Областное государственное бюджетное учреждение

«Биробиджанский психоневрологический интернат»

|  |  |
| --- | --- |
|  |  УТВЕРЖДАЮДиректор областного государственного бюджетного учреждения «Биробиджанский психоневрологический интернат»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Н. Ежеля«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024 г.  |

РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ПРОГРАММА

**«Здоровье на кончиках пальцев»**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Программа «Здоровье на кончиках пальцев» предназначена для пожилых получателей услуг учреждения с ограниченными возможностями здоровья. Учёными доказано, что мелкая моторика пальцев рук влияет на развитие памяти, внимания, мышления и речи. Простые движения рук способствуют снятию умственной усталости. Такого рода гимнастика задействует сразу несколько систем – нервную, мышечную, костную, а также зрительную.

Уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Если развитие движений пальцев соответствует норме, то и речевое развитие находится в пределах нормы; если движения пальцев нарушено, то нарушается и речь, хотя общая моторика при этом может быть нормальной. Речь совершенствуется под влиянием кинетических импульсов от рук, точнее - от пальцев. Обычно люди, имеющие высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у них достаточно развиты память, внимание, связная речь. То есть благотворное движение пальцев рук влияет не только на развитие речи, но и на другие психические процессы. В Японии, например, тренировка пальцев рук проводится в детском саду с двухлетнего возраста, так как, по мнению специалистов, это стимулирует умственное развитие, а в японских семьях пальчики развивают с одного года.

Практически у всех людей, перенёсших данные заболевания, часто затруднены дифференцированные движения рук и пальцев, они не соизмеряют усилий при действиях с предметами (сильно сжимают, роняют, темп выполнения упражнений замедлен, пальцы малоподвижны, движения неточны).

 Пораженную руку инвалида можно и необходимо развивать. Основным средством развития мелкой моторики являются специальные упражнения.

 Вследствие развития связей стимуляции нейрорецепторное пальцев рук по механизму обратной связи, улучшится кровообращение (питание) нервов, сосудов, мышц больной конечности. Увеличится объем движения в суставах пальцев рук, формируется хватательный рефлекс. В процессе восстанавливаются навыки и интерес, изменяются личностные установки, возникает более оптимистическое восприятие себя и других, позволяет организовать общественно-полезную совместную деятельность, облегчая при этом взаимоотношения между людьми, снимая состояние напряженности и беспокойства, переживания.

 В данной ситуации особенно актуальным будет использование в реабилитационной деятельности комплекс специальных упражнений, направленных на развитие мелкой моторики пальцев рук, поэтому реализация мероприятий программы будет актуальна.

**Цель и задачи программы.**

**Цель:** создание условий для поддержания навыков к самообслуживанию у граждан пожилого возраста и инвалидов, посредством оздоровительных мероприятий, направленных на восстановление объема движений верхних конечностей.

 Для достижения поставленной цели **задачами** данной программы являются:

* разработать комплекс оздоровительных мероприятий, способствующий восстановлению подвижности верхних конечностей у граждан пожилого возраста и инвалидов, с использованием методик, развивающих мелкую моторику пальцев рук: пальчиковая гимнастика, мудры, крупотерапия, а также применения специализированных массажеров;
* организовать и провести мероприятия с гражданами пожилого возраста, инвалидами, направленными на восстановление объема движений верхних конечностей, (в соответствии с разработанным комплексом);
* способствовать активизации граждан пожилого возраста и инвалидов к участию в трудовой деятельности, снижение уровня зависимости от посторонней помощи;
* создать условия оздоровительных мероприятий на дому, путем обучения социальных работников специализированного отделения социально-медицинского обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов методам и формам трудотерапии.

**Этапы реализации программы**

 Программа «Здоровье на кончиках пальцев» рассчитана на 1 год.

 **1 этап – подготовительный.** Срок реализации – январь 2011 года.

 Цель: изучение уровня социально-трудовых навыков, желания заниматься оздоровлением, проведение диагностических исследований.

 **2 этап – основной, социально-педагогический.** Срок реализации февраль-ноябрь 2011года.

 Цель: знакомство с методами оздоровлении: пальчиковой гимнастикой, крупотерапией и другими. Занятия на специальных тренажерах, знакомство с новыми методами оздоровительных мероприятий.

Обучение социальных работников формам и методам трудотерапии.

