



АВТОНОМНОЕ СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
«ДЕТСКИЙ ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ДОМ – ИНТЕРНАТ»

УДАЧНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ УЧИТЬ РЕБЕНКА



Воспитание ребенка на первом году жизни – радостное, приятное, но очень трудное и ответственное занятие. Именно первые годы жизни чрезвычайно важны в развитии ребенка. В этот период в центральной нервной системе происходят стремительные изменения. Ничего подобного в последующие годы не повторится. Поэтому заботиться о развитии ребенка нужно с рождения, а занятия с ребенком начинать буквально с первых недель и месяцев его жизни.

Не стоит искать отговорки: «Ну он же у меня особенный» или «Он ничего не понимает, в силу заболевания и возраста». Возможно в чем-то вы и правы, но лишь частично. Помните, если вы не заинтересованы в развитии своего ребенка, как родитель, то не один специалист не сможет вам помочь.

С чего же начать? С момента появления ребенка в доме необходимо наладить режим дня. Распорядок дня развивает чувство времени и память ребенка.

Чтобы вы не делали, меняете ли вы подгузник, умываете, кормите или просто находитесь вместе с ребенком, не забывайте общаться с ним. Разговаривайте с малышом, касайтесь его, поглаживайте, все это ведет к сенсорному развитию ребенка.

Уже позднее вы начнете прививать ребенку основные базовые навыки.

БАЗОВЫЙ НАВЫК: УМЕНИЕ КОНЦЕНТРИРОВАТЬ ВНИМАНИЕ СМОТРИТ, КОГДА ЕГО ЗОВУТ

ПОДГОТОВКА. Пosaдите ребенка на стул прямо перед собой, на таком расстоянии, чтобы ваши и его колени почти касались друг друга. Если вам кажется, что он не усидит на одном месте, вы можете поставить стул в угол. Восторженно хвалите его за каждую успешную попытку. Произносите простые и приятные ребенку фразы (например: «*Молодец! Ты сидишь!*»).

Прорабатывайте каждый шаг до тех пор, пока ребенок не повторит успешно 4-5 раз подряд. Помните, что здесь нельзя спешить.

ПРОГРАММА. Держа то, что вы выбрали в качестве вознаграждения, у своего лица, направьте рукой голову малыша так, чтобы он посмотрел в вашу сторону, и скажите: «*(ИМЯ), посмотри на меня!*» Похвалите его и дайте ему награду. «*Отлично! (ИМЯ) смотрит на маму!*»

Держа награду у своего лица, скажите: «*(ИМЯ), посмотри на меня!*» На этот раз направляйте его голову с меньшим усилием. Похвалите его и дайте награду.

Держа награду у своего лица, скажите: «*ИМЯ, посмотри на меня!*» Удержите внимание ребенка на несколько секунд и только потом вознаградите его. Скажите: «*ИМЯ, посмотри на меня!*» Награду держите наготове, но так, чтобы он ее не видел. Похвалите его и дайте ему награду.



БАЗОВЫЙ НАВЫК: ПРИХОДИТ, КОГДА ЕГО ЗОВУТ

Для того, чтобы вы смогли приступить к этой программе, малыш уже должен уметь самостоятельно ходить.

ПОДГОТОВКА. Поставьте ребенка в угол, к себе лицом. Станьте в одном-двух шагах от него. Каждый раз, когда он пойдет к вам, радостно хвалите его и вручайте награду. Прорабатывайте каждый последующий шаг до тех пор, пока малыш не повторит его успешно 4-5 раз подряд.

ПРОГРАММА. Положите свою руку ребенку на плечо, потяните его к себе и одновременно скажите: «ИМЯ, иди сюда!»

Легко коснитесь его плеча и скажите: «ИМЯ, иди сюда!»

Протяните к нему руки, говоря: «ИМЯ, иди сюда!»

Скажите: «ИМЯ, иди сюда!»

Теперь, когда в ответ на ваш зов малыш проходит расстояние в два шага, отойдите от него подальше – сначала на метр, потом на полтора, потом на три, а потом и до самой двери (три с половиной – пять метров).

Каждый раз, когда вы отходите от ребенка на большее чем раньше расстояние, зовите его и сначала протягивайте к нему руки, а затем, после того как он успешно пройдет это расстояние пять раз, начинайте звать, не протягивая рук.

