

**МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ**
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс»

ул. Машинная, д. 31, г. Екатеринбург, 620142 тел./факс (343) 221-01-57
E-mail: centrresurs@gmail.com



**СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА В
ПОВСЕДНЕВНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**

Методические рекомендации для педагогов,
специалистов образовательных организаций и родителей (законных представителей)

Екатеринбург 2019

В методических рекомендациях представлены технологии формирования социально-бытовых навыков детей раннего возраста в повседневных жизненных ситуациях. Сформированы практические рекомендации для специалистов и родителей по формированию у детей социально-бытовых навыков в раннем возрасте, а также интересных игр для совместной деятельности взрослого и ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Данные рекомендации адресованы родителям детей раннего возраста, а также педагогам, работающим с данной категорией воспитанников.

В пособии проанализированы работы, освещающие вопросы возрастных особенностей (Г. М. Лямина), воспитания и развития детей раннего возраста (Н.М. Щелованов, К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина), Эрготерапия для детей с аутизмом, Путь к независимости (К.Косински, Брюс Л. Бейкер). Используются методические рекомендации МКФ по диагностике социально-бытового развития детей от рождения до 3 лет (А.А. Венгер, Г.В. Пантюхина, К.Л. Печора, Э.Л. Фрухт).

Составитель: Колченогова Татьяна Юрьевна, воспитатель ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс».

Содержание

Введение.....	4
1. Особенности периода раннего детства и его значение	
1.1 Возрастные особенности развития детей раннего возраста.....	4
1.2 Воспитание детей с особенностями развития.....	7
2. Развитие социально-бытовых навыков	
2.1. Формирование социально-бытовых навыков и их значение для развития ребенка.....	9
2.2. Усвоение социально-бытовых навыков детьми с особенностями развития.....	11
3. Технологии формирования социально-бытовых навыков у детей раннего возраста.....	18
3.1 Как научить ребенка убирать игрушки.....	19
3.2 Как научить малыша засыпать самостоятельно.....	20
3.3 Как научить ребенка одеваться самостоятельно.....	22
Заключение.....	27
Список используемой литературы.....	29
Приложение 1.....	30
Приложение 2.....	31
Приложение 3.....	33

Введение

В настоящее время многие родители и педагоги уделяют большое внимание обучению детей чтению, математике и языкам, чем самообслуживанию, часто не учитывая, что для многих из них гораздо актуальнее научиться самостоятельно пить, есть, одеваться, умываться и т. д. Почему это так важно? Дело в том, что самообслуживание играет определённую роль в развитии ребёнка, так как способно резко поднять его самооценку, и тем самым знаменует собой самый большой шаг на пути к его независимости. Вряд ли найдётся хоть одна мама, которая захочет в будущем видеть своего ребёнка беспомощным, неуверенным в себе, не способным самостоятельно решать проблемы, нытиком, постоянно прибегающим к помощи родителей, чтобы пожаловаться на неудачи и поплакаться в «жилетку», рассказывая о тщетных попытках добиться чего-либо. А ведь именно с раннего возраста начинают формироваться такие черты характера, как воля, уверенность в себе, желание добиться успеха, стремление к цели, активность и упорство в её достижении. А происходит это именно с привитием навыков самообслуживания.

Развитие детей – дело, которое волнует многих родителей. Есть, конечно, люди, которые считают, что детям нужно давать максимум возможной свободы и тогда они сами разовьются именно так, как нужно. Возможно, они правы. Однако мы не видим ничего плохого в том, чтобы предлагать детям именно те игры и занятия, которые лучше всего будут восприниматься ими в каждом конкретном возрасте. А для этого нужно знать возрастные особенности развития детей.

1. Особенности периода раннего детства и его значение

1.1 Возрастные особенности развития детей раннего возраста

Ранний возраст – чрезвычайно важный и ответственный период психического развития ребёнка. Это возраст, когда всё впервые, всё только начинается – речь, игра, общение со сверстниками, первые представления о себе, о других, о мире. В первые три года жизни закладываются наиболее важные и фундаментальные человеческие способности – познавательная активность, любознательность, уверенность в себе и доверие к другим людям, целенаправленность и настойчивость, воображение, творческая позиция и многое другое. Все эти способности не возникают сами по себе, как следствие возрастного развития ребёнка, но требуют неуклонного участия взрослого и соответствующих возрасту форм деятельности.

