

## «Уроки доброты»

### Программа серии классных часов для учащихся 1-5-х классов

(автор Кузякина А.С.)

#### Цели классных часов:

- *Обобщить и углубить знания детей о коммуникации друг с другом*
- *Облегчить адаптацию детей с особенностями здоровья/внешности/поведения*
- *Развить навык работы в команде*
- *Сформировать / усилить эмпатию*
- *Дать понимание причинно-следственные связи своих действий в целом и коммуникации в частности*

#### Целевая аудитория:

- *дети от 6 до 11 лет*

#### Продолжительность:

- *2 классных часа по 45 минут*

### Что необходимо для занятия

Оборудование	Урок 1: Парта Стулья для всех учеников (можно расставить лишние парты вдоль стен)  Урок 2: Стулья для всех учеников
Наглядные материалы	
Инструменты	Урок 1:  1) Нарезанные карточки с качествами характера (смотри приложение 1) 2) Нарезанные пустые бланки (смотри приложение 2) 3) Ручки по количеству учеников  Урок 2:  1) Бланк для подсчета баллов (приложение 3) - для учителя 2) Перечень выдуманных утверждений (приложение 4) - для учителя 3) Ручка

Раздаточные и расходные материалы	
-----------------------------------	--

## Программа занятий

### Классный час 1

1. Вводная беседа
2. Игра на понимание сути внешней схожести и различий: «Я похож на того, у кого...»
3. Игра на принятие разности черт характера в группе: «Мир внутри»
4. Объяснение домашнего задания и заключение

### Классный час 2

1. Вводная беседа
2. Самопрезентация каждого ребенка на тему «Что делает меня уникальным» и викторина в группах
5. Подведение итогов
6. Заключение

## План проведения классных часов

### Классный час 1

Подготовка к уроку:

Организация пространства:

- 1) для первой игры “Я похож...” - зона без предметов мебели
- 2) для второй игры “Мир внутри” - зона со стульями по кругу по количеству детей и партой в центре

Распечатать и вырезать карточки качеств игры «Мир внутри» - приложение 1

Распечатать и вырезать пустые бланки игры «Мир внутри» (количество вырезанных бланков должно быть в два раза больше количества учеников в классе) – приложение 2

Этап	Время	Текст ведущего	Действие ведущего	Действие детей
Вводная беседа	10 мин.	Сегодня у нас с вами будет интересный урок, мы почти не будем сидеть за партами, учить цифры или буквы, но будем много играть, разговаривать и стараться узнать друг друга получше. Вот нас в классе .... человек. Как вы думаете, есть ли что-то, чем мы все похожи? <b>А что такое быть особенным?</b> А есть что-то, что делает каждого из нас особенным? <i>(вопросы классу для краткого обсуждения)</i> Давайте сегодня мы это проверим	Классный руководитель задает доверительный и открытый тон уроку	Дети слушают и отвечают на вводные вопросы

<p>Игра 1 «Я похож на того, у кого...»</p>	<p>10 мин.</p>	<p>Друзья, давайте начнем первую игру. Она называется «Я похож на того, у кого...» Давайте встанем в круг, в центр встанет ведущий. Сначала это буду я. Ведущий называет внешний признак (например, длина волос или цвет одежды), который есть у него и еще у кого-то в кругу. Все с таким признаком убегают со своих мест в центр. Из центра они находят освободившееся место и занимают его. Ведущий тоже старается занять свободное место. Тот, кто не успел найти новое место, становится ведущим и придумывает новый признак.</p> <p>Например:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• « я похож на того, у кого... светлые волосы» - все светловолосые дети меняются местами, а ведущий должен занять чье-то место.</li> <li>• «я похож на того, кто одет в рубашку»</li> <li>• «я похож на того, у кого синий бант».... и т.д.</li> </ul> <p><b>Вывод из игры:</b> Как у нас с вами много общего, правда? Но вот мы сейчас с вами говорили про внешность - длина волос, цвет глаз, похожая одежды. Вы заметили, что даже, если кажется, что мы совсем разные, общее у нас все равно есть?</p> <p>А теперь давайте поговорим про то, что не сразу видно, но очень важно. Наш характер. <b>Как Вы думаете, что важнее: внешность или внутренний мир?</b>(вопрос классу для краткого обсуждения) Конечно, важнее то, что у человека внутри. Например, если человек добрый - он будет делать добрые поступки, помогать своим друзьям, заботиться о своем младшем брате, например. Какой у него цвет глаз при этом совсем не важно.</p>	<p>Ведущий проводит игру.</p>	<p>Дети играют: ищут похожее в себе и других людях и перемещаются по классу</p>
--	----------------	--	-------------------------------	---

