



Министерство образования Омской области  
бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Омской области  
«Омский педагогический колледж № 1»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**  
**по созданию условий для адаптации**  
**обучающихся с ограниченными возможностями**  
**здоровья, инвалидностью в процессе получения**  
**профессионального образования**

Омск, 2025 г.



ОДОБРЕНО

Протокол заседания научно-

методического совета № 2

от «10» декабря 2025 г.

Методические рекомендации по созданию условий для адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидностью в процессе получения профессионального образования/ Е.В. Колпакова, Т.Е. Щербо, Ю.П. Баранникова, М.В. Глазачева. – БПОУ «Омский педагогический колледж № 1», 2025 г. - 63 с.

Данные рекомендации предназначены для оказания методической поддержки преподавателям, педагогам-психологам, социальным педагогам и иным педагогическим работникам, реализующим воспитательную деятельность в образовательных организаций по вопросам обеспечения успешной социализации и адаптации обучающихся с особыми образовательными потребностями.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

ТЕРМИНЫ, ОПРЕДЕЛЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ	4
ВВЕДЕНИЕ	6
НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ ОСНОВА ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ	23
МЕТОДЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ	29
ОПЫТ БПОУ «ОПК №1» ПО СОЗДАНИЮ УСЛОВИЙ ДЛЯ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	59
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	63

## **ТЕРМИНЫ, ОПРЕДЕЛЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ**

**Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья** (далее – обучающийся с ОВЗ) – физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медикопедагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

**Инвалид** – (далее - обучающийся с инвалидностью) – это лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты.

**Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида (ИПРА)** – это комплекс мер по реабилитации инвалида (ребенка-инвалида), который разрабатывается при проведении медико-социальной экспертизы гражданина, исходя из комплексной оценки ограничений жизнедеятельности, реабилитационного потенциала на основе анализа его клинико-функциональных, социально-бытовых, профессионально-трудовых и психологических данных и утверждается руководителем бюро медико-социальной экспертизы (МСЭ).

**Заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК)** – это документ установленного образца, содержащий рекомендации родителям и педагогам об условиях организации обучения: по какой программе может обучаться ребенок (общеобразовательной или адаптированной), нужны ли ребенку специальные условия для обучения, в том числе дополнительные коррекционные занятия (с педагогом, логопедом, дефектологом, психологом), медицинское наблюдение. Заключение ПМПК является основанием для создания образовательной организацией специальных условий для обучающегося, определение специальных образовательных потребностей и условий, обеспечивающих развитие,

получение образования, адаптацию, интеграцию в социуме обучающихся с нарушениями в развитии.

## **ВВЕДЕНИЕ**

Современная система профессионального образования стоит перед стратегической задачей создания подлинно инклюзивной среды, гарантирующей равные возможности для всех обучающихся. Особую актуальность приобретает вопрос комплексной социально-психологической адаптации, интеграции и профессионального становления студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью. Актуальность данной проблемы обусловлена конвергенцией правовых, социально-гуманистических и экономических факторов. С одной стороны, она диктуется необходимостью безусловного выполнения норм международного права (Конвенция ООН о правах инвалидов) и российского законодательства (ФЗ «Об образовании в РФ»), закрепляющих право на инклюзивное образование. С другой — отражает растущий социальный запрос со стороны абитуриентов с ОВЗ и их семей, а также общую гуманизацию общественных отношений, направленную на преодоление дискриминации и стигматизации.

На личностном уровне успешная адаптация является критическим условием для преодоления рисков «социального выпадения», формирования устойчивой профессиональной идентичности и раскрытия потенциала каждого студента. Экономически это инвестиция в человеческий капитал, способствующая переходу выпускников к активному участию в трудовой жизни и развитию конкурентоспособности образовательной организации. Однако современная практика зачастую сталкивается с фрагментарностью мер поддержки и недостаточной готовностью педагогического сообщества, что требует выработки целостного, системного подхода.

Целью настоящей работы является создание комплексной, безбарьерной образовательной среды, обеспечивающей успешную социально-психологическую адаптацию, интеграцию и профессиональное становление обучающихся с ОВЗ и инвалидностью. Цель создания данных методических

рекомендаций: Создание комплексной, без барьерной образовательной среды, обеспечивающей успешную социально-психологическую адаптацию, интеграцию и профессиональное становление обучающихся с ОВЗ и инвалидностью.

Достижение этой цели предполагает решение следующих ключевых задач: формирование толерантной социокультурной среды; обеспечение непрерывного психолого-педагогического сопровождения; развитие личностных ресурсов и социальных навыков у обучающихся; гарантирование физической и информационной доступности.

Задачи создания данных методических рекомендаций:

- Сформировать толерантную социокультурную инклюзивную среду в образовательной организации.
- Обеспечить психолого-педагогическое сопровождение на всех этапах обучения.
- Развить у обучающихся с инвалидностью и/или ОВЗ личностные ресурсы, компенсаторные механизмы и социальные навыки.
- Обеспечить доступность физической и информационной среды.

Реализация поставленных задач базируется на основополагающих принципах: индивидуализации, учитывающей уникальные особенности и потребности каждого; доступности всех ресурсов организации; инклюзивности, обеспечивающей чувство принадлежности; преемственности сопровождения на всех этапах образовательного пути; междисциплинарном взаимодействии специалистов.

Механизмы реализации структурированы по пяти взаимосвязанным направлениям: организационно-управленческое (создание нормативной базы, координационного центра и индивидуальных планов); психолого-педагогическое сопровождение (диагностика, коррекционно-развивающая и консультативная работа); адаптация образовательного процесса (материалов, методов и контроля); социально-средовая адаптация (формирование

инклюзивной культуры создание безбарьерной архитектурной и информационной среды.

Ожидаемыми результатами являются, для обучающегося — снижение тревожности, повышение самооценки и мотивации, успешная социальная интеграция и профессиональная готовность; для образовательной организации — формирование комфортной инклюзивной среды, повышение качества услуг и позитивного имиджа. Эффективность системы будет оцениваться через регулярный мониторинг академических, психологических и социальных показателей.

Предлагаемый подход носит рамочный характер и может быть адаптирован к конкретным условиям образовательной организации. Его системный и непрерывный характер, основанный на уважении к личности и вере в потенциал каждого студента, призван обеспечить не только формальное, но и содержательное включение лиц с ОВЗ и инвалидностью в профессиональное и социальное пространство.

## **Принципы организации инклюзивной образовательной среды**

### **1. Принцип индивидуализации**

Этот принцип является краеугольным камнем всей системы сопровождения и отвергает унифицированный подход. Он предполагает глубокий, всесторонний учет уникальности каждого обучающегося с ОВЗ или инвалидностью для построения его личной образовательной и жизненной траектории.

#### **Конкретизация:**

• **Учет структуры нарушения:** Не ограничивается формальной нозологией (например, «нарушение слуха»), а требует понимания характера, степени и структуры дефекта, его влияния на познавательные процессы (восприятие, внимание, память, мышление) и моторные функции. Это определяет выбор специальных технических средств, методик и способов коммуникации.



• **Учет личностных особенностей:** Включает анализ эмоционально-волевой сферы (уровень тревожности, мотивации, самооценки), типа темперамента, коммуникативных навыков, интересов и увлечений студента. Это позволяет прогнозировать «зоны риска» в адаптации и выстраивать эффективную психологическую поддержку.

• **Учет образовательных потребностей:** Выявляется на основе заключения ПМПК, но детализируется в образовательной организации. Определяет необходимые адаптации учебных программ, методов преподавания и контроля, потребность в услугах тьютора, ассистента, логопеда или дефектолога.

• **Учет профессиональных устремлений:** Связывает процесс обучения с будущей карьерой. Помощь в адекватном выборе профессии с учетом ограничений по здоровью и компенсаторных возможностей, адаптация практик, развитие именно тех профессиональных и надпрофессиональных (soft) навыков, которые востребованы на целевых рабочих местах.

**Реализация:** Находит свое воплощение в **Индивидуальном плане адаптации и сопровождения (ИПАС)**, который является динамичным документом, корректируемым по мере развития студента.

## **2. Принцип доступности**

Этот принцип выходит далеко за рамки установки пандусов и требует обеспечения полноценного, беспрепятственного доступа ко всем благам и ресурсам образовательной организации на трех взаимосвязанных уровнях.

### **Конкретизация:**

• **Физическая (архитектурная) доступность:** Устранение барьеров в пространстве: адаптация входных групп, путей перемещения (лифты, подъемники, тактильные направляющие), учебных аудиторий, библиотек, столовых, санитарно-гигиенических помещений. Также включает обеспечение специализированным оборудованием и рабочими местами.

• **Информационная доступность:** Гарантия того, что вся ключевая информация (учебные материалы, расписания, нормативные документы,

объявления) представлена в форматах, доступных для восприятия всеми студентами. Это включает:

- Для лиц с нарушениями зрения: альтернативные форматы (аудио, электронные текстовые документы, рельефно-графические материалы), версия сайта для слабовидящих, экранные читалки.
- Для лиц с нарушениями слуха: субтитрование видеоресурсов, дублирование звуковой информации текстовой или визуальной, наличие сурдопереводчика.
- Для лиц с НОДА: доступность цифровых ресурсов, управляемых с помощью адаптированных интерфейсов.

**• Психологическая доступность (доступность коммуникации):** Важнейший, но часто упускаемый аспект. Предполагает создание атмосферы психологической безопасности, готовность педагогического состава и студентов к конструктивному взаимодействию. Это достигается через обучение сотрудников, формирование инклюзивной культуры в коллективе, где каждый чувствует, что может обратиться за помощью, высказать мнение и быть услышанным без страха стигматизации.

### **3. Принцип инклюзивности**

Это принцип, направленный на преобразование самой среды и коллектива, а не только на адаптацию к ней отдельного студента. Его цель — не просто физическое присутствие, а полноценное участие и ощущение принадлежности.

#### **Конкретизация:**

**• Социально-эмоциональное принятие:** Активная работа по формированию в студенческой и преподавательской среде культуры уважения к различиям, эмпатии и взаимопомощи. Искоренение буллинга, дискриминационных установок и предрассудков.

**• Академическая вовлеченность:** Проектирование учебного процесса таким образом, чтобы каждый студент мог участвовать в занятиях наравне с другими. Использование педагогических технологий (групповые проекты,

интерактивные методы), которые поощряют сотрудничество и естественным образом интегрируют всех участников.

• **Вовлеченность во внеучебную жизнь:** Создание условий и поощрение участия студентов с ОВЗ в научных обществах, творческих коллективах, спортивных секциях, волонтерских движениях и других мероприятиях, что является ключом к построению социальных связей и личностному развитию.

**Реализация:** Через «Уроки доброты», тренинги для студентов и педагогов, организацию инклюзивных мероприятий, поддержку волонтерских инициатив.

#### **4. Принцип преемственности**

Этот принцип обеспечивает целостность и непрерывность сопровождения, исключая ситуацию, когда поддержка оказывается эпизодически и фрагментарно.

##### **Конкретизация:**

##### • **Этапность:**

• **Довузовский этап (абитуриент):** Профориентация, консультации, помощь в выборе направления, взаимодействие с ПМПК.

• **Этап поступления и первичной адаптации:** Знакомство с организацией, первичная диагностика, разработка ИПАС, «навигация» по новой среде.