Общение и сотрудничество ребёнка со взрослым

В общении с близкими взрослыми, которые помогают ребёнку познавать мир “взрослых” предметов, преобладают мотивы сотрудничества. Взрослый становится для ребёнка образцом человеческих действий с предметами. Теперь необходимо соучастие взрослого, одновременная практическая деятельность вместе с ним, выполнение одного и того же дела. В ходе такого сотрудничества ребёнок одновременно получает и внимание взрослого, и его участие в действиях ребёнка и, главное - новые, адекватные способы действия с предметами.

Взрослый теперь не только даёт ребёнку в руки предметы, но вместе с предметом передаёт способ действия с ним. В совместной деятельности с ребёнком взрослый выполняет сразу несколько функций:

- во-первых, взрослый даёт ребёнку смысл действий с предметом, его общественную функцию;
- во-вторых, он организует действия и движения ребёнка, передаёт ему технические приёмы осуществления действия;
- в-третьих, он через поощрения и порицания контролирует ход выполнения действий ребёнка.

Ранний возраст является периодом наиболее интенсивного усвоения способов действий с предметами. К концу этого периода, благодаря сотрудничеству с взрослым, ребёнок в основном умеет пользоваться бытовыми предметами и играть с игрушками.

Предметная деятельность и её роль в развитии детей

Новой социальной ситуации развития соответствует и новый тип ведущей деятельности ребёнка – предметная деятельность.

Предметная деятельность является ведущей потому, что именно в ней происходит развитие всех сторон психики и личности ребёнка. Прежде всего,

нужно подчеркнуть, что в предметной деятельности малыша происходит развитие восприятия, а поведение и сознание детей этого возраста целиком определяется восприятием. Так, память в раннем возрасте существует в форме узнавания, т.е. восприятия знакомых предметов.

Мышление ребёнка данного возраста носит преимущественно непосредственный характер – ребёнок устанавливает связи между воспринимаемыми предметами. Он может быть внимателен только к тому, что находится в поле его восприятия. Все переживания ребёнка также сосредоточены на воспринимаемых предметах и явлениях.

Поскольку действия с предметами направлены в основном на такие их свойства как форма и величина, именно эти признаки являются главными для ребёнка. Цвет в начале раннего детства не имеет особого значения для узнавания предметов.

Особое значение имеют действия, которые называют соотносящими и требуют учёта величины, формы, местоположения различных предметов. Характерно, что большинство игрушек, предназначенных для детей раннего возраста, (пирамидки, простые кубики, вкладыши, матрёшки) предполагают именно соотносящие действия. Когда ребёнок пытается осуществить такое действие, он подбирает и соединяет предметы или их части в соответствии с их формой или размером.

Богатая и разнообразная сенсорная среда, с которой малыш активно действует, является важнейшей предпосылкой становления внутреннего плана действия и умственного развития.

Мышление ребёнка, которое осуществляется в форме внешних ориентировочных действий, называют наглядно-действенным. Именно эта форма мышления характерна для детей раннего возраста. Малыши активно используют наглядно-действенное мышление для обнаружения и открытия самых разнообразных связей вещей и явлений окружающего их предметного мира.

Овладение речью

Одним из главных событий в развитии ребёнка раннего возраста является овладение речью.

Ситуация, в которой возникает речь, должна представлять предметное сотрудничество ребёнка с взрослым.

В таком предметном сотрудничестве взрослый ставит перед ребёнком речевую задачу, которая требует перестройки всего его поведения: чтобы быть понятым, он должен произнести совершенно определённое слово.

Все эти достижения становятся возможными благодаря тому, что ребёнок осваивает грамматическую форму речи, которая позволяет связывать между собой отдельные слова, независимо от реального положения тех предметов, которые они обозначают.

Овладение речью открывает возможность произвольного поведения ребёнка. Первым шагом к произвольному поведению является выполнение речевых инструкций взрослого.

