной гигиене и правилах поведения в тренажерном зале. Виды дыхания. Роль дыхания в жизни человека.

#### *3.1.2. Профилактика заболеваний органов дыхания с применением аппаратного комплекса БОС*

Строение органов дыхания. Понятие метода биологической обратной связи. Знакомление с диагностирующей программой «Тонус». Коррекция и профилактика работы органов дыхания.

### *3.1.3. Освоение носового и смешанного дыхания*

Ключичное (носовое) дыхание можно осваивать в положении сидя, откинувшись на спинку стула, вытянув ноги и положив одну руку на грудь, другую на живот.

Смешанным типом дыхания, т.е. полным и наиболее правильным, естественным дыханием, необходимо сознательно овладеть большинству людей.

## **3.2. Раздел «Работа с шейным отделом»**

### *3.2.1. Упражнения для разработки шейного отдела с применением технологии функционального биоуправления*

Роль основных упражнений для разработки шейного отдела. Комплекс упражнений для разработки шейного отдела.

### *3.2.2. Упражнения для укрепления шейного отдела*

Правила последовательного выполнения упражнений для укрепления шейного отдела.

### *3.2.3. Работа с шейным тренажером*

Проведение инструктажа работы с тренажером. Последовательное выполнение упражнений.

## **3.3. Раздел «Плечевой пояс»**

### *3.3.2. Упражнения для разработки плечевого пояса*

Роль основных упражнений для разработки плечевого пояса. Освоение упражнений для разработки плечевого пояса.

### *3.1.1. Восстановление движений в плечевом суставе с помощью ФБУ БОС.*

Развитие движений в суставах верхней конечности. Выполнение движений руки в сторону из исходного положения руки вдоль туловища. Движения в плечевом суставе выполняют дельтовидная и верхняя порция мышц.

### *3.3.3. Упражнения при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей*

Основные повреждения плечевого пояса и верхних конечностей. Комплекс упражнений для предупреждения травматичности плечевого пояса и верхних конечностей.

## **3.4. Раздел «Работа со спиной»**

### *3.4.1. Упражнения для укрепления мышц спины*

Строение спины. Упражнения для укрепления мышц спины.

#### *3.4.2. Оздоровительная гимнастика при болях в позвоночнике*

Строение позвоночника. Причины возникновения болей. Освоение оздоровительной гимнастики при болях в позвоночнике.

#### *3.4.3. Упражнения для уменьшения болей при остеохондрозе позвоночника*

Что собой представляет остеохондроз. Причины появления остеохондроза. Освоение упражнений для уменьшения болей при остеохондрозе позвоночника.

#### *3.4.4. Физические упражнения на фитболах при нарушении осанки*

Причины нарушения осанки. Ознакомление со спортивным инвентарем. Разминочные упражнения для предупреждения травмоопасных ситуаций. Освоение физических упражнений на фитболах при нарушении осанки.

### **3.5. Раздел «Опорно-двигательный аппарат»**

#### *3.5.2. Восстановление движений в коленном суставе с помощью БОС.*

Строение опорно-двигательного аппарата. Движения в коленном суставе осуществляют две группы мышц бедра: сгибание мышцы задней поверхности бедра, разгибание мышцы передней поверхности бедра.

#### *3.5.2. Упражнения для укрепления опорно-двигательного аппарата*

Правила личной гигиены. Освоение упражнений для укрепления опорно-двигательного аппарата.

#### *3.5.3. Восстановление движений в голеностопном суставе с помощью сеанса ФБУ.*

Ознакомление с строением голеностопа. В голеностопном суставе возможно разгибание стопы вверх в тыльном направлении, сгибание движение стопы вниз в направлении подошвы, приведение движение стопы внутрь.

### **3.6. Раздел «Общее укрепление и развитие»**

#### *3.6.1. Упражнения на развитие гибкости*

Понятие гибкости. Правила техники безопасности в тренажерном зале. Освоение упражнений на развитие гибкости.

#### *3.6.2. Упражнения на развитие выносливости*

Проведение комплекса разминочных упражнений с гимнастической палкой. Освоение упражнений на развитие выносливости.

#### **4. Модуль «Школа компьютерной грамотности»**

##### *4.1. Теоретические основы работы на компьютере*

Управление компьютером. Окна Windows. Рабочий стол. Файловая система.

##### *4.2. Элементы взаимодействия пользователя с компьютером*

Понятие «лента», вкладки и группы ленты, полосы прокрутки, линейка, строка состояния. Практическое задание: настройка рабочего стола: изменение фонового рисунка, экранной заставки. Открытие документа Word: сворачивание и разворачивание ленты, перемещение по документу с помощью полос прокрутки, проверка правописания.