Прогресс в освоении этого навыка может быть как очень медленным, так и довольно быстрым. Это будет зависеть от того, сколько времени потребуется вашему малышу, чтобы понять, что он получит вознаграждение только в том случае, если придет на ваш зов. Не расстраивайтесь, если сначала все будет идти хорошо, а потом неожиданно вы «наскочите на мель».

Это может означать, что вы взяли слишком большой темп либо что вам пора заменить вознаграждение. Вернитесь назад к шагу, который ваш малыш уже хорошо освоил, чтобы он почувствовал, что может успешно справиться с заданием. Затем перейдите к следующему шагу и с этого момента освоению каждого последующего шага уделяйте немного больше времени. Разнообразьте вознаграждения, чтобы ребенок всегда получал то, что ему хочется. Очень важно, чтобы каждый урок заканчивался для него успехом.

БАЗОВЫЙ НАВЫК: САДИТСЯ НА СТУЛ

После того как ваш ребенок будет физически способен сидеть на стуле и стоять с поддержкой, вы, естественно, захотите научить его сидеть на стуле самостоятельно и реагировать на вашу просьбу сесть.

МАТЕРИАЛЫ. Используйте стул таких габаритов, чтобы в сидячем положении ребенок мог поставить ноги на пол. Поставьте стул достаточно близко к столу, чтобы малыш мог на него опереться. Это может быть низкий журнальный столик, прочный ящик, табуретка или что-нибудь еще. Главное, чтобы его поверхность находилась на уровне, удобном для опоры.



ПРОГРАММА. Работайте по этой программе в те периоды, когда ваш ребенок обычно сидит (например, во время приема пищи, во время игры).

Подведите ребенка к стулу и усадите так, чтобы его ноги сзади (как раз за коленками) прикасались к краю стула. Станьте позади стула и положите левую руку ребенка на поверхность стола. Положите свою руку на спинку стула, чтобы тот стоял прочно и неподвижно. Другую руку положите на плечо ребенка. Скажите: «ИМЯ, сядь!» - и мягко нажмите сверху на плечо, чтобы помочь сесть. Горячо похвалите («Умница, ИМЯ, ты садишься!») и немедленно вознаградите.

Постепенно ослабляйте физическую помощь. Сначала лишь легонько нажимайте сверху на плечо ребенка, затем только касайтесь его и говорите: «ИМЯ, сядь!». Через некоторое время, когда вы будете подводить ребенка к стулу, он будет садиться сам.

НАВЫК: ЕСТ ЛОЖКОЙ

ПОДГОТОВКА. Возьмите для работы пластмассовую мисочку. Для того чтобы она не скользила по столу, под нее можно подложить влажное бумажное полотенце. Бывают также миски с «присасывающимся» доньшком. На завтрак, обед и ужин подавайте ребенку блюда, которые легко есть ложкой. Это может быть размятый картофель или овощи, каша, тушеное мясо, яблочное пюре. Усадите ребенка за стол на стул такой высоты, которая обеспечивала бы ему во время еды надлежащий комфорт. Высоту обычного стула можно увеличить, например, с помощью толстых книг.

ПРОГРАММА.

Часть 1. Встаньте за спиной ребенка, поместите ложку в его руку, а другую его руку положите сбоку от миски. На протяжении всего времени приема пищи держите его руки своими.

1. Наполните ложку зачерпывающим движением справа налево (если ваш малыш левша, зачерпывайте пищу слева направо).

2. Поднесите ложку к его рту и дайте ему съесть ее содержимое. Скажите: «Хорошо! Ты ешь ложкой!»

3. Опустите ложку в миску и дайте ребенку время проглотить пищу.

4. После того как он съест четыре или пять ложек, положите ложку на стол и сделайте небольшой перерыв.

5. Повторяйте все пункты этой части программы, пока ребенок не кончит есть, а затем — во время четырех или пяти последующих приемов пищи или до тех пор, пока вы не почувствуете, что малышу на этом этапе удобна ваша физическая помощь. Когда он усвоит всю последовательность действий во время еды ложкой, переходите ко второй части программы и осваивайте ее шаг за шагом. Заметим, что по мере прохождения второй части программы ребенок усваивает три навыка: 1) подносит ложку ко рту; 2) возвращает ложку в миску; 3) зачерпывает пищу.