 **3 этап – заключительный.** Срок реализации – декабрь 2011 года.

 Цель: диагностика, подведение итогов, анализ внедрения программы.

 **Подготовительный этап** – проведение диагностических исследований, анкетирование с целью выявления социально-трудовых навыков. С целью информирования и знакомства граждан пожилого возраста и инвалидов с новыми методиками развития мелкой моторики больных конечностей планируется разработка памяток по социально-трудовой реабилитации.

 **Основной этап** – в процессе работы на занятиях инвалиды и граждане пожилого возраста знакомятся с методиками выполнения различных специальных упражнений, развивающих и восстанавливающих моторику конечностей. Особое значение уделяется развитию мелкой моторики пальцев больной конечности. Изучают технику выполнения пальчиковой гимнастики.

 Проводятся беседы, консультации. Используется демонстрационный материал и специальные тренажеры.

 Проводится обучение социальных работников специализированного отделения социально-медицинского обслуживания на дому граждан пожилого возраста и инвалидов, согласно разработанному плану.

 **Заключительный этап** – проведение диагностических исследований с целью определения полученных умений.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Массажёры** | **Оборудование** | **Материалы** |
| «Су-Джок» | Стенд «Шнуровка» | Крупа разных размеров |
| «Магнитный аппликатор» | Стенд «Косичка» | Краски акварельные, кисточки, бумага для рисования |
| «Кристалл» | Стенд «Пуговицы» | Бисер, стеклярус, бусы разных размеров. |
| «Волшебный валик» | Бутылки с холодной водой |  |
| «Ляпкина» |  |  |

 Реализация программы «Здоровье на кончиках пальцев» предполагает достижение качественных результатов:

1. В процессе работы ожидается положительная динамика в социально-личностном развитии у граждан пожилого возраста и инвалидов через освоение предложенного материала.
2. Сформируются и закрепятся социально-трудовые навыки, повысится самооценка.
3. Улучшаются двигательные функции верхних конечностей, функции передвижения.
4. Улучшается речь, память, внимание.
5. Восстановятся утраченных навыков самообслуживания

**Рабочий план реализации программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Сроки реализации |
| **1** | **Подготовительный.** |  |
| 1.1 | Анкетирование. Диагностические обследования. | Ежемесячно. |
| 1.2 | Создание практических пособий для подготовки к занятиям | Ежемесячно  |
| 1.3 | Разработка и написание тематических бесед, памяток. | Ежемесячно |
| **2** | **Основной.** |  |
| 2.1 | Групповые занятия  | Ежемесячно |
| 2.2 | Индивидуальные занятия. | Ежемесячно |
| 2.3 | Беседа « Влияние занятий крупотерапией на речь». | Февраль  |
| 2.4 | Беседа «Пальчиковая гимнастика». | Март  |
| 2.5 | Беседа « Метод оздоровления « Су-Джок» | Апрель  |
| 2.6 | Беседа «Восточная гимнастика для кистей рук (шиацу)». | Май |
| 2.7 | Беседа «Упражнения с использованием массажера «Волшебный валик». | Июнь |
| 2.8 | Беседа «Оздоровительные упражнения с использованием массажера «Ляпкина». | Июль |
| 2.9 | Беседа «Влияние мелкой моторики на улучшение памяти». | Август |
| 2.10 | Беседа « Что такое крупная моторика» | Сентябрь |
| 2.11 | Беседа «Оздоровительные упражнения на тренировочном стенде». | Октябрь |
| 2.12 | Беседа «Новые методики для развития мелкой моторики. Их влияние на оздоровление организма. | Ноябрь |
| 2.13 | Беседа «Бытовая реадаптация». | Декабрь |
| 2.14 | Обучение социальных работников в рамках клуба «Бабушкин сундучок». | Апрель-ноябрь |
| 2.15 | Обучение технологии «Модульное оригами». | Апрель |
| 2.16 | Обучение технологии изготовления картин из шелковых лент «Волшебная лента». | Июль |
| 2.17 | Обучение технологии изготовления сувениров «Декоративные подушечки». | Октябрь |
| 2.18 | Обучение смешанной технологии изготовления сувениров «Новогодний символ 2012». | Ноябрь |
| **3** | **Заключительный.** |  |
| 3.1 | Анкетирование. Диагностические обследования. | Ежемесячно |
| 3.2 | Подведение итогов реализации подпрограммы, анализ. | Декабрь  |