

Рекомендации родителям по формированию умений самообслуживания у детей с ТМНР в семье



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.





Базовые навыки
самообслуживания

Навыки опрятности

Навыки приёма пищи

*Навыки одевания и
раздевания*

**Формирование тех или иных
навыков всегда начинается
с мотивации.**

При обучении особого ребенка самостоятельному одеванию и раздеванию придерживайтесь общих правил:

правил:



- Одежда должна быть удобной, просторной, чтобы 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 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 примерять в процессе игры. Расположите в комнате зеркало так низко, чтобы 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 также 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

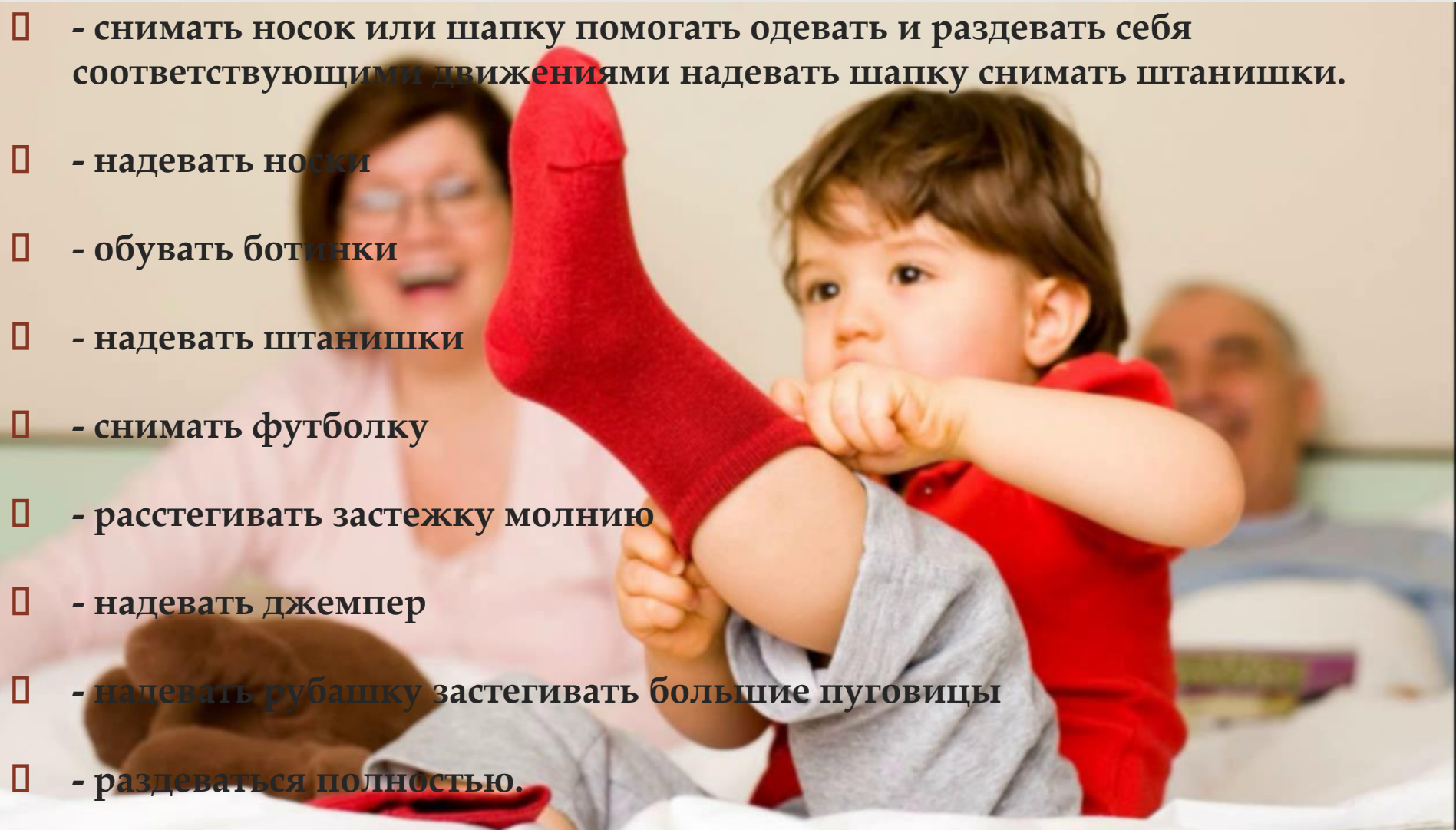
□ - снимать футболку

□ - расстегивать застежку молнию

□ - надевать джемпер

□ - надевать рубашку застегивать большие пуговицы

□ - раздеваться полностью.



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

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



❖ **Формируйте у особого 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.

Алгоритм действий «Я чищу зубы»



АЛГОРИТМ УМЫВАНИЯ



❖ **Приучайте ребенка к соблюдению правил гигиены, обыгрывая выполняемые действия и объясняя их смысл.**

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



Видео- помощники по формированию навыков самообслуживания:

1. Формирование навыков самообслуживания у детей с особенностями развития.
2. Как научить ребенка одеваться.
3. Развивающий мультимедийный мультик «Чистим зубки».