ПРОГРАММА.

Часть 2. Когда ваш ребенок усвоит один шаг и сумеет успешно воспользоваться своим новым умением во время четырех или пяти приемов пищи подряд, значит, пришло время переходить к следующему шагу.

1. Положив свою руку на руку ребенка, доведите ложку до его рта. Отпустите его руку. Позвольте ему съесть содержимое ложки и вынуть ложку изо рта. Снова положите свою руку на его и возвратите ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»

2. Отпустите его руку в тот момент, когда ложка будет почти у рта. Позвольте ему поместить ложку в рот, съесть то, что в ней было, и, вынув ложку изо рта, немного опустить ее. Затем снова положите свою руку на его и возвратите ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»

3. Уберите свою руку в тот момент, когда ложка будет примерно на середине пути ко рту. Пусть ребенок сам донесет ее до рта, съест содержимое и пронесет полпути назад, к миске. Затем снова положите свою руку на его и помогите, возвратив ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»

4. Отпустите его руку, как только сможете ему набрать пищу в ложку. Дайте ему самому донести ложку до рта, съесть ее содержимое и возвратив ложку в миску. Снова положите свою руку на его и вместе с ним наберите пищу в ложку. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!».

Теперь ваш ребенок усвоил все действия, кроме одного, необходимого, чтобы зачерпнуть ложкой еду. Этот шаг самый трудный. Когда вы сочтете нужным меньше помогать ему на этом этапе, вам нужно будет не убирать свою руку, а продолжать держать руку ребенка, но все менее крепко, до тех пор, пока он не научится зачерпывать еду сам с почти незаметной вашей помощью. После этого направляйте уже не его кисть, а сначала запястье, потом локоть, и то лишь при необходимости. В конце концов, совсем отпустите его руку, и он будет все делать сам! Примечание: Когда вы начнете направлять своей рукой запястье ребенка, вам можно будет во время еды сидеть рядом с ним.

НАВЫК: НАДЕВАЕТ ШТАНЫ

ПОДГОТОВКА. Начните с коротких штанишек или трусов на резинке, поскольку надевать их легче, чем длинные. Если штаны застегиваются на пуговицы, кнопки или молнию, застегивать их следует вам. Побуждайте ребенка садиться, чтобы надеть штаны на ноги, и вставать, чтобы натянуть их. Работайте над каждым из перечисленных ниже шагов, помогая ребенку все меньше и меньше, до тех пор, пока он не сумеет успешно справиться с ним без вашей физической помощи во время четырех или пяти уроков. После этого переходите к следующему шагу. Держите наготове награду.



ПРОГРАММА.

1. Когда ребенок сидит, наденьте штанины на обе его ноги, а затем попросите его встать. Натяните штаны до бедер. Затем поместите его руки с двух сторон на пояс штанов большими пальцами внутрь. Скажите: «Натяни штанишки!» - и, положив свои руки на его, помогите ему натянуть штаны до пояса. Затем скажите: «Молодец! Ты надел штанишки!»

2. Наденьте на ребенка штаны, натянув их до середины бедер. Затем поместите его руки с двух сторон на пояс штанов большими пальцами внутрь и скажите: «Натяни штанишки!» Положив свои руки на его, помогите ему натянуть штаны до бедер. Затем позвольте ему самому натянуть их до талии. Скажите: «Молодец! Ты надел штанишки!» — и вручите награду.

3. Продолжайте в том же духе, помогая ребенку закончить процесс после того, как сами наденете на него штанишки и натянете их сначала до колен, затем до лодыжек.

4. Сядьте рядом с ребенком и наденьте ему штанину на одну ногу. Поместите его руки на штаны и, положив сверху свои руки, скажите: «Надень штанишки!» Помогите ему надеть вторую штанину. Побудите его встать и все остальное проделать самостоятельно. Похвалите и вознаградите его.

5. Когда ребенок сидит, поместите его руки на штаны и скажите: «Надень штанишки!» Помогите ему надеть первую штанину. Уберите свои руки, после чего он уже должен сделать все остальное сам. Когда ребенок научится делать пятый шаг, это будет означать, что навык усвоен, и теперь он сможет надевать штаны без посторонней помощи, если вы их ему дадите.