##### *4.3. Ввод, редактирование и форматирование текста*

Выделение текста. Основные команды редактирования. Команды отмены и возврата действия. Понятие «форматирование», параметры шрифта, выравнивание текста, заливка и границы текста. Практическое задание: открытие рабочего документа, сворачивание и разворачивание ленты, перемещение курсора по документу. Набор текста, копирование, удаление, вставка текста. Редактирование и форматирование текста.

##### *4.4. Создание таблиц*

Создание таблицы в программах Word и Excel, добавление и удаление элементов таблицы в программе Word, изменение размеров элементов таблицы. Практическое задание: форматирование текста. Создание таблицы в программе Word.

##### *4.5. Вставка изображений в документ*

Вставка рисунков с помощью области задач «Клип», вставка картинки в документ, вставка иллюстраций из файла, редактирование изображений, надписи, объекты WordArt. Практическое задание: создание таблиц, добавление и удаление элементов таблицы; вставка и редактирование рисунков и изображений.

##### *4.6. Приложения Microsoft*

Понятие «калькулятор», запуск программы калькулятор, выполнение арифметических действий, графический редактор Microsoft Paint, запуск графического редактора, создание рисунков в графическом редакторе, проигрыватель Windows Media. Практическое задание: вставка и редактирование изображений; запуск программ «калькулятор», проигрывателя, графического редактора, создание рисунка в графическом редакторе.

#### *4.7. Создание мультимедийных презентаций*

Программа Microsoft PowerPoint, её назначение и сферы применения. Элементы окна программы. Создание презентаций и последующее их применение с использованием различных эффектов.

#### *4.8. Виды компьютерных вирусов, антивирусные программы*

Понятие «компьютерные вирусы», классификация вирусов, признаки вирусного заражения, понятие «антивирусная программа», виды антивирусных программ, проверка компьютера на вирусы – запуск антивирусной программы. Практическое задание: проверка компьютера на вирусы с помощью антивирусной программы.

#### *4.9. Всемирная сеть «Интернет»*

Понятие «Интернет», функции интернета, работа в сети Интернет, поиск информации, понятие «поисковая система». Практическое задание: поиск информации в интернете.

#### *4.10. Электронная почта*

Понятие электронная почта, технология работы, возможности, преимуществ использования, понятие адрес электронной почты, правила создания адреса электронной почты. Практическое задание: регистрация почтового ящика, создание нового письма, отправка адресату, прикрепление вложений к письму, удаление писем, работа со входящей корреспонденцией.

#### *4.11. Социальные сети*

Понятие «Социальная сеть», общая информация о социальных сетях, требования к регистрации в социальных сетях. Практическое задание: регистрация в социальных сетях, практические навыки работы в социальных сетях, изучение функциональных возможностей социальных сетей.

#### *4.12. Пользование порталом электронных услуг государственных органов власти*

Место государства и гражданина в современном интернет-пространстве. Госуслуги и электронное правительство. Практическое задание: возможности портала, особенности работы портала, регистрация на портале.

#### *4.13. Современные электронные банковские услуги*

Характеристика современных банковских услуг, предоставляемых через сеть Интернет. Электронные банковские услуги с использованием пластиковых карт. Основы взаимодействия с поставщиками коммунальных услуг при помощи Интернета. Практическое задание: оплата коммунальных услуг на примере системы Сбербанк Онлайн. Пополнение баланса мобильного телефона на примере Сбербанк Онлайн.

#### *4.14. Пополнение баланса мобильного телефона при помощи банковской карты*

Преимущества осуществления платежей на сайте оператора мобильной связи, процесс совершения платежа, необходимые элементы для осуществления этой операции. Практическое задание: открытие платёжной формы, заполнение необходимых данных для проведения операции.

#### *4.15. Личный кабинет абонента на сайте компании ОАО «Кубаньэнергосбыт»*

Понятие личный кабинет пользователя. Правила создания личного кабинета абонента ОАО «Кубаньэнергосбыт». Правила получения учётных данных пользователя, создания логина и пароля для входа в систему. Практическое задание: вход в личный кабинет абонента ОАО «Кубаньэнергосбыт» на примере пользователя. Знакомство с вкладками, заполнение форм.

#### *4.16. Запись на приём в поликлинику через интернет*

Правила использования портала [kuban-online.ru](http://kuban-online.ru), предназначенного для записи в лечебно-профилактические учреждения Краснодарского края. Как создавать личный кабинет пользователя. Понятие личный кабинет, предназначение личного кабинета. Условия, необходимые для записи. Практическое задание: Поиск необходимого учреждения здравоохранения, выбор врача и времени приёма. Корректное заполнение форм на портале, формирование талона на приём.

#### *4.17. Пользование программой Скайп*

Основы пользования программой скайп. Преимущества использования. Скачивание, установка, настройка программы. Практическое задание: Практические основы использования программы скайп. Поиск абонентов в скайпе.