• **Основной этап обучения:** Непосредственная реализация ИПАС, регулярный мониторинг, корректировка плана, академическая и психологическая поддержка.

• **Этап завершения обучения и выпуска:** Подготовка к итоговой аттестации в специальных условиях, помощь в оформлении документов.

• **Постдипломный этап:** Содействие в трудоустройстве (взаимодействие с центрами занятости, работодателями), возможность постдипломного консультирования и поддержки выпускника.

- **Преемственность документации:** Информация и рекомендации, накопленные на каждом этапе (заключение ПМПК, данные диагностики, ИПАС), передаются и используются специалистами следующего этапа, что обеспечивает согласованность действий.

- **5. Принцип междисциплинарного взаимодействия (командности)**

Сложные задачи социально-психологической адаптации не могут быть решены одним специалистом. Этот принцип требует слаженной работы единой команды (консилиума), объединяющей компетенции разных областей.

**Конкретизация:**

- **Состав команды (ядро Психолого-педагогического консилиума — ППк):** Куратор/тьютор (координатор), педагог-психолог, социальный педагог, преподаватель (предметник), дефектолог/логопед (при необходимости), медицинский работник, представитель администрации.

- **Функции взаимодействия:**

- **Совместная диагностика:** Каждый специалист оценивает ситуацию со своей профессиональной позиции, что дает объемную картину.

- **Коллегиальная разработка и корректировка ИПАС:** План создается не психологом или тьютором в одиночку, а является продуктом консенсуса команды.

- **Регулярный обмен информацией:** Проведение плановых и внеплановых заседаний консилиума для обсуждения динамики студента, возникших трудностей и успехов.

- **Единый подход:** Все участники образовательного процесса действуют в рамках согласованной стратегии, что обеспечивает студенту предсказуемую и поддерживающую среду.

Таким образом, только совокупное и неразрывное соблюдение всех пяти принципов создает ту системную основу, которая позволяет преобразовать образовательную организацию в подлинно инклюзивное пространство для успешной реализации каждого обучающегося.

## **НАПРАВЛЕНИЕ 1: ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Это направление формирует нормативно-правовой и структурный фундамент всей инклюзивной системы. Без него работа будет носить хаотичный, ситуативный характер.

### **1. Создание нормативной базы**

• **Разработка и внедрение ключевых локальных нормативных актов (ЛНА):**

• **Положение об инклюзивном образовании (или о получении образования обучающимися с ОВЗ и инвалидностью):** Этот документ высшего уровня определяет философию, цели, принципы и общую архитектуру инклюзии в организации. Он закрепляет права обучающихся с ОВЗ, разграничивает ответственность подразделений, устанавливает порядок обращения за специальными условиями.

• **Положение о порядке создания специальных условий:** Конкретизирует механизмы реализации. Детально описывает процедуры: от подачи заявления и предоставления документов (закключение ПМПК, ИПРА) до формирования технического задания на адаптацию рабочего места, закупки оборудования, привлечения ассистента (помощника). Определяет источники финансирования.

• **Положение о психолого-педагогическом консилиуме (ППк):** Регламентирует работу главного координационного органа. Устанавливает состав, права и обязанности членов, периодичность заседаний (плановых и внеплановых), процедуру принятия решений, форму ведения протоколов. Закрепляет за консилиумом право разрабатывать и утверждать ИПАС.

• **Дополнительные ЛНА:** Могут включать Положение о тьюторском сопровождении, Положение об адаптации образовательных программ, Должностные инструкции с включением инклюзивных компетенций для педагогов и специалистов.

• **Включение в основную образовательную программу (ООП) раздела по адаптации:** В раздел ООП «Программа формирования условий для обучающихся с ОВЗ» (или аналогичный) вносятся конкретные механизмы:

• Перечень возможных адаптированных образовательных программ (АОП) или адаптационных модулей в рамках основных программ.

• Описание процедуры разработки и утверждения ИПАС как неотъемлемой части индивидуального учебного плана.

• Методические рекомендации по адаптации фондов оценочных средств, учебно-методических комплексов.

• План повышения квалификации ППС по вопросам инклюзии.

### **2. Формирование координационного центра (Психолого-педагогический консилиум - ППк)**



- **Состав и роли:**

- **Председатель (руководитель ППк):** Как правило, заместитель руководителя по учебно-воспитательной или научно-методической работе. Обеспечивает административный ресурс, принятие управленческих решений.

- **Куратор/координатор по инклюзии (может совпадать с тьютором):** «Проектный менеджер» по сопровождению конкретного студента или группы. Связующее звено между студентом, преподавателями, родителями и специалистами. Ведущая роль в организации процесса.

- **Педагог-психолог:** Проводит углубленную психологическую диагностику, осуществляет коррекционно-развивающую и консультативную работу, отслеживает эмоциональное состояние.

- **Социальный педагог:** Работает с социальным окружением, анализирует социально-бытовые условия, помогает в решении вопросов стипендиального обеспечения, соцзащиты, взаимодействует с родителями.

- **Учитель-дефектолог / логопед (при необходимости):** Проводит диагностику особенностей развития высших психических функций, дает рекомендации по специфике преподавания для конкретных нозологических групп, осуществляет коррекционные занятия.

- **Медицинский работник:** Консультирует по вопросам, связанным с состоянием здоровья, режимом нагрузок, особенностями приема медикаментов, взаимодействует с лечащими врачами.

- **Классный руководитель / староста группы / ведущий преподаватель:** Предоставляет информацию об академической успеваемости, поведении в группе, включенности в учебный процесс.

- **Функции ППк (цикл работы):**

1. **Первичная (входная) диагностика:** Комплексная оценка образовательных потребностей, психологического статуса и социальной ситуации студента на основе заключения ПМПК и собственных методов (наблюдение, беседа).

2. **Коллегиальная разработка ИПАС:** Совместное создание документа, объединяющего рекомендации всех специалистов.

3. **Утверждение и реализация ИПАС:** Официальное утверждение плана, распределение задач между исполнителями, информирование преподавательского состава.

4. **Регулярный мониторинг и промежуточная диагностика:** Проведение плановых заседаний (не реже 1 раза в семестр) для анализа динамики, успеваемости, психологического состояния. Внеплановые заседания — при возникновении кризисных ситуаций.

5. **Корректировка ИПАС:** Внесение изменений в план по результатам мониторинга.

6. **Консультирование педагогического коллектива:** ППк выступает как методический центр, проводящий семинары и индивидуальные консультации для преподавателей по вопросам работы со студентами с ОВЗ.

7. **Итоговая оценка и подготовка рекомендаций для выпуска/перевода.**

### 3. Разработка Индивидуального плана адаптации и сопровождения (ИПАС)

ИПАС — это «дорожная карта» сопровождения, живой рабочий документ.

• **Основания для разработки:** Заключение центральной/территориальной ПМПК (для определения специальных образовательных условий) + результаты первичной диагностики ППк организации (для учета личностного контекста).

#### • Структура и содержание ИПАС:

1. **Титульный лист:** Данные студента, группа, срок действия плана, состав ППк.

2. **Обоснование (сводное заключение ППк):** Краткая характеристика студента, сильные стороны, ключевые дефициты и образовательные потребности.

3. **Карта специальных образовательных потребностей:** Детализированный перечень необходимых условий по разделам:

- **Организационно-педагогические:** Увеличение времени на выполнение заданий, индивидуальный график консультаций, перерывы, особый режим посещений.

- **Технические средства реабилитации (ТСР):** Конкретный перечень необходимого оборудования (устройство для чтения, специализированная клавиатура, акустическая система и т.д.).

- **Адаптация учебных материалов:** Форматы предоставления материалов (шрифт, носитель), необходимость предварительного предоставления планов/конспектов.

- **Адаптация методов контроля:** Выбранные альтернативные формы (проект, устный ответ, портфолио) и специальные условия (увеличение времени, использование ТСР).

#### 4. **План психолого-педагогического сопровождения:**

- **Индивидуальная работа с психологом:** Цели, методы, периодичность встреч (напр.: «Снижение ситуативной тревожности. Методы КПТ. 1 раз в неделю»).

- **Работа с дефектологом/логопедом:** Коррекционные задачи.

- **Тьюторское сопровождение:** Конкретные задачи тьютора (помощь в организации дня, составлении конспектов, налаживании контактов), график взаимодействия.

5. **Социально-средовой раздел:** План мероприятий по включению студента в жизнь группы (поручения, участие в мероприятиях), работа с волонтерами.

6. **Профессионально-ориентационный раздел:** Рекомендации по выбору тем курсовых/дипломных работ, план прохождения практики с учетом особенностей здоровья.

7. **Лист контроля и мониторинга:** Таблица с показателями (успеваемость, посещаемость, психологическое состояние) и графами для отметок о выполнении. Подписи ответственных исполнителей и родителей (согласие).

## **НАПРАВЛЕНИЕ 2: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ**

Это направление обеспечивает содержательную, процессуальную работу со всеми участниками образовательных отношений.

### **1. Диагностический этап (многоуровневый и динамичный)**

- **Цель:** Создание целостного психологического портрета для выявления ресурсов и «зон риска», прогнозирования трудностей адаптации.

- **Содержание диагностики:**

- **Эмоционально-личностная сфера:** Уровень тревожности (личностной и ситуативной – опросник Спилбергера-Ханина), особенности самооценки (методика Дембо-Рубинштейн, СОР), наличие страхов, депрессивных симптомов.

- **Мотивационно-волевая сфера:** Уровень учебной и профессиональной мотивации, целеполагание, познавательный интерес.

- **Коммуникативная сфера:** Навыки вербального и невербального общения, уровень конфликтности, социометрический статус в группе (наблюдение, социометрия).

- **Познавательная сфера (при необходимости):** Особенности внимания, памяти, мышления (диагностика проводится дефектологом или психологом со специальной подготовкой).

- **Методы:** Комплексное использование:

- **Стандартизированные методики** (опросники, тесты) для объективной оценки.

- **Проективные методики** (рисунок, неоконченные предложения) для диагностики глубинных переживаний.

- **Наблюдение** (в аудитории, на перемене, в неформальной обстановке).

- **Беседа** (интервью) со студентом, его родителями, педагогами.

- **Анализ продуктов деятельности** (конспекты, творческие работы).

### **2. Коррекционно-развивающая работа**

- **Индивидуальная форма:**

- **Фокус:** Глубинная проработка личностных проблем: работа с травматическим опытом, коррекция иррациональных убеждений («я ни на что не способен»), развитие навыков саморегуляции и стресс-менеджмента.

- **Методы:** Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) для работы с тревогой и негативными установками, элементы гештальт-терапии, техники

арт-терапии (рисунок, лепка) и песочной терапии для невербального выражения сложных эмоций.

- **Групповая форма:**

**Фокус:** Развитие социальных компетенций в безопасной тренировочной среде.

- **Форматы:**

- ✓ **Тренинги социальных навыков:** Обучение истолкованию социальных сигналов, началу и поддержанию беседы, уверенному поведению, разрешению конфликтов.

- ✓ **Тренинги коммуникации и командообразования:** Смешанные группы (студенты с ОВЗ и без). Упражнения на доверие, кооперацию, невербальную коммуникацию. Способствуют разрушению барьеров и формированию естественных связей.

- ✓ **Тематические группы поддержки:** Для студентов со схожими трудностями (например, группа по развитию эмоционального интеллекта для лиц с РАС).