<p>Игра 2 «Мир внутри»</p>	<p>25 мин.</p>	<p>Сейчас мы с вами поиграем в игру, которая называется «Мир внутри». Для этого я прошу вас сесть всех в круг.</p> <p><b>1 этап игры:</b> В центре круга лежат заранее нарезанные карточки (прил 1) с чертами характера: “веселый”, “умный” и т.д.. Каждый из вас по очереди возьмет 1 карточку и прочтет, какое это качество. Далее он должен отдать этот листик тому, кому, на его взгляд, это качество больше всего соответствует, подходит. Когда вам дают листочек, держите его на коленках перед собой. Следующий человек тянет новое качество.</p> <p><i>Перечень качеств, которые можно использовать приведем в приложении 1</i> <i>Важно, чтобы учитель управлял ходом игры – если после первого круга остались дети, которым не дали ни одно качество, надо попросить ребят с этого момента отдавать качества тем, у кого их еще нет.</i></p> <p><b>2 этап игры:</b> <i>Когда все карточки розданы, учитель сообщает:</i> «Теперь у вас есть время, чтобы поменяться качествами. Если вам хочется какое-то качество, которое есть у вашего одноклассника, попробуйте договориться с ним, чтобы он дал вам чуть-чуть этого качества – просто так или взамен на другую карточку. Чтобы поделиться своим качеством, вам пригодятся пустые бланки (учитель раздает каждому ребенку по 2 заранее нарезанных пустых бланка-приложение 2). На этих бланках вы списываете со своей карточки качество, которым вам хочется поделиться. Свою карточку вы оставляете себе, а заполненную отдаете однокласснику.</p>	<p>Учитель организует пространство: стулья стоят в кругу, в центре – стол. На столе нарезанные карточки с качествами характера.</p> <p>Объясняет правила игры на 1 этапе, контролирует игру, объясняет правила на 2</p>	<p>1 этап игры: Дети зачитывают качества и передают листок однокласснику</p> <p>2 этап игры: дети перемещаются по классу и меняются карточками с качествами</p> <p>3 этап игры: дети сидят в кругу и зачитывают карточки с качествами</p>
------------------------------------	--------------------	--	---	---

		<p>Например, Маша увидела, что у Кати есть бумажка добрая, ей тоже захотелось такую бумажку, а Катя захотела с ней поделиться. Тогда Катя пишет на пустом бланке слово “добрая” и отдает Маше.</p> <p><i>На взаимодействие выделяется 5-7 минут.</i></p> <p><b>3 этап игры:</b> <i>Когда время истекло, учитель сообщает:</i> А теперь давайте вернемся в наш круг, сядем на стульчики и по очереди зачитаем качества, которые у нас есть. Например: «я умный, добрый и смелый».</p> <p><b>Вывод из игры:</b> теперь мы с вами научились видеть не только, что у человека снаружи, его внешность, но и внутренние качества. Интересно, что мы все очень разные. Поделитесь со всеми, у кого какие появились качества. Мы с вами смогли пообщаться и обменяться важными качествами. Все мы стали немного лучше. Получается, что здорово, что все люди разные, правда?</p>	этапе, выдает пустые бланки, делает вывод из игры	
Объяснение домашнего задания и заключение	5 минут	<p>Вам понравился сегодняшний урок? Правда чудесно, что мы одновременно все очень разные и очень похожие?</p> <p>Давайте на следующем уроке еще поиграем? Для этого прошу вас дома подумать, что делает вас уникальными. Может быть у кого-то 5 кошек или кто-то садится на шпагат. Если придумать сложно – попросите о помощи родителей. Напишите, какая у вас уникальность (особенность) на листочке, подпишите его и сдайте мне перед уроком. Только никому не рассказывайте и не показывайте в классе, что вы написали – до урока важно сохранить это в тайне. Тогда будет интересно.</p> <p>Спасибо вам за сегодняшний урок.</p>	Педагог объясняет задание	Дети слушают

## Классный час 2

Подготовка к уроку:

**Собрать у каждого ребенка подписанный лист с уникальным качеством**

Распечатать бланк для подсчета очков

Распечатать перечень выдуманных фактов

Этап	Время	Текст ведущего	действие ведущего	действие детей
Вводная беседа	5 минут	<p>Добрый день ! На прошлом классном часе мы давали друг другу карточки с подходящими качествами, а потом делились друг с другом и становились более талантливыми. Это захватывающе и приятно, что мы все в чем-то схожи, а чем-то отличаемся.</p> <p>Сегодня мы расскажем друг другу о том, что делает нас уникальными. <b>Что такое уникальность?</b> (вопрос классу для краткого обсуждения)</p> <p>Сейчас вы расскажете о себе и зададите друг другу вопросы, ответы на которые вы давно хотели узнать.</p>	Классный руководитель задает доверительный и открытый тон уроку	Дети слушают

<p>Самопрезентация и викторина</p>	<p>35 минут мин.</p>	<p>Сейчас я разделю вас в команды по 3-4 человека.</p> <p><i>Делим детей на команды любым удобным способом, например, просим две соседние парты повернуться друг к другу.</i></p> <p>Сейчас я называю ваше имя, и вы выходите ко мне. Затем я зачитаю про каждого из вас три утверждения, одно из них будет правдой – это то, что делает вас уникальным, то, что вы написали на своем листике, а остальные 2 – я придумала сама.</p> <p><i>Перечень выдуманных качеств приведен в приложении 2</i></p> <p>Задача каждой команды, решить, какое предложения верное, а какое я <b>придумала</b>. Вы советуетесь в группе и принимаете общее решение. После того, как все команды проголосовали, вы узнаете, какое из утверждений верное. Каждая команда, которая угадывает верное утверждение, получает 1 балл.</p> <p><i>Бланк для фиксации ответов приведен в приложении 3.</i> После того, как мы проголосовали и узнали правильный ответ, можно расспросить человека подробнее.</p> <p>Давайте потренируемся на мне.</p> <p><i>Далее учитель зачитывает три утверждения про себя и дает команде 30 секунд на обсуждение. Далее спрашивает: «Поднимите руку, кто считает, что первое утверждение правда» и так далее. Важно, чтобы все члены команды подняли руки на одном и том же варианте. Иначе ответ не может быть засчитан. Учитель дает верный ответ и фиксирует (прил 3), какие команды заработали балл. Далее поощряет учеников задавать вопросы.</i></p> <p><i>Если дети не торопятся задавать вопросы, обязательно спрашивайте сами.</i></p>	<p>Классный руководитель объясняет правила викторины, вызывает учеников, зачитывает истинные и выдуманные факты о каждом из них, собирает ответы команд, зачитывает правильный ответ, фиксирует заработанные</p>	<p>Дети разбиваются на команды и участвуют в викторине.</p>
------------------------------------	----------------------	--	--	---

	<p><i>Например, у ребенка, который использует протез, можно спросить:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Где делают такую роботуруку?</li> <li>- А кто придумал, как она будет выглядеть ?</li> <li>- Она может сломаться? и т.д.</li> </ul> <p>Перед тем, как мы начнем, я хочу сказать важное правило: Нельзя подсказывать ни своей команде, ни чужой. Если я зачитываю факт про вас, вы никак не должны показать, где верный ответ. Я буду внимательно за вами наблюдать и если увижу, что кто-то подсказывает, заберу у команды баллы.</p> <p><i>Важно, чтобы все дети почувствовали себя уникальными и ощутили, что их уникальность интересна классу. Игра нацелена на то, чтобы дать детскому любознательности доступную и корректную форму. Дети могут задать вопросы в открытой форме и узнать больше про особенности друг друга, чтобы было ощущение открытости и комфортности темы: «все мы особенные и это здорово». Если учитель видит, что вопрос ребенку неприятен, он помогает ученику правильно обозначить свои границы и сформулировать вопрос более тактично.</i></p> <p>В конце игры происходит подсчет очков и объявляется количество баллов у каждой команды.</p>	<p>баллы, а также стимулирует класс задавать вопросы каждому ребенку. В конце игры учитель объявляет сколько баллов набрала каждая команда.</p>	
--	--	---	--