НАВЫК: ВЫТИРАЕТ РУКИ

ПОДГОТОВКА. Возьмите большое полотенце. Повесьте его, перекинув через перекладину, и, чтобы не упало, скрепите его части английской булавкой вблизи перекладины. Убедитесь, что перекладина расположена достаточно низко для того, чтобы ребенок мог легко дотянуться до полотенца. Если это не так, приготовьте широкую табуретку, чтобы он мог на нее встать. Держите наготове вознаграждение.

ПРОГРАММА.

Часть 1. Положив свои руки на руки ребенка, пройдите с ним следующие шаги:

1. Поместите одну руку ребенка на противоположную от вас часть полотенца.

2. Вытрите ладонь его другой руки.

3. Поверните эту руку и вытрите тыльную сторону ладони.

4. Поместите сухую руку ребенка за полотенце.

5. Вытрите ладонь другой руки.

6. Поверните эту руку и вытрите тыльную сторону ладони. Скажите: «Молодец! Ты вытер руки!» – и вознаградите за его сотрудничество с вами. Когда ребенок научится как следует вытирать руки с вашей помощью, понемногу переставайте помогать ему. Затем переходите к части 2.

Пометьте кран с холодной водой яркой цветной липкой лентой или покрасьте лаком для ногтей. (Если вы пользуетесь одним краном и для холодной, и для горячей воды, то до начала занятий вам нужно будет отрегулировать температуру). Держите наготове вознаграждение.



ПРОГРАММА.

Часть 2. Сначала пройдите с 1 по 5 шаг, держа своими руками ребенка. После этого уберите свои руки и помогите, если надо, сделать шаг 6, подхватив своей рукой его локоть. Скажите: «Молодец! Ты вытер руки!» Вознаградите его за успех. Если ваш ребенок успешно справится с шагом 6 на четырех или пяти уроках, уберите свои руки после шага 4 и побудите его самостоятельно выполнить шаги 5 и 6. При необходимости помогайте.

Продолжайте в том же духе, убирая свои руки каждый раз на шаг раньше того шага, который ребенок усвоил. Занимайтесь так до тех пор, пока он не научится самостоятельно выполнять все задание целиком.

НАВЫК: МОЕТ РУКИ

Прежде чем приступить к этой программе, ребенок должен научиться вытирать руки.

ИГРА С ВОДОЙ. До того, как по-настоящему начать учить ребенка мыть руки, стоит побудить его поиграть с водой. Эта игра поможет ему привыкнуть к ощущению воды, льющейся ему на руки и пробегающей сквозь пальцы. Поместите несколько маленьких пластмассовых емкостей в пластмассовый тазик, в который налито небольшое количество воды.

Помогите ребенку наполнять эти емкости водой и выливать воду ему на руки. Пусть вода будет холодной, так как учиться мыть руки он будет холодной водой. Добавьте кусок мыла такого размера, чтобы он соответствовал величине рук ребенка.

Помогите ему вынуть мыло из воды и положить его в емкость. Это даст ему возможность попрактиковаться: он будет учиться брать, держать и выпускать из рук мокрое скользкое мыло. Когда вы начнете учить его мыть руки, такого рода игровые навыки облегчат задачу и ему, и вам. Кроме того, в течение недель или даже месяцев до начала занятий, когда мыть руки ребенка будете вы, старайтесь следовать шагам, обозначенным в программе. Тогда впоследствии вам легче будет обучать этому ребенка.

ПОДГОТОВКА. Подходящим для занятий будет обычное время умывания. Для того чтобы ребенок мог дотянуться до раковины, вам может понадобиться широкая низкая табуретка. Отрежьте от целого куска мыла часть, которая по размеру подойдет ладони ребенка, так как в этом случае мыло легче будет держать. Кроме того, следует иметь в виду, что легче держать в руке новое мыло.

Для того чтобы мыло не падало на пол из раковины, воспользуйтесь мыльницей, мокрой тряпкой или мокрым бумажным полотенцем.



ПРОГРАММА. Часть 1. Станьте позади ребенка и, взяв своими руками его руки, сделайте вместе с ним следующие шаги:

1. Включите холодную воду.
2. Подставьте обе руки ребенка под воду и скажите: «Вымой руки!»
3. Помогите ему взять мыло одной или двумя руками, в зависимости от того, как ему удобнее.
4. Потрите мыло между его ладонями. Лучше всего это может быть сделано, если сначала попросить его одной рукой подержать мыло, а другую руку потереть о него. Потом руки можно поменять.
5. Снова положите мыло на раковину.
6. Потрите тыльную сторону одной ладони ребенка о другую, мыльную, ладонь.
7. То же самое сделайте с тыльной стороной другой ладони.
8. Подставьте под воду обе руки и начните споласкивать их, потирая одну о другую, пока не смоется вся пена. Скажите: «Молодец! Ты вымыл руки! Теперь давай завернем кран».

Помогите ему выключить воду.

Примечание: Делая шаги 4, 6 и 7, старайтесь мыть правую и левую руки в одной и той же последовательности. Установленный порядок облегчает формирование навыка. Некоторым детям выключение воды может само по себе представляться вознаграждением. Если ваш ребенок расценит это так же, прекрасно, но, если что-то другое сможет побудить его повторить данную процедуру, дайте ему это как награду за сотрудничество с вами. Когда ребенок научится мыть руки с вашей помощью, начните шаг за шагом учить его делать это самостоятельно. *Переходите к части 2.*

ПРОГРАММА. Часть 2. После того как ваш ребенок освоит один шаг и сумеет хорошо выполнить все соответствующие действия на четырех или пяти уроках, можно будет отступить назад, то есть перейти к следующему шагу. Окажите ребенку физическую помощь в прохождении шагов 1 — 7, обозначенных в первой части программы. После этого уберите свои руки и помогите ребенку, если надо, сполоснуть руки (шаг 8). (Ваша помощь на этом этапе будет сводиться к тому, чтобы взять ребенка за локти, подвести его руки под льющуюся воду.) Скажите затем: «*Молодец! Ты вымыл руки!*»

Помогите ему, если надо, выключить воду, а затем вручите приз.

Когда он усвоит шаг 8, уберите свои руки после выполнения действий шага 6 и при необходимости помогите (положив свою руку на его локоть) потереть тыльную сторону ладони одной его руки о мыльную ладонь другой руки. Скажите при этом: «Вымой руки!» Теперь он может сам завершить процесс, сполоснув свои руки. Если надо, помогите ему выключить воду. После этого скажите: «*Молодец! Ты вымыл руки!*» — и вручите награду.



В БЕСЕДАХ С РОДИТЕЛЯМИ ДЕТЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ ИЗВЕСТНЫЙ ПСИХИАТР В.Е. КАГАН ГОВОРИЛ: «ВАША ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ МАКСИМАЛЬНА, ЕСЛИ ОТНОШЕНИЕ К НЕМУ ГИБКО. ЭТО ЗНАЧИТ, ЧТО ВЫ ПОМОГАЕТЕ ЕМУ ТОГДА, КОГДА ОН НУЖДАЕТСЯ В ВАШЕЙ ПОМОЩИ, ВАША ПОМОЩЬ НЕ ДОЛЖНА ПОДМЕНЯТЬ АКТИВНОСТИ РЕБЕНКА. БУДЕТ ОЧЕНЬ ХОРОШО, ЕСЛИ ВЫ СМОЖЕТЕ ТРЕБОВАТЬ ОТ НЕГО ТО, ЧТО ОН ЗНАЕТ, ПОМОГАТЬ В ТЕХ ДЕЛАХ, КОТОРЫЕ ОН НАЧИНАЕТ ОСВАИВАТЬ, И ИЗБЕГАТЬ НЕПОСИЛЬНЫХ ДЛЯ РЕБЕНКА ТРЕБОВАНИЙ».



АСУСОН ТО «ДЕТСКИЙ ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ДОМ-ИНТЕРНАТ»



**8 (3452) 72-64-00
72-69-93**



**uddi72@mail.ru
resurs-dpndi72@mail.ru**



**<http://uddi72.ru/>
<https://resurscentrtmnr.ru/>**



**г.Тюмень, 296 км. Федеральной
автомобильной дороги
«Екатеринбург-Тюмень»**