

Государственное учреждение социального обслуживания «Красночикийский комплексный центр социального обслуживания населения «Черёмушки»  
Забайкальского края

Специализированная социальная служба  
«Домашний микрореабилитационный центр»

## **КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ОСОБЕННОГО РЕБЁНКА**

**Тема: «Развитие зрительной памяти у детей в домашних условиях»**

Важную роль в запоминании зрительных образов у детей играют тактильные ощущения. Так как ребёнок познаёт мир в основном в игровой форме, ему очень важно иметь прямой контакт с вещью. Игра с таким предметом создаёт насыщенные зрительные образы, делает их запоминание лучше. Поэтому, подбирая развивающие игры для ребёнка, старайтесь отдавать предпочтение тем играм, которые можно потрогать, рассмотреть.

Упражнения для развития зрительной памяти, выполняются с использованием – картинок, игрушек, книжек со сказками и стихами.

Инвентарь: поднос и несколько разных игрушек небольшого размера: яркий кубик, небольшая кукла, зайка, маленький мячик, игрушечный телефончик и другое.

Ход занятия/игры: показываем ребёнку поднос (можно разложить просто на столе) и игрушки. Раскладывая на подносе игрушки, вы называете каждую из них, даёте в руки разглядеть и потрогать. Обратив внимание на отдельные признаки этой игрушки («мягкий», «красный», «круглый»). После этого просите ребёнка отвернуться или закрыть глаза. Вы можете использовать салфетку, которой вы будете накрывать поднос с игрушками. Пока ребёнок не смотрит, быстро убираете с подноса одну из игрушек, после чего разрешаете ребёнку взглянуть на поднос.

Задача - определить, какая игрушка исчезла с подноса. Если он затрудняется с ответом, подсказываем ему, называя признаки («мягкий», «белый», «круглый» и т.д.), не называя его. После этого достаёте игрушку и показываете её в подтверждение того, что дан правильный ответ.

Можно усложнять задание, убирать сразу несколько игрушек. Ребёнок должен суметь запомнить все предметы и правильно определить, чего не хватает.

Есть другие варианты усложнения. Например, время от времени не прятать игрушку, а лишь менять расположение предметов на подносе. В этом случае ребёнок должен не только понять, что все игрушки остались на месте, но и определить, какие из них поменялись местами.

Также можно использовать другой вариант взаимодействия с ребенком используя четыре картинки с хорошо знакомыми ребёнку предметами или четыре игрушки. После рассматривания картинок вы раскладываете их на столе и просите ребёнка запомнить, как они лежат друг за другом. После этого картинки смешиваете, а ребёнок должен разложить их в исходной последовательности и назвать по порядку.

**Вопрос: Нужно ли приучать ребёнка с двигательными нарушениями к работе по дому? И как это сделать?**

**Ответ:** Очень важно приучать любого ребёнка к работе по дому. И чем раньше вы придумаете ему посильное занятие, тем лучше.

Детям нравится чувствовать себя полезным в семье, помощниками мамы или папы. Ребёнок – полноправный член семьи. Кроме того действия, связанные с помощью по дому, развивают у малыша: осанку и крупную моторику, слух и речь, мелкую моторику рук, зрение и общение (коммуникативные навыки), а также – самостоятельность.

Пока ребенок маленький или не может самостоятельно сидеть, он может выполнять действия, сидя у взрослого на коленях: складывать в корзину игрушки, протирать зеркало или стол после рисования. Уже с 18 месяцев малыш начинает повторять действия старших членов семьи – поощряйте его в этом. Учите вашего ребенка накрывать на стол, заправлять кровать, мыть посуду, помогать в приготовлении пищи. Если ребёнок умеет самостоятельно сидеть и у него работает хотя бы одна рука, он может научиться практически всему, что может делать здоровый человек. Если маленький человечек не может сидеть, укладывайте его на живот, подложив под грудь валик. Тогда у ребёнка будут свободные руки, и он сможет выполнять посильную работу. Ну и приобретайте для своего малыша технические средства реабилитации, такие как опоры для стояния, опоры для сидения и прочие приспособления, которые значительно упрощают процесс жизнедеятельности детей с особыми потребностями.

Главное терпение! Не надо делать за ребёнка, ссылаясь на нехватку времени. И конечно не забывайте хвалить своего ребенка, даже если у него не всё получается.

**Вопрос: Как безопасно поднимать и носить ребенка с низким мышечным тонусом?**

**Ответ:** Для начала нужно определить, что такое тонус мышц, тонус – это небольшое постоянное преднапряжение мышцы, позволяющее ей в любой момент быть готовой к намеренному сокращению. Существует высокий мышечный тонус (гипертонус) и низкий мышечный тонус (гипотония).

Гипертонус - нарушение можно заподозрить по чрезмерной зажатости и скованности ребенка, не соответствующей возрасту.

Гипотония - низкий тонус проявляется вялостью, слабыми движениями ручек или ножек, свисанием конечностей (поза лягушки), вялыми движениями и поздним развитием возрастных навыков.

Ребенку с низким мышечным тонусом необходима дополнительная поддержка от взрослых. Чтобы поднять ребенка с низким мышечным тонусом нужно помочь ребенку сесть из положения лежа:

- Сгруппируйте ребенка таким образом, чтобы ноги и руки соединялись над животом.
- Помогите ему сесть, подтягивая к себе за руки, или через сторону с опорой на локоть.
- Когда поднимаете ребенка, держите его ближе к себе.