Рождение игры

Действия маленького ребёнка с предметами - это ещё не игра. Разделение предметно-практической и игровой деятельности происходит только в конце раннего возраста. Сначала ребёнок играет исключительно с реалистическими игрушками и воспроизводит с ними знакомые ему действия (причёсывает куклу, укладывает её спать, кормит, катает в коляске и пр.)

Появление потребности в общении со сверстниками

Очень важным приобретением раннего возраста является становление общения со сверстниками. Другой ребенок становится не только “интересным” предметом, но и партнером по общению. Первые субъектно-ориентированные контакты с ровесниками появляются именно в этот период жизни малыша.

Общение детей раннего возраста можно назвать эмоционально-практическим взаимодействием. Главными характеристиками такого взаимодействия являются: непосредственность, отсутствие предметного содержания, раскованность, эмоциональная насыщенность, нестандартность коммуникативных средств, зеркальное отражение действий и движений партнёра. Дети демонстрируют и воспроизводят друг перед другом эмоционально-окрашенные игровые действия. Общность действий и эмоциональных экспрессий даёт им уверенность в себе и приносит яркие эмоциональные переживания. По-видимому, такое взаимодействие, даёт ребёнку ощущение своего сходства с другим, равным ему существом, которое вызывает бурную радость. Получая от сверстника ответную реакцию и поддержку в своих играх и затеях, ребёнок реализует свою самобытность и уникальность, что стимулирует самую непредсказуемую инициативность малыша.

Таким образом, ранний возраст – период интенсивного психического развития ребенка, которое происходит по нескольким линиям. Наиболее важными из них являются:

- развитие предметной деятельности и делового общения с взрослым;
- развитие активной речи ребенка;
- развитие произвольного поведения;
- появление игровых замещений;
- формирование потребности в общении со сверстником;
- развитие самосознания и самостоятельности ребенка.

1.2 Проблемы в воспитании детей с особенностями развития

Воспитывая ребенка, который имеет особенности развития, родители зачастую проходят через переживание стресса и испытывают значительные затруднения в своих воспитательных практиках.

Но для ребенка с особенностями нет более важного фактора ранней помощи, чем эмоционально сбалансированные, позитивно настроенные и уверенные в своих силах родители, поэтому одним из главных фокусов внимания помогающих организаций, к которым относится и наш Центр, является психологическая поддержка родителей.

Очень важно с самого начала дать родителям всю информацию о том, что будущее их ребенка отнюдь не безрадостное, что его жизнь может быть интересной и наполненной смыслом при правильной психолого-педагогической поддержке и социализации. Но родители до сих пор периодически слышат от врачей об отсутствии перспективы для их ребенка, что порождает страх и отчаяние.

И если мы стремимся помочь ребенку с особенностями как можно раньше, принципиально важно изменить обычную практику сообщения родителям о диагнозе ребенка.

Очень удачный опыт у нас есть в Екатеринбурге и Свердловской области. Совместно с региональной общественной организацией «Солнечные дети» и клинико-диагностическим центром «Охрана здоровья матери и ребенка» разработан протокол сообщения родителям о диагнозе. Благодаря усилиям главного врача Центра Елены Борисовны Николаевой он стал нормативным для медицинских учреждений города и области.

Протокол охраняет право семьи на принятие самостоятельного решения (никто не должен убеждать родителей отказаться от новорожденного малыша) и права ребенка расти и воспитываться в семье, а также он помогает врачу, сообщающему о диагнозе, найти правильные слова, правильную форму такого сообщения.

Родители сталкиваются с другой проблемой: в интернете много информации из очень разных источников о методах раннего развития. Как разобраться с ней и выстроить маршрут для своего ребенка?

И здесь снова родителям нужна психолого-педагогическая поддержка. Специалист должен поддержать в первую очередь родителя именно как родителя, то есть человека, который лучше всех может понять своего ребенка и помочь ему.

Задача педагога – объяснить, какие есть у малыша с особенностями сильные стороны развития, как их использовать, помогая ребенку быть более успешным.

Одна из типичных ошибок родителей на раннем этапе – это акцент на развитии академических навыков. Для маленького ребенка это, например, распознавание цветов, геометрических фигур и тому подобное.

