**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Белебеевская коррекционная школа для обучающихся**

**с ограниченными возможностями здоровья**

**Доклад**

***«*Формирование навыков самообслуживания,**

**бытовых навыков и социальных навыков»**

Учитель надомного обучения:

Ишниязова Ляйсан Ризаевна

ноябрь

2020 г

***Самообслуживание*** - это взаимодействие личности с окружающим миром. Оно не ограничивается лишь накоплением чувственных представлений о действительности, обогащением жизненного опыта, а включает и овладение умениями и навыками, необходимыми в самостоятельной жизни.

Очень часто родители особого ребенка хотят, чтобы он читал, считал, писал, а ребенок элементарно не может держать ложку, кружку, застегнуть пуговицы на рубашке. Это объясняется тем, что очень часто близкие такого ребенка не задумываются, на сколько умения связанные с самообслуживанием важны для развития ребенка, его социальной адаптации в окружающем мире. Позиция близких ребенка: «Это долго», «Я лучше сам одену, это будет быстрее» и тому подобное, сильно тормозит процесс овладения ребенком навыков самообслуживания. Поэтому необходимо обучать ребенка навыкам самообслуживания и социально-бытовым навыкам в первую очередь, так как развитие жизненных компетенций такого ребенка выступает на первый план.

Процесс обучения навыкам самообслуживания у детей с ограниченными возможностями здоровья должен осуществляться с учетом личностно – ориентированных моделей воспитания и должен быть направлен на создание реальных возможностей в их самообслуживании.

***Какие можно выделить основные направления коррекционно-воспитательной работы по формированию навыков самообслуживания у детей с выраженной умственной отсталостью.***

***Первое направление.***

Формирование навыка приема пищи.

- уметь различать предметы, необходимые для приема пищи, продукты питания;

- уметь действовать с этими предметами.

***Второе направление.***

Формирование гигиенических навыков.

- учить различать и называть части тела (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, руки, ноги, пальцы и т. д.) ;

- учить проводить утренний и вечерний туалет: мыть руки, лицо, вытираться полотенцем.

***Третье направление.***

Формирование навыка одевания и раздевания.

- сформировать умение различать предметы одежды и обуви;

- учить одеваться и обуваться;

- учить шнуровать ботинки, завязывать и развязывать шнурки, различать обувь для правой и левой ноги, застегивать крупные и мелкие пуговицы, молнии, кнопки и т.д;

- учить правильно и последовательно одеваться (одежду и обувь).

Исследования ученых показывают, что поскольку ведущим видом деятельности у младших школьников с нарушениями интеллекта является игровая деятельность, то основными методами формирования навыков самообслуживания должны быть игры и игровые упражнения, которые вызывают интерес у детей и позволяют формировать необходимые навыки. Именно через игры и упражнения дети могут усваивать те или иные умения и навыки.

Таким образом на индивидуальных логопедических занятиях с помощью дидактические игр мы прививаем навыки самообслуживания. Дидактические игры, которые используются на занятиях можно разделить на три основных вида:

- игры с предметами (игрушками);

- настольно-печатные;

- словесные игры.

Например, для формирования гигиенических навыков, чтобы научить ребенка мыть руки, нужно предварительно рассматривать с ними сюжетные картинки, где изображены: мальчик умывается; предметные картинки с изображением предметов, необходимых для умывания (мыло, мыльница, вешалка с полотенцем, кран с водой). При этом можно отрабатывать различные задачи, в зависимости от уровня сформированности речевого развития. С одними детьми мы отрабатываем лишь понимание обращенной речи, наращиваем пассивный и активный словарь, а с другими детьми корректируем лексико-грамматический строй речи.

При обучении раздеванию и одеванию используются дидактические игры-упражнения на развитие мелкой моторики: застегивание, расстегивание пуговиц, игры со шнуровками. При этом так же можно решать различные задачи в ходе этих игр. С одними детьми мы будем в процессе работы проговаривать лишь признаки предмета: цвет, форму, размер пуговиц, а с другими можем развивать связную речь, проговаривая свои действия полным ответом *«Я застегнул большую, красную пуговицу, я буду застегивать маленькую зеленую пуговицу».* Так же используются дидактические игры с картинками, предполагающие следующие задания: например разложить их в последовательности одевания (картинки, изображающие предметы одежды); помочь игровому персонажу в выборе предметов одежды для одевания (при одевании на прогулку зимой, летом). Дидактические игры с куклой: «Наша Катя проснулась», «Оденем Катю на прогулку» и т.п.

Таким образом, для успешного формирования навыков самообслуживания, бытовых и социально навыков, необходима тесная, непрерывная работа всех специалистов, работающих с ребенком. А так же это работа внутри семьи и ближайшего социального окружения.

Главной целью обучения детей с ТМНР является их социальная адаптация и интеграция в обществе. Каждому ребенку необходимо помочь обрести максимально возможную независимость в рамках удовлетворения основных жизненных потребностей, овладеть необходимыми умениями, позволяющими обслуживать себя. Дети с ТМНР наделены особыми способностями, имеют свой собственный темп и ритм развития, а также большое количество ограничений. Многие из них затрудняются свободно передвигаться, самостоятельно удовлетворять личные потребности, приобретать опыт деятельности,      подражать социальному        поведению, инициировать и поддерживать социальное взаимодействие. Весь процесс обучения и воспитания направлен на то, чтобы обеспечить его социальную адаптацию в общество. Задача педагога состоит в выявлении альтернативных путей развития деятельности ребенка, которые позволяют в некоторой мере компенсировать его ограничения.

                Главной опорой в усвоении любого познавательного материала служат наглядные средства обучения. Детей с ТМНР необходимо учить самым простейшим, но таким необходимым социально-бытовым навыкам и навыкам самообслуживания. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учебный материал носит вариативный характер и подбирается учителем самостоятельно в зависимости от уровня развития каждого ребенка.

К социально-бытовым навыкам относят навыки социального характера: самообслуживания, культурно-гигиенические навыки и навыки бытового характера: умение одеваться, убирать за собой и др. Самообслуживание включает в себя следующее:

* освоение навыков приема пищи;
* раздевания и одевания;
* гигиены тела, опрятности.

Формирование навыка самообслуживания и культурно-гигиенических навыков осуществляется в процессе упражнений по отработке действий, постепенно повышающих уровень самостоятельности детей при их выполнении. Вначале действия выполняются совместно с взрослым, затем по подражанию действиям педагога, с комментариями каждого действия. Каждый этап показа сменяется практическими действиями. В дальнейшем упражнения детей осуществляются по словесной инструкции педагога, чередующейся с вопросами к детям.

Занятия по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания должны включать следующие **этапы**:

* создание положительно-эмоционального отношения к навыку;
* игра с куклой или другими игрушками (обыгрывание навыка с персонажем);
* демонстрация действия взрослым  (показ на себе и комментировании каждого действия);
* совместные действия взрослого  с ребенком;
* действия ребенка по подражанию действиям взрослого;
* самостоятельные действия ребенка (планирование своей деятельности, комментирование поэтапности выполнения действий самим ребенком).

                Формирование социально-бытовых умений у детей с тяжёлыми и множественными  нарушениями  развития:

* умения убирать игрушки на места;
* умение чистить зубы;
* умение застегивать и расстегивать пуговицы, кнопки;
* умение вытирать пыль;
* умение мыть посуду;
* умение пользоваться столовыми приборами (вилкой, ложкой, чашкой);
* умение пользоваться предметами личной гигиены (носовые платочки, расческа, туалетная бумага)

**Вариант программы по формированию навыка питья из чашки:**

* Для того чтобы приступить к обучению этому навыку, нужно, чтобы ребенок уже умел пить из чашки, которую держите вы.
* Используйте пластмассовую чашку (без ручки) или стакан, достаточно узкий для того, чтобы ребенок мог легко обхватить его руками.
* Наполните чашку на четверть любимым напитком вашего малыша. Детям с трудностями глотания лучше предлагать более густые напитки (кисель, кефир и пр.).
* Сначала заниматься нужно в то время, когда, по вашему мнению, ребенок может испытывать жажду, а вы не очень заняты.
* Заметим, что напиток сам по себе должен стать достаточным вознаграждением ребенку наряду с похвалой.

***Обучение проводится в два этапа.***

1 этап:

* На протяжении всего занятия стойте позади ребенка. Обхватите его руками чашку, а сверху поместите свои руки. Проделайте один за другим следующие шаги:
* 1. Поднесите чашку к его рту.
* 2. Наклоните чашку и позвольте ребенку сделать глоток.
* 3. Поставьте чашку на стол.
* 4. Уберите свои и его руки. Скажите: «Молодец! Ты пьешь из чашки!»

Прежде чем вы перейдете ко второй части программы, убедитесь, что ребенок научился крепко держать чашку в руках. Когда он осознает, какой должна быть последовательность действий при питье из чашки, переходите ко второму этапу программы и прорабатывайте каждый ее шаг.

2 этап:

* После того как ребенок овладеет одним шагом и сумеет на последующих занятиях успешно проделать необходимые действия без вашей физической помощи, переходите к следующему шагу.
* 1. Продолжайте направлять руки ребенка, как вы это делали в первой части программы, до того момента, когда чашка вот-вот должна будет оказаться на столе. В этот момент уберите свои руки и позвольте ему самому завершить процесс, поставив чашку на стол. Это станет его первым шагом на пути к овладению умением пить самостоятельно.
* 2. Уберите свои руки после того, как, возвращая чашку на стол, пройдете вместе три четверти пути.
* 3. Постепенно убирайте свои руки, предоставляя ребенку возможность самому закончить действие.
* 4. Уберите свои руки сразу после того, как ребенок сделает глоток, и дайте ему поставить чашку на стол самостоятельно. Теперь он уже усвоил вторую половину умения пить из чашки.
* 5. Помогайте ребенку, пока он не донесет чашку до рта. Теперь уберите свои руки. Дайте ему самостоятельно наклонить чашку и сделать глоток. Вернуть чашку на стол он уже может сам.
* 6. Помогайте ребенку подносить чашку ко рту до того момента, когда она окажется почти у его рта. Уберите свои руки и дайте ему самостоятельно донести ее до губ и сделать глоток. Поставить чашку на стол он и в этом случае сможет сам.
* 7. Продолжайте все меньше и меньше помогать ему, пока он не научится выполнять все действия самостоятельно.

Второй этап можно отрабатывать, начиная с обучения брать чашку, т.е. в обратном порядке.

При  организации  процесса  обучения  бытовым  навыкам  необходимы  правильная  организация  пространства, рабочего  места, наборы  бытовых  и  специальных  предметов:

* для  формирования  умения  самостоятельно  одеваться  и  раздеваться – шкафчик  с  полочками  для  одежды  и  обуви, удобные  для  детей  по  высоте  стулья, наличие  необходимой  одежды (как  правило,  по  сезону), карточки  с  изображением  отдельных  видов  одежды, иллюстрированный  план  одевания;
* для  формирования  умения  самостоятельно  принимать  пищу – большие  непромокаемые  фартуки;  ложки  и  вилки  со  специальными  насадками  на  ручку; тарелки  на  присосках  с  одним  более  высоким  краем (желательно); кружки  с  двумя  ручками; соответствующий  высоте  стола  стул  и  подставка  под  ноги (чтобы  ребенок  во  время  еды  не  болтал  ногами, а  имел  опору), карточки  с  изображением  отдельных  видов  еды;
* для  формирования  умения  пользования  туалетом – ручки, прикрепленные  к  боковой  стене, помогающие  ребенку  встать  и  садиться; подставка  под  ноги, необходимая  для  опоры; набор  разных  сидений  для  унитаза;
* для  формирования  умения  умываться  и  ухаживать  за  собой – набор  умывальных  принадлежностей; легко  открывающиеся  ручки  крана; зеркало  на  высоте, соответствующей  росту  ребенка.

Спасибо за внимание.