#### *4.18. Основы информационной и личной безопасности*

Основы обеспечения безопасности путём привития навыков ответственного и безопасного поведения в информационно-коммуникационной среде. Обучение умению распознавать информацию, способную нанести вред пользователю, распознать признаки злоупотребления неопытностью и доверчивостью граждан. Практическое задание: создание надёжного пароля для пользования социальными сетями, электронной почтой. Проверка компьютера на вирусы на примере программы Антивирус Касперского.

## **5. Модуль «Все грани творчества»**

### **5.1. Раздел «Художественное выжигание по дереву».**

#### *5.1.1. История появления и развития художественного выжигания по дереву*

Расширение знаний о видах декоративно-прикладных работ по дереву; об истории возникновения и развития искусства выжигания по дереву; познакомить с различными современными способами выжигания.

#### *5.1.2. Инструменты и приспособления для выполнения работ по выжиганию*

Знакомство с видами и устройством электровыжигателя, разнообразием насадок; техникой безопасности при работе с ним; видами древесины и ее свойствами при работе с выжигателем, освоить навыки работы с разными насадками.

#### *5.1.3. Техника выжигания. Силуэт*

Знакомство с особенностями силуэтного выжигания, с понятиями тон, контур, силуэт; освоение приёмов выжигания «гладкий штрих» и «отжѐг» при выполнении декоративных работ.

#### *5.1.4. Техника выжигания. Бордюры*

Знакомство с видами и значением орнаментов, приёмами соединения их в бордюры, с узором и текстурой дерева.

#### *5.1.5. Декорирование изделий художественным выжиганием*

Закрепление приемов выжигания силуэта, контура, орнамента, тонирования узора, использования книг и журналов для перевода рисунков, орнаментов на основу. Объекты труда: панно, кухонные доски, шкатулки, деревянные стаканчики и др.

### **5.2. Раздел «Работа с гипсом»**

#### *5.2.1. Гипс. Барельеф. Забавные фигурки*

Знакомство с природным материалом гипсом и его свойствами, с понятием «барельеф», освоение техники работы с гипсом.

#### *5.2.2. Работа с барельефом, изготовление подарочного магнита*

Освоение навыков работы с гипсом, выработка практических умений.

#### *5.2.3. Роспись по гипсу*

Совершенствование изобразительной техники при раскрашивании готовых форм, покрытие лаком, изготовление петельки, подставки, закрепление магнита.

#### *5.2.4. Цветочный барельеф из гипса*

Знакомство с видами барельефов, способами изготовления цветочных барельефов; изготовление двух видов барельефов с цветами.

### **5.3. Раздел «Техника лоскутного шитья»**

#### *5.3.1. Волшебные свойства лоскутной техники*

Лоскутное шитьё как вид декоративно – прикладного творчества, традиции русского и зарубежного лоскутного шитья. Технология работы над лоскутным изделием; материалы, инструменты и оборудование; организация рабочего места.

#### *5.3.2. Основы цветовой грамоты*

Цвет, цветовой круг, гармоничное и контрастное сочетание цветов, составление из тканей образцов различных цветовых композиций.

#### *5.3.3. Техники лоскутного шитья*

Освоение техник лоскутного шитья: «полоска», «квадрат», «треугольник», «сумасшедший квилт».

#### *5.3.4. Технологические основы лоскутного шитья*

Замысел. Поиск композиционного решения. Выполнение из ткани образца рисунка. Стёжка. Изготовление небольшого изделия.

### **5.4. Раздел «Декорирование, ремонт одежды и предметов быта»**

#### *5.4.1. Делаем одежду оригинальной. Декор вещей своими руками*

Знакомство с вариантами самостоятельного декорирования одежды, предметов быта; видами фурнитуры и способами их крепления к основе.

#### *5.4.2. Виды ручных декоративных швов*

Знакомство с декоративными ручными швами: рококо, узелки, козлик и другие; выполнение декора предметов гардероба.

#### *5.4.3. Украшения своими руками*

Освоение способов и приёмов изготовления цветов из лоскутов различных тканей, органзы, металлических молний.

#### *5.4.4. «Как заставить одежду подрасти вместе с вами?»*

Расширение представления о технологии обновления одежды; знакомство и освоение приёмов частичного ремонта и переделки «надоевших» вещей.

## **5.5. Раздел «Отделка на ткани»**

### *5.5.1. Разновидности «Буфы».*

Знакомство с понятием «Буфы», области применения, видами ткани и инструментами для работы.

### *5.5.2. Технологическая последовательность сборки ручных «Буфы».*

Расчёты и схемы «Буфы» для изделия.

