

Самообслуживание — это труд, направленный на удовлетворение личных потребностей ребенка. Он связан с процессами одевания, раздевания, приема пищи и соблюдения элементарных правил личной гигиены (мытье рук, пользование носовым платком и т.п.).

Обучение этим процессам ребенка с нарушениями опорно-двигательного аппарата должно быть максимально индивидуализировано в зависимости от его двигательных возможностей.

Навыка приема пищи.



Взрослые учат ребенка самостоятельному приему пищи, умению брать ложку, держать кружку и пить из нее.

Рекомендуем использовать небьющиеся чашки и тарелки. Желательно, чтобы ложки, а позже вилки, которыми пользуется ребенок, имели пластмассовые рукоятки, так как такие приборы меньше скользят по поверхности стола.

Важно научить ребенка брать кружку или чашку, удерживать ее в одной или двух руках и пить из нее. Чтобы ложка, вилка или карандаш, ручка не вываливались из рук ребенка, используем прием утяжеления. Надеваем специальные насадки, чаще резиновые груши, утяжеленные маленькими металлическими шариками.



Навыки самообслуживания.

Учим снимать и надевать одежду в определенной последовательности: майка, трусы, шапка — с одежды, не требующей застегивания; затем — одежда с застегиваниями; затем — со шнуровкой.

Умывание.



Сначала учим выполнять самые простые действия: засучивать рукава, смачивать руки водой, тереть ладони; позже – усложняем: закрывать и открывать кран, пользоваться мылом, полотенцем.

Социально-бытовые навыки.

Учим ребенка открывать и закрывать дверь, пользоваться дверной ручкой, ключом, задвижкой; выдвигать и задвигать ящики; пользоваться осветительными приборами; включать и выключать телевизор, регулировать силу звука; вести

разговор по телефону, правильно набирать номер и т. д.



Чтобы ваши усилия оказались более эффективными, следуйте нескольким правилам:

- 1. Обучать ребенка надо понемногу: если ребенок заскучал или начинает протестовать, прекратите занятие.*
- 2. Нельзя воевать с ребенком – вы все равно проиграете.*
- 3. Не критикуйте ребенка за неуклюжесть и ошибки. Поощряйте любую попытку!*
- 4. Учитесь выполнять задание постепенно.*

5. Не оставляйте своих попыток, даже если прогресс очень медленный; отмечайте любые признаки улучшения.

6. Если Вы перестанете учить ребенка, другой возможности у него не будет. Если Вы решите, что ребенок к чему-то не способен – он никогда не сможет это сделать.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Я – САМ»

(«Как развивать навыки самообслуживания в домашних условиях у ребенка с НОДА»)



МАДОУ «Д/С №17 г. Челябинска»