А ключевой фактор в этот период – это установление и развитие правильных отношений с мамой и другими членами семьи, то, как налажена повседневная жизнь ребенка. Важен, назовем это так, вовлекающий контакт, обеспечивающий

радостное общение и взаимодействие, включение в развитие бытовых и социальных навыков. Когда такой контакт установлен, успешнее пойдет и развитие речи, и умственное развитие.

Важно иметь в виду, что дети с особенностями развития очень разные, также как и обычные дети. У них разные предпочтения и склонности.

Кто-то любит танцевать, кто-то – рассматривать картинки или играть с конструктором. Нужно искать то, что понравится конкретному ребенку и что у него лучше получится, не кидаясь в любой популярный тренд. Очень важно воспитывать в ребенке с особенностями развития личность со своими собственными предпочтениями.

Важно понимать, что если основной диагноз, как таковой, и не лечится медикаментозно, может существовать ряд сопутствующих ему проблем здоровья, которые необходимо отслеживать и сопровождать. Это, например, заболевания сердца, щитовидной железы. Существует график обследований здоровья ребенка с особенностями развития, и его непременно нужно соблюдать, чтобы не пропустить тот момент, когда потребуется медицинская помощь. Но при этом нужно осторожно относиться к предложениям провести курсовое лечение тем или иным препаратом для того, чтобы, например, подстегнуть развитие речи.



Занятие с использованием развивающей панели – бизборда.

На сегодняшний день не существует медикаментозных препаратов, чья эффективность в «лечении» особенных детей была бы доказанной, и во всем мире основным подходом помощи для таких детей считается психолого-педагогический.

2. Развитие социально-бытовых навыков

2.1 Формирование социально-бытовых навыков и их значение для развития ребенка

В раннем возрасте дети особенно склонны к подражанию, поэтому в формировании навыков большую роль играет личный пример взрослых. «Настаивая, чтобы дети мыли руки перед обедом, не забывайте и от себя требовать того же. Старайтесь сами убирать свою постель, это вовсе не трудная и позорная работа», - советовал А. С. Макаренко.

Об этом всегда должны помнить и педагоги и родители. «Ваше собственное поведение — самая решающая вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь, или печалитесь, как вы обращаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеетесь, читаете газету, — все это имеет для ребенка большое значение», - говорил А. С. Макаренко.

Н. Ф. Виноградова отмечает: «Необходимо также правильно руководить действиями детей. Прежде чем требовать от ребёнка самостоятельности в самообслуживании, его учат действиям необходимым в процессе одевания, умывания, еды».

Например, вы требуете, чтобы он был самостоятельным при умывании, но кран или умывальник расположены высоко от пола, и ему трудно дотянуться до них. Однако он стремится сделать это самостоятельно - встаёт на носки, изо всех сил тянет руки, а вода льётся в рукава рубашки, на пол. В результате, бесполезно затраченные силы ребёнка и недовольство взрослых. Поэтому в квартире всё должно быть приспособлено для удобства детей.

Обучая детей, нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилок, если он ещё не научился правильно есть ложкой. Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо. Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Для ребёнка раннего возраста самообслуживание включает в себя освоение *следующих* навыков:

- приёма пищи (есть ложкой, пить из чашки);
- раздевания и одевания (снимать, одевать обувь, трусики, колготки, шорты, брюки или юбку, шапку, варежки);
- гигиены тела (мыть руки и лицо, вытирать их полотенцем, пользоваться носовым платком и салфеткой);
- опрятности (пользоваться горшком).

Эти **навыки** формируются под воздействием воспитания при определённом уровне развития у ребёнка некоторых психо-физических возможностей. К ним относятся:

- общая моторика (умение садиться, вставать, ходить, подниматься и спускаться по ступенькам);
- мелкая моторика (умение толкать, тянуть, переворачивать предмет, держать его и выпускать из рук, играть с водой, опускать предметы в отверстие в коробке, брать мелкие предметы двумя пальцами, выполнять несложные пальчиковые игры);
- зрительно-слуховое внимание (умение смотреть и приходить, когда зовут, слушать сказки, отвечать на вопросы доступным способом);
- мышление (уметь узнавать предметы; выполнять простые указания, поручения; уметь имитировать, т. е. подражать действиям взрослых).