### **3. Консультативная работа**

- **Индивидуальное консультирование студентов:** Помощь в решении актуальных проблем: трудности в отношениях с одноклассниками или преподавателями, академическая неуспеваемость, кризисы профессионального самоопределения, семейные сложности.

- **Консультирование педагогов (просветительно-методическое):**

- **Информирование:** О специфике нозологии конкретного студента, его сильных сторонах и ограничениях.

- **Методическая помощь:** В подборе адаптивных методов преподавания и контроля, в создании доступных материалов.

- **Психологическая поддержка:** Помощь в преодолении профессионального выгорания, сложных эмоций (растерянность, страх, раздражение) в работе со студентами с ОВЗ.

- **Работа с родителями (законными представителями):**

- **Цель:** Формирование партнерских, а не конфликтных отношений. Родитель — не контролер, а союзник.

- **Формы:** Индивидуальные консультации по вопросам развития и обучения, родительские собрания (общие и тематические), тренинги детско-родительских отношений, информирование о возможностях и ограничениях образовательной среды.

## **НАПРАВЛЕНИЕ 3: АДАПТАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Это «сердцевина» академической инклюзии, обеспечивающая доступность содержания образования.

### **1. Адаптация учебных материалов (по нозологическому принципу)**

- **Для лиц с нарушениями зрения:**

- **Слабовидящие:** Электронные версии материалов с возможностью увеличения шрифта до 24-36 pt, контрастная печать (черно-желтая), использование Arial или Verdana, без засечек. Тактильные модели и макеты.

- **Невидящие:** Материалы в системе Брайля, аудио-формат (озвученные лекции, учебники), рельефно-графические пособия, тифлокомментирование визуальной информации.

**Для лиц с нарушениями слуха:**

- **Слабослышащие:** Конспекты лекций, предоставляемые заранее или сразу после занятия. Визуализация всего материала: схемы, графики, опорные конспекты.

- **Глухие и позднооглохшие:** Обязательное субтитрование ВСЕГО видеоконтента. Присутствие сурдопереводчика на лекциях и важных мероприятиях. Использование естественных жестов, письменной речи, графических планшетов для коммуникации.

- **Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА):**

Полный переход на электронный документооборот. Использование программ голосового ввода (Dragon NaturallySpeaking). Адаптация рабочего места (специальные клавиатуры, выносные кнопки, крепления). Альтернативные способы ответа (устно, с помощью планшета).

- **Для лиц с расстройствами аутистического спектра (РАС) и ментальными нарушениями:**

**Структурирование:** Визуальное расписание дня/занятия, четкие пошаговые письменные инструкции к заданиям, использование таймеров.

**Снижение сенсорной нагрузки:** Возможность работать в наушниках с шумоподавлением, наличие «ресурсной зоны» для перерывов, избегание резких световых и звуковых эффектов.

## **2. Адаптация методов обучения и контроля**

**Методы обучения:** Акцент на мультисенсорность и активные формы.

- **Проектная деятельность:** Позволяет работать в своем темпе, раскрывать сильные стороны, учиться в команде.

- **Проблемное обучение:** Развивает критическое мышление, мотивацию.

- **Игровые технологии (деловые игры, симуляции):** Повышают вовлеченность.

- **Использование образовательных платформ (LMS):** Дает возможность асинхронного освоения материала, повторения.

**Формы контроля (вариативность):**

**Традиционные, но с условиями:** Письменная работа с увеличением времени на 30-50%, тестирование на компьютере с возможностью использования ТСР.

**Альтернативные:**

**Устный зачет/экзамен** (для лиц с нарушениями моторики).

**Защита проекта или портфолио** (демонстрирует прогресс и практические навыки).

**Презентация** (развивает навык публичного выступления).



**Творческий отчет** (эссе, видео-блог, инфографика).

### **3. Тьюторское сопровождение**

**Роль тьютора:** Не репетитор и не няня, а **навигатор и фасилитатор** в образовательной среде.

- **Ключевые функции:**

- **Организационно-координационная:** Помощь в составлении реалистичного расписания с учетом психофизических возможностей, планировании учебной нагрузки, соблюдении дедлайнов.

- **Информационно-навигационная:** Обучение эффективному использованию информационных систем колледжа/вуза (электронная библиотека, личный кабинет, LMS).

- **Коммуникативная:** Посредничество в выстраивании конструктивных отношений с преподавателями (помощь в формулировке запросов), сокурсниками (помощь в интеграции в группу).

- **Рефлексивная:** Помощь студенту в осознании своих образовательных интересов, сильных сторон, стиля обучения, в постановке реалистичных учебных и профессиональных целей.

### **НАПРАВЛЕНИЕ 4: СОЦИАЛЬНО-СРЕДОВАЯ АДАПТАЦИЯ**

Это направление отвечает за интеграцию студента в сообщество и подготовку к взрослой жизни.

#### **1. Формирование инклюзивной культуры в коллективе**

- **Просвещение и sensibilization (повышение чувствительности):**

**Для студентов:** «Уроки доброты» или инклюзивные воркшопы, где через игры и диалоги разрушаются стереотипы. Просмотр и обсуждение фильмов на тему инвалидности. Встречи с успешными выпускниками с ОВЗ.

**Для преподавателей:** Семинары по пониманию инвалидности (модель социального, а не медицинского подхода), тренинги по недискриминационному общению, основам универсального дизайна в обучении.

- **Волонтерское движение «Студент-студенту»:** Системная организация волонтерства: обучение волонтеров основам взаимодействия, этике, технике помощи. Волонтеры могут помогать с конспектированием, передвижением, ориентацией в здании, участием в мероприятиях.

- **Инклюзивные внеучебные мероприятия:** Обязательный учет доступности при планировании **любого** события: научной конференции, КВН, спортивного праздника, творческого вечера. Цель — не отдельные мероприятия «для инвалидов», а включенность в общую жизнь.

#### **2. Развитие гибких навыков**

**Интеграция в учебный план:** Модули или отдельные курсы в рамках обязательных дисциплин (например, «Коммуникация в профессиональной сфере») или как факультативы.

- **Ключевые компетенции для развития:**

**Коммуникация:** Активное слушание, невербальная коммуникация, проведение презентаций, ведение деловой переписки.

**Эмоциональный интеллект:** Распознавание своих и чужих эмоций, управление эмоциями, эмпатия.

**Тайм-менеджмент и самоорганизация:** Планирование, расстановка приоритетов, борьба с прокрастинацией.

**Навыки самопрезентации и поиска работы:** Написание резюме и сопроводительного письма, создание цифрового портфолио (LinkedIn, Behance), техники успешного прохождения собеседования (в т.ч. стресс-интервью).

### **3. Содействие в профессиональной ориентации и трудоустройстве**

• **Ранняя профориентация:** Работа со студентами младших курсов: диагностика профессиональных склонностей, экскурсии на инклюзивные предприятия, встречи с карьерными консультантами и эйчарами.

#### **• Взаимодействие с работодателями:**

Создание базы компаний-партнеров, готовых создавать или уже имеющих квотные/адаптированные рабочие места.

Организация «ярмарок вакансий» с участием таких работодателей.

Информирование бизнеса о государственных программах поддержки (компенсации за оборудование рабочего места).

• **Организация практики:** Поиск и подготовка баз практики, готовых принять студента с ОВЗ. Разработка индивидуальных заданий на практике. Тесная связь руководителя практики от организации с куратором/тьютором.

• **Постдипломное сопровождение:** Помощь в составлении резюме, подготовке к собеседованию (в т.ч. проведение пробных собеседований), консультирование по вопросам трудового законодательства (права инвалидов). Мониторинг трудоустройства выпускников.

## **НАПРАВЛЕНИЕ 5: СОЗДАНИЕ БЕЗБАРЬЕРНОЙ СРЕДЫ**

Это материально-техническая основа инклюзии, обеспечивающая физический и информационный доступ.

### **1. Архитектурная доступность (универсальный дизайн)**

#### **• Внешняя и внутренняя инфраструктура:**

**Путь следования:** Бесступенчатый доступ (пандусы с уклоном не более 5%, подъемные платформы), расширенные дверные проемы (не менее 90 см), лифты, достаточная ширина коридоров (не менее 150 см), отсутствие порогов.

**Навигация:** Тактильная напольная плитка для незрячих, рельефные планы здания, контрастная маркировка стеклянных дверей, таблички с названиями кабинетов шрифтом Брайля и рельефно-точечным шрифтом.

**Зоны целевого посещения:** Специально оборудованные санитарно-гигиенические помещения, доступные места в столовой, библиотеке, актовом зале (в т.ч. для колясочников).

**Аварийная эвакуация:** План и средства эвакуации людей с инвалидностью (эвакуационные кресла, зоны безопасности).

### **2. Информационная доступность**

#### **• Официальный сайт организации:**

Соответствие **национальному стандарту ГОСТ Р 52872-2019** «Интернет-ресурсы. Требования доступности для инвалидов по зрению».

Наличие **версии для слабовидящих** с возможностью изменения размера шрифта, цветовой схемы (контраст).

**Технические требования:** Семантическая верстка (для корректной работы скринридеров — JAWS, NVDA), текстовые описания у всех изображений (тег alt), возможность навигации с клавиатуры без мыши, доступность всех форм и документов (в формате .doc, .pdf с тегами).

• **Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР):**

Все электронные курсы, размещенные в LMS (Moodle, и т.п.), должны создаваться с учетом принципов универсального дизайна.

Видеолекции должны иметь субтитры (желательно не автоматические, а выверенные) и, по возможности, текст-транскрипт.

Презентации — с минимальным количеством анимаций, описательным текстом на слайдах, контрастным сочетанием цветов.

• **Обеспечение техническими средствами:**

**Для незрячих/слабовидящих:** Стационарные и портативные видеоувеличители, программы экранного доступа (скринридеры), брайлевские дисплеи и принтеры.

**Для слабослышащих:** Индукционные петли в лекционных аудиториях и актовом зале, беспроводные системы для передачи звука.

**Для лиц с НОДА:** Альтернативные устройства ввода (выносные кнопки, джойстики, сенсорные панели), регулируемая по высоте мебель.

**5. Мониторинг и оценка эффективности**

• **Критерии эффективности:**

- Академическая успеваемость и посещаемость.
- Результаты психологической диагностики (динамика тревожности, самооценки).
- Уровень социальной включенности (участие в мероприятиях, наличие друзей в группе).
- Удовлетворенность обучающихся и их родителей условиями обучения (анкетирование).
- Успешность трудоустройства выпускников.

• **Методы мониторинга:** анализ успеваемости, повторная психологическая диагностика, наблюдение, опросы, фокус-группы.

Данные рекомендации являются рамочными и должны быть адаптированы под специфику конкретной образовательной организации, контингента обучающихся и ресурсных возможностей. Главное — системный и непрерывный характер работы, основанный на уважении к личности и вере в потенциал каждого студента.

напиши актуальность проблемы

Конечно. Актуальность проблемы социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью в системе профессионального

образования является многослойной и обусловлена комплексом социальных, экономических, правовых и педагогических факторов.

Вот развернутое обоснование актуальности, структурированное по ключевым аспектам.

# **НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ ОСНОВА ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ и инвалидностью в Российской Федерации представляет собой строго регламентированную деятельность, основанную на многоуровневой системе нормативно-правовых актов. Эта система включает международные договоры, федеральное законодательство, подзаконные акты и локальные документы образовательных организаций, формируя правовое поле для создания специальных условий образования.

