



Как научить слепого ребенка навыкам аккуратного приема пищи

Одна из важных и трудных задач для родителей, воспитывающих слепого ребенка – формирование у него навыков самообслуживания и личной гигиены. Дело это трудное, требующее от родителей терпения и выдержки. Но от того, умеет ли ваш ребенок самостоятельно одеваться, пользоваться туалетом, опрятно есть и т. д., зависит восприятие ребенка окружающими людьми, его положение в социуме.

Ребенок с нормальным зрением приобретает большинство навыков, подражая взрослым, ребенка же с нарушением зрения всему нужно учить. Научить слепого ребенка аккуратно есть – очень сложно, но можно. Опыт показывает, что тотально слепой человек, а тем более имеющий остаточное зрение, может ничем не раздражать и не привлекать внимания посторонних людей во время приема пищи.

Можно давать ребенку есть руками?

Да, можно-как и обычным детям, которым интересно не только посмотреть на еду, но и потрогать ее руками. Для незрячего ребенка это становится не только интересным занятием, но и полезным, *во-первых*, ребенок узнает, как еда попадает в рот, *во-вторых*, он знакомится с пищей на ощупь, а чем больше информации получает ребенок (тактильной, обонятельной, звуковой), тем лучше для развития ребенка.

Когда ребенок становится старше, надо отходить от такого способа знакомства с пищей и показать ребенку, как с помощью вилки, ножа, обоняния можно определить, что лежит в тарелке.

Начинать обучение ребенка с нарушенным зрением самостоятельности и аккуратности в еде необходимо уже в 2-3 года. Если ребенок старается взять ложку, чашку со стола самостоятельно откусывает хлеб, родителям важно поощрять его стремление к самостоятельности: разрешите ему поиграть с ложками, обследовать тарелки, подержать чашку – этим самым вы формируете у него представления о тех предметах, которыми он пользуется ежедневно и поощряете к самостоятельности.

Далее обучения пить из кружки

- Научите ребенка держать кружку сначала двумя руками, а затем за ручку.
- Помогайте ему пить, слегка поддерживая кружку снизу.
- Научите ребенка сначала найти свободную площадь стола и только потом ставить кружку.

Обучение самостоятельности в еде ложкой – более сложный, процесс. Начните с небольшой порции густой каши (ее легко зачерпнуть, она хорошо удерживается на

ложке). Сядьте сзади ребенка или посадите его к себе на колени. Вложите ему в правую руку ложку. Если ребенок будет держать ложку в кулаке, это нормально: так как у него еще слабые пальцы. Возьмите его руку в свою. Зачерпните кашу (разрешите ему при этом набрать полную ложку) и помогите направить ложку в рот. Дайте возможность ребенку самостоятельно повторить действие.

Приучайте ребенка не наклоняться низко над тарелкой во время еды, подносить ложку ко рту осторожно, не спеша, чтобы не расплескать пищу.

Обучение слепого ребенка несовместимо со спешкой и раздражительностью. Вам понадобится время и терпение, чтобы выработать у него правильные и координированные движения руки.

Обучая ребенка самостоятельности и аккуратности в еде, опирайтесь на его сохранные органы чувств (слух, осязание, вкус), а также на остаточное зрение, если оно имеется.

Объясняйте ребенку каждое действие, обращайтесь к его вниманию на важные детали, стремитесь к тому, чтобы и ребенок комментировал свои действия. Помощь ребенку с вашей стороны должна быть разумной. Не лишайте его возможности получить радость от сознания «Я сам!», насколько ваш ребенок самостоятелен сегодня, настолько он свободен и счастлив завтра.

Вспомогательное оборудование

- Подложите под тарелку или миску нескользящий коврик.
- При необходимости используйте адаптированные тарелки и миски – с высокими бортиками, на присосках.
- Используйте стаканы и чашки с нескользящей поверхностью.

Выбирайте время для обучения, когда ребенок в хорошем настроении, здоров, когда вы никуда не торопитесь, используйте игры, потешки, шутки.

*Подготовила:
учитель начальных классов
Здоровенко Елена Владимировна*