Именно с развития этих несложных умений начинается путь к освоению более важных, в практическом отношении, навыков самообслуживания. Поэтому и начинать надо именно с них.

Нормально развивающийся ребенок овладевает социально-бытовыми навыками, наблюдая за поведением взрослых и других детей дома, сопровождая родителей на улице, в магазине, в гостях, помогая маме или отцу в домашних делах, подражая им и действуя путем проб и ошибок.

Отстаивая свою самостоятельность, стремясь поскорее добиться желаемого результата или похвалы близких, он осваивает навыки самообслуживания, стараясь сделать все сам, сделать лучше, часто настойчиво просит взрослого показать ему необходимую операцию.

2.2 Усвоение социально-бытовых навыков детьми с особенностями развития

С особенными детьми этого не происходит. Они мало способны к подражанию, поэтому долго и трудно приобретают навыки самообслуживания; их социально-бытовая адаптация требует регулярных и длительных усилий специалистов и близких. Конечно, в большинстве случаев родители ребенка раннего и дошкольного возраста сосредоточены не на бытовых трудностях, а на нарушениях его психического и физического развития, пытаются справиться с трудностями поведения. Жалобы на бытовую непригодность, на отсутствие элементарных навыков самообслуживания часто даже не фигурируют при первых обращениях к специалистам. Тем не менее, эти проблемы, как правило, очень серьезны, потому что сложившийся в раннем возрасте стереотип отношений, когда за ребенка все привычно делают его близкие, может в дальнейшем затруднить развитие его самостоятельности. А без усвоения бытовых навыков социально непригодными остаются даже самые интеллектуально развитые дети.

Ребенок с особенностями в развитии в раннем возрасте мало направлен на самообслуживание. Просто заставлять его что-то делать не очень продуктивно: можно закрепить негативизм, особенно в период, когда эмоциональный контакт

появился, и ценно, прежде всего, то, что ребенок находится рядом с близким. Поэтому сначала мы стремимся, эмоционально осмысляя происходящее, подключить его к тому, что делает взрослый, «вместе» убирая со стола после обеда или рисования, разрешая поставить тарелку и чашку на стол, помешать салат, бросить в стиральную машину «забытую» вещь.

Поскольку дети могут не реагировать на прямые инструкции, не стоит безнадежно «бросать на ветер» требования, повторяя одно и то же ребенку, занятому своим делом в другом конце комнаты. Первые эффективные просьбы, как правило, опираются на побуждения самого ребенка (любит смотреть, как пускают мыльные пузыри, и охотно подает взрослому нужную для этого чашку). Просьба может накладываться на уже совершаемое им действие, в этом случае взрослый ведет себя, как генерал из сказки Антуана де Сент-Экзюпери: он тоже не рисковал и отдавал приказания, которые уже выполнялись. Все это помогает ребенку непроизвольно войти в ситуацию взаимодействия, а эмоциональный комментарий взрослого постепенно позволяет осмыслить ее ценность, пережить удовольствие от похвалы.

Следующей задачей становится постепенное развитие реального бытового взаимодействия. Этому препятствуют многие обстоятельства. Как известно, особенный ребенок пресыщаем, поэтому, чтобы не потерять контакт, необходимо быть очень внимательным к устанавливаемому им самим ритму и дозе взаимодействия. Нередко взаимодействие поддерживается тонизирующим ребенка тактильным контактом, сопровождением повседневных бытовых действий любимыми им ритмичными стишками и приговорами.

Особенный ребенок не уверен в своем успехе, теряет при возникновении малейших затруднений, нуждается в помощи, но легко становится зависимым от другого человека, от его поддержки и подсказок. Ему необходимо ощущение своей успешности, а реально он неловок, затрудняется в подражании, в овладении самыми простыми навыками самообслуживания. Поэтому крайне важно подключить его сначала к наиболее легким операциям, создавая ощущение успеха, приговаривая: «Как хорошо ты это делаешь, и я тебе помогаю» – и постепенно передавать ему их, подчеркивая: «Как у тебя хорошо и ловко все получается, какой ты сильный, как быстро и ловко одеваешься, аккуратно ешь». Нельзя спешить с усложнением задачи, надо обеспечить и поддержку, и постепенное предоставление самостоятельности, чтобы у ребенка возникло ощущение безопасности и уверенности в собственных силах. Для поддержания мотивации полезно использовать и материальные награды, естественно связанные с похвалой: «Чем же мне угостить такого хорошего мальчика?». Но для того, чтобы ребенок действительно получил удовольствие, важно, чтобы любимое лакомство не было для него постоянно доступно.

