

## **Как ребёнка с ОВЗ научить самостоятельности: рекомендации для родителей. БЫТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ**

**Для продуктивного взаимодействия каждый человек должен обладать определённым набором знаний, умений и навыков в различных сферах быта, социального мира, чтобы выстраивать отношения с окружающими людьми.**

**Начнём с элементарных сфер, с которыми ваши дети сталкиваются ежеминутно. Это личная гигиена, одежда и обувь, питание, жилище, культура поведения, семья и семейные отношения. Каждую сферу можно разделить на два блока: что дети должны знать и что они должны уметь. Кроме того, необходимо тщательно изучить предметы, которыми они пользуются. Не думайте, что они все прекрасно знают. Например, зубная щётка. У зубной щётки есть ручка и щетина. Они бывают разного размера, цвета, формы. У щёток есть определённое место для хранения, за ними нужно ухаживать, их нужно менять... И это далеко не полный перечень того, что можно узнать о зубных щётках».**

### **ИЗУЧАЕМ ПО ПЛАНУ**

**При изучении любого предмета или действия, игры ребёнок с ОВЗ и его родитель вместе должны придерживаться определённого алгоритма изучения. Проще говоря, делать все постепенно и по плану.**

- Познакомьте ребёнка с внешним видом нового предмета, научите его находить, не путать с другими предметами, соотносить его название и внешний вид.**
- Изучите вместе с ребёнком цвет предмета, его размер и форму, расскажите о том, что предметы могут быть разными.**
- Выучите составные части предмета, их назначение.**
- Расскажите о необходимости ухода и средствах ухода за этим предметом, месте хранения предмета.**
- Объясните, в каком магазине можно купить этот предмет.**
- Вся теория должна быть подкреплена практическими умениями. Здесь тоже есть определённый алгоритм. Во-первых, алгоритм последовательности.**



- Пользование предметом с активной помощью родителя — например использование способа «рука в руке».
- Постепенное увеличение самостоятельности при выполнении действия.
- Самостоятельное выполнение.

Нужно помнить, что самостоятельность должна быть абсолютной, без словесной или визуальной поддержки. То есть ребёнок должен остаться с предметом один на один — это очень важный момент в развитии бытовой самостоятельности ребёнку. Для закрепления и отработки навыка и умения пользоваться предметом быта, можно использовать различные упражнения.

Например, отработать захват предмета, научить класть его в ёмкость, на поверхность, под или за другой предмет, переносить, отдавать его кому-то и т. д.

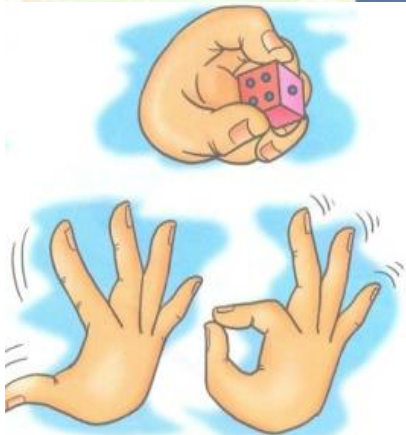
### КУЛАЧКОВЫЙ ЗАХВАТ



### Пинцетный



### Захват



точку «клювиком», а «крылышко» сло-

**Учить пользоваться предметом лучше начинать через дробное выполнение действия.**

**Что это значит? Сначала научите только правильно держать, захватывать ложку, щётку, носок и т. д. И постепенно переходите к последовательному выполнению всего бытового действия — умывание, одевание, приём пищи и т. д.**

### **КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЕ**

**Рассказывайте сыну или дочке о том, как важно соблюдать правила личной гигиены. Знакомьте их с предметами и средствами личной гигиены, с их внешним видом, названиями, изучайте их воздействие на организм.**

**Помогите ребёнку освоить процессы личной гигиены: мытье и вытирание рук, ног, тела, уход за кожей лица, рук, ног, чистку зубов, полоскание рта**



**и т. д.**

**Объясняйте ребёнку, как важна правильная осанка для здоровья. Демонстрируйте правильную посадку за столом.**

**Познакомьте ребёнка с правилами использования компьютера, гаджетов телевизора, расскажите об их негативном воздействии на организм.**

**Составьте расписание пользования компьютером, гаджетами, просмотра телевизора; помогите ребёнку правильно выбрать игры и телепередачи.**

### **ОДЕЖДА И ОБУВЬ**

**Познакомьте сына или дочку с внешним видом, названием и назначением отдельных предметов сезонной одежды и обуви. Изучите части одежды и обуви, их названия.**

**Вместе тренируйте навык самостоятельного надевания и снятия одежды и обуви.**

**Расскажите детям о местах для хранения предметов одежды и обуви каждого члена семьи. Отработайте навык складывания одежды и обуви, развешивания одежды на вешалки.**

**Учите ребёнка подбирать одежду и обувь по сезону.**

**Объясняйте, чем отличаются друг от друга праздничная, школьная, домашняя одежда и обувь. Подбирайте вместе одежду и обувь для дома, школы и праздника.**

**Учите сына или дочку мыть и чистить обувь, чистить и стирать предметы одежды, познакомьте их со средствами для ухода.**

### **ПИТАНИЕ**

**Изучайте внешний вид, название и назначение столовых приборов и посуды. Отрабатывайте умение пользоваться столовыми приборами. Познакомьте ребёнка с понятиями «завтрак», «обед», «полдник», «ужин».**



**Изучайте названия и состав блюд, время их употребления. Приучайте называть блюда на столе. Осваивайте правила поведения во время еды, расскажите о том, как важно для здоровья соблюдать режим питания. Помогите ребёнку научиться мыть посуду, познакомьте с нужными для этого средствами и приспособлениями. Рассказывайте о местах для хранения посуды. Обучайте последовательности накрывания стола к приёму пищи, расстановке посуды на местах хранения.**

### **ЖИЛИЩЕ**

**Изучайте внешний вид, названия и назначения жилых помещений в квартире и доме. Знакомьте ребёнка с правилами поведения в жилых помещениях, принятыми в семье.**

**Изучайте внешний вид, названия и назначение мебели. Осваивайте правила пользования ею. Отрабатывайте умение открывать и закрывать шкафы, ставить на нужное расстояние стул, табурет и т. д.**

**Познакомьте сына или дочку со средствами и приспособлениями для уборки помещений. Отрабатывайте навыки использования тряпки для пыли, швабры, щётки, веника.**

**Знакомьте с последовательностью уборки помещений. Расскажите о средствах и приспособлениях для ухода за мебелью.**

### **КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ**

**Учите ребенка здороваться и прощаться, выражать благодарность, просьбы, отказывать. Уточняйте и обогащайте словарь ребенка словами и словосочетаниями коммуникативной лексики. Осваивайте применение коммуникативной лексики во время приёма пищи, в жилых помещениях, на улице, в городском транспорте, в магазинах самообслуживания.**

## СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

Познакомьте ребенка с родственными связями. Дайте ему сведения о том, кто такие мама, папа, брат, сестра, бабушка, дедушка, тётя, дядя, муж, жена. Научите находить и называть родственников на фотографиях, в видеороликах.

Общайтесь с родственниками. Отрабатывайте формы обращения к старшим и к сверстникам.

*Не забывайте: то, что для вас кажется самым обыденным делом, для особого ребенка — шаг в неизведанное. От вашего терпения и подготовленности зависит успешность в познании и освоении им окружающего мира.*

### Упражнения «Захват предметов»