Никогда не тяните ребенка с пониженным мышечным тонусом за руки:

- Его голова и ноги не зафиксированы.
- Это может травмировать суставы шеи и плеч.
- Ребенок не сможет научиться правильно садиться.

Как правильно носить ребенка с низким тонусом мышц:

- Старайтесь носить ребенка лишь в случае крайней необходимости. Используйте любую возможность, чтобы он активно двигался.
- Для большей устойчивости поддерживайте таз ребенка на уровне вашей талии.
- Поддерживайте ребенка за грудь, чтобы он сам держал голову.
- Поощряйте ребенка, чтобы он держал голову.

Преимущества правильного ношения и ухода:

- Укрепляются мышцы спины и улучшается осанка.
- Ребенок более спокоен и испытывает положительные эмоции.
- Улучшается контроль произвольных движений.
- Ребенок может поворачивать голову и следить за окружающим миром.
- Ребенок и родитель могут общаться.
- Уменьшается нагрузка на позвоночник родителя.

Правильное ношение и уход являются частью реабилитационной программы для каждого ребенка.

**Вопрос: зачем ребенку с ДЦП нужна ортопедическая обувь, если он не ходит?**

**Ответ:** Понятно почему нужна ортопедическая обувь малышу, начинающему ходить: стопа ещё не сформирована, мышцы слабые.

У ребенка с ДЦП при любой форме стопа сформирована неправильно: плоскостопие, заваливание вовнутрь или наружу. Поэтому малышу нужно как можно раньше подобрать ортопедическую обувь с правильной ортопедической стелькой. В этом поможет врач-ортопед, который поставит верный диагноз. Иначе с возрастом могут сформироваться контрактуры, сустав станет неподвижным.

Стопа ребенка должна находиться в правильном анатомическом положении постоянно на улице и дома, даже если он не встает на ножки. Если же у него есть опора на ноги, то малыша необходимо ставить в спецтренажеры для стояния (вертикализаторы) и, конечно же, в ортопедических ботиночках. Если - слабый тонус, то обувь все равно необходима! Нога может с возрастом провиснуть, заостенеть, и тогда вы не сможете надеть своему ребенку никакую обувь. Стопа очень сложный орган. Операции на стопы – процесс длительный, болезненный и малорезультативный. Лучше избежать деформаций стопы, а в этом как раз и помогает ортопедическая обувь.

Я своей дочери обувь снимала только перед сном и на пляже. У неё пусть и осталось плоскостопие, но она опирается на полную стопу, пальцы не деформированы. А наши знакомые одноклассники, даже с более лёгким диагнозом, не носившие ортопедическую обувь, имеют различные деформации, очень затрудняющие хождение.

Так, что дорогие родители, приобретайте своим детям ортопедическую обувь и не ленитесь её надевать. Маленький ребенок быстро привыкает к ношению обуви, даже если поначалу ему не очень удобно. Главное иметь терпение и позитивное настроение. Тем более, что сейчас огромный выбор ортопедической обуви и много ортопедических салонов.

**Вопрос: Какие позитивные и негативные аспекты присутствуют в использовании вспомогательных и специальных приспособлений для детей – инвалидов?**

**Ответ:** Каждому родителю, у которого есть ребенок с различными нарушениями, нужна определенная помощь, как в бытовом воспитании

ребенка, так и в социальном. Для осуществления данной поддержки родителям и детям существуют различные виды вспомогательных средств. Их можно покупать уже в готовом виде, либо создавать своими руками. Цели использования приспособлений:

- смена неправильных положений тела на физиологически правильные
- накопление ребенком собственного опыта
- облегчение дыхания и приема пищи
- обеспечение самостоятельной активности ребенка
- способствование установления контакта с ребенком

Позитивные аспекты использования оборудования для ребенка:

- ребенок получает возможность для взаимодействия с окружающими людьми и может узнать для себя что-то новое об окружающем мире
- способствует развитию самостоятельности ребенка
- с помощью вспомогательных приспособлений изменяется нагрузка ребенка, что приводит к торможению патологических процессов
- улучшается кровообращение, дыхание
- у ребенка появляется шанс самостоятельно питаться
- у ребенка появляются новые ощущения, он по-другому чувствует свое тело в пространстве.
- улучшается концентрация внимания

Также существуют и негативные аспекты использования оборудования для детей-инвалидов:

- иногда специальное оборудование препятствуют полному и непосредственному участию ребенка в событиях, которые происходят вокруг
- ребенок в тяжелом состоянии не способен самостоятельно фиксировать свое тело в высоком положении – его необходимо все время поправлять
- собственные двигательные возможности ребенка в зависимости от обстоятельств ограничиваются.

Вопрос о целесообразности использования специальных приспособлений необходимо решать индивидуально, исходя из задач реабилитации конкретного ребенка. В этом Вам могут помочь специалисты различных профилей: педагоги, психологи, реабилитологи.

**Вопрос: Что делать родителям, если у ребенка обнаружено расстройство развития речи?**

**Ответ.** Для начала определим, что такое нарушение речи. Это отклонение от нормы в развитии речи у человека, когда происходит нарушение вербальной коммуникации, нарушается речевая моторика. Основные причины возникновения данного нарушения: биологические и социально-психологические.

Биологические факторы:

- Несовместимость крови матери и ребенка по резус-фактору
- Вирусные заболевания матери во время беременности
- Наследственные факторы
- Родовая травма
- Заболевания в первые годы жизни ребенка

Социально-психологические факторы:

- Недостаточность речевого общения ребенка со взрослыми
- Излишняя стимуляция речевого развития ребенка
- Неадекватный тип воспитания
- Педагогическая запущенность
- Психологическая травма, связанная с сильным стрессом (испуг, насилие, горе и т.д.)