Заключение	5 мин.	Я конечно знала, что вы все такие разные, удивительные и прекрасные, но даже не представляла насколько. И это всего лишь наш класс! А сколько людей живет на планете? Благодаря нашим занятиям я уверена, что каждый из вас сможет проявить интерес и уважение к особенностям другого человека, а также научиться уважать и принимать свои особенности. Спасибо Вам за занятие!	Учитель завершает урок	Дети слушают
------------	--------	---	------------------------	--------------

### Приложение 1

Качества для игры «Мир внутри»

Оптимист	Гениальный	Лидер
Болтунишка	Добродушный	Любознательный
Будущий президент	Доверчивый	Мудрый
Ведёшь толпу за собой!	Душа компании	Обаятельный
Весельчак	Заботливый	Общительный
Взрослый	Интересный	Популярный

Внимательный	Искорка	Преданный
Голливудская улыбка	Искренний	Оптимист
Разносторонний	Танцор	Ходячая энциклопедия
Спортсмен	Умный	Честный
Счастливый	Хахатун	Чистюля
Талант	Хитрый	Шутник
Эмоциональный	Энергичный	Юморист

## **Приложение 2**

Пустые бланки для игры «Мир внутри» (количество вырезанных бланков должно быть в два раза больше количества учеников в классе)



### **Приложение 3**

Бланк для подсчета баллов

Команда/вопрос	Заработанные баллы <i>(после каждого вопроса команда, заработавшая балл, получает цифру 1 в эту графу)</i>	Сумма баллов
Команда 1		

Команда 2		
Команда 3		
Команда 4		
Команда 5		
Команда 6		
Команда 7		
Команда 8		
Команда 9		

#### **Приложение 4**

Выдуманные утверждения для викторины (утверждения можно повторять для разных учеников или придумывать новые )

1. У этого человека семь братьев и сестер
2. Этот человек был в 15 странах

3. Этот человек умеет плавать в ледяной воде
4. У этого человека дома живет енот
5. Этот человек ест на завтрак только гречневую кашу
6. Этот человек плавал с китом
7. Этот человек занял первое место на соревнованиях по гольфу
8. Этот человек говорит на 3 языках
9. Этот человек умеет дрессировать лошадей
10. Этот человек никогда не ел шоколад
11. Этот человек на велосипеде уехал в другую страну
12. У этого человека дома живет говорящий попугай
13. Этот человек учится играть на баяне
14. Этот человек однажды спас черепаху
15. Этот человек учился в шпионской академии
16. Этот человек умеет печь пончики
17. Этот человек умеет управлять лодкой
18. Этот человек знает 15 видов грибов
19. Этот человек ел морских ежей
20. Этот человек может наизусть рассказать 3 стихотворения пушкина
21. Этот человек умеет делать сальто
22. У этого человека раньше были зеленые волосы
23. Этот человек все прошлое лето провел в Африке
24. Этот человек умеет считать для миллиона на английском
25. Этот человек видел акулу
26. Этот человек может сесть на шпагат
27. Этот человек умеет петь на французском



- 28. Этот человек умеет стрелять из лука
- 29. Этот человек знает 50 скороговорок
- 30. У этого человека дома есть фонтан
- 31. Этот человек построил из снега Кремль
- 32. Этот человек ездил на осле
- 33. Этот человек лично знаком с президентом

[Создано в рамках реализации социального проекта «Академия киберлюдей: площадка онлайн- и офлайн-реабилитации и обучения для детей и взрослых без руки» при поддержке Фонда президентских грантов](#)

ХХ.ХХ.ХХХХ № Х

**Кому (учебное учреждение)**

***Уважаемые коллеги!***

Мы благодарим вас за реализацию инклюзивного подхода к образованию детей. Благодаря профессиональным качествам вашего коллектива ребенок с особенностью верхних конечностей имеет возможность чувствовать себя комфортно в среде сверстников и получать образование по современным образовательным стандартам.

В связи с отсутствием части конечности медицинский консилиум назначил ученику использование активного протеза верхних конечностей. Протез верхних конечностей – техническое средство реабилитации, которое позволяет компенсировать весовую и функциональную разницу двух сторон тела и препятствовать развитию вторичных нарушений здоровья.

Однако использование протеза, как и отсутствие конечности в целом, нередко привлекает повышенное внимание к личности ребенка и отчасти может отвлекать от образовательного процесса. Для развития экспертный совет подготовил программу, информационно-методические материалы для проведения педагогами занятий с младшими школьниками, с которыми можно ознакомиться в приложении к письму.