## Используемая литература

### Основная

1. Левин А.Ш. Краткий самоучитель работы на компьютере. Издательство: Питер, 2008.
2. Левин А.Ш. Интернет – это очень просто. Издательство: Питер, 2008.
3. Левин А.Ш. Самоучитель полезных программ. Издательство: Питер, 2004.
4. Соколова О.Л. Поурочные разработки по информатике. Издательство: Вако, 2008.
5. Доуэлл К.Б. Цветы из бисера – М.: Издательский дом «Ниола 21 – й век», 2005. – 128с.: ил.
6. Дикт Донна ДеАнжелис. Цветы из бисера в вашем доме – М.: «Мартин», 2007. – 128с.: ил.
7. Хворостухина С.А. Золотая книга женского рукоделия. – М.: Вече. 2002. – 512с.
8. Проснякова Т.Н. Забавные фигурки. Модульное оригами. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2010. – 104с.: ил.
9. Стольная Е.А. Цветы и деревья из бисера. – М.: «Мартин», 2007. – 124с.: ил.
10. Чиотти Д. Фантазийные цветы из бисера и ниток мулине – М.: «Альбом», 2006. – 96с.: ил.
11. Зайцева А.А. Модульное оригами: забавные объемные фигурки – М.: «Эксмо», 2012. – 64с.: ил.
12. Леонова О.В. Рисуем нитью: Ажурные картинки – СПб.: «Литера», 2005. – 128с.: ил.
13. Сладкова О.В. Вышивка лентами и крестиком – М.: АСТ: Астрель, 2010. – 112с.: ил.
14. Гулидова О. Деревья из бисера. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2010. – 80с.: ил.
15. Вильчевская Е.В. Пасхальные яйца из бисера. – М.: ООО ТД «Издательства Мир книги», 2011. – 80с.: цв.ил.
16. Жукова И.В. Декорирование предметов интерьера. Ручная работа. – Донецк: «Издательство СКИФ». – 64с.: ил.
17. Вирко Е.В. Колье, серьги и браслеты из бисера. – Донецк: «Издательство СКИФ». – 64с.: ил.
18. Дадашова З.Р. Резные открытки. - М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2013. – 30с.: ил.
19. Т.А. Матвеева. Изготовление художественных изделий из дерева./ Москва: Высшая школа, 1992.
20. И.А. Андреева. Рукоделия. Популярная энциклопедия. / Москва: 1993.
21. Е.Д. Кашкарова-Герцог. Руководство по рукоделию ./ Москва: 1992.
22. Г.Д. Дюмина, И. Нилова. Домашний уют своими руками. /Москва: Внешсигма, 1999.
23. Е. Карпова. Женщины, книга для Вас. Портьеры и гардины. /Москва: Внешсигма, 1999.

24. Р.И. Егорова, В.П. Монастырская. Учись шить. / Москва: Просвещение, 1988.
25. В.Д. Симоненко, Ю.В. Крупская. Технология: Учебник для учащихся 6 класса общеобразовательной школы (вариант для девочек). / Москва: Вентана-Графф, 2002.
26. Д.В. Нестерова. Лоскутные фантазии. Лоскутное шитьё./ Москва: АСТ: Астрель, 2010.
27. О.А. Кожина, Технология изготовления машинных швов. Альбом./ Москва: НИИ ШОТСО АПН СССР, 1991.
28. Лиин Жак. Техника кроя./ Ростов-на-Дону: Издательство Ростовского университета, 1991.
29. Л.В. Иванова, Г.А. Иванова, Л.П. Полтораки. Лоскуты в дело: Книга для детей и родителей./ Запорожье, МП «Берегиня», 1991.
30. О.Н. Емельянова. Нашим детям./ Москва: Легпромбытиздат, 1993.
31. Корякина О.И. Корякина Т.Н. Холостова Е.И., Дементьева Н.Ф. Социальная реабилитация. Учебное пособие. 2-е изд. - М: Издательско-торговая корпорация «Дашков и Ко», 2003 -340с.
32. Лечебная физкультура и спортивная медицина № 1 (109) 2013.
33. Лечебная физкультура и спортивная медицина № 2 (110) 2013.
34. Лечебная физкультура и спортивная медицина № 3 (111) 2013.
35. Лечебная физкультура и спортивная медицина № 4 (112) 2013.
36. Лечебная физкультура и спортивная медицина № 5 (113) 2013.
37. Лечебная физкультура и спортивная медицина № 6 (114) 2013.
38. Гуревич И. А. 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки.- 2-е издание, переработано и дополнено – Минск: Высшая школа, 1980.- 256 с., ил.
39. Епифанов В. А., Мошков В. Н., Антуфьева Р. И. и др. Лечебная физическая культура: Справочник. Под редакцией В. А. Епифанова. – Москва: Медицина, 1987. – 528 с., ил.
40. Доктор Чарли Коан Победить боль в спине – Москва: ЗАО «Покупки на дом», 2000. – 268 с., ил.
41. Кузьмичева О. А. Методическое пособие ТОНУС «Развитие и восстановление двигательной функции методом функционального биоуправления», - Санкт-Петербург: НПФ «Амалтея».