Классификация расстройств развития речи:

- Нарушение устной речи.
- Нарушения письменной речи.

Задержка речевого развития у ребенка - отставание от возрастной нормы речевого развития в возрасте до 4 лет. Дети с задержкой речевого развития овладевают речью, но значительно позже и поэтому возрастные рамки сдвинуты.

Рекомендации родителям для выявления нарушения речи у детей:

Для подтверждения диагноза у ребенка, родителям нужно пройти следующих специалистов: детского невролога, логопеда, медицинского психолога (нейропсихолога), педагога-психолога, дефектолога. Стоит обязательно пройти каждого из этих специалистов, поскольку в дальнейшем, если несвоевременно выявить данное нарушение и не назначить лечебно-реабилитационные мероприятия, существует высокая вероятность того, что ребенок будет ограничен в таких категориях жизнедеятельности, как обучение и общение. В тяжелых случаях ребенок будет полностью дезадаптирован в социуме.

Помните, чем раньше выявится нарушение у ребенка, тем выше шанс на компенсацию и возможное восстановление проблемной функции или ее замещение.

**Вопрос: Как влияет гиперопека на воспитание детей?**

**Ответ:** Гиперопека – это преувеличенная чрезмерная забота о ребёнке. Проявляется гиперопека в желании и реализации родителями повышенной заботы о ребёнке, даже когда ребёнку ничего не угрожает.

Гиперопека выражается в стремлении родителей окружать ребенка повышенным вниманием, постоянно удерживать около себя, «привязывать» детей к своему настроению и чувствам, обязывать их поступать определенным способом.

Какие последствия нас ожидают? Ребенок начинает добиваться своей власти любой ценой: криком, плачем, разбрасыванием игрушек, то есть мы взрослые создаём условия для ребёнка на проявление негативных эмоций, так как он понимает, что его требования будут выполнены.

В результате ребенок лишается возможности не только самостоятельно преодолевать трудности, но даже их оценить, так как чрезмерное вмешательство родителей не даёт ребёнку достичь самому цели, поскольку решения либо предлагаются ему готовыми, либо достигаются без его участия. Он теряет способность к решению трудных ситуаций и ждет помощи от родителей, любое препятствие для ребёнка, оценивается им как непреодолимое.

Родитель передавая беспокойство и тревогу, порождает зависимость, несамостоятельность, инфантилизм, неуверенность в себе, избегание риска в каких-то ситуациях, отсутствие своевременно развитых навыков общения и формирование личности.

Проблема осложняется еще неготовностью родителей принять рекомендации специалиста, стремлением оправдать свою позицию любовью к ребенку, чувством родительской самоотверженности. Подлинная же самоотверженность требуется для того, чтобы признать наличие собственных внутренних конфликтов.

**Вопрос: Как правильно кормить ребенка с различными нарушениями?**

**Ответ:** Для ребенка процесс кормления – это не только механический процесс, но и время общения и получения от кормящего внимание и заботу. Тот, кто кормит ребенка, должен быть чутким, чтобы понимать какие движения, звуки означают отказ, а какие усталость и потребность в перерыве.

Навык еды является базой для развития речи. Также, обучая ребенка есть, взрослые помогают ему стать самостоятельнее и узнать много нового о себе и об окружающем мире.

Как кормить ребенка: поддерживайте контакт с ребенком (нужно реагировать на его сигналы, рассказывать о блюде и предупреждать о приближении ложки).

Кормите ребенка в положении сидя: ноги стоят на полу или подножке, корпус расположен вертикально и плотно прижат к спинке кресла, или чуть наклонен вперед, локти лежат на столе, голова чуть наклонена вперед. Ребенку лучше кушать за общим столом вместе с другими, для того чтобы ребенок чувствовал себя полноправным членом семьи.

Если ребенок учится удерживать ложку, то нужно сесть рядом с ним. Нужно правильно подбирать посуду. Ложка должна быть небольшой и полностью помещаться в рот ребенка. Если ребенку трудно опускать верхнюю губу на ложку, то нужна специальная плоская ложка. Детям, которым сложно удерживать ложку, поможет ложка с толстой ручкой или изгибом. Тарелка должна быть не очень легкой и не скользить, также желательно иметь тарелку с высокими или загнутыми внутрь бортиками. Жевание следует развивать как можно раньше – за счет него происходит стимуляция десен, челюстей и зубов. После еды следует очистить ротовую полость при помощи зубной щетки, смоченной водой.

### **Как научить ребенка есть самостоятельно:**

Взрослый кормит ребенка, при этом ребенок спокоен и учится ориентироваться в процессе приема пищи (например: готовиться к еде, двигаться по направлению к ложке).

Далее нужно наблюдать за тем, хорошо ли ребенок контролирует действия артикуляционного аппарата (открывает рот, снимает пищу верхней губой, закрывает рот, глотает).

Взрослый держит руку ребенка, помогая ему удерживать ложку, зачерпывать пищу и доносить до рта.