Мы надеемся, что материал будет полезен и станет еще одним инструментом поддержки государственного вектора развития инклюзии в образовательных учреждениях, а значит, будут созданы условия для адаптации детей без руки — младших школьников в обществе.

Мы будем рады, когда вы расскажете нам, как провели занятия по нашей программе. Также мы можем подготовить благодарственное письмо учебному учреждению за вклад в развитие инклюзии в РФ и внедрение в работу практики занятий по инклюзивному воспитанию с младшими школьниками. Информацию о реализации программы и для получения благодарственного письма направляйте на [cyber@iloveschool.help](mailto:cyber@iloveschool.help).

Материалы разработаны в рамках социального проекта «Академия киберлюдей: площадка онлайн- и офлайн-реабилитации и обучения для детей и взрослых без руки», который реализуется при поддержке Фонда президентских грантов.

Экспертный совет



«Моторика» и АНО «Платформа образовательных проектов»

## **Уважаемые педагоги!**

Вы сейчас главные наставники в жизни нашего ребенка. На вас ориентируются наши дети. Мы доверяем вам не только образование, но и психологический и физический комфорт ребенка, его развитие как личности. На все эти процессы в той или иной степени влияет особенность моего ребенка. До его рождения мы не были знакомы с особенностями протезирования, обучения и реабилитации детей, использующих протез. Возможно, вы также сталкиваетесь с такой ситуацией впервые. Поэтому мы бы хотели передать вам информацию, которую подготовил наш лечащий врач касательно вопросов адаптации ребенка с протезом в школе, а также сценарии классных часов. Сценарии написаны при поддержке Фонда президентских грантов для того, чтобы обобщить и углубить знания детей о коммуникации друг с другом и облегчить адаптацию детей с особенностями здоровья, внешности или поведения.

### **Особенности социальной и бытовой адаптации детей, использующих протезы верхних конечностей**

Совокупность людей, нуждающихся в протезировании верхних конечностей, весьма неоднородна. Различия вызваны рядом причин – в зависимости от сроков возникновения выделяют врожденные и приобретенные особенности. Люди с врожденными особенностями конечностей родились без руки или ее части. Врожденное отсутствие конечности (аплазия) чаще всего не связано ни с образом жизни мамы, ни с наличием у нее тех или иных заболеваний. Точные причины неверного формирования конечности в период внутриутробного развития неизвестны.

Люди с приобретенным отсутствием конечности утратили ее в ходе жизни – в результате операции, ДТП, онкологического заболевания, бытовой травмы и так далее. Таким образом, они пережили серьезную психологическую травму: страдания от утраты конечности по силе ощущений сопоставимы с утратой близкого родственника. Ребенку и семье очень тяжело, они были к этому не готовы и последовательно проходят все стадии горевания по поводу утраты: отрицание, торг, агрессию, депрессию и принятие нового образа жизни.

Кроме того, существуют различия по уровню отсутствия конечности: у кого-то нет одного или нескольких пальцев, у кого-то – кисти, предплечья или плеча. Встречаются случаи с односторонним отсутствием конечности – тогда вторая рука сохранена и полноценно функционирует, а также двусторонним нарушением функции верхних

конечностей – когда обе верхние конечности имеют особенности. Наконец, в редких случаях особенности верхних конечностей сочетаются с другими заболеваниями.

Все дети с особенностями верхних конечностей очень разные. Ниже мы приведем максимально обобщенные черты. Дети с двусторонним нарушением верхних конечностей требуют особого внимания врачей и реабилитационной команды. Однако при наличии должных приспособлений, помощи и поддержки семьи и социальных институтов, они способны адаптироваться к максимальному количеству социально-бытовых задач – могут учиться, заниматься спортом, получить профессию и построить семью.

Дети с особенностью одной конечности, как правило, значительно легче адаптируются к социальным и бытовым задачам. Они быстро приобретают навык выполнения всех активностей одной рукой и в уровне самостоятельности зачастую не отличаются от сверстников. Однако важно понимать, что социально-бытовая адаптация – не единственный параметр, на который мы должны ориентироваться. Отсутствие конечности вызывает весовой и функциональный дефицит. Это значит, что одна сторона тела весит больше другой и берет на себя большие нагрузки. Со временем такая асимметрия вызывает вторичные нарушения опорно-двигательного аппарата. Сначала они затрагивают исключительно мышцы. Мышцы культи (медицинский термин, который мы не рекомендуем использовать в классе) и корпуса «незадействованной» стороны тела слабеют, в то время как противоположная сторона перегружается. Мышцы, в свою очередь, воздействуют на костные структуры. У детей с односторонней особенностью верхних конечностей в два раза чаще встречается сколиоз. Заболевание начинается раньше и успевает развиться в более серьезные нарушения, чем у детей без особенностей конечностей. В то же время вторая сторона тела испытывает постоянные перегрузки и реагирует болевым синдромом. Таким образом, с возрастом единственная здоровая конечность также приобретает особенности здоровья.