## **Международный уровень**

**Конвенция ООН о правах инвалидов** (ратифицирована Россией в 2012 г., Федеральный закон № 46-ФЗ). Это **основополагающий документ**, устанавливающий смену парадигмы с медицинской модели на социальную. Ключевые для образования статьи:

**Статья 24 «Образование»:** Закрепляет право инвалидов на инклюзивное образование на всех уровнях **без дискриминации и на основе равных возможностей**. Государства-участники обязуются обеспечивать **индивидуализированную поддержку**, создание **разумных приспособлений** и **необходимую среду для полной академической и социальной интеграции**.

## **2. Федеральный уровень**

### **А) Федеральные законы:**

1. **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»** – базовый закон, определяющий все аспекты образования лиц с ОВЗ.

○ **Статья 2:** Дает основные понятия: **«обучающийся с ограниченными возможностями здоровья»** (лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и



препятствующие получению образования без специальных условий); «инклюзивное образование»; «адаптированная образовательная программа»; «специальные условия для получения образования».

- **Статья 34:** Гарантирует право обучающихся на психолого-педагогическую, медицинскую и социальную помощь.

- **Статья 42:** Целиком посвящена психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи. Указывает, что помощь оказывается на основании заявления или согласия родителей, включает психолого-педагогическое консультирование, коррекционно-развивающие и компенсирующие занятия, помощь в профориентации. Закрепляет право образовательных организаций создавать ППк.

- **Статья 79:** Определяет организацию получения образования обучающимися с ОВЗ. Устанавливает, что образование таких обучающихся осуществляется в адаптированных образовательных программах с созданием специальных условий. Закрепляет требования к кадровому составу, необходимость проведения ПМПК, возможность привлечения ассистентов (помощников) и тьюторов.

2. **Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».**

- Закрепляет понятие «индивидуальная программа реабилитации или абилитации (ИПРА)», разрабатываемой бюро медико-социальной экспертизы (МСЭ). В разделе ИПРА, касающемся образования, содержатся рекомендации по специальным условиям обучения, включая психолого-педагогическую реабилитацию. Образовательные организации обязаны исполнять рекомендации ИПРА в части создания условий для получения образования.

**Б) Подзаконные нормативные акты (Постановления и Приказы Министерств):**

1. **Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».**

- Содержит разделы, детализирующие организацию обучения по адаптированным основным общеобразовательным программам (АООП), включая требования к кадровому обеспечению, материально-техническим условиям и психолого-педагогическому сопровождению.

2. **Приказ Министерства образования и науки РФ от 20.09.2013 № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии» (с последующими изменениями).**

- Регламентирует деятельность **центральной ПМПК**. Определяет ее задачи: проведение комплексного обследования детей, подготовку по его результатам заключения с рекомендациями по созданию специальных условий обучения и воспитания. Это заключение является основанием для создания специальных условий в образовательной организации.

3. **Приказ Министерства просвещения РФ от 15.10.2019 № 546 «Об утверждении Порядка расследования и учета несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации...».**

- Устанавливает особый порядок для обучающихся с ОВЗ, требующий учета их индивидуальных особенностей при расследовании.

4. **Приказ Минтруда России от 10.12.2013 № 723 «Об организации работы по межведомственному взаимодействию...» (в части реализации ИПРА).**

- Регламентирует взаимодействие между бюро МСЭ, образовательными и другими организациями по исполнению рекомендаций ИПРА.

**5. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».**

- Содержат раздел XI «Требования к организации образования лиц с ограниченными возможностями здоровья». Устанавливают требования к освещению, оборудованию, организации пространства, режиму учебных занятий для различных нозологий, что напрямую влияет на организацию сопровождения.

### **3. Локальный уровень (уровень образовательной организации)**

На этом уровне федеральные нормы конкретизируются в соответствии со спецификой организации. **Локальные нормативные акты (ЛНА)** – это правовая основа ежедневной работы по сопровождению.

**1. Положение об организации инклюзивного образования (или о получении образования обучающимися с ОВЗ и инвалидностью).** Главный стратегический документ, закрепляющий политику организации.

**2. Положение о психолого-педагогическом консилиуме (ППк) образовательной организации.** Ключевой документ, регламентирующий **внутренний механизм сопровождения**. В нем определяются:

- Цели, задачи и состав ППк.
- Порядок работы (плановые и внеплановые заседания).
- Права и обязанности членов.
- Процедура разработки, утверждения и корректировки **Индивидуального плана психолого-педагогического сопровождения (ИППС)** или **Индивидуального плана адаптации и сопровождения (ИПАС)**.

- Взаимодействие с ПМПк и родителями.

**3. Положение о порядке создания специальных условий для получения образования обучающимися с ОВЗ и**

**инвалидностью.** Детализирует административные процедуры: от подачи заявления до обеспечения техническими средствами.

4. **Должностные инструкции** педагога-психолога, учителя-дефектолога, учителя-логопеда, социального педагога, тьютора, ассистента (помощника). В них **включаются обязанности и компетенции**, связанные с работой в условиях инклюзии.

5. **Адаптированные основные образовательные программы (АООП) или адаптированные рабочие программы учебных дисциплин.** В их структуру включается **программа коррекционной работы**, которая является частью психолого-педагогического сопровождения.

6. **Индивидуальные планы психолого-педагогического сопровождения (ИППС/ИПАС).** Это **основной рабочий документ** на конкретного обучающегося. Разрабатывается ППк на основе заключения ПМПК и внутренней диагностики. Не является строго нормативным актом, но его разработка и реализация прямо предписана законом и локальными положениями.

#### **Принципы, вытекающие из нормативной базы:**

1. **Принцип законности:** Все действия по сопровождению должны строго соответствовать перечисленным правовым актам.

2. **Принцип индивидуального подхода:** Обязанность разработки АООП и ИППС, исходя из рекомендаций ПМПК и ИПРА.

3. **Принцип межведомственного взаимодействия:** Обязательное взаимодействие образовательной организации с ПМПК, бюро МСЭ, органами соцзащиты.

4. **Принцип согласия и сотрудничества с родителями (законными представителями):** Родители дают согласие на проведение обследования ППк, утверждают ИППС, являются полноправными участниками образовательных отношений.

**5. Принцип системности и преемственности сопровождения:** Создание целостной системы сопровождения от поступления до выпуска, закреплённой в локальных актах.

**Вывод:** Нормативно-правовая основа психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ОВЗ и инвалидностью формирует **не права, а обязанности** образовательной организации по созданию специальных условий. Локальные акты являются тем механизмом, который превращает эти обязанности в конкретные, регламентированные и контролируемые действия команды специалистов.



## **МЕТОДЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

Социально-психологическая адаптация учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью — это комплексный процесс, направленный на их успешное вхождение в образовательную среду и общество в целом.

Основная цель — не просто «приспособить» ребенка, а создать условия для раскрытия его потенциала, формирования уверенности в себе, позитивной самооценки и выстраивания конструктивных отношений с окружающими.

Все методы можно условно разделить на несколько ключевых направлений:

1. Индивидуально-ориентированные методы.
2. Групповые методы (работа в микросоциуме).
3. Методы организации образовательной среды.
4. Методы работы с социальным окружением (родители, педагоги).

### **Индивидуально-ориентированные методы**

Индивидуально-ориентированные методы строятся на индивидуализации, где акцент делается на сильных сторонах ученика, его психофизическом статусе и эргономике среды, включая адаптацию учебных программ и использование специальных технических средств. Это способствует формированию уверенности в своих возможностях, мотивации к обучению и навыков конструктивных межличностных отношений через активную позицию обучающегося. Данные методы направлены на развитие личностных ресурсов и преодоление внутренних психологических барьеров.

Адаптация строится на диагностике личностных качеств, формировании индивидуальных учебных планов и использовании адаптивных технологий для самоорганизации, развития эмоционально-волевых качеств и профессиональных интересов. Приоритет отдается проблемному, проектному, модульному и интерактивному обучению, а также

наставничеству для системного сопровождения и коррекции дезадаптации.

### Психологическое консультирование и психокоррекция:

#### **Когнитивно-поведенческие подходы:**

Когнитивно-поведенческие подходы в психологическом консультировании и психокоррекции для социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью направлены на обучение навыкам самоконтроля, социальной компетенции и развитию позитивных стратегий поведения в учебной и социальной среде. Эти подходы помогают студентам формировать конструктивные межличностные отношения и активную жизненную позицию, что способствует успешной адаптации.

Основные элементы когнитивно-поведенческой терапии для данной категории включают:

- Обучение саморегуляции: развитие умений контроля над эмоциями, тревожностью и поведением для снижения дезадаптации.
- Формирование социальных навыков: тренинги и ролевые игры, направленные на развитие уверенности, умение выражать свои потребности и эффективно взаимодействовать с окружающими.
- Коррекция негативных когниций: выявление и изменение искаженных убеждений, мешающих успешной адаптации и самооценке.
- Поддержка автономии и самоопределения через развитие самоактивности, саморегуляции и внутренней мотивации к преодолению трудностей.

Такое консультирование строится на доверии, сотрудничестве и безоценочном отношении к студенту, что позволяет создавать безопасную психологическую среду и усиливать внутренние ресурсы для адаптации и интеграции в учебный процесс и социальное окружение.

#### **Арт-терапия:**

Арт-терапия представляет собой эффективный метод гармонизации личности через творческое самовыражение, способствующий снятию напряжения, развитию саморегуляции и формированию позитивной Я-

концепции.

Данный метод активизирует внутренние ресурсы, облегчает социальную адаптацию и межличностные навыки, снижая тревожность, страх и апатию у студентов. Она способствует осознанию эмоций, повышению самооценки за счет признания ценности созданных работ и формированию активной жизненной позиции.

#### Конкретные техники:

- Изобразительное искусство: рисование для стабилизации эмоционального состояния, развития координации и коррекции невротических нарушений.

- Групповые занятия: ролевые практики и совместное творчество для улучшения общения, снижения напряженности и проверки навыков взаимодействия.

- Творческие упражнения: лепка, коллаж для обогащения эмоциональной сферы, снижения агрессии и повышения уверенности в себе.

Метод интегрируется в колледжном сопровождение, усиливая мотивацию и интеграцию в социальную среду.

#### **Игротерапия:**

Игротерапия для социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью используется как эффективный метод снятия напряженности, страхов, тревожности и повышения самооценки. Она создает ситуацию выражения внутреннего мира, расширяет круг общения и помогает перестраивать отношения в социальной среде.

Основные функции и преимущества игротерапии для студентов с ОВЗ включают:

- Эмоциональное разрядение и снятие напряжения, что способствует улучшению психоэмоционального состояния.

- Развитие социальных навыков через ролевые игры и игровые ситуации, которые моделируют реальные жизненные взаимодействия.

- Формирование коммуникативных умений, повышение уверенности в себе и способности конструктивно взаимодействовать с окружающими.

- Обучающая и воспитательная функция, способствующая расширению жизненного опыта и позитивной социальной интеграции.

Таким образом, игротерапия способствует комплексной адаптации студентов с инвалидностью, поддерживая их психологическое благополучие и социальную активность в среде колледжа.