### **Вопрос: Какие жизненно важные потребности нужно удовлетворять детям с различными нарушениями?**

- Эмоциональные потребности – привязанность к близкому родственнику, ведь ребенку с различными нарушениями нужно уделять много времени и внимания, чтобы он понял сигналы взрослых. Нужно научиться замечать и поддерживать ответную реакцию ребенка, даже если она очень слабая и замедленная.
- Когнитивные потребности – самостоятельная исследовательская активность. У детей с нарушениями мало опыта взаимодействия с



предметами, им сложно самим понять связь между объектами, событиями и символами. Этим детям необходима помощь от родителей, чтобы сформировать представления об окружающем мире. Взаимодействовать с детьми можно через игру.

- Сенсорные потребности – разнообразие зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых ощущений. Ребенок с тяжелыми двигательными и сенсорными нарушениями получает мало стимулов извне. Родители должны обеспечить ему богатый и разнообразный сенсорный опыт.
- Двигательные потребности – свободное и безопасное перемещение. Всем детям, как здоровым, так и особенным, с тяжелыми нарушениями моторики и зрения, жизненно необходимо иметь возможность перемещаться. Многим из них требуется специальная помощь в передвижении. Снижение двигательной активности у маленьких детей часто ведет к уменьшению количества сенсорных стимулов, которые они получают.
- Социальные потребности – выход на улицу, общение, участие в жизни общества. У каждого ребенка должна быть возможность регулярно выезжать за пределы своего дома и посещать разные места, такие как парки, кафе, различные мероприятия.

### **Вопрос: Как научить ребенка – аутиста есть самостоятельно?**

**Ответ:** Для родителей особенных детей одна из самых главных задач является сформировать навыки самообслуживания и развить элементарные бытовые навыки. Данные умения важны как для общего развития, так и для социальной адаптации ребенка. Но некоторым родителям трудно понять, как стоит правильно подступиться к ребенку с аутизмом и научить его принимать пищу.

Некоторые особенности аутистов (такие как: избирательность в еде, отсутствие реакций на просьбы взрослых, неконтролируемые истерические реакции, аутоагрессия и т.д.) препятствуют овладением приема пищи.

У ребенка с аутизмом часто присутствуют проблемы, связанные с тем, что он не может понять, когда проголодался или, когда насытился, также в поведении присутствуют определенные стереотипы, такие как: ребенок не ест самостоятельно, а только, если его кормят; либо он не ест за столом, выбирая любое другое место и т.д.). При нарушении данного поведения ребенок может проявлять агрессию или аутоагрессию, плакать, кричать, обижаться, расстраиваться. Прежде чем приступить к обучению навыка приема еды, нужно провести наблюдение за поведением ребенка, когда он кушает, и предположить, почему он не может самостоятельно питаться.

Выделяют основные препятствия:

- Нарушение моторики;

Данное нарушение связано с поражением ЦНС, дети не могут физически удерживать предметы, зачерпывать пищу, подносить столовые приборы ко рту. В данных случаях необходимы специальные упражнения по развитию моторики координации движений. Также, возможно, использовать вспомогательные средства для поддержания руки ребенка.

- Наличие стереотипного поведения;

Стереотипное поведение заключается в том, что ребенок использует только определенные действия, которые ему нравятся. Это можно наблюдать в монотонных движениях (покачивание вперед и назад, ребенок может трести руками в определенном направлении, кружатся, прыгают, ходят и т.д.); дети часто монотонно повторяют определенные фразы из фильмов, песен и т.п. При приеме пищи они могут выбрать одно, определенное место и только там кушать.

- Нет практического навыка пользования столовыми приборами.

Детей всегда кормили родители и не давали пользоваться столовыми приборами, поэтому навыка самостоятельного потребления пищи у них нет.

Процесс обучения навыку самостоятельно кушать может затянуться на недели, на месяцы и даже годы, поэтому нужно запастись терпением и непоколебимо стоять на своем.

Для эффективного результат в обучении приема пищи, нужно, чтобы ребенок был голоден. Если ребенок не хочет есть, то у него отсутствует естественная мотивация для изучения нового навыка.

Начать нужно с того, чтобы ребенок научился держать ложку. Следует подобрать удобную ложку для ребенка – либо алюминиевую легкую, или же тяжелую, чтобы ее масса ощущалась в руке. Все зависит от предпочтения ребенка, какая ему больше нравится, станет понятно по его реакции. Сначала стоит физически помогать ребенку – берут руку ребенка и ей захватывают ложку, далее манипулируют так, что бы ребенок ел сам. Желательно, чтобы взрослый находился сбоку или позади от ребенка. Постепенно, сначала на короткие промежутки времени, а потом на продолжительные, стоит отпускать руку ребенка.

Также стоит начать обучения с использованием твердой пищи (яблоки, печенье, в зависимости от аллергических реакций и предпочтений), кусочки такой пищи кладут в ложку и помогают направить ложку ко рту. Твердую

пищу легче положить в рот и если ребенок промахнется, то последствия устранить легче, нежели с жидкой пищей. Далее переходим к обучению есть картошку, макароны, кашу, салаты, супы. Важным фактором является то, что ребенку следует предлагать ту еду, которую он ест с удовольствием, чтобы навык развивался быстрее. Следует не забывать, что ребенок часто может подражать взрослым, поэтому стоит кушать всем вместе, за одним столом, для того, чтобы ребенок перенимал социально адаптивное поведение от окружающих.

Нужно обязательно поощрять ребенка за его достижения в обучении, следует делать или покупать то, что ребенок любит.

Для некоторых родителей особое опасение при обучении вызывают такие факторы как: что-то испортить, запачкать, устроить беспорядок на кухне, в гостиной, испортить скатерть или обои. В таких ситуациях можно придумать несколько вариантов подстраховки: под тарелку подкладывать пластиковую подставку, вместо стула взять табурет, который легче убирать и чистить, ребенку можно повязать фартук, закатать рукава. Также, во время обучения навыку приема пищи, следует обучать ребенка аккуратности, научить его пользоваться салфеткой.

