



Формирование навыков самообслуживания у детей с умеренной умственной отсталостью

Одной из важнейших задач воспитания и обучения детей с нарушением интеллекта является формирование навыков самообслуживания и элементарных бытовых навыков. В тоже время родители редко осознают несформированность этих навыков как проблему. То, что ребёнка в возрасте пяти-семи лет приходится кормить, полностью одевать, раздевать и т.д., родители воспринимают как нечто само собой разумеющееся.



Многие родители откладывают начало коррекционной (направленной на преодоление недостатков развития) работы, считая, что с возрастом дети разовьются, и с ними будет легче заниматься. В этих случаях к фактору глубокой умственной отсталости ребёнка присоединяется педагогическая запущенность, что ещё более усложняет процесс воспитания и обучения. Начинать занятия с ребёнком надо как можно раньше и проводить их не эпизодически, а регулярно. Опыт работы с этими детьми показывает, что их можно научить самообслуживанию, элементарной ориентировке в окружающем, несложным видам хозяйственно-бытового труда.

Прежде всего, учитывая беспомощность детей в быту, их необходимо обучать самообслуживанию: умыванию, одеванию и раздеванию, а также соблюдению других режимных моментов.

Овладение детьми умыванием – длительный процесс, состоящий из ряда этапов. Прежде всего их следует приучать к воде, сначала к тёплой, а затем и к холодной. Для этого в группе проводятся разнообразные игры: мы вместе с ребёнком купаем куклу, пускаем лодочку, достаём со дна тазика затонувшие предметы и. т. п. Затем проводим подготовительные упражнения: потирание сухих рук, складывание ладоней таким образом, как это делается при умывании лица.

Держа руки ребёнка в своих, мы делаем нужные упражнения: потираем ладони друг о друга, проводим ими по лицу. Тёплая вода, спокойный темп водной процедуры, поощрение каждого самостоятельного движения ребёнка обязательно сделают умывание приятной для него процедурой. В процессе этого вида деятельности (как, впрочем, и в других случаях) следует обязательно разговаривать с детьми. Взрослый показывает и называет части тела, предметы туалета, а ребёнок повторяет за ним.

Очень сложно **научить** ребёнка **самостоятельно одеваться**. В своей работе мы постоянно сталкиваемся с такой проблемой: родителям проще самим одеть сына или дочь, чем многократно возвращаться к показу одних и тех же действий. Тем не менее, необходимо, вооружиться терпением и систематически проводить эту работу, причём порядок её выполнения должен оставаться неизменным. Вначале, поощряя малейшее самостоятельное движение ребёнка, взрослый помогает правильно держать ногу, чтобы надеть колготки, поднять руки, когда с него снимают кофточку, вместе с ним он снимает заранее расшнурованные ботинки. Таким образом, действие зарождается как совместное. Это важнейший этап первоначального обучения. Позднее, по мере овладения необходимыми умениями, ребёнок будет выполнять уже многие действия самостоятельно.

Чтобы научить детей застёгивать и расстёгивать пуговицы, шнуровать ботинки, необходимы длительные тренировочные упражнения, которые проводятся на специальных пособиях. На жилете с пуговицами и петлями различной величины ребёнок учится застёгивать пуговицы, начиная с крупных и постепенно переходя к более мелким. Для тренировки в шнуровании ботинок используется дощечка, в которой проделывают два вертикальных ряда отверстий. На этом пособии, сделанном более крупно, чем соответствующая часть ботинок, ребёнок учится шнуровать и завязывать шнурки. Все операции (вдевание шнурка, шнуровка и завязывание) усваиваются поэтапно, а затем объединяются в единое целое, после чего ребёнок переходит к действиям с реальными предметами.

Следует следить за активностью ребёнка, чтобы поощрять любую попытку самостоятельно выполнить то движение, которому его обучают. Не надо пропускать даже едва заметное продвижение, иначе самостоятельность может угаснуть и смениться полной пассивностью. Следует поощрять словами, жестами самые незначительные успехи детей. Необходимо постоянно следить за тем, как ребёнок одевает и снимает вещь, умеет ли складывать её и класть в определённое место. Этим создаётся привычка к аккуратности и формируются необходимые положительные установки поведения.