#### **Дополнительная**

42. Подборка журналов «ЛЕНА РУКОДЕЛИЕ»./ ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА». 2013, 2014, 2015 г.
43. Подборка журналов «ТОЛОКА, ДЕЛАЕМ САМИ»./ ООО «Издательский дом «Толока», № 6 март 2013, № 7, 8 апрель 2013, № 9, 10 май 2013.
44. Подборка журналов «ДИАНА КРЕАТИВ»./ ЗАО «ЭДИПРЕСС-

- КОНЛИГА». № 2, 3, 6,7 за 2013 г.
45. Журнал «Адаптивная физическая культура» № 2 (50), 2012.
46. Журнал Shape/июль 2011 – статья «Упражнения месяца».
47. Социальное обслуживание № 9, 2013. – «Физкультурно-оздоровительная работа в реабилитационном центре для лиц с умственной отсталостью».
48. Методический материал «Оборудование для тренинга с биологической обратной связью (БОС).
49. Сметанкин А. А., Вартанова Т. С. И др., Общие вопросы применения метода БОС. – СПб.: ЗАО «Биосвязь», 2008.
50. «Семейный социально-реабилитационный центр: образовательные программы» Сборник методических и учебных материалов / Под. ред. Я. В. Власова. - Самара, 2014. – 120 с.

### Интернет-источники

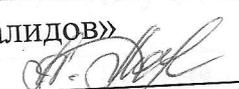
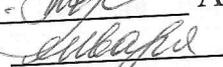
51. [http://pensionerka.spb.ru/kompyuternye\\_uroki/kompyuternye\\_uroki.shtml](http://pensionerka.spb.ru/kompyuternye_uroki/kompyuternye_uroki.shtml)  
Простые компьютерные уроки для пожилых.
52. <http://pddmaster.ru/poleznye-sovety/portal-gosudarstvennyx-uslug-chast-1-podgotovka-k-registracii-na-portale-gosuslugi.html> Портал государственных услуг. Подготовка к регистрации на портале госуслуги.
53. <http://registratura96.ru/#!/help/#!/> Алгоритм записи на прием к врачу при помощи «Электронной регистратуры»
54. <http://www.syl.ru/article/112337/kak-polzovatsya-skaypom-instruktsiya-dlya-novichkov> Как пользоваться Скайпом: инструкция для новичков.
55. [http://cbkg.ru/articles/kak\\_polzovatsja\\_sistemojj\\_sberbank\\_onlajjn\\_podrobnaja\\_instrukcija.html](http://cbkg.ru/articles/kak_polzovatsja_sistemojj_sberbank_onlajjn_podrobnaja_instrukcija.html) Как пользоваться системой "Сбербанк Онлайн"?  
Подробная инструкция
56. <http://bibliofond.ru/view.aspx?id=585334>  
Трудоустройство и профессиональное обучение инвалидов.
57. <http://www.adminlenposel.ru>- официальный сайт Ленинградского сельского поселения
58. <http://yurii.ru> Комплексная реабилитация инвалидов
59. <http://window.edu.ru> –электронная библиотека учебных и методических материалов
60. <http://www.leningradskaya.org> –муниципальное образование Ленинградский район
61. <http://www.adminlenkub.ru>- персональный сайт МО
62. <https://books.google.ru> Басов «Социальная работа с инвалидами»
63. <http://aldebaran.ru> «Социальная адаптация»
64. <http://studentam.net/content/view/50/12/> «Основы реабилитации инвалидов»
65. [http://www.czs.ael.ru/Poleznie\\_soveti/Poisk\\_raboti.aspx](http://www.czs.ael.ru/Poleznie_soveti/Poisk_raboti.aspx)  
Способы поиска работы