### **Сказкотерапия:**

Сказкотерапия применяется как метод работы через создание и обсуждение сказок, помогающий преодолевать эмоциональные барьеры, развивать саморегуляцию и коммуникативные навыки в безопасной игровой форме.

Данный метод снимает эмоциональное напряжение, формирует адекватную самооценку, уверенность в себе и способность принимать свои особенности, способствуя интеграции в коллектив колледжа. Помогает в метафорической форме осмыслить жизненные трудности и найти выход из сложных ситуаций. Сказкотерапия активизирует воображение, мышление и речь, устраняя страхи, агрессию и нерешительность, что усиливает социальную адаптацию.

### **Конкретные техники**

- Сочинение индивидуальных сказок: герой отражает личные проблемы студента, моделируя пути их преодоления для развития рефлексии и жизненной стойкости.

- Групповое обсуждение и разыгрывание сказок: установление контактов, развитие лидерских качеств и навыков взаимодействия со сверстниками.

- Коррекционные сказки: чтение и анализ для коррекции эмоционально-волевых процессов, моторики и умения решать проблемные ситуации.

Такие практики интегрируются в работу психологов колледжа, повышая мотивацию к обучению и социальную активность.

### **Телесно-ориентированные методы:**

Телесно-ориентированные методы фокусируются на работе с телом для снятия мышечных зажимов, напряжений и спастики, что способствует осознанию связи тела и психики, развитию саморегуляции и социальной интеграции.

Данные методы улучшают психомоторику, сенсорную чувствительность, эмоционально-волевую сферу и навыки общения, снижая тревожность, повышая стрессоустойчивость и уверенность в взаимодействии с окружающими. Они помогают студентам доверять своему телу, контролировать поведение и осваивать самоконтроль, что усиливает адаптацию в коллективе колледжа. Помогают снять мышечные зажимы, улучшить восприятие собственного тела, что особенно важно при некоторых формах ДЦП или других двигательных нарушениях.

#### Конкретные техники

- Пальчиковая гимнастика и самомассаж: развитие мелкой моторики, снятие психомоторного напряжения и повышение работоспособности мозга.
- Дыхательная и ритмическая гимнастика: нормализация тонуса, релаксация мышц, улучшение координации и эмоциональной стабильности.
- Коммуникативные и подвижные игры: упражнения с предметами (палочки, мячи) для заземления, растяжки и моделирования социальных взаимодействий.

Такие практики адаптируются к особенностям студентов, интегрируясь в групповые занятия для комплексной реабилитации и мотивации к обучению.

#### Развитие социальных навыков и компетенций:

##### **Тренинги социальных навыков:**

Тренинги социальных навыков направлены на развитие коммуникативных умений, кооперации и уверенности в общении, помогая преодолевать барьеры социализации через практические упражнения и ролевые модели.

Такие тренинги повышают уровень самоорганизации, снижают тревожность в коллективе и способствуют формированию культуры взаимопомощи, что облегчает интеграцию в учебную среду колледжа. Они улучшают адекватное восприятие социальных ролей, навыки решения межличностных проблем и взаимодействие с преподавателями и сверстниками. С помощью данных тренингов происходит целенаправленное обучение таким умениям, как знакомство, поддержание разговора, выражение просьбы или отказа, разрешение конфликтов.

#### Конкретные техники

- Упражнения на кооперацию: совместные проекты и игры вроде «Экивоки» для развития креативности, установления контактов и кооперативных навыков.

- Ролевые игры и моделирование: проигрывание реальных ситуаций общения с анализом и корректировкой поведения для повышения уверенности.

- Групповые семинары: обсуждение проблем, постановка целей и позитивное подкрепление для репетиции социальных взаимодействий.

Эти тренинги интегрируются в адаптационный период колледжа, усиливая мотивацию и профессиональную социализацию.

#### **Сюжетно-ролевые игры:**

Сюжетно-ролевые игры служат мощным средством моделирования реальных жизненных ситуаций, способствуя освоению ролей, правил общения и коллективного взаимодействия в безопасной игровой форме.

Данные игры развивают настойчивость, целеустремленность, коммуникативные умения и социализацию, помогая студентам преодолевать барьеры из-за интеллектуальных или физических ограничений и интегрироваться в коллектив колледжа. Они формируют нравственные качества, эмоциональную выразительность и навыки совместного решения задач, повышая уверенность и адаптивность к социальной среде.

#### Конкретные техники



- Игры по профессиональным ролям: «Учитель предметник», «Воспитатель детского сада» или «Учитель физической культуры» для отработки взаимодействия, речевых навыков и кооперации с атрибутами и сюжетами из реальной жизни.

- Творческие сценарии: самостоятельное создание сюжетов с элементами мотивов, тем и ролей для развития инициативы, рефлексии и понимания межличностных отношений.

- Групповые инсценировки: разыгрывание ситуаций с обсуждением для тренировки лидерства, эмпатии и разрешения конфликтов.

Такие практики адаптируются для студентов колледжа, усиливая их социальную активность и готовность к профессиональной среде.

### **Социальные истории:**

Социальные истории представляют собой короткие персонализированные нарративы, описывающие типичные социальные ситуации, ожидаемое поведение и последствия, что помогает студентам понимать нормы взаимодействия и прогнозировать реакции в коллективе.

Метод способствует снижению тревожности, формированию адекватных социальных ролей и навыков саморегуляции, облегчая интеграцию в учебную среду колледжа через визуализацию успешных сценариев. Он повышает уверенность, эмпатию и способность к кооперации, изменяя отношение сверстников и способствуя эмоциональному единству группы.

### **Конкретные техники**

- Индивидуальные истории: создание текстов с фото или рисунками о повседневных ситуациях (знакомство, групповой проект) для чтения и обсуждения с психологом.

- Групповые нарративы: совместное составление историй о взаимодействии в колледже для тренировки общения и разрешения конфликтов.

- Циклическое повторение: регулярное использование с анализом опыта для закрепления навыков и корректировки поведения.

Такие практики интегрируются в адаптационные программы колледжа, усиливая социализацию и профессиональную готовность.

#### Психологическое сопровождение профессионального самоопределения:

##### **Профориентация и углубленная диагностика:**

Профориентация и углубленная диагностика в психологическом сопровождении профессионального самоопределения студентов с ОВЗ и инвалидностью включают комплексную оценку способностей, интересов и психофизических возможностей для сознательного выбора профессии, снижения тревожности и интеграции в образовательную среду.

Диагностика выявляет профессиональные склонности, скрытые качества и барьеры, с учетом здоровья и рынка труда, формируя индивидуальные планы обучения и поддержки для мотивации и самостоятельности. Профориентация сочетается с тренингами по самопрезентации, эмоциональной устойчивости и коммуникативным навыкам, способствуя активной жизненной позиции. Помощь в осознании сильных сторон, ограничений, связанных со здоровьем, и их соотнесение с требованиями выбранной профессии.

#### Конкретные методы

- Профдиагностика: тесты на наклонности, способности и предпочтения с рекомендациями по специальностям, адаптированным к ОВЗ.

- Индивидуальное консультирование: беседы, упражнения на самосознание и моделирование карьерных сценариев для преодоления барьеров.

- Групповые мероприятия: семинары по поиску работы, самопрезентации и трудоустройству с вовлечением родителей и педагогов.

Такие подходы обеспечивают успешную адаптацию и трудоустройство студентов.

##### **Тренинг «Самопрезентация на рынке труда»:**

Тренинг «Самопрезентация на рынке труда» в психологическом сопровождении профессионального самоопределения направлен на формирование навыков эффективной презентации себя работодателю, включая составление резюме, прохождение собеседований и демонстрацию профессиональных компетенций с учетом ограничений здоровья.

Тренинг повышает уверенность, снижает тревожность при трудоустройстве, развивает коммуникативные умения и реалистичные карьерные стратегии, способствуя социальной интеграции и конкурентоспособности на рынке труда. Он помогает преодолевать стереотипы, мотивирует на самостоятельный поиск работы и адаптацию к профессиональной среде.

#### Конкретные техники

- Упражнения на резюме и портфолио: создание документов с акцентом на сильные стороны и адаптацию под ОВЗ, размещение на биржах труда.

- Моделирование собеседований: ролевые игры с обратной связью для отработки самопрезентации, телефонных переговоров и групповых интервью.

- Групповые практики: анализ рынка труда, постановка карьерных целей и рефлексия для разрушения барьеров и планирования траектории.

Такие тренинги интегрируются в колледжские программы, обеспечивая успешное трудоустройство и адаптацию.

#### Психологическая поддержка в стрессовых ситуациях:

##### **Работа с экзаменационной тревожностью.**

Работа с экзаменационной тревожностью для социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью требует комплексного подхода, включающего создание поддерживающей социальной атмосферы, развитие навыков саморегуляции и работу с эмоционально-волевой сферой, что снижает нервно-психическое напряжение и улучшает учебные результаты.

#### Основные направления

- Релаксация: методы аутотренинга, мышечной релаксации по Джекобсону, дыхательные упражнения помогают уменьшить физическое напряжение и стабилизировать эмоциональное состояние.

- Когнитивные техники: переименование тревоги, внутренний диалог («разговор с самим собой»), визуализация успешной сдачи экзамена способствуют формированию позитивного настроя и самоконтроля.

- Психологическая поддержка в группе: создание дружественной атмосферы в учебной группе, обсуждение страхов и обмен опытом, что облегчает эмоциональное состояние и способствует социализации.

Такой комплексный подход облегчает адаптацию студентов с ОВЗ к экзаменационным ситуациям и поддерживает их психологическое благополучие в процессе обучения.

**Подготовка к выходу на первую производственную практику** — это ключевой стрессовый момент, требующий особого внимания.

Подготовка к выходу на первую производственную практику для студентов с ОВЗ и инвалидностью включает комплекс мероприятий психологической поддержки, направленных на формирование умений саморегуляции, адаптивных навыков и уверенности в профессиональной деятельности в новых условиях.

#### Основные задачи и направления

- Ознакомление с особенностями профессиональной среды и требованиями работодателей с учетом индивидуальных возможностей студентов.

- Формирование психологической устойчивости через тренинги по управлению стрессом, коммуникативным навыкам и самопрезентации.

- Индивидуальное и групповое консультирование для выявления и преодоления барьеров дезадаптации, разработка индивидуальных программ сопровождения.

- Практические занятия и моделирование рабочих ситуаций для

повышения уверенности и снижения тревоги перед реальной производственной деятельностью.

#### Организация сопровождения

Проводится диагностика мотивации и профессиональных предпочтений, психокоррекция эмоциональных реакций, создание поддерживающего психологического климата и взаимодействие с работодателями для адаптации рабочих мест и условий.

Такой подход способствует успешной социализации, профессиональному развитию и снижению рисков дезадаптации студентов с ОВЗ в процессе производственной практики.

#### **Групповые методы (работа в микросоциуме)**

Групповые методы социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью направлены на преодоление изоляции, формирование поддерживающего социального круга, отработку профессионально-важных навыков работы с людьми и развитие лидерского потенциала в безопасной среде. Они предполагают проведение занятий в малых группах для развития коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости и сплоченности коллектива через взаимодействие в контролируемой среде. Данные методы нацелены на формирование благоприятного климата в группе и развитие навыков взаимодействия.

Групповые методы фокусируются на преодолении психологических барьеров, установлении контактов между студентами с ОВЗ и нормотипичными сверстниками, формировании партнерских отношений и активной позиции в группе для снижения дезадаптации. Работа строится поэтапно: диагностика, коррекция поведения, тренинги и мониторинг динамики изменений в микросоциуме учебной группы.