Формирование бытовых навыков у детей с нарушением интеллекта необходимо для социальной адаптации в будущем. В норме маленькие дети часто пытаются принимать участие в домашней работе, стремятся помочь родителям на кухне или при уборке. Аномальных детей приходится специально обучать бытовым навыкам, используя особые приёмы, учитывая интересы ребёнка, его возможности, возможности организации среды для обучения и возможности применения этого навыка в повседневной жизни.

Накрывать на стол - один из наиболее простых для обучения навыков. Можно учить ребёнка приносить посуду только для себя или для нескольких человек (для всех детей в группе, для членов семьи). Обычно для детей, которые не умеют считать, используют какой-либо ориентир: это могут быть стулья, расставленные вокруг стола (напротив каждого стула ребёнок должен положить тарелку, чашку, столовые приборы,

салфетку и т.п.). учить ребёнка убирать посуду после еды нужно, направляя его последовательно убрать тарелки, чашки, столовые приборы, собрать использованные бумажные салфетки и выбросить их в мусорное ведро. Как и при обучении другим навыкам, желательно избегать вербальных инструкций, помня о том, что сама ситуация со временем должна направлять ребёнка к выполнению действий, а не руководство со стороны взрослого.

Советуем им привлекать детей к помощи во всех бытовых делах. Участие в совместной деятельности не менее важно, чем самостоятельная работа по дому. Фактически любого ребёнка можно научить выполнять простые действия, позволяющие ребёнку принять участие в работе по дому. Примеры таких действий: тереть на тёрке овощи, сложить грязное бельё из корзины в стиральную машину; переложить чистое бельё из машины в таз; сложить сухие полотенца, достать газету из почтового ящика и т. д. Обучение этим навыкам отвлекает родителей от собственных занятий, но следует помнить, что затраченные усилия обязательно окупятся в будущем. Известны случаи, когда подростки с умственной отсталостью, которых с детства обучали бытовым навыкам, выполняют значительную часть работы по дому, что значительно облегчает быт семьи.

Практика работы показывает, что детям с ограниченными возможностями в психическом и физическом развитии доступно выполнение элементарных видов домашнего труда. В младшем возрасте мы учим детей подметать пол, вытирать пыль, убирать со стола, мыть кукольную посуду. В старшем возрасте они овладевают стиркой кукольной одежды, платочков, ухаживают за растениями (поливают, рыхлят почву, вытирают пыль с листьев). Обучая детей несложным трудовым навыкам, следует многократно показывать всё, что они должны сделать, объясняя задание понятными, простыми словами и выражениями.

Одни и те же слова и фразы надо употреблять постоянно - ребёнку легче будет их усвоить. Заведующая лабораторией клинико-генетического изучения аномальных детей Е. М. Мастюкова в статье «Воспитание аномального ребёнка в семье» отмечает, что «при обучении аномальных детей следует по возможности полнее использовать такую характерную для них черту, как склонность к подражанию. Повторяя за взрослым те или иные действия, ребёнок через некоторое время становится в состоянии справиться с заданием самостоятельно, но под обязательным контролем. Необходимо всячески поощрять стремление детей выполнять работу правильно. Нельзя упускать из виду крупицу положительного отношения к заданию: даже небольшие, подчас малозаметные успехи ребёнка следует отметить и положительно оценить».

Очень важно воспитать у ребёнка навыки культурного поведения. Даже нормально развивающийся ребёнок, если он избалован, капризен и груб, производит неприятное впечатление. Воспитание же правильного поведения у детей с ограниченными возможностями здоровья имеет огромное значение. Нельзя допускать, чтобы ребёнок хватал со стола, что ему хочется, разбрасывал игрушки по всей группе (комнате), брал вещи, принадлежащие взрослым. При этом бесполезно

прибегать к длительным беседам, поучениям, так как он попросту не поймёт их. Нужно многократно показывать ему, как следует поступать в определённых случаях, каким образом выполнять необходимые действия. И только путём многих упражнений ребёнок приучается, например, мыть руки перед едой, благодарить за помощь, правильно вести себя в общественных местах. *Систематически предъявляемые требования приводят к образованию положительных привычек, которые позволяют ребёнку с ОВЗ в определённой степени приспособиться к окружающей жизни.*

В заключение отметим, что обучение навыкам самообслуживания и бытовым навыкам, несмотря на свою сложность и длительность, всегда даёт положительные результаты, что значительно облегчает жизнь семьи, в которой воспитывается необычный ребёнок.

*Подготовила:
учитель начальных классов
Карпенко Светлана Владимировна*