Данные состояния крайне сложно поддаются лечению. Оптимальной стратегией является их профилактика. Одним из механизмов профилактики является регулярное использование протеза, в том числе и в школе. Протез помогает уравнивать вес двух конечностей, а также дать должную нагрузку руке с особенностью здоровья.

## **Вопрос – ответ**

### **Какие типы протезов существуют?**

Протезы можно разделить по уровню ампутации или особенности развития. Например, протезы верхних конечностей на уровне кисти и пальцев, протезы

предплечья, протезы плеча и протезы после вычленения плеча (то есть, если плечевой сустав отсутствует, и его приходится формировать отдельно). Подбором протеза занимается медицинский консилиум.

Наиболее важна для нас классификация в соответствии с возможностями протеза. С функциональной точки зрения выделяют три группы протезов:

- косметические протезы;
- активные протезы;
- рабочие протезы (неактуальны для детей).

Косметический протез – аналог руки человека, максимально похожий на нее внешне. Сейчас существуют протезы, незначительно отличающиеся по своим внешним характеристикам от второй конечности – можно добиться похожего тона кожи, формы ногтей и даже волосяного покрова. Но отличия все равно будут. По крайней мере, в том, что рука будет абсолютно неподвижна. Косметический протез не способен выполнять активных движений, брать им предметы невозможно.

Таким образом, должной нагрузки на мышцы он не дает.

Активные протезы, напротив, предполагают наличие активных движений, таким изделием предметы брать можно. То, как происходит схват, зависит от способа управления протезом. Первый способ – когда у протеза нет внешнего источника энергии и протез движется благодаря движению руки. Самый простой механизм для таких протезов – механизм тяг. Например, ребенок сгибает локоть или кисть, а в это время тяги приходят в движение, сгибая пальцы протеза. Такие изделия еще называют механическими или тяговыми.

Второй способ – использование протезом внешнего источника энергии. В этом случае у протеза есть моторчик, который запускает работу протеза. Задача человека, использующего устройство – дать правильную команду, чтобы протез «знал», какое действие надо совершить. Самый распространённый метод управления протезом – биоэлектрический. Человек напрягает определенную мышцу, датчики считывают это напряжение и командуют мотору – «согнуть пальцы». Чтобы пальцы разогнулись, надо дать уже новую команду, например, напрячь другую мышцу. Такие протезы еще называют биоэлектрическими или бионическими. Безусловно, бионические протезы дают больше возможностей и имеют больше функций. Ими можно удерживать более тяжелые предметы. Кроме того, некоторые изделия позволяют настроить разные схваты – то есть двигать пальцами по отдельности. Однако надо понимать, что бионические протезы значительно сложнее в управлении. Напрягать ту или иную мышцу важно на фоне полного расслабления остальных, и это непростой навык. Кроме того, такие протезы требуют регулярной зарядки (как мобильный телефон), а также за счет наличия

дополнительных элементов они весят значительно больше активных протезов без внешнего источника энергии.

Создаются активные протезы чаще всего по дизайну ребенка. Ребенок сам выбирает цвет, рисунок, насадки. И это крайне значимо в процессе привыкания к протезу: яркий и необычный протез воспринимается как игрушка, как нечто новое и очень интересное. Техническое средство реабилитации превращается в роботуруку или «волшебную ручку». Очень важно не стараться создать аналог второй руки; протез ребенка должен быть ярким и непохожим на живую руку, таким образом, мы даем ребенку информацию о том, что нет повода скрывать свою особенность.

Семья ребенка может пояснить особенности использования протеза ребенком, рекомендованный график и продолжительность использования, а также передать контакт лечащего врача, чтобы при необходимости можно было получить дополнительную информацию. Правильно будет уточнить, как протез и руку, требующую протезирования, называют дома, и использовать привычный для ребенка вариант и в школе.