Усилия родителей в дальнейшем принесут свои плоды. Плюсы обучения:

- 1) ребенок осваивает новый навык.
- 2) начнет его применять самостоятельно, не прося помощи.
- 3) у родителей становится больше времени для чего-то другого, а не только для постоянного контроля над ребенком.

### **Вопрос: Как развивать мелкую моторику у ребенка?**

**Ответ:** Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног. Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка. Мелкая моторика связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также она непосредственно влияет на ловкость рук, на почерк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка. Поэтому чем раньше начинать делать упражнения для развития мелкой моторики с ребенком, тем быстрее и проще ему будет даваться изучение нового материала.

Сначала малыш (0-1,5 лет) разглядывает свои руки, потом учится ими управлять, потом он берет предметы всей ладонью, далее только двумя

(большим и указательным) пальчиками. И через некоторое время ребенка учат правильно держать ложку, карандаш, кисть (1,5 – 3 года).

Игры и упражнения для развития мелкой моторики трудны для малышей и поэтому не должны быть длительными. Они должны проводиться в игре, чтобы малышу было интересно (перебрать крупу для Золушки). Если движение не удаются, пальчики не слушаются, то тогда игру нужно проводить многократно, пока движение не будет получаться легко, правильно, четко. В этом случае нужно каждый раз менять сюжет игры, предметы, вносить что-то новое, чтобы ребенок был увлечен игрой и не устал от однообразия (сначала выложить из маленьких камушков на пластилине мостик для собачки. В следующий раз выложить дорожку для куклы. В третий раз выложить речку для рыбки и так далее).

Все игры и упражнения по развитию мелкой моторики всегда должны проходить в присутствии взрослого с целью безопасности таких игр.

Упражнения:

1. Руки вперед, пальцы правой руки сжаты в кулак. Далее нужно разжать пальцы правой руки и сжать пальцы левой, далее по очереди разжимать и расслаблять пальцы. Выполнять сначала медленно, затем постепенно увеличивая темп.
2. Левая рука в сторону и пальцы расслаблены, правая рука в сторону, пальцы сжаты в кулак. Действия те же, что и в предыдущем упражнении.
3. Руки с разведенными пальцами лежат на ровной поверхности. Попеременное или одновременное постукивание пальцами по опоре, постепенно ускоряя темп.
4. Жонглирование предметами (мячи, булавы, кегли, кубики и т.п.)
5. В наклоне вперед переводы мяча между разведёнными ногами по «восьмерке».
6. Установка пирамиды из кубиков.
7. Пропускание ниток сквозь отверстие пуговицы.
8. Доставание камешков или различных предметов разных размеров из мешка на ощупь.
9. Упражнения без предметов: поочередное сжатие кистей рук в кулак, составление фигур с помощью кистей рук (круг, квадрат и т.п.), последовательное выполнение движений: кулак-ребро-ладонь.
10. Имитация написания пальцами руки цифр, букв, слов и т.п.
11. Нанизывание бусинок на леску.
12. Лепка из пластилина.
13. Рисование пальчиковыми красками или с помощью кисточек.
14. Песочная арт-терапия.
15. Мастерить аппликации.

16. Лепка из соленого теста.
17. Развязывать и завязывать узелки, бантики, плести косички, расстегивать и застегивать липучки, пуговицы, кнопки, крючки, молнии, снимать и надевать шапку, стягивать носки, снимать ботинки.
18. Волчки. Сначала малыш учится запускать юлу, а затем волчки крупных размеров. И уже после этого дайте малышу волчки маленького размера. Вместо волчка используйте любые другие предметы: кольца пирамидок, шарики, пластиковые миски и т.д. Также полезно и заводить ключиком заводные игрушки.
19. Открывать и закрывать баночки (раскручивать и закручивать крышки) Чтобы было интереснее, прячьте вовнутрь сюрприз, заворачивая его в бумагу. А заодно малыш потренируется разворачивать и сворачивать бумагу.
20. Прокатывание шариков. Дети катают маленькие шарики по столу (по игровому полю, на котором можно нарисовать разные дорожки – прямые, изогнутые, по спирали). Во время игры шарик не должен выскользнуть из-под ладони. Скажите малышу: «Шарики непослушные! Так и норовят убежать. А ты их не отпускай!». Шарики можно катать как ладонями (в первых играх), так и одним пальчиком (в последующих играх).

**Вопрос: Какие позы можно использовать для детей с различными нарушениями?**

**Ответ:** Несмотря на состояние ребенка, обязательно нужно совершать с ним какие-либо движения, в данном случае говорить о смене поз. Чем чаще ребенок будет по-разному двигаться, тем лучше будет он себя чувствовать. Ведь, находясь в одном положении у ребенка ухудшается не только здоровье, но и настроение, оно может быть всегда недовольным, плаксивым, ребенку все будет не нравится, также он ничего не будет хотеть. Важно, что бы у ребенка в жизни присутствовал интерес узнавать что-то новое, не смотря на какие-либо ограничения. Поэтому так важно и нужно заниматься с ребенком физической активностью.

Поза «Лежа на спине».