#### Интегративные групповые занятия и тренинги:

##### **Коммуникативные тренинги:**

Коммуникативные тренинги как интегративные групповые занятия в микросоциуме для социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и

инвалидностью направлены на развитие навыков эффективного общения, снятие барьеров взаимодействия и формирование партнерских отношений в учебной группе через структурированные упражнения.

Тренинги - упражнения, направленные на развитие эмпатии, доверия, умения слушать и слышать друг друга в разнородной группе. Они повышают уверенность в самовыражении, снижают тревожность при общении, способствуют эмпатии и конструктивному разрешению конфликтов, обеспечивая интеграцию студентов с ОВЗ в коллектив колледжа. Они активизируют механизмы самопознания, обратной связи и кооперации, улучшая эмоциональную причастность и социальную компетентность.

#### Конкретные техники

- Упражнения-активаторы: «Зеркало», «Цепочка имен» для знакомства, снятия напряжения и установления доверия в группе.

- Ролевые игры и моделирование: проигрывание ситуаций общения (сверстниками, преподавателями) с анализом и обратной связью для коррекции стереотипов.

- Групповые дискуссии и рефлексия: обсуждение чувств, постановка целей общения и упражнения на эмпатию для оптимизации взаимодействия.

Такие тренинги проводятся в малых группах 1-3 раза в месяц по 1-1,5 часа, интегрируясь в адаптационные программы колледжа.

#### **Тимбилдинг (сплочение коллектива):**

Тимбилдинг (сплочение коллектива) направлен на формирование командного духа, взаимоподдержки и преодоление барьеров через совместные задания, учитывая физические возможности участников. Сюда можно отнести: совместные игры, творческие проекты, квесты, где успех зависит от вклада каждого, в том числе и ребенка с ОВЗ.

Занятия повышают групповую сплоченность, снижают стигму, развивают эмпатию и навыки кооперации, способствуя эмоциональной интеграции студентов с ОВЗ в учебный коллектив колледжа. Тимбилдинг активизирует скрытый потенциал, повышает самооценку и ускоряет



адаптацию новых членов группы к инклюзивной среде.

#### Конкретные техники

- Кооперативные упражнения: «Веревочный курс», «Воздушный шар» для развития доверия, взаимопомощи и распределения ролей с адаптацией под ОВЗ.

- Групповые квесты и проекты: совместное решение задач, требующих вклада всех участников, для тренировки лидерства и разрешения конфликтов.

- Рефлексия и обсуждение: анализ опыта взаимодействия для закрепления навыков толерантности и эмоциональной поддержки.

Такие занятия проводятся в малых группах 1-2 раза в месяц, интегрируясь в программу колледжа для устойчивой социальной адаптации.

#### **Групповая дискуссия:**

Групповая дискуссия как интегративное групповое занятие представляет собой структурированное обсуждение актуальных тем (адаптация, отношения в группе, преодоление барьеров), способствующее развитию социальной активности, эмоциональной сферы и навыков конструктивного взаимодействия.

Метод формирует оценочно-эмоциональные навыки, понимание мотивов поведения, способность к сотрудничеству и открытости для нового опыта, снижая тревожность и повышая интеграцию в учебный коллектив. Дискуссии стимулируют рефлекссию, эмпатию и толерантность, обогащая социальный опыт студентов с ОВЗ через обмен мнениями в безопасной среде.

#### Конкретные техники

- Анализ ситуаций: разбор реальных кейсов из колледжской жизни (конфликты, совместные проекты) с мозговым штурмом решений и ролями модератора.

- Диспуты и круглые столы: обсуждение тем вроде «Мои сильные стороны» или «Как помочь друг другу» для развития аргументации и

эмоционального воздействия.

- **Рефлексивное обсуждение:** этапы «Что чувствовали? Что удалось? Что улучшить?» для закрепления навыков саморегуляции и групповой поддержки.

Такие занятия проводятся в группах 1-2 раза в месяц, интегрируясь с другими методами для комплексной адаптации.

#### Технологии инклюзивного образования:

##### **Парное и групповое обучение:**

Парное и групповое обучение как технологии инклюзивного образования в микросоциуме предполагают совместную работу в парах или малых группах (3-6 человек), где нормотипичные студенты помогают осваивать материал, развивая взаимоподдержку, толерантность и социальные навыки студентам с инвалидностью и/или ОВЗ.

Методы повышают самооценку студентов с ОВЗ через успешное выполнение заданий с помощью сверстников, формируют навыки кооперации и снижают тревожность в коллективе, способствуя эмоциональной интеграции в учебную среду колледжа. Постепенное включение в пары с лояльными партнерами обеспечивает комфортное взаимодействие и развитие эмпатии у всех участников.

#### Конкретные техники

- **Парное взаимообучение:** стабильные или сменные пары, где один студент объясняет материал другому, оценивает работу и меняет роли для равноправия.

- **Групповая работа:** совместное выполнение проектов с распределением ролей, контролем учителя и фокусом на согласованности, а не только на результате.

- **Дифференцированные задания:** индивидуальный выбор сложности в группе для мотивации и постепенного усложнения взаимодействия.

Такие практики интегрируются в уроки/занятия, обеспечивая устойчивую социализацию и адаптацию.

### **Проектная деятельность:**

Проектная деятельность как технология инклюзивного образования предполагает совместную работу малых групп над практическими проектами (социальными, творческими, профессиональными), где студенты с ограниченными возможностями здоровья выполняют доступные роли, развивая кооперацию и уверенность через видимый результат.

Метод повышает мотивацию, самооценку и социальную активность студентов с ОВЗ за счет вклада в общий успех, снижает стигму через равноправное партнерство и формирует навыки командной работы в учебной среде колледжа. Проекты создают социально-активное окружение, способствуя эмоциональному единству группы и профессиональной ориентации.

#### Конкретные техники

- Организация этапов: постановка целей, распределение ролей (с учетом ОВЗ), выполнение заданий и презентация результатов с рефлексией.
- Темы проектов: «Вместе к успеху» (социальные акции), творческие коллажи или профессиональные модели для развития коммуникативных навыков.
- Поддержка: кураторство волонтерами/преподавателями для компенсации барьеров и мониторинга вклада каждого участника.

Такие практики интегрируются в учебный процесс, обеспечивая устойчивую адаптацию.

#### Создание инклюзивного студенческого сообщества:

### **Вовлечение в студенческие объединения:**

Вовлечение в студенческие объединения способствует социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью через участие в самоуправлении, волонтерских отрядах, творческих кружках и спортивных секциях, где они выполняют доступные роли наравне со сверстниками.

Поощрение участия в творческих кружках, КВН, волонтерских отрядах (где студент с ОВЗ может быть не объектом, а субъектом помощи), научных

обществах, такие объединения снижают стигматизацию, повышают самооценку и социальную активность, формируя навыки лидерства, кооперации и толерантности в естественной среде. Участие обеспечивает эмоциональную поддержку, мотивацию к обучению и профессиональную ориентацию через совместные мероприятия.

#### Конкретные практики

- Волонтерские отряды: помощь сверстникам с ОВЗ в учебе и быту для развития эмпатии и партнерства.
- Студенческое самоуправление: включение в советы групп, организации мероприятий (конкурсы «Абилимпикс») для роста ответственности.
- Творческие и спортивные секции: совместные проекты, выставки и акции для интеграции и демонстрации способностей.

Методы реализуются через реструктуризацию органов самоуправления и партнерство с другими образовательными организациями, обеспечивая долгосрочную адаптацию.

#### **Проведение тематических мероприятий:**

Проведение тематических мероприятий способствует социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью через совместное участие в выездных семинарах, творческих капустниках, дискотеках и социальных проектах, формируя атмосферу открытости и эмоционального единства.

Дни информирования об инклюзии, кинопоказы с обсуждением, встречи с успешными профессионалами с инвалидностью, данные мероприятия снижают стигматизацию, повышают статус студентов с ОВЗ в коллективе, развивают коммуникативные навыки и мотивацию к обучению за счет видимого успеха в совместной деятельности. Они создают социально-активное окружение, способствуя толерантности сверстников и уверенности участников в своих возможностях.

#### Конкретные практики

- Выездные семинары «Школа адаптации»: тренинги, веревочный

курс, коллажи для сплочения и рефлексии в начале учебного года.

- Социальные проекты: «Вместе к успеху» с волонтерами для организации мероприятий, тайм-менеджмента и демонстрации способностей.
- Тематические вечера: классные часы, экскурсии и шоу для эмоциональной поддержки и интеграции в общественную жизнь колледжа.

Такие практики реализуются регулярно, обеспечивая устойчивую адаптацию.

### **3. Методы организации образовательной среды**

Адаптация среды — необходимое условие для успешного применения всех остальных методов. Методы организации образовательной среды для социально-психологической адаптации студентов колледжа с ОВЗ и инвалидностью включают создание доступной инфраструктуры, адаптацию учебных программ и формирование инклюзивного микроклимата через социальные клубы, психологическое сопровождение и индивидуальные маршруты обучения.

Среда организуется с учетом психофизических особенностей: эргономика аудиторий, использование ИКТ, гибкие графики и командная работа кураторов для снижения дезадаптации и повышения мотивации. Приоритет отдается интеграции в микросоциум через клубы и выездные семинары для сплочения и эмоциональной поддержки.

#### *Создание инклюзивной культуры в образовательной организации:*

#### **Проведение «Уроков доброты» и тематических классных часов:**

Проведение «Уроков доброты» и тематических классных часов способствует социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью через формирование толерантности, эмпатии и партнерских отношений в коллективе путем обсуждения тем взаимопомощи, преодоления стереотипов и демонстрации сильных сторон каждого.

Такие мероприятия снижают тревожность студентов с ОВЗ, повышают их статус в группе и мотивацию к обучению, создавая атмосферу открытости и эмоционального единства через совместное творчество и рефлексия.

Формируют у нормотипичных сверстников понимание и принятие особенностей одноклассников с ОВЗ. Они меняют отношение сверстников, способствуя интеграции и активному участию в общественной жизни колледжа.

#### Конкретные практики

- «Уроки доброты»: беседы, ролевые игры и творческие задания на темы «Мы разные, но равные» с приглашением специалистов для демонстрации возможностей ОВЗ.

- Тематические классные часы: «Школа адаптации» с коллажами, шоу и дискуссиями о взаимоподдержке для сплочения в начале года.

- Интегративные проекты: акции «Вместе к успеху» с волонтерами для практической демонстрации толерантности и кооперации.

Такие занятия проводятся регулярно, интегрируясь в воспитательный план образовательного учреждения для устойчивой инклюзивной культуры.

#### **Организация совместных внеурочных мероприятий:**

Организация совместных внеурочных мероприятий способствует социально-психологической адаптации студентов с ОВЗ и инвалидностью через участие в викторинах, олимпиадах, интеллектуальных играх, тематических экскурсиях, концертах и творческих конкурсах, где студенты с ограничениями выполняют доступные роли наравне со сверстниками.

Праздники, экскурсии, походы в театр, где общение происходит в неформальной обстановке. Данные мероприятия расширяют кругозор, развивают личностные качества и социализацию, снижая стигматизацию и повышая самооценку через демонстрацию достижений студентов с ОВЗ. Они формируют толерантность, взаимоподдержку и эмоциональное единство коллектива, мотивируя к активному участию в жизни колледжа.

