

Если есть трудности, спросите себя:

- Может быть, Вы или ребенок болеете, испытываете стресс?
- Не потерял ли ребенок интереса к той награде, которой Вы его поощряете? Достаточно ли часто Вы поощряете ребенка?
- Не слишком ли большой шаг Вы пытаетесь сделать? (Не слишком ли быстро вы перестали помогать?)
- Не слишком ли медленно Вы двигаетесь? Не становится ли ребенку скучно на занятии? (Может быть, ребенок все еще нуждается в Вашей помощи?)
- Подходит ли выбранный материал для занятия? Можно ли его заменить, чтобы улучшить результат?
- Не слишком ли продолжителен Ваш урок? Не слишком ли долго Вы работаете над одним и тем же заданием?
- Заканчиваете ли Вы урок маленькой победой ребенка?



НАШ АДРЕС:

664022, г. Иркутск, Пискунова, 42

т. 8(3952)700-940

Сайт: www.cpmss-irk.ru

E-mail: gbabyhelp@bk.ru

<https://vk.com/public183768857>



Государственное автономное
учреждение Иркутской области
"Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи"

Рекомендации по формированию навыков самообслуживания у детей с особенностями развития

Информация для родителей
и специалистов служб
ранней помощи

Овладение навыками самообслуживания напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом на пути к его независимости.

У детей с особенностями развития формирование навыков самообслуживания не происходит самопроизвольно.

НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

В основе обучения лежит разработка специальной программы, учитывающей возможности ребенка на данный момент и ориентирующей на ближайшие задачи.

”

Обучение навыкам самообслуживания составляет целое направление работы специалистов ранней помощи и родителей.

“

Для ребёнка раннего возраста самообслуживание включает в себя освоение следующих навыков:

ПРИЕМ ПИЦИ

Есть ложкой, пить из чашки;

РАЗДЕВАНИЯ И ОДЕВАНИЯ

Снимать, одевать обувь, трусики, колготки, шорты, брюки или юбку, шапку, варежки;

ГИГИЕНЫ ТЕЛА

мыть руки и лицо, вытирать их полотенцем, пользоваться носовым платком и салфеткой;

ОПРЯТНОСТИ

умение пользоваться горшком.



ЭТИ НАВЫКИ ФОРМИРУЮТСЯ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ ВОСПИТАНИЯ ПРИ ОПРЕДЕЛЁННОМ УРОВНЕ РАЗВИТИЯ У РЕБЁНКА НЕКОТОРЫХ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ:

общая моторика (умение садиться, вставать, ходить, подниматься и спускаться по ступенькам)

зрительно-слуховое внимание (умение смотреть и приходить, когда зовут, слушать сказки, отвечать на вопросы доступным способом);

мышление (уметь узнавать предметы; выполнять простые указания, поручения; уметь имитировать, т.е. подражать взрослым);

мелкая моторика (умение толкать, тянуть, переворачивать предмет, держать его и выпускать из рук и т.д., играть с водой, выполнять несложные пальчиковые игры).

При организации процесса обучения бытовым навыкам необходимы правильная организация пространства, рабочего места, наборы бытовых и специальных предметов

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОДЕВАТЬСЯ И РАЗДЕВАТЬСЯ

- шкафчик с полочками для одежды и обуви,
- удобные для детей по высоте сиденья-банкетки или стулья,
- наличие необходимой одежды (как правило, по сезону),
- карточки с изображением отдельных видов одежды,
- иллюстрированный план одевания

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЯ ПОЛЬЗОВАНИЯ ТУАЛЕТОМ

- ручки, прикрепленные к боковой стене, помогающие ребенку вставать и садиться;
- подставка под ноги, необходимая для опоры;
- набор разных сидений для унитаза;

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО ПРИНИМАТЬ ПИЦЦУ

- большие непромокаемые фартуки;
- ложки и вилки со специальными насадками на ручку;
- тарелки на присосках с одним более высоким краем (желательно);
- кружки с двумя ручками;
- соответствующий высоте стола стул и подставка под ноги (чтобы ребенок во время еды не болтал ногами, а имел опору);
- карточки с изображением отдельных видов еды;



ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЯ УМЫВАТЬСЯ И УХАЖИВАТЬ ЗА СОБОЙ

- набор умывальных принадлежностей;
- легко открывающиеся ручки крана;
- зеркало на высоте, соответствующей росту ребенка

Наблюдая за ребенком в течение дня, родители могут заметить, что есть много мелких действий, которые они каждый день выполняют за ребенка.



Понаблюдайте за ребенком в течение дня и определите, что из того, что вы делаете за него, он может научиться делать сам.



ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

ОЦЕНИТЕ ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ У РЕБЕНКА

1. Что он умеет делать достаточно хорошо уже сейчас, но только с вашей помощью?
2. Что он может выполнять лишь отчасти?
3. Что он совсем не в состоянии делать?

ВЫБЕРИТЕ НАВЫК, КОТОРОМУ ВЫ БУДЕТЕ ОБУЧАТЬ РЕБЕНКА

1. Это должен быть навык, который ребенок готов осваивать.
2. Это должен быть навык, который он хочет освоить.
3. Это должен быть навык, которому Вы хотите его обучить.

РАЗБЕЙТЕ ВЫБРАННЫЙ НАВЫК НА ШАГИ

В зависимости от навыка и возможностей ребенка, шаги могут быть «крупными» или «мелкими».

Например, **навык «Мытье рук»:**

- **крупные шаги:**

1. Включить кран.
2. Намылить руки.
3. Сполоснуть руки.
4. Выключить кран.
5. Вытереть руки.

- **мелкие шаги:**

1. Подойти к раковине.
2. Протянуть руку.
3. Открыть кран..... И т.д.

- *Шаги навыка - это задачи, над которыми Вы будете работать (учить ребенка выполнять определенный шаг).*
- *Начинать со следующего шага нужно после тех, которые ребенок уже усвоил.*
- *Двигаемся дальше тогда, когда ребенок к этому готов.*

Организация среды

ВРЕМЯ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

1. В течение дня найдите для занятий в среднем 10-15 минут (время для занятий индивидуально для каждого ребенка).
2. Спланируйте свои дела так, чтобы проводить занятия с ребенком 3-5 раз в неделю (количество занятий зависит от формируемого навыка).
3. Необходимо ориентироваться на те часы, когда взрослый может отложить свои дела и полностью посвятить время ребенку.
4. Необходимо заниматься тогда, когда ребенок не устал и не голоден.
5. Занятие навыками самообслуживания происходит в соответствии с распорядком дня.

МЕСТО ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

1. Место для занятий должно быть как можно дальше от повседневных отвлекающих факторов и помех в занятиях.
2. Необходимо убрать лишние игрушки, вещи, телевизор, телефон, иногда, других взрослых и детей.



МАТЕРИАЛЫ

1. Материалы должны быть интересны и приятны ребенку
2. Ребенку должно быть легко их удерживать и передвигать (крупный кусок мыла разрезать пополам, учить расстегивать пуговицы - на одежде с крупными пуговицами и т.д.)
3. Материалы должны быть подобраны по размеру, комфортному для ребенка (детская ложечка, детская зубная щетка и т.д.)
4. Материалы должны быть безопасны и не ломаться, если их случайно уронить.

СПРОСИТЕ СЕБЯ: "СМОЖЕТ ЛИ РЕБЕНОК С ПОМОЩЬЮ ЭТИХ МАТЕРИАЛОВ СДЕЛАТЬ ТО, ЧЕГО Я ОТ НЕГО ОЖИДАЮ?"

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДСКАЗОК

Подсказки используются сразу после или одновременно с инструкцией.

Виды подсказок - физическая, моделирование, словесная, визуальная, жестовая, изменение местоположения, выделение свойств предметов, подсказка стимулами.

ПОХВАЛА И ПООЩРЕНИЕ

Внимание взрослого, в чем бы оно ни проявлялось, - для ребенка является самой большой наградой. Используйте угощения, любимые занятия ребенка.

Убедитесь, что ваши поощрения действительно поощряют.

Поощряйте правильное поведение ребенка сразу после того, как он его продемонстрирует.

Учитесь не обращать внимания на те действия ребенка, о которых вы его не просили.

Когда навык уже освоен, постепенно сводите поощрения на нет.

ВЕДИТЕ ДНЕВНИК НАБЛЮДЕНИЙ

Это позволит проанализировать, каких успехов достигли в освоении навыка, отметить и понять причины неудач.

Каждое занятие должно заканчиваться для ребенка успешно.

НАБЕРИТЕСЬ ТЕРПЕНИЯ!

”
Обучение ребенка с особенностями развития - процесс медленный
“

Все члены семьи должны быть единым механизмом (последовательны и договориться об общих требованиях к ребенку).

Прежде чем требовать что-либо, понаблюдайте, что ребенок сможет выполнить.

Просьбы не должны оставаться без внимания, невыполненными. Ребенку должно быть понятно, когда и что Вы от него хотите.

Отмечайте мельчайшие удачи ребенка.

Создайте визуальное расписание.

Помните! Нельзя научить ребенка всему сразу, необходимо сосредоточиться на одном доступном ему навыке.