При выработке, например, умения надевать колготки сначала важно отмечать уже тот факт, что он просто терпеливо ждет, принимает нужную позу или помогает взрослому одеть его, поднимая ногу и пытаясь попасть в штанину. Потом взрослый руками ребенка начинает подтягивать колготки вверх (именно так ребенку легче освоить моторный навык), а со временем, по мере увеличения доли его активности в общем движении, отпускает его руки, лишь легко

подталкивая их для завершения действия, и постепенно освобождает их все раньше и раньше.

Позиция взрослого позади ребенка во время отработки навыка создает у того впечатление самостоятельно выполняемого действия и, одновременно, готовности взрослого помочь. Однако, в момент обыгрывания удачи лучше снова оказаться лицом к лицу, чтобы пережить вместе удовольствие, заражая ребенка радостью от его успеха. Когда же ребенок освоит процесс одевания в целом, взрослый может занять более пассивную позицию, отступая в сторону, но, не забывая радоваться успеху ребенка и, не показывая свою отрицательную реакцию при возможных сбоях. Многие дети панически реагируют на слово «нет», которое часто непроизвольно вырывается у нас при неверном действии ребенка.

Надо отметить, что сама ситуация обучения должна быть максимально удобна для ребенка и взрослого. Например, учить одеваться легче на стульчике, где ребенок не имеет возможности развалиться, как в кресле или на диване, а взрослый может помочь ему сзади или сбоку. Необходимо продумать, где лучше разложить вещи в нужном порядке, чтобы несобранному, трудно организуемому ребенку не нужно было вставать за очередным предметом и возвращаться обратно. Важно, чтобы домашние и специалисты действовали согласованно и, обучая ребенка бытовому навыку, придерживались одинаковой последовательности действий. Эти детали, не имеющие значения для обычных детей, могут оказаться критическими при обучении особенного ребенка, моторно неловкого, с трудностями произвольного сосредоточения, проблемами организации целенаправленного поведения.

Специалисту, работающему с особенными детьми, необходимо ознакомиться с существующими методами помощи ребенку в овладении бытовыми навыками. Они накоплены как в поведенческой терапии, так и в отечественной дефектологии, в частности, в практике социально-бытовой адаптации слепоглохих детей. В работе М.Ю. Ведениной (2000) дается анализ различных подходов и методов разрешения этих проблем, представлен большой опыт собственной практической работы.

Нередко трудности овладения бытовыми навыками у ребенка с особенностями связаны с его особой чувствительностью и страхами. Так, он может отказываться заходить в туалет из-за боязни шума спускаемой из бачка воды, в ванную – из-за шумов в трубах; не желать мыться после того, как мыльная вода однажды попала ему в глаза; одеваться, потому что неприятны жесткие швы на рубашке или в прошлом его испугал узкий воротник свитера. Он не хочет идти гулять, потому что боится войти в лифт или услышать лай собаки из-за соседской двери. В этом случае не следует пытаться напрямую «переломить» ребенка, необходимо постараться или найти возможность избежать неприятных ощущений, или постепенно дать ребенку убедиться в их безопасности. Это возможно, если удастся постепенно ввести пугающее впечатление в более широкий и желательно приятный смысловой контекст, и тогда ребенок поймет, что это не труба рычит, а вода в трубе бежит – из речки к нам, а потом опять к морю: «Давай, послушаем, как она поет».