#### Конкретные практики

- Интеллектуальные и творческие события: викторины, олимпиады, литературно-музыкальные композиции с адаптацией заданий для ОВЗ.

- Выездные и досуговые акции: тематические экскурсии, круглые столы



с успешными людьми с инвалидностью и волонтерские проекты.

- Клубная деятельность: кружки, секции и совместные концерты для проявления творческих способностей и интеграции.

Такие мероприятия реализуются ежегодно по программе воспитания, обеспечивая устойчивую инклюзивную среду.

#### Адаптация учебного процесса:

#### **Использование специального оборудования и технологий:**

Использование специального оборудования и технологий способствует социально-психологической адаптации студентов колледжа с ОВЗ и инвалидностью через создание равных условий обучения, снижение барьеров и повышение уверенности в освоении материала.

Технологии минимизируют тревожность, повышают мотивацию и социальную интеграцию, позволяя студентам с нарушениями зрения, слуха или опорно-двигательного аппарата участвовать наравне со сверстниками. Они формируют позитивную Я-концепцию через успешные достижения и способствуют эмоциональному комфорту в коллективе.

#### Конкретные средства

- Для слабовидящих: дисплеи Брайля, принтеры Брайля, программы экранного доступа (JAWS), видеоувеличители и большие мониторы.

- Для слабослышащих: FM-системы, индукционные петли, радиоклассы и слухоречевые тренажеры.

- Универсальные: интерактивные доски, сенсорные комнаты, адаптированная мебель, поручни и тактильные указатели для комфорта и ориентации.

Такие средства интегрируются в учебный процесс для комплексной поддержки.

#### **Применение дифференцированных и индивидуальных образовательных маршрутов:**

Применение дифференцированных и индивидуальных образовательных маршрутов (ИОМ) персонализирует обучение с учетом психофизических

особенностей, что снижает дезадаптацию и повышает мотивацию к интеграции в коллектив.

ИОМ разрабатывается на основе диагностики способностей, здоровья и интересов: адаптированные программы, гибкие графики, тьюторство и коррекционные занятия обеспечивают равный доступ к знаниям и успех в обучении. Дифференциация заданий позволяет студентам с ОВЗ выполнять доступные роли в группе, формируя уверенность и партнерские отношения.

#### Конкретные методы

- Диагностика и проектирование: педагогические консилиумы, тесты компетенций для создания ИОМ с этапами (самодиагностика, цели, задачи, практика).

- Реализация: индивидуальные траектории с ИКТ, тьюторским сопровождением и мониторингом для коррекции поведения и социализации.

- Интеграция: совместные проекты в микросоциуме для кооперации с нормотипичными сверстниками и рефлексии успехов.

Такие маршруты обеспечивают успешную профессиональную подготовку и социальную адаптацию.

#### **Визуальная поддержка:**

Визуальная поддержка способствует адаптации учебного процесса через использование презентаций, схем, видеоувеличителей и тактильных материалов, что облегчает восприятие информации, снижает тревожность и повышает уверенность в обучении.

Методы улучшают понимание материала для студентов с нарушениями слуха или зрения, способствуют равноправному участию в группе и формируют позитивную самооценку через успешное освоение контента. Визуализация создает комфортную среду, активизируя внимание и мотивацию к интеграции в учебный процесс.

#### Конкретные техники

- Презентации и мультимедиа: слайды, видео и инфографика для слабослышащих студентов с субтитрами и крупным шрифтом.

- Устройства для слабовидящих: видеоувеличители, экранные лупы и программы NVDA для доступа к материалам.

- Тактильные и цветовые пособия: рельефные схемы, цветовая маркировка и визуальные расписания для ориентации и саморегуляции.

Такие средства интегрируются в уроки/занятия для комплексной поддержки.

#### **4. Методы работы с социальным окружением (родители, педагоги)**

Адаптация ребенка невозможна без включения его ближайшего окружения.

Методы работы с социальным окружением студентов с ОВЗ и инвалидностью включают семинары, тренинги и консультации для формирования толерантности, партнерства и единой поддержки, обеспечивая интеграцию студентов в учебный коллектив.

Работа строится на партнерстве: подготовка нормотипичных студентов к инклюзии, вовлечение родителей в адаптационные мероприятия и координацию с внешними организациями для снижения стигматизации и повышения эмпатии. Приоритет отдается созданию диалогических отношений, где социальное окружение становится ресурсом для эмоциональной поддержки и мотивации студентов с инвалидностью и/или ОВЗ.

##### *Работа с семьей:*

##### **Психологическое консультирование родителей:**

Психологическое консультирование родителей включает индивидуальные и групповые беседы, тренинги и семинары по преодолению тревоги, формированию реалистичных ожиданий и координации поддержки ребенка в учебной среде.

Консультирование строится поэтапно: сбор анамнеза, выявление переживаний (вина, усталость, тревога), выработка запроса и рекомендаций для эффективной родительской позиции, снижения конфликтов и партнерства с педагогами. Работа фокусируется на эмоциональной

поддержке семьи, обучении техникам взаимодействия и интеграции в образовательную среду.

#### Конкретные методы

- Индивидуальные консультации: анализ трудностей адаптации, помощь в принятии особенностей ребенка и разработка стратегий домашней поддержки.

- Групповые семинары и тренинги: «Психологическая поддержка семей ОВЗ» для обмена опытом, снижения изоляции и формирования единой позиции.

- Родительские лектории: информация о правах, профорientации и ресурсах колледжа для мотивации и снижения тревоги.

Такие подходы обеспечивают единство усилий семьи и образовательной организации для успешной адаптации.

#### **Смещение фокуса с гиперопеки на поддержку автономии.**

Смещение фокуса с гиперопеки на поддержку автономии в работе с семьями достигается через психологическое консультирование родителей, где акцент делается на обучение техникам поощрения самостоятельности, саморегуляции и принятия решений ребенком.

Консультирование помогает родителям преодолеть страх неудач, сформировать реалистичные ожидания и перейти от тотального контроля к партнерской поддержке, что снижает зависимость студента и повышает его уверенность в образовательной среде. Работа строится на диагностике семейных динамик, обучении границам помощи и координации с педагогами для единой стратегии.

#### **Конкретные методы**

Индивидуальные беседы: анализ гиперопеки, упражнения на делегирование задач (планирование дня, выбор одежды) для развития автономии.

Групповые тренинги: «Поддержка без контроля» с ролевыми играми и обменом опытом для снижения тревоги родителей.

Домашние задания: мониторинг самостоятельности студента с рефлексией успехов для закрепления новых паттернов.

Такие подходы способствуют развитию независимости и успешной социализации студентов.

#### Работа с педагогическим коллективом:

##### **Просвещение и обучение педагогов:**

Просвещение и обучение педагогов включает в себя курсы повышения квалификации, семинары и тренинги по психофизиологическим особенностям, специальным методам обучения и созданию инклюзивной среды, что повышает компетентность коллектива в работе с данными студентами.

Обучение строится на освоении индивидуальных подходов, толерантности и специальных приемов (дифференциация заданий, тьюторство), с акцентом на оптимистическую гипотезу успеха каждого студента и постоянный мониторинг прогресса. Педагоги изучают барьеры адаптации, методы снижения тревоги и партнерство с психологами для формирования поддерживающего микроклимата.

#### Конкретные методы

Курсы ДПО: программы по инклюзии с практическими кейсами и моделями ИОМ.

Семинары и тренинги: «Школа адаптации» с ролевыми играми, анализом ошибок и разработкой адаптированных программ.

Волонтерская подготовка: кураторство мероприятий для практики взаимодействия и патронажа студентов с ОВЗ.

Такие меры обеспечивают эффективную интеграцию студентов в образовательную среду.

##### **Супервизия и методическая поддержка:**

Супервизия и методическая поддержка для педагогического коллектива в работе с социально-психологической адаптацией студентов колледжа с ОВЗ и инвалидностью представляет собой систематическое

профессиональное сопровождение через индивидуальные и групповые сессии рефлексии, где педагоги анализируют трудности взаимодействия, корректируют подходы и получают инструменты инклюзии.

Супервизия строится на рефлексии, поддержке и равноправии: педагоги обсуждают эмоциональные нагрузки, стереотипы и кейсы с ОВЗ, развивая толерантность, эмпатию и навыки индивидуального подхода для снижения выгорания и повышения эффективности адаптации. Методическая поддержка включает регулярные консультации психолога и обмен опытом для создания единой стратегии работы с социальным окружением студентов.

#### Конкретные методы

Групповая супервизия: разбор реальных ситуаций (конфликты, дезадаптация) с ролевыми играми и обратной связью для оптимизации взаимодействия.

Индивидуальные сессии: проработка личных барьеров (тревога, неуверенность) и разработка адаптированных методик для конкретных студентов.

Методические объединения: семинары по ИОМ, тьюторству и мониторингу прогресса с практическими рекомендациями.

Такие практики повышают компетентность коллектива и успешность интеграции студентов.

## **ОПЫТ БПОУ «ОПК №1» ПО СОЗДАНИЮ УСЛОВИЙ ДЛЯ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

Успешная адаптация в колледже является залогом их дальнейшей интеграции в общество и трудовой коллектив. Создание инклюзивной образовательной среды способствует разрушению стереотипов и формированию толерантности в студенческой и преподавательской среде.

Стресс при переходе в колледж универсален, но для студентов с инвалидностью он многократно усилен дополнительными факторами риска:

- Страх неприятия: Боязнь столкнуться с непониманием, жалостью или изоляцией в новом коллективе.
- Тревога из-за неопределенности: Неясность, будут ли созданы необходимые условия (физические, технические, методические).
- Эмоциональное выгорание: Постоянная необходимость преодолевать больше барьеров, чем сверстники, для достижения того же результата.

Расширение: Успешная адаптация направлена именно на превращение этого стресса в ресурс для роста. Это происходит через:

- Четкость и предсказуемость: Наличие индивидуального учебного плана, карты доступности колледжа, назначенного тьютора или куратора снижает тревогу.
- Систему поддержки: Психологическая служба, сообщество других студентов с ОВЗ, подготовленные преподаватели создают «безопасную сеть».
- Опыт успеха: Даже небольшие, но самостоятельно достигнутые академические и социальные победы становятся основой для уверенности в решении более сложных задач в будущем.

Адаптация студентов с инвалидностью в колледже — это комплексный процесс, который выполняет триединую задачу:

1. Индивидуально-развивающая: Превращает стресс перехода в личностный рост, давая человеку инструменты для профессионального и социального самоопределения.

2. Социально-преобразующая: Через инклюзивную практику меняет культуру внутри колледжа, воспитывая новое поколение, для которого разнообразие — норма.

3. Проективно-интеграционная: Заложив прочный фундамент из компетенций, уверенности и социальных связей, она обеспечивает плавный и успешный переход человека из системы образования в систему трудовых и общественных отношений, делая его полноправным и активным гражданином.

Таким образом, адаптация — это не конечная цель, а стартовая площадка для полноценной, самостоятельной жизни и важный вклад в создание более сплоченного и справедливого общества.