### **В каком возрасте устанавливают протез?**

Вернее было бы сказать, какой протез устанавливают в каком возрасте. Потому что все типы протеза для ребенка актуальны и важны, но в разные периоды жизни. В соответствии с международными рекомендациями первое протезирование необходимо проводить в возрасте шести месяцев. В этот период устанавливают косметический протез. Его основной задачей НЕ является «маскировка» особенности здоровья. Основная цель косметического протезирования в этом возрасте – компенсировать весовой дефицит, уравнивать вес обеих сторон тела. Почему это рекомендуют делать именно в шесть месяцев? Потому что примерно в этом возрасте ребенок начинает садиться, а это задача, которая требует равновесия, и «ловить» это равновесие необходимо при относительно равном весе рук.

Переход на активный протез происходит в период 1,5-2,5 лет.

Тип первого активного протеза может быть любым. На сегодняшний день дети младшего возраста чаще всего пользуются протезами без внешнего источника энергии. Бионические протезы чаще всего доступны с 6-8 лет.

Отдельно отметим, что есть ситуации, когда установка протеза невозможна. Решение о возможности протезирования и типе необходимого изделия принимает медицинский консилиум. В таких случаях врачи дают рекомендации по альтернативным способам адаптации ребенка к социально-бытовым задачам.

Нередко бывает и так, что первое протезирование произошло позднее описанных выше сроков, и ребенок ранее посещал школу без протеза. В такой ситуации в школе уже привыкли к тому, как выглядит ручка, и ребенок часто не хочет привлекать лишнее внимание, надевая протез. Наша задача – выработать у ребенка и группы правильное

отношение к особенностям здоровья других людей, а также к их отличиям во внешности и поведении. Нельзя забывать, что протез – техническое средство реабилитации. Он необходимо для здоровья ребенка. Для того, чтобы облегчить адаптацию ребенка и группы, созданы эти уроки.

### **Протез может то же самое, что и обычная рука?**

На сегодняшний день протез не может полностью заменить обычную руку, но нам важно дать ребенку возможность привыкнуть к нему, научиться им пользоваться и выбрать те активности, в которых со временем (не сразу) с протезом будет удобно (именно это мы называем “регулярное использование для избранных активностей”).

### **Что делать, если протез сломался в школе?**

Протезы могут ломаться – ребенок может на него упасть, могут наступить другие дети, выйти из строя какие-то внутренние детали, это нормально. Починка протеза происходит бесплатно, сотрудники школьных учреждений или дети не несут за это финансовой ответственности. Однако необходимо пояснить ребенку и группе, что относиться к протезу нужно аккуратно – «если ты его снял, убери в рюкзак / отдай классному руководителю. Но если что-то выйдет из строя, мы не будем расстраиваться или ругать тебя, протез можно починить».

Как мы упоминали ранее, все дети, использующие протез, отличаются друг от друга уровнем социально-бытовой адаптации, образом использования протеза и типом изделия. Наличие у персонала школы, одноклассников и родителей других детей вопросов – нормальный процесс. Для комфортного нахождения ребенка с протезом в школе и поддержания его здоровья важен открытый диалог с семьей, школой и лечащим врачом ребенка. Уроки доброты – один из вариантов построения диалога в группе. Более детально формат урока, необходимая подготовка и инструменты проведения занятий описаны в сценарии классных часов в прилагаемом документе.

Мы надеемся, что материал будет полезен и станет еще одним методом поддержки комфортной и доверительной атмосферы в классе, которую вы создаете. Мы вам очень благодарны за ваш труд. Кроме того, за вклад в развитие государственного вектора развития инклюзии в образовательных учреждениях можно получить именное благодарственное письмо, написав запрос по адресу электронной почты [cyberman@iloveschool.help](mailto:cyberman@iloveschool.help).

С любовью, экспертный совет  
«Моторика» и АНО «Платформа  
образовательных проектов»



[Создано в рамках реализации социального проекта «Академия киберлюдей: площадка онлайн- и офлайн-реабилитации и обучения для детей и взрослых без руки» при поддержке Фонда президентских грантов](#)

## ***Здравствуй, дорогой друг нашего киби-героя!***

Мы, взрослые, закончив школьную ступень, точно знаем, что школа — это не только про учебу, но и про осознание себя в компании других детей, своих сильных и слабых сторон, а также своих особенностей. Это постоянный поиск ответов на внутренние вопросы. При этом дети бывают очень ранимы и воспринимают информацию не так, как взрослые люди. Поэтому важно быть рядом и предложить своему ребенку правильную помощь в вопросах адаптации к школе или использованию протеза в детском коллективе.