Нередко дети, преодолевшие свой страх и научившиеся, например, пользоваться *туалетом*, переживают потом период повышенного интереса к тому, что их раньше пугало. Они начинают стремиться к унитазу, к сливному бачку, бесконечно спускают воду, и понятно, что это тоже начинает раздражать и пугать взрослых. Следует уверить родителей, что обычно это временные трудности, и не стоит силой или окриком оттягивать ребенка от привлекательного объекта, потому что, чаще всего, именно так усиливается и закрепляется его притягательность. Лучше по возможности удовлетворить его потребность в этих ощущениях, подтверждающих победу ребенка над былым страхом. Впоследствии уйти от сосредоточенности на страхах также поможет разработка общего смыслового контекста домашней жизни, его привычного уютного порядка, переключения от одного «дела» к другому.

Для этого родители и специалисты совместными усилиями организуют весь день ребенка, опираясь на уже привычные моменты режима дня и любимые им занятия, чтобы ситуация обучения новому навыку или его самостоятельное выполнение стали закономерной и необходимой «ступенькой» к удовольствию. Например, если он любит гулять, то при обучении одеваться можно заранее помечтать, «куда мы пойдем, когда ты оденешься». Потом посмотреть в зеркало: «Замечательно оделся, теперь мы с тобой можем в наш парк пойти, долго будем по всем нашим любимым местам гулять, всех навестим».

Так и уборка со стола после обеда тоже становится необходимым переходом к тому, чтобы сесть и почитать вместе с мамой любимую книжку и т. д. Создание такого осмысленного порядка помогает переключать ребенка от одного действия к другому, уводить его от слишком захватывающих впечатлений. Привычный порядок дает возможность справиться с еще одной из характерных для особенного ребенка бытовых проблем: с неумением ждать желаемого события, когда аффективный взрыв может вызвать само слово «Подожди».

Остановимся на некоторых конкретных рекомендациях по выработке бытовых навыков для детей с особенностями.

Выработка навыка опрятности. Об этом родители, как правило, неохотно говорят со специалистами, может быть, потому, что стесняются, или не хотят дискредитировать ребенка, а между тем, это очень часто встречающаяся проблема даже у высокоинтеллектуальных детей. Нередко они просто отказываются пользоваться горшком, часто это связано с возникшим на фоне физического дискомфорта страхом. Возможно, однажды горшок показался ребенку холодным или слишком ярким или с ним связались болевые ощущения из-за запоров. Одного неприятного ощущения склонному к фиксации на дискомфорте особенному ребенку может быть достаточно, чтобы вся ситуация приобрела дискомфортный, пугающий характер.

Очень важно постараться найти причину отрицательной реакции ребенка и обеспечить ему максимально возможный комфорт, закрепить положительный стереотип ситуации и найти значимое подкрепление успешности. Эта проблема решается индивидуально. Например, оказалось, что один из наблюдавшихся нами мальчиков боялся своей струи, и, чтобы устранить этот страх, пришлось долго приучать его в игровой ситуации к струйке воды из носика чайника и из

водопроводного крана. Иногда, чтобы снять отрицательное отношение к горшку, важно побыть рядом с сидящим на нем ребенком, зафиксировать комфорт ситуации, рассказав ему любимую историю, посмотрев вместе любимую книжку или игрушку.

Бывают, однако, случаи, когда отношение к горшку настолько отрицательно, что не удается даже поднести его к ребенку, несмотря ни на какие уговоры и обещания. И в этом случае тоже не стоит упорствовать, лучше поискать обходные пути. Известны случаи, когда помогала простая замена горшка баночкой. Когда же ситуация теряла свою остроту, переход к пользованию туалетом происходил достаточно незаметно.

Для приучения к самостоятельному пользованию горшком проводится дальнейшая работа, логика которой не отличается от обычной, но требует больше внимания и терпения.

Сначала, как и в случае с обычным маленьким ребенком, взрослые определяют для себя моменты, когда ребенку это может быть нужно, и высаживают его на горшок, просто пытаясь «подловить момент». Если он уже спокойно пользуется горшком с помощью взрослого, стоит начать уменьшать свое участие. Так, отметив в обычное время характерные для ребенка признаки готовности, мы можем попробовать отослать его к горшку или, уточнив: «На горшок нужно?», подвести, но снять штанишки его руками. Если ребенок вдруг сам воспользовался горшком, его обязательно должны ждать и общее удовольствие, и награда. Стабильность использования навыка поддерживается его включением в общий стереотип, в порядок домашней жизни.