Принимая во внимание, что успешная адаптация является ключевым условием для академической, профессиональной и социальной реализации студентов с инвалидностью и ОВЗ, возникает необходимость в системном, структурированном подходе к организации этого процесса. Адаптация не может быть стихийной или ограничиваться разовыми мероприятиями; она требует последовательной, прогнозируемой стратегии, учитывающей меняющиеся потребности студента на разных ступенях его образовательного пути.

Таким образом, разработка Модели поэтапной адаптации становится насущной методологической и практической задачей. Данная модель призвана трансформировать общие принципы инклюзии в четкий алгоритм действий, обеспечивающий преемственность поддержки от этапа довузовской подготовки до выпуска и содействия в трудоустройстве. Она направлена на минимизацию дезориентации и стресса студента за счет создания «дорожной карты» с определенными целями, мероприятиями,



ответственными исполнителями и критериями эффективности на каждом этапе.

Представленная модель строится на понимании адаптации как динамического процесса, в котором фокус поддержки закономерно смещается от создания внешних условий к развитию внутренней самостоятельности и самоадвокации студента. Это позволяет не только решать актуальные задачи включения в образовательную среду, но и целенаправленно формировать у студента компетенции, необходимые для его будущей независимой жизни и профессиональной карьеры.

#### Модель поэтапной адаптации студента с инвалидностью и/или ОВЗ

Этапы	Мероприятия	Сроки	Основные мероприятия	Исполнители
1.	<b>Доколледжный</b>	В течение года до поступления	Профориентация, "Дни открытых дверей", консультирование абитуриентов и родителей, оценка потребностей в адаптации.	
2.	<b>Первичный (ознакомительный)</b>	1-2 месяц обучения Сентябрь-октябрь	Вводные мероприятия, диагностика актуального состояния и потенциальных трудностей, зачисление в группы, знакомство с тьютором/куратором.	
3	<b>Приёмная комиссия</b>	Июнь – август	Консультация родителей и абитуриентов по мотивации к обучению пед. специальности, профориентационная консультация (определение программы подготовки), особенности организации вступительных испытаний. Организация вступительных испытаний.	Сотрудники приемной комиссии
4	<b>Собрание по зачислению</b>	Август	– Беседа с родителями и студентами учебной инклюзивной группы о обучении студентов с инвалидностью в их группе. – Индивидуальные беседы с родителями и студентами с инвалидностью об особенностях заболевания,	Педагог-психолог / социальный педагог

Этапы	Мероприятия	Сроки	Основные мероприятия	Исполнители
			ограничениях, адаптационных способностях, особенностях организации образования в школе, организации общения со сверстниками и педагогами. – Подписание согласий на психолого-педагогическое сопровождение, ППК и т.п.	
5	Адаптационные мероприятия с обучающимися	Сентябрь-октябрь	– Тренинги на сплочение. – Тренинги на формирование коммуникативной культуры общения в инклюзивной группе. – Диагностика индивидуальных особенностей обучающихся с инвалидностью и/или ОВЗ. – Занятия по снижению тревожности и развитию эмоционально-волевой регуляции обучающихся с инвалидностью и/или ОВЗ. – Классные часы по формированию инклюзивной социокультурной среды. – Внеклассные воспитательные мероприятия по сплочению коллектива. – ППК	Педагог-психолог Классный руководитель
6			Адаптация образовательных программ в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся	Педагоги Методисты
3.	Основной (адаптации) (1-й курс)			
3.1	Учебная адаптация	1–й семестр	Адаптация образовательного процесса, учебного материала, образовательных программ, фонда оценочных средств и т.п. в зависимости от индивидуальных особенностей обучающегося.	Заведующие отделениями, Методисты, Педагоги
3.2	Тьютерство	1 год обучения	Выстраивание индивидуальной образовательной траектории,	Тьютер

Этапы	Мероприятия	Сроки	Основные мероприятия	Исполнители
			навигация в учебном процессе	
<b>3.3</b>	<b><i>Психологическое сопровождение</i></b>	1 год обучения	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Занятия по развитию эмоционально-волевой регуляции.</li> <li>– Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия по развитию психических процессов (выявленным в ходе диагностики дефицитам).</li> <li>– Занятия по развитию творческих способностей и коммуникативных качеств.</li> <li>– Занятия в инклюзивных группах по развитию инклюзивной социокультурной среды.</li> <li>– Консультации родителей по развитию родительской компетенции и социализации ребенка.</li> <li>– Контрольная диагностика индивидуальных особенностей обучающихся с инвалидностью и/или ОВЗ</li> <li>– Мониторинг удовлетворенности обучения в колледже.</li> <li>– ППК</li> </ul>	Педагог-психолог
<b>3.4</b>	<b><i>Включение в социальную жизнь</i></b>	1 год обучения	<p>Вовлечение в спортивные секции / творческие объединения.</p> <p>Участие во внеурочных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях и т.п.</p>	Классный руководитель
<b>4.</b>	<b>Стабилизационный</b>	2 - 3-й (база 9 классов) курс	Студент активно и самостоятельно участвует в образовательном процессе. Сопровождение переходит в режим "по запросу" и курирования в кризисных ситуациях.	
<b>4.1</b>	<b>Проф. подготовка</b>		Подбор баз для практики, индивидуальные консультации для подготовки к занятиям	Зав. практикой Педагоги по практике
<b>5.</b>	<b>Профессионально-ориентационный</b>	Выпускной курс	Сопровождение процесса трудоустройства:	

Этапы	Мероприятия	Сроки	Основные мероприятия	Исполнители
			взаимодействие с работодателями, подготовка к собеседованию, адаптация на рабочем месте.	
<b>5.1</b>	<b>Подготовка к демонстрационному экзамену</b>		Занятия по подготовке к демоэкзамену	Педагоги по подготовке к демоэкзамену

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленные методические рекомендации предлагают целостную концепцию трансформации профессиональной образовательной организации в подлинно инклюзивное пространство. Их практическая значимость заключается в переходе от декларации принципов доступности к детально проработанной, структурированной системе действий, обеспечивающей не только физическое присутствие, но и полноценную академическую, психологическую и социальную интеграцию обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью.

### 1. Сущность и структурная целостность предложенного подхода

Основной ценностью рекомендаций является их **системность**. Предложенная модель выстроена по логике взаимосвязанных концентрических кругов сопровождения, где в центре находится личность и индивидуальная образовательная траектория студента. Пять ключевых направлений – организационно-управленческое, психолого-педагогическое, адаптации образовательного процесса, социально-средовой адаптации и создания безбарьерной среды – образуют единый каркас, в котором:

- **Каждое направление решает четкий спектр задач**, исключая дублирование функций и организационные пробелы.

- **Направления синергичны и взаимозависимы**. Эффективное тьюторское сопровождение (направление 3) невозможно без четких регламентов ППк (направление 1), а формирование инклюзивной культуры (направление 4) служит основой для успеха психокоррекционной работы (направление 2).

- **Организационно-управленческий блок выступает системообразующим**, обеспечивая легитимность, ресурсы и координацию для всех остальных элементов.

### 2. Ключевые инновационные акценты и практическая ориентированность

Рекомендации содержат ряд принципиально важных акцентов, отвечающих современным вызовам инклюзивного профессионального образования:

- **Акцент на профессиональное становление и трудоустройство.** Инклюзия рассматривается не как самоцель, а как инструмент для построения успешной карьеры. Механизмы профориентации, адаптации практик и взаимодействия с работодателями интегрированы во все этапы обучения.

- **Принцип «разумного приспособления» как основа адаптации.** Подчеркивается необходимость гибкой, индивидуализированной настройки учебного процесса, методов контроля и среды под конкретные потребности, а не создания универсальных, но зачастую неэффективных шаблонов.

- **Трехуровневая модель доступности (физическая, информационная, психологическая).** Особое внимание уделено часто упускаемой психологической доступности – созданию атмосферы безопасности и принятия, что является фундаментом для любой дальнейшей работы.

- **Роль Психолого-педагогического консилиума (ППк) как центра управления инклюзией.** ППк позиционируется не как консультативный, а как коллегиальный орган, обладающий полномочиями по разработке и утверждению индивидуальных планов, что повышает его статус и эффективность.

- **Компетентностный подход к подготовке кадров.** Делается установка на необходимость системного обучения не только узких специалистов, но и всего профессорско-преподавательского состава, административного и вспомогательного персонала.

### **3. Ожидаемый социально-педагогический эффект**

Внедрение данных рекомендаций позволит достичь мультипликативного эффекта на нескольких уровнях:

• **На уровне обучающегося:** Формирование не только профессиональных компетенций, но и критически важных личностных ресурсов – устойчивой самооценки, навыков саморегуляции, эффективной коммуникации, что в совокупности определяет качество будущей самостоятельной жизни.

• **На уровне образовательной организации:** Создание современной, гибкой и гуманной образовательной среды, привлекательной для всех категорий абитуриентов. Повышение общей педагогической культуры коллектива, развитие навыков проектирования индивидуальных траекторий, что в целом повышает конкурентоспособность организации.

• **На уровне общества и экономики:** Расширение кадрового потенциала за счет включения в профессиональную деятельность мотивированных специалистов с инвалидностью. Формирование в молодежной среде, через образовательную среду, устойчивых моделей толерантности, взаимопомощи и уважения к многообразию.

#### **4. Условия успешной реализации и перспективы**

Предложенная модель является ресурсоемкой и требует от руководства образовательной организации осознанной политической воли, стратегического планирования и готовности к организационным изменениям. Ключевыми условиями успеха являются:

1. **Поэтапность внедрения**, начинающаяся с анализа ресурсов, разработки локальной нормативной базы и обучения ключевых специалистов.

2. **Непрерывный мониторинг и оценка эффективности** на основе четких критериев (академических, психологических, социальных), позволяющих гибко корректировать процессы.

3. **Развитие сетевого взаимодействия** с другими образовательными организациями, центрами медико-социальной экспертизы, общественными объединениями инвалидов для обмена опытом и ресурсами.

**В итоге,** данные методические рекомендации представляют собой не просто набор инструкций, а **дорожную карту для системной модернизации профессионального образования** в духе ценностей инклюзивного общества. Их реализация – это инвестиция в человеческий капитал, вклад в снижение социального неравенства и практический шаг к выполнению образовательной организацией своей высокой социальной миссии: раскрытия потенциала каждого человека, независимо от обстоятельств, для его профессиональной самореализации и достойной жизни.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/393QSS>

2. Федеральный закон от 24.11.1995 № 181 - ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/393QXQ>

2. Постановление Правительства РФ от 29 марта 2019 г. № 363 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Доступная среда».

3. Приказ Минобрнауки 2 марта 2022 г. № 05-249 «О направлении методических рекомендаций Методические рекомендации по внедрению единых требований к наличию специалистов, обеспечивающих комплексное сопровождение образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья при получении среднего профессионального образования и профессионального обучения».

4. Письмо Минобрнауки России от 18.03.2014 № 06-281 «О направлении Требований» (вместе с «Требованиями к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса», утв. Минобрнауки России 26.12.2013 N 06-2412вн).

5. Методические рекомендации по обучению студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ / под ред. О. А. Козыревой: учеб. пособие для преподавателей КГПУ им. В.П. Астафьева, работающих со студентами-инвалидами и студен- тами с ОВЗ. – КГПУ, 2015. – 93 с.

6. Обучение студентов-инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья: методические рекомендации для преподавателей МГПИ / сост. О. В. Бобкова ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2017. – 91 с.