- Подложить под голову ребенка одну или две подушки (ТСР).
- Подложить валик или свернутое одеяло под ноги ребенка, чтобы препятствовать сползанию, так как из-за трения могут образоваться пролежни. Для поддержания разведения бедер используют Т-образную подушку.
- Если это необходимо, подложить валик или подушку, чтобы поддержать руки ребенка.

Поза «Лежа на животе».

- Если ребенок не может опираться на локти и предплечья, нужно положить ему под грудь плотный валик такой высоты, чтобы ему было комфортно опираться на локти.
- Помочь ребенку правильно распределить вес тела так, чтобы он мог свободно поднимать голову или тянуться за игрушками.
- Если ребенок очень ослаблен и ему трудно поднимать голову в положении на животе – подложить небольшую плоскую подушку так, чтобы он мог положить на нее голову.

Поза «Лежа на боку» с двигательными нарушениями.

- Подложить под голову ребенка подушку определенной высоты, чтобы голова находилась на одной линии с грудным отделом позвоночника. Поверхность, на которой лежит ребенок, не должна быть ни чрезмерно мягкой, ни чрезмерно жесткой.
- Положить за спину ребенку валик или плотное свернутое одеяло, чтобы предотвратить переворот на спину. Можно положить ребенка на пол вплотную к стене и подложить ему за спину свернутое плотное полотенце.
- Ногу, которая лежит на опорной поверхности («нижнюю» ногу) необходимо выпрямить, а «верхнюю» ногу согнуть.
- Поместить валик или подушку между бедер ребенка, чтобы поддержать разведение бедер.
- Если ребенку необходимо поддержать руку, находящуюся сверху – подложить под нее подушку или валик.

Поза «Упор сидя и полусидя на боку».

- Если ребенок не удерживает голову, родитель поддерживает его сидя сзади, разместив ребенка между своих ног. Одной рукой родитель держит ребенка под грудь, другой помогает ему опереться на предплечье.
- При опоре на кисть необходимо поддерживать локтевой сустав опорной руки. Ноги ребенка согнуты и упираются в бедро родителя. Если ребенок удерживает голову, родитель поддерживает его за таз.

Поза «На четвереньках».

- Для того что бы помочь ребенку перейти из позы лежа на животе в позу на четвереньки нужно сделать так, чтобы ноги ребенка были максимально согнуты в бедрах и коленях (ягодицы касаются пяток).

- Удерживать одну ладонь под грудью и помогать ребенку опираться на предплечья.

- Если ребенок удерживает опору на руках, убрать поддержку груди и удерживать бедра обеими ладонями с двух сторон.

Поза «Стоя на коленях».

- Ребенок стоит с опорой на колени, колени согнуты, бедра выпрямлены, таз поднят.

- Предплечья опираются о стол (диван).

- Взрослый находится сзади и обеспечивает страховку (поддержку) головы и локтевого сустава. При необходимости взрослый помогает удерживать таз, поставив между бедер ребенка свое колено.

Поза «Сидя со спущенными ногами».

- Ребенок сидит верхом на цилиндрическом большом валике. Для помощи в равномерном распределении веса цилиндр можно поместить под небольшим наклоном. Можно использовать утяжелители на ногах, для лучшей опоры на ноги.

- Взрослый страхует ребенка сидя спереди и придерживая его за таз. При необходимости, взрослый страхует его сзади, сидя верхом вплотную к ребенку.

Поза «Сидя с вытянутыми ногами».

- Взрослый сидит на полу, ноги разведены. Нужно посадить ребенка как можно ближе к взрослому между его ног, далее следует развести ноги ребенка. Взрослый придерживать их в таком положении своими ногами. Разгибать ноги ребенка и разводить их нужно очень аккуратно и без резких движений.

- Стимулировать наклон ребенка вперед с помощью игрушки.

- Наклон вперед помогает увеличивать растяжку задней поверхности нижних конечностей. При необходимости положить на бедра ребенка утяжелители или мешочки с песком, солью (2 кг).

- Для помощи в удержании позы можно применять напольные сидения (сложенные полотенца и другое), чтобы бедра ребенка находились выше его ног – это помогает удерживать наклон таза вперед.

Поза «Стоя».

- Нужно поставить ребенка, так чтобы он упирался ногами. Обеспечить выравнивание таза, выпрямление позвоночника и правильное положение головы.

- Если это необходимо, обеспечить поддержку ног, туловища. Поместить игрушки перед ребенком на такой высоте, чтобы стимулировать его выпрямляться. Варианты поддержки ребенка: между коленями родителя, боком или спиной к себе с поддержкой ребенка в районе колен.

- Если ребенок уже большой, у него выраженные двигательные нарушения, следует использовать вертикализатор.

### **Вопрос: Как непринуждённо развивать навыки самообслуживания в домашних условиях?**

**Ответ:** Навык — деятельность, сформированная путём повторения и доведения до автоматизма.

Как научить ребёнка надевать ботинки?

Первый шаг. Учим ребёнка ставить ботинки перед собой.

Второй шаг. Переходим к формированию навыка надевание ботинок с «липучкой» впереди. После просьбы взрослого: «надень ботинки», ребенку необходимо сесть на стульчик, взять предмет обуви и надеть его, соблюдая последовательность движений, которые должны соответствовать цепочке самостоятельных действий. Взрослый встаёт позади ребёнка для того, чтобы своевременно и полноценно оказать ребенку необходимую помощь. В ходе выполнения упражнений взрослый молчит, поощряя ребёнка только после успешного выполнения действий. Все упражнения предусматривают постепенное повышение уровня самостоятельности ребенка. Взрослый предстаёт в образе «тени», сопровождающей ребенка, оказывающей ему помощь только в случае необходимости, тем самым создавая условия «самостоятельного» выполнения им задания. Навык считается успешно усвоенным после того, как ребёнок несколько дней подряд самостоятельно надевает ботинки.