Чтобы помочь нашим прекрасным, сильным и смелым киби-героям [АНО «Платформа образовательных проектов»](#) и компания [«Моторика»](#) собрали целую команду из 10 экспертов, очень опытных в вопросах детской психологии, педагогики и общения детей в группах. Изначально мы планировали подготовить серию видеороликов о детях и взрослых с протезами и особенностями рук. Однако мы постепенно пришли к тому, что если мы хотим принимать и уважать особенности друг друга, говорить надо не про одного ребенка, а про весь класс в целом. Про то, что все люди разные и наш мир прекрасен именно своим многообразием. Так появилась при поддержке [Фонда президентских грантов](#) программа серии классных часов, состоящая из игр и тренингов, направленных на поиск общего и принятие разного.

Нашим главным партнером в проведении уроков станет классный руководитель – именно для него подготовлена программа серии классных часов и модуль «Вопрос-ответ». Кроме сценария мы написали отдельное письмо директору вашего учреждения. Если будет необходимо, можно использовать его для создания продуктивного диалога с администрацией школы.

Но важно понимать, что самый главный учитель в жизни ребенка – это вы. Дети очень точно копируют поведение мамы или папы не только по отношению к другим людям, но и по отношению к себе самому. Как вы сейчас себя ведете по отношению к особенностям ребенка? Комфортно ли говорить о них вслух? Рассказали ли вы ребенку историю появления его особенности? Как у вас получается рассказывать окружающим людям об отсутствии конечности? Что вы при этом чувствуете? Если вы не знаете ответов на часть вопросов или чувствуете, что особенность ребенка вызывает у вас сложные чувства – боль, страх за будущее, стеснение, вину – это нормально. Никто нас никогда не готовил к таким беседам с ребенком или с самим собой. С этого и надо начинать работу. В этом может помочь психолог – подобрать специалиста можно самостоятельно или обратиться за помощью в нашем проекте «Академия киберлюдей: площадка онлайн- и офлайн-реабилитации и обучения для детей и взрослых без руки» написав нам на почту [cyberman@iloveschool.help](mailto:cyberman@iloveschool.help).

Все как в самолете: «сначала надеть кислородную маску на себя, потом на ребенка». Итак, когда маска с кислородом уже на вас, можно начать работу с нашим киби-героем. Для этого надо понимать 2 важных тезиса:

1. Повышенное внимание будет сопровождать вашего сына или дочь всегда, к этому надо быть готовым и вам, и ему. Такая внутренняя готовность - это навык, который можно тренировать.
2. Если внимание или вопросы неприятны, терпеть необязательно. Важно обозначать свои чувства, например так: «Мне неприятно говорить сейчас об этом, давай обсудим что-то другое».

Но вернемся к нашим классным часам. В рамках занятия каждому ребенку предстоит рассказать о своей уникальности. Подготовиться к такой самопрезентации надо вместе. Будет здорово, если своей уникальностью ребенок назовет «супергеройскую руку». Еще лучше, если он укажет еще один дополнительный интересный факт, кроме протеза. Потренируйтесь, что интересного можно рассказать про обе уникальные черты ребенка, задавайте вопросы и придумывайте оригинальные ответы. Так ребенок будет чувствовать себя увереннее на уроке.

Зачем нужно такое занятие? Использовать такой классный час можно и если вы уже надевали протез в школу, и для знакомства одноклассников с киби-рукой. В рамках открытого диалога между детьми мы даем возможность задать вопросы в комфортной среде. Наш ребенок одновременно и чувствует свою уникальность, и осознает, что и у других детей есть свои особенности. Если ребенок решил рассказать про другую свою уникальную черту, а не протез – это тоже хорошо и никак не мешает реализовать цели нашего урока. Основная мысль: быть разными, принимать и обсуждать различия – нормально!

С любовью, экспертный совет  
«Моторика» и АНО «Платформа образовательных проектов»

[Создано в рамках реализации социального проекта «Академия киберлюдей: площадка онлайн- и офлайн-реабилитации и обучения для детей и взрослых без руки» при поддержке Фонда президентских грантов](#)