66. [www.stiraz.ru](http://www.stiraz.ru) – Становление и развитие физической культуры и спорта инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата.
67. <http://paralife.narod.ru/lfis.htm> – Специальные физические упражнения для реабилитации, лечения и профилактики заболеваний.
68. <http://womanadvice.ru> – Упражнения для плечевого пояса.
69. [www.rostmaster.ru](http://www.rostmaster.ru) – Физические упражнения при нарушении опорно-двигательного аппарата.
70. <http://constructorus.ru/zdorovie/tehniki-dyxaniya-i-dyxatelnye-uprazhneniya.html> - Техники дыхания и дыхательные упражнения.
71. <http://in-yan.narod.ru/immortal/texts/joga/kundalini/main.htm> - Практика Кундалини йоги.
72. [http://amaltea-spb.com/index.php?route=product/category&path=75\\_79](http://amaltea-spb.com/index.php?route=product/category&path=75_79) – Комплекс БОС «Тонус».
73. <http://neurotech.ru/article.aspx?article=5> – Тренинг нарушенных функций мышц миографическим методом биологической обратной связи (БОС).
74. <http://www.zdravur.ru/faq-praktika/znachenie-dihaniya-dlya-zhiznedeyatelnosti-organizma/> - Значение дыхания для жизнедеятельности человека.
75. <http://двойкам-нет.рф/значение-дыхания/> - Значение дыхания.
76. <http://blgy.ru/biology8p/breathing> - Дыхание и его значение. Органы дыхания.
77. <http://www.alegri.ru/zdorove/gimnastika/dyhatelnaja-gimnastika-uprazhnenija.html> - Дыхательная гимнастика. Упражнения.
78. <http://domashniy-medic.ru/uprazhneniya-dlya-uluchsheniya-nosovogo-dyxaniya> - Упражнения для улучшения носового дыхания.
79. <http://ebooks.grsu.by/bogurin/primernye-uprazhneniya-dlya-razvitiya-nosovogo-dykhaniya.htm> - Примерные упражнения для развития носового дыхания.
80. <http://tvoyaizuminka.ru/zdorove/sport-i-zdorovie/kompleks-uprazhneniy-dyhatelnoy-gimnastiki-i-ochistitelnoe-dyhanie-yogov/> - Комплекс упражнений дыхательной гимнастики и очистительное дыхание йогов.
81. <http://mypozvonok.ru/shejnyj-otdel-pozvonochnika/lechenie-osteoxondroza-shejnogo-otdela-pozvonochnika/ukreplenie-myshc-shei-pri-osteoxondroze.html> - Упражнения для укрепления мышц шеи.
82. [http://studopedia.ru/11\\_184088\\_uprazhneniya-dlya-ukrepleniya-mishts-sheynogo-otdela-pozvonochnika.html](http://studopedia.ru/11_184088_uprazhneniya-dlya-ukrepleniya-mishts-sheynogo-otdela-pozvonochnika.html) - Упражнения мышц для укрепления шейного отдела позвоночника.
83. <http://sustaf.ru/uprazhneniya-dlya-plechevogo-sustava.html> - Упражнения для плечевого пояса.
84. <http://tvoisustavy.ru/uprazhneniya-dlya-ukrepleniya-plechevogo-sustava.html> - Упражнения для укрепления плечевого сустава.
85. <http://medkarta.com/?cat=article&id=24136> – Укрепление опорно-двигательного аппарата.
86. <http://www.rostmaster.ru/lib/treat/treat-0105.shtml> - Физические упражнения при нарушении опорно-двигательного аппарата.

87. <http://www.okbody.ru/content/20-fitness/159-uprazhneniya-dlya-razvitiya-gibkosti.html> - Упражнения для развития гибкости.
88. <http://bodybestclub.com/uprazhneniya-na-silu/uprazhneniya-fitness/dlya-razvitiya-gibkosti.html> - Комплекс упражнений для развития гибкости.
89. <http://fizkultura-na5.ru/kompleksy-oru/kompleks-uprazhnenij-dlya-razvitiya-vynoslivosti.html> - Комплекс упражнений для развития выносливости.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора  
ГКУ СО КК «Ленинградский  
комплексный центр реабилитации  
инвалидов»

 А.М. Лазько  
« 9 »  2019г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКУ СО КК  
«Ленинградский комплексный  
центр реабилитации инвалидов»  
 И.А. Тесля  
2019г.



Календарно-тематический план  
дополнительной общеразвивающей комплексной  
программы реабилитации инвалидов  
«Поверь в себя»

№ п/п		Название модулей, разделов и тем	Кол-во часов		
Модуль/ Раздел/ тема	Дата проведения		Всего	Теоре- тические занятия	Практи- ческие занятия
		<b>1. Модуль «Мир ваших возможностей»</b>	<b>30</b>	<b>14</b>	<b>16</b>
<b>1.1</b>	<b>Раздел «Ознакомление с инфраструктурой поселения»</b>		<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>
1.1.1.		Инфраструктура Ленинградского сельского поселения	1	1	-
1.1.2.		Ознакомительные экскурсии	8	-	8
<b>1.2.</b>	<b>Раздел «Адаптивное обучение пользованию инфраструктурой поселения»</b>		<b>11</b>	<b>9</b>	<b>2</b>
1.2.1.		Пользование услугами учреждений здравоохранения	2	1	1
1.2.2.		Пользование услугами жилищно-коммунального хозяйства	1	1	-
1.2.3.		Пользование услугами учреждений бытового обслуживания	1	1	-
1.2.4.		Пользование услугами учреждений культуры	1	1	-
1.2.5.		Пользование услугами учреждений физкультуры и спорта	1	-	1
1.2.6.		Пользование услугами учреждений системы образования	1	1	-
1.2.7.		Пользование услугами общественных организаций инвалидов	1	1	-
1.2.8.		Пользование услугами государственных	1	1	-