## Как научить ребёнка умываться?

Первый этап. Объяснение, почему важно не ходить грязным. Можно рассказать о микробах и бактериях. Здесь важно не перегнуть палку. У ребенка может развиться фобия страшных черно-зеленых существ, которые ползают у него по рукам после того, как он вернулся с прогулки или погладил кошку. Не следует употреблять абстрактных понятий как здоровье, инфекция, гигиена. Лучше расскажите про войну хороших бактерий с плохими, и о том, что нужно помочь хорошим бактериям в решающий момент битвы и помыть руки с мылом.

Второй этап. Личный пример, на этой стадии очень важен личный пример. Ребенок в этом возрасте пытается во всем подражать родителям. Дайте ребенку понаблюдать, как вы умываетесь: вернувшись с прогулки заявите, что вы идете мыть руки, потому что они у вас грязные, и ребенок охотно последует вашему примеру. Громко скажите, что папа почистил зубы. Они у него чистые и болеть не будут. Кто хочет иметь такие же белые и чистые зубы? На первых порах следует выполнять все движения демонстративно медленно, объясняя, что вы делаете и называя предметы, которыми вы пользуетесь. Не меняйте последовательность действий. Они должны производиться в таком же порядке из раза в раз. Можно дать попробовать ребенку помочь вам выполнить какое-нибудь действие: открыть и закрыть тюбик с пастой, помочь выдавить пасту на щетку. Кроме удовлетворения интереса и приобщения к ритуалам и действиям взрослых это развивает мелкую моторику и сообразительность.

Третий этап. Регулярность. Приучайте малыша к регулярным процедурам. Например, чистить зубы ежедневно, даже в выходные. Ребенок будет стараться избежать умывания и чистки зубов любыми способами, но родители должны быть непреклонны и последовательны. Свои предметы личной гигиены ребенку следует отвести место для его зубной щетки, пасты и маленького полотенца в пределах его досягаемости. Приобрести подставку или стульчик, чтобы он сам мог доставать до крана и регулировать подачу воды. Щетка должна быть красивой формы и яркая. Паста с приятным фруктовым вкусом. Играйте не превращайте процесс обучения в скучную рутину. Поиграйте с ребенком. Кто сделает больше мыльные пузыри из мыла? Кто чистит зубы дольше всех? Почистить зубы всем игрушкам и куклам. Используйте картинки, мультфильмы и книжки объясняющие важность чистоты и ухода за собой. Ваш малыш не сразу освоит навыки ухода за собой. Процесс этот долгий. Могут потребоваться недели и даже месяцы. Но ваша настойчивость, терпение и доброта окупятся хорошим здоровьем и чистоплотностью вашего ребенка в его будущей жизни.

## **Вопрос: Как развивать слуховое восприятие?**

**Ответ:** Слуховое восприятие - это способность воспринимать и понимать звуки и различия между ними.

Слуховое восприятие имеет важное значение для правильного усвоения информации, которую ребёнок получает при общении с близким окружением, педагогом, а так же через шумы, звуки, песни и т.д. Возникает необходимость в визуальной поддержке, если её будет недостаточно, это может вызвать проблемы понимания речи и материала, что приводит к низкому уровню развития личности.

Детям нравится слушать и наслаждаться музыкой, при этом они избирательны в выборе песен, мелодий и аудио сказок. Одни слушают классику, другим нравятся детские песенки. Мы должны предоставить выбор ребёнку, помочь ему определиться, какая музыка или сказка ему интересна.

Ребёнок начинает узнавать голос мамы, слушает колыбельные и успокаивается. Всё это формируется с младенчества. Малыш способен обнаруживать, различать, идентифицировать, распознавать и понимать звуки окружающей среды. В дальнейшем развитии у ребёнка формируется модель поведения дома, на улице и т.д.

Развивая слуховое восприятие у детей, мы развиваем речь ребёнка. В раннем возрасте мы в общении с малышом применяем слова заменители, такие как «гав-гав», «би-би» и просим его найти и показать на картинке, имея ввиду собаку или машинку. По необходимости помогаем малышу в правильном выборе.

## **Вопрос: Как научить ребенка с аутизмом самостоятельно одеваться и раздеваться?**

**Ответ:** Она из важнейших задач для родителей, у которых есть ребенок-аутист - научить его одеваться и раздеваться без помощи взрослых. Умение самостоятельно обслуживать себя в быту помогает ребенку развиваться, особенно в социальном плане. Поэтому, чем раньше родители помогут освоить навык раздевания и одевания, тем лучше ребенок-аутист сможет осваивать другие не менее важные навыки (самостоятельно кушать, убираться в комнате и т.д).

Детям трудно освоить данный навык по различным причинам:

- Ребенок может убежать и его очень трудно заставить стоять спокойно.

- Ребенку не даются отдельные операции, которые нужны, что одеться и раздеться.
- Ребенок не может запомнить последовательность операций.

Детей, которые имеют повышенную активность, родителям трудно бывает раздеть и одеть, а обучить их одеваться и раздеваться самостоятельно еще труднее. Ребенок может постоянно перемещаться по комнате, поэтому его приходится ловить и удерживать, чтобы одеть. Поэтому для того, чтобы ребенок-аутист смог начать обучаться навыку, нужно создать ему определенные условия:

Продумать распорядок дня, когда он должен переодеваться.