Иногда отказ ребенка пользоваться туалетом вне дома связан с неприятными впечатлениями от обстановки общественного туалета. Поэтому в детском учреждении важно уделить оформлению этого места особое внимание, чтобы сначала ему просто было приятно, например, пойти «посмотреть кисок или зайчиков на стене». Многие дети с особенностями, находясь вне дома, несмотря на все уговоры и явный дискомфорт, продолжают длительное время терпеть. Часто это связано с их общей тревогой и напряжением. В этом случае момент, когда ребенок, посещающий детское учреждение, наконец-то согласился на предложение сходить в туалет, может служить сигналом улучшения общего состояния.

Проблемы еды. Часто родители особенного ребенка сталкиваются с большими трудностями в связи с его чрезвычайной избирательностью в еде. Например, бывает, что ребенок отказывается от всего, кроме молока и печенья. Иногда причина этого кроется в невозможности попробовать новую еду или в случайных неприятных впечатлениях (вкусе, запахе, упаковке и т. п.), которые оказались связанными с уже знакомой и вроде бы принимаемой едой. Ограниченность рациона, естественно, тревожит взрослых. Иногда помогает незаметное подмешивание незнакомой еды к любимой, и так происходит постепенное привыкание к новому продукту.

Во многих случаях, однако, ребенок чутко распознает присутствие нежелаемого даже в очень замаскированном виде и отказывается от еды совсем. Заставить его есть в данной ситуации бывает невозможно. Можно попробовать сделать следующее: любимую пищу стоит давать только строго по режиму – за столом, в завтрак, обед или ужин. А новую, к которой хотим приучить, оставлять в свободном доступе, провоцируя его таким образом на «кусочничанье». Можно есть самому, угощать других. Это хорошо «срабатывает» в детском учреждении, когда другие дети начинают брать кусочки яблока, морковки, от которых отказывается наш ребенок, тогда и он тоже постепенно может начать брать еду вместе со всеми. Если еда окончательно принимается ребенком, она переносится в разряд упорядоченного момента в режиме.

Чтобы сделать непривычную еду привлекательной, сначала в воображаемом плане можно вводить новые впечатления в игру: чем будем кормить игровых персонажей, что они любят. Можно в игре пофантазировать: «Чем мы угостим бабушку, что купим для братика, какие ягоды вырастим на грядке?»

Если ребенок имеет выраженные предпочтения в еде, можно попытаться использовать это как награду за попытку принять новое. Полезно сначала пообсуждать с ним новую еду: «Будем сегодня есть жареную картошку, папа ее так любит, это его самое любимое блюдо. Картошка вкусная, с хрустящей корочкой» и т. п. Нужно оговорить и саму ситуацию: «Сначала поедим вкусную картошку (то, что он обычно не ест), а потом твой любимый суп». При этом новой еды на тарелке должно быть очень мало – например, одна чайная ложка. Даже если ребенок только прикоснется к ней, пригубит, это стоит обозначить как успех: «Молодец, поел, теперь можно и супчик». Опыт показывает, что ребенок скорее готов попробовать что-то новое не с родителями, а с посторонним человеком, например, с няней, тетей или с воспитателем, то есть с людьми, с которыми, с одной стороны, уже установлен эмоциональный контакт, а с другой стороны, не накоплен большой опыт отказов и конфликтов по поводу еды.

Важно помнить, что избирательность – это сложная проблема, требующая большого терпения от родителей, но со временем рацион ребенка всегда удастся расширить. Развиваясь и активнее исследуя окружающий мир, ребенок постепенно начинает пробовать и новую пищу.

Детей, у которых проблема избирательности в еде не стоит так остро, необходимо начинать учить самостоятельности и правильному поведению за столом. Для этого сначала следует правильно организовать место: должен быть подобран удобный по высоте стул, перед ребенком ставится тарелка с едой и кладется ложка или вилка, а все посторонние предметы, а также общие блюда с привлекательной для ребенка едой убираются или ставятся подальше. Важно сразу следить за правильным положением ложки в руке, оