ГБУ СО МО «КЦСОР «Павлово-Посадский»

Памятка для родителей

«Как научить ребенка быть самостоятельным в быту»

Формирование социально-бытовой самостоятельности у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) включает в себя ряд задач:

- формирование умений и навыков самообслуживания и гигиены;
- формирование правильных представлений и знаний о предметах домашнего обихода, их назначении и правилах обращения с ними;
- формирование знаний, умений и навыков ведения домашнего хозяйства;
- развитие умений, необходимых детям с ОВЗ для осуществления самостоятельной жизнедеятельности;
- развитие мелкой моторики и направленных движений, внимания, когнитивных способностей, контрольно-проверочных действий;
- развитие навыков следования правилам поведения в общественных местах, личной культуры поведения.

Этапы формирования навыков предусматривают овладение простейшими, а затем более сложными действиями. Накопление социально-бытовых знаний и умений должно идти постепенно, последовательно и систематично. Это предполагает разностороннюю, каждодневную работу с ребенком. Обязательным условием работы является терпение и положительный эмоциональный настрой взрослых.

Помните, что ваша цель – сформировать у ребенка позицию «Я-сам», научить ребёнка выполнять действия самостоятельно, а не делать за него. Но очень важно помнить, что формирование таких навыков имеет определенные возрастные ограничения. Не следует пытаться учить малыша выполнению сложных действий. Начните с полезных привычек! Ежедневной чистки зубов, умывания, использования салфетки за столом … Прививая культуру личной гигиены, мы не только заботимся о здоровье ребенка, но и создаём возможность лучше социализироваться, чувствовать себя уверенным и самодостаточным в жизни. На этапе формирования полезных привычек (привычка-это стойкий навык выполняемый в любых условиях) у родителей возникают проблемы: как научить ребёнка мыть руки, правильно брать ложку, вытирать носик платком и рот салфеткой, самому одеваться..

Для облегчения задачи научения используйте следующие игры и приемы:

Игра "Сделай как я" - это зеркальное повторение действий взрослого , подкрепление чёткой словесной инструкцией: «Посмотри, как я мою руки...Попробуй сам...»

Игра "Давай вместе" . Используем прием "рука в руку", когда руками взрослого выполняются движения детской рукой.

В ходе этих игр формируется мышечная память. Во время действий используем детские стишки: «Мойдодыр», «Федорино горе» и потешки: «Водичка-водичка...»

Игра "Помоги маме" В ходе игры нужно выполнять действия поочередно: «Я застегиваю одну застежку, а ты – другую»; « Я устала. Помоги мне.»

Все правильно выполненные действия поддерживаем поощрением, словесным или иным: игрушка, конфетка, тем самым мотивируя ребёнка на успех.

Памятка подготовлена в рамках реализации проекта «Шаг навстречу!» по созданию специализированной социальной службы «Домашний микрореабилитационный центр»