Обычно это происходит 4-5 раз за день. Утро: снять пижаму, надеть домашнюю одежду. В течение дня может быть прогулка или поход в магазин: снять домашнюю одежду, собраться на улицу. Вторая половина дня: снять уличную одежду и переодеться в домашнюю. Вечером: переодеться в пижаму. Плюс стоит учитывать, что ребенок может запачкаться и нужно будет ему также менять одежду. Также лучше сделать так, чтобы ребенок привыкал к определенному месту, где ему нужно переодеваться. Утром и в обед можно переодеваться в комнате около кровати ребенка. Собираться на прогулку можно в прихожей. Больше не должно быть других мест переодевания, ребенок должен постепенно запоминать и усваивать это правило.

В начале обучения, родители должны быстро и энергично помогать ребенку одеваться.

Главное, чтобы домашняя одежда была без кнопок, молний и пуговиц, важно, чтобы одежда была комфортной и удобной. Основная задача – сделать процесс одевания быстрым, чтобы ребенок не успел отвлечься на посторонние предметы. Через некоторое время, если родители начинают замечать, что ребенок уже не пытается убежать, можно ослабевать контроль над действиями и предоставлять ребенку больше свободы, где будет проявляться его самостоятельность.

У детей-аутистов бывают проблемы с тем, что они просто не умеют выполнять какие-либо операции (не может снять футболку, кофту, застегнуть пуговицы, молнию и т.д.). Условия, при которых обучение будет протекать эффективней:

Организовать место, как для одевания, так и для раздевания (определенные комнаты).

Далее родителям нужно понаблюдать за ребенком, какие операции он может выполнять, а какие нет. При этом, наблюдение будет более продуктивным,

если ребенок будет пытаться выполнить больше операций самостоятельно. Иногда родители начинают тревожиться по поводу того, что ребенок может сделать что-то не так, поэтому не дают ему проявить самостоятельность, но не стоит сильно переживать, поскольку, в большинстве случаев, ребенок умеет больше, чем казалось.

После того, как родители поняли, на что способен ребенок, нужно решить с чего начать обучение. Есть операции, которые можно осваивать сразу во время одевания (подтягивание штанов, колготок, надеть или снять носки и т.д.). А некоторые навыки усваиваются в другое время (застегнуть, расстегнуть пуговицы, использовать молнии, выворачивать одежду и т.д.). Например, для того, чтобы научить ребенка застегивать и расстегивать пуговицы, можно использовать тренажер (ткань с крупными пуговицами и петлями). Потом, если тренировки проходят успешно, стоит заменить тренажер (с мелким пуговицами и петельками). После успешного обучения на всех тренажерах, ребенок учится застегивать и расстегивать пуговицы на себе (начинают с одежды, где есть крупные пуговицы и заканчивают одеждой, где присутствуют мелкие пуговицы).

Обучение ребенка-аутиста надевать куртку с капюшоном. Сначала ребенка учат надеть на голову капюшон, куртка при этом свисает сзади. Затем нужно обучить ребенка вдевать руки в рукава куртки и в конце, когда куртка будет надета. Ребенок должен снять капюшон.

Некоторые дети не могут запомнить последовательность операций при переодевании и одевании. Это проявляется в том, что ребенок может взять не тот предмет одежды, который нужен прямо сейчас или же снять то, что только что надел. Обучение может происходить так:

Создать расписание в виде схемы операций, которые нужны при одевании и раздевании. Желательно использовать фотографии предметов гардероба и что нужно ребенку делать с конкретным предметом. Также нужно удобно расположить предметы одежды, которые нужно будет надевать.

Постоянная однообразная помощь со стороны взрослого, чтобы у ребенка постепенно вырабатывался навык.

Если ребенок овладевает навыком переодевания и раздевания с помощью расписания, то можно уже начать убирать его и понаблюдать за ребенком, что у него получается, что нет, с чем следует помогать, а с чем уже не надо. Далее помогать по необходимости.

### **Вопрос: Как развивать предметную среду дома?**

**Ответ:** Развивающая предметная среда - это система условий, обеспечивающая всю полноту развития деятельности ребёнка. Среда – пространство жизнедеятельности ребёнка. Это те условия, в которых протекает его жизнь.

Семьи живут в различных квартирных условиях и поэтому имеют различные возможности для организации детского уголка дома. Хорошо, если есть отдельная детская. А если нет? Как же создать в семье развивающую среду, то есть такую обстановку, в которой бы ребёнок более активно и быстрее познавал окружающий мир во всём его взаимодействии и лишь при небольшом косвенном руководстве взрослых?

Вполне естественно, что ребёнок должен осваивать всё пространство квартиры, то есть действовать, играть и в ванной комнате, и в прихожей, и на кухне. Но у него должно быть и своё пространство, оборудованное с учётом его психофизиологических особенностей и возможностей.

Очень важно организовать зеркало в доступной зоне для ребёнка, дети любят своё собственное отражение, изучая свой внешний вид. На полочке рядом с зеркалом расположите расчёски, маленькое зеркальце, для девочек косметику. Ребёнок, уходя из квартиры, учится приводить себя в порядок и, наоборот, вернувшись домой осматривает себя и может менять свою внешность в случае необходимости. В прихожей на обувной полке расположите щётку и ложку для обуви. При наличии таких условий у ребёнка начнёт формироваться культура своего внешнего вида и качества трудолюбия, самообслуживания, самостоятельности.