		служб			
1.2.9.		Безопасность на дорогах	1	1	-
1.2.10.		Правила поведения в общественном месте	1	1	-
<b>1.3.</b>	<b><i>Раздел «Обучение навыкам персонального ухода»</i></b>		<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
1.3.1.		Личная гигиена	1	-	1
1.3.2.		Уход за одеждой	2	1	1
<b>1.4.</b>	<b><i>Раздел «Обучение технике и методическим приема самообслуживания»</i></b>		<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
1.4.1.		Самообслуживание	1	1	-
1.4.2.		Бытовая техника	1	-	1
1.4.3.		Столовый этикет	1	-	1
<b>1.5.</b>	<b><i>Раздел «Технические средства реабилитации»</i></b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
1.5.1.		Технические средства реабилитации при передвижении	1	-	1
1.5.2.		Организация кухонного пространства	1	1	-
1.5.3.		Организация пространства в ванной	1	1	-
1.5.4.		Стенд для отработки бытовых навыков	1	-	1
<b>2. Модуль «Труд – согревающий душу»</b>			<b>18</b>	<b>5</b>	<b>13</b>
<b>2.1</b>	<b><i>Раздел «Бумажная карусель»</i></b>		<b>11</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
2.1.1.		Силуэтное вырезание. Изготовление композиций в технике киригами	1	1	-
2.1.2.		Бабочки на лугу	1	-	1
2.1.3.		Лошадь	1	-	1
2.1.4.		Домик в деревне	1	-	1
2.1.5.		Модульное оригами. Техника складывания треугольников	1	1	1
2.1.6.		Тюльпаны	1	-	1
2.1.7.		Красота лебедя	1	-	1
2.1.8.		Клубничка	1	-	1
2.1.9.		Газетные трубочки. Плетение из газет	1	1	-
2.1.10.		Рамки для фото	1	-	1
2.1.11.		Ваза	1	-	1
<b>2.2.</b>	<b><i>Раздел «Калейдоскоп фантазий»</i></b>		<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
2.2.1.		Канзаши. Возникновение канзаши	1	1	1
2.2.2.		Брошь из лепестков канзаши	1	-	1
2.2.3.		Цветы	1	-	1
<b>2.3.</b>	<b><i>Раздел «Радуга увлечений»</i></b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
2.3.1.		Бисероплетение. Плетение на проволоке	1	1	1
2.3.2.		Плетение цветов	1	-	1
2.3.3.		Плетение деревьев	1	-	1
2.3.4.		Оплетение бисером основы	1	-	1

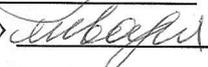
<b>3. Модуль «Мир спорта»</b>			<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
<b>3.1.</b>	<b><i>Раздел «Дыхание и потребление кислорода»</i></b>		<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
3.1.1.		Дыхание, его виды и роль в жизнедеятельности организма человека	1	-	1
3.1.2.		Профилактика заболеваний органов дыхания с применением аппаратного комплекса БОС	1	-	1
3.1.3.		Освоение носового и смешанного дыхания	1	-	1
<b>3.2.</b>	<b><i>Раздел «Работа с шейным отделом»</i></b>		<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
3.2.1.		Упражнения для разработки шейного отдела с применением технологии функционального биоуправления	1	-	1
3.2.2.		Упражнения для укрепления шейного отдела	1	-	1
3.2.3.		Работа с шейным тренажером	1	-	1
<b>3.3.</b>	<b><i>Раздел «Плечевой пояс»</i></b>		<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
3.3.1.		Упражнения для разработки плечевого пояса	1	-	1
3.3.2.		Восстановление движений в плечевом суставе с помощью ФБУ БОС	1	-	1
3.3.3.		Упражнения при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей	1	-	1
<b>3.4.</b>	<b><i>Раздел «Работа со спиной»</i></b>		<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
3.4.1.		Упражнения для укрепления мышц спины	1	-	1
3.4.2.		Оздоровительная гимнастика при болях в позвоночнике	1	-	1
3.4.3.		Упражнения для уменьшения болей при остеохондрозе позвоночника	1	-	1
3.4.4.		Физические упражнения на фитболах при нарушении осанки	1	-	1
<b>3.5.</b>	<b><i>Раздел «Опорно-двигательный аппарат»</i></b>		<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
3.5.1.		Восстановление движений в коленном суставе с помощью БОС	1	-	1
3.5.2.		Упражнения для укрепления опорно-двигательного аппарата	1	-	1
3.5.3.		Восстановление движений в голеностопном суставе с помощью сеанса ФБУ	1	-	1
<b>3.6</b>	<b><i>Раздел «Общее укрепление и развитие»</i></b>		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
3.6.1		Упражнения на развитие гибкости	1	-	1
3.6.2.		Упражнения на развитие выносливости	1	-	1

