



## Как привить особому ребенку навыки самообслуживания.

### *Особый ребенок – особые отношения*

Навыки самообслуживания детям начинают прививать уже в дошкольном возрасте - это соблюдение гигиенических правил, уход за одеждой, выполнение простого труда по дому.

Ребенка приучают самостоятельно одеваться, умываться, убирать свою постель, ставить на место игрушки, наводить порядок в игровом уголке.

Обучая ребенка с нарушениями в развитии навыкам самообслуживания, в том числе одеванию и раздеванию, родители развивают его самостоятельность, независимость от помощи взрослого.

Навыки одевания и раздевания предполагают развитие двигательных функций, как потягивание, хватание, отпускание, способствующих формированию мелкой и общей моторики ребенка.

При обучении особенного ребенка самостоятельно одеванию и раздеванию придерживайтесь общих правил: одежда должна быть удобной, просторной, что бы ее можно было легко снимать и надевать.

Когда ребенок научится снимать и надевать простую одежду, подберите для него такие вещи, которые его заинтересуют (с застежками "молния", "липучками", с большими пуговицами).

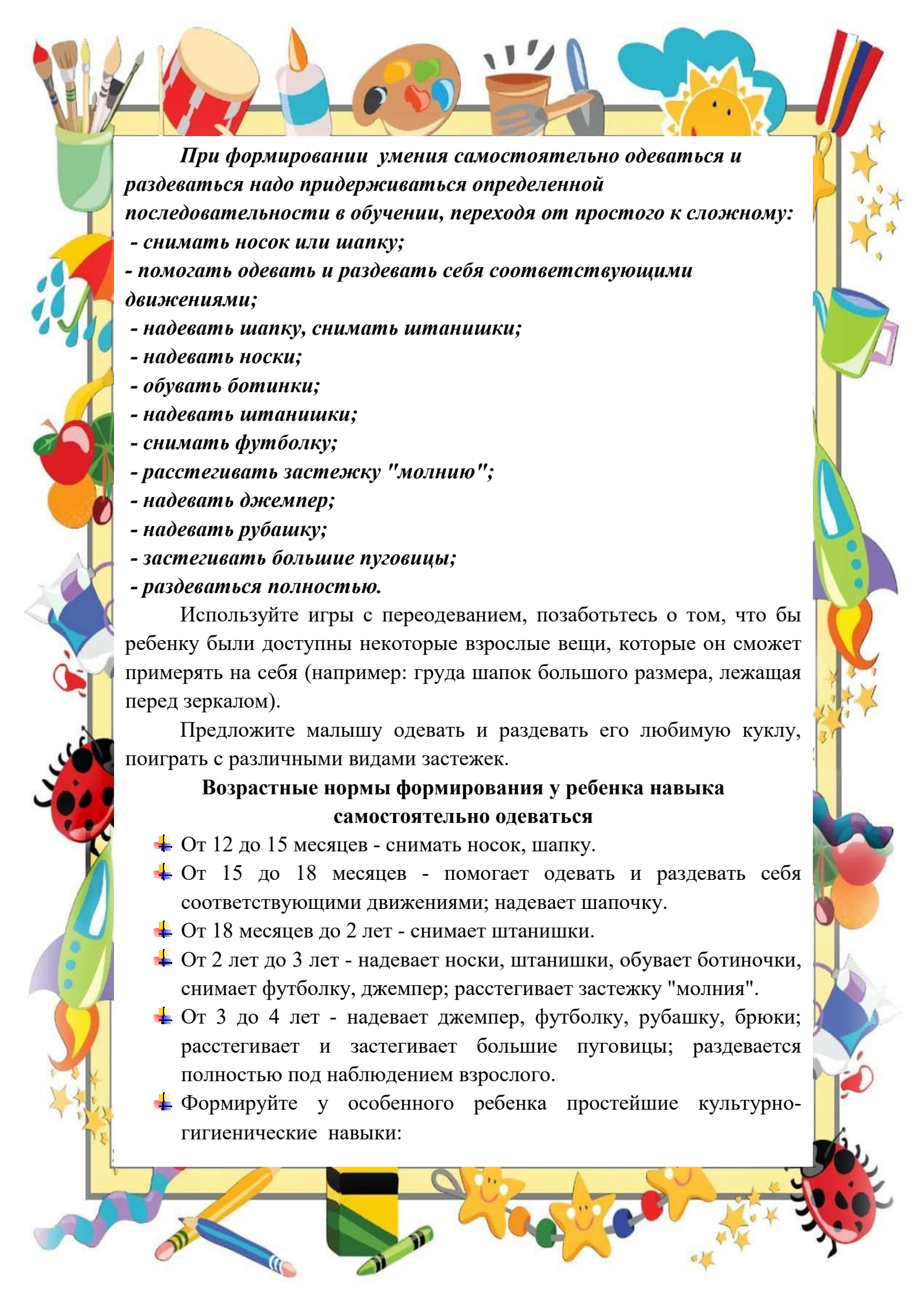
Постоянно уделяйте внимание обучению ребенка одеваться, выделите для этого время среди других дел.

Отрабатывайте навыки, связанные с умением самостоятельно одеваться, во время совместной игры с ребенком.

В детской комнате поставьте ящик с предметами одежды, которые он может применять в процессе игры. Расположите в комнате зеркало так, что бы малыш мог видеть, как он выглядит.

Уделяйте внимание развитию навыков тонкой и общей моторики, необходимых ребенку при самостоятельном одевании, развивайте умение манипулировать с мелкими предметами, а так же удерживать равновесие.

Одевая ребенка, не спешите, дайте ему возможность самому принять участие в одевании.



***При формировании умения самостоятельно одеваться и раздеваться надо придерживаться определенной последовательности в обучении, переходя от простого к сложному:***


- снимать носок или шапку;***
- помогать одевать и раздевать себя соответствующими движениями;***
- надевать шапку, снимать штанишки;***
- надевать носки;***
- обувать ботинки;***
- надевать штанишки;***
- снимать футболку;***
- расстегивать застежку "молнию";***
- надевать джемпер;***
- надевать рубашку;***
- застегивать большие пуговицы;***
- раздеваться полностью.***

Используйте игры с переодеванием, позаботьтесь о том, что бы ребенку были доступны некоторые взрослые вещи, которые он сможет примерять на себя (например: груда шапок большого размера, лежащая перед зеркалом).

Предложите малышу одевать и раздевать его любимую куклу, поиграть с различными видами застежек.

#### **Возрастные нормы формирования у ребенка навыка самостоятельно одеваться**

- + -** От 12 до 15 месяцев - снимать носок, шапку.
- + -** От 15 до 18 месяцев - помогает одевать и раздевать себя соответствующими движениями; надевает шапочку.
- + -** От 18 месяцев до 2 лет - снимает штанишки.
- + -** От 2 лет до 3 лет - надевает носки, штанишки, обувает ботиночки, снимает футболку, джемпер; расстегивает застежку "молния".
- + -** От 3 до 4 лет - надевает джемпер, футболку, рубашку, брюки; расстегивает и застегивает большие пуговицы; раздевается полностью под наблюдением взрослого.
- + -** Формируйте у особенного ребенка простейшие культурно-гигиенические навыки:



воспитывайте привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, чистить зубы, полоскать рот утром и после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, расческой, следить за чистотой одежды, обуви и др.

Постепенно круг обязанностей ребенка по самообслуживанию расширяется, у него формируется привычка, устойчивый навык выполнения необходимых самостоятельных действий, что снижает его зависимость от помощи взрослого, делает более уверенным в себе.