<b>4. Модуль «Школа компьютерной грамотности»</b>			<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>
4.1.		Теоретические основы работы на компьютере	1	1	-
4.2.		Элементы взаимодействия пользователя с компьютером	1	1	-
4.3.		Ввод, редактирование и форматирование текста	1	-	1
4.4.		Создание таблиц	1	-	1
4.5.		Вставка изображений в документ	1	-	1
4.6.		Приложения Microsoft	1	1	-
4.7.		Создание мультимедийных презентаций	1	-	1
4.8.		Виды компьютерных вирусов, антивирусные программы	1	1	-
4.9.		Всемирная сеть «Интернет»	1	1	-
4.10.		Электронная почта	1	-	1
4.11.		Социальные сети	1	-	1
4.12.		Пользование порталом электронных услуг государственных органов власти	1	-	1
4.13.		Современные электронные банковские услуги	1	-	1
4.14.		Пополнение баланса мобильного телефона при помощи банковской карты	1	-	1
4.15.		Пользование личным кабинетом абонента ОАО «Кубаньэнергосбыт» на сайте компании	1	-	1
4.16.		Запись на приём в поликлинику через интернет	1	-	1
4.17.		Пользование программой Скайп	1	-	1
4.18.		Основы информационной и личной безопасности	1	1	-
<b>5. Модуль «Все грани творчества»</b>			<b>18</b>	<b>5</b>	<b>13</b>
<b>5.1.</b>	<b><i>Раздел «Художественное выжигание по дереву»</i></b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
5.1.1.		История появления и развития художественного выжигания по дереву. Инструменты и приспособления для выполнения работ по выжиганию	1	1	-
5.1.2.		Техника выжигания. Силуэт	1	-	1
5.1.3.		Техника выжигания. Бордюры	1	-	1
5.1.4.		Декорирование изделий художественным выжиганием	1	-	1
<b>5.2.</b>	<b><i>Раздел «Работа с гипсом»</i></b>		<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>

5.2.1.		Гипс. Барельеф. Забавные фигурки	1	-	1
5.2.2.		Работа с барельефом, изготовление подарочного магнита	1	-	1
5.2.3.		Роспись по гипсу	1	-	1
5.2.4.		Цветочный барельеф из гипса	1	-	1
<b>5.3.</b>	<b><i>Раздел «Техника лоскутного шитья»</i></b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
5.3.1.		Волшебные свойства лоскутной техники	1	1	-
5.3.2.		Основы цветовой грамоты	1	1	-
5.3.3.		Технологические основы лоскутного шитья	1	-	1
5.3.4.		Техники лоскутного шитья	1		1
<b>5.4.</b>	<b><i>Раздел «Декорирование, ремонт одежды и предметов быта»</i></b>		<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
5.4.1.		Делаем одежду оригинальной. Декор вещей своими руками	1	1	-
5.4.2.		Виды ручных декоративных швов	1	-	1
5.4.3.		Украшения своими руками	1	-	1
5.4.4.		Как заставить одежду подрасти вместе с вами?	1	-	1
<b>5.5.</b>	<b><i>Раздел «Отделка на ткани. Техника «Буфы»</i></b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
5.5.1.		Разновидности «Буф»	1	1	
5.5.2.		Технологическая последовательность сборки ручных «Буф»	1	-	1
<b>ИТОГО:</b>			<b>120</b>	<b>30</b>	<b>72</b>

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора  
ГКУ СО КК «Ленинградский  
комплексный центр реабилитации  
инвалидов»

  
А.М. Лазыко  
« 9 »  2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКУ СО КК  
«Ленинградский комплексный  
центр реабилитации инвалидов»

  
И.А. Тесля  
2019 г.



Учебный план  
дополнительной общеразвивающей комплексной  
программы реабилитации инвалидов  
«Поверь в себя»

№ /п	Название модулей	Кол-во часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Мир ваших возможностей	30	14	16
2.	Труд – согревающий душу	18	5	13
3.	Мир спорта	18	-	18
4.	Школа компьютерной грамотности	18	6	12
5.	Все грани творчества	18	5	13
<b>Всего:</b>		<b>102</b>	<b>30</b>	<b>72</b>

НИЯ  
ИДОВ»

БЫЙ  
ДОВ»  
ЕСЛЯ  
19г.

енко,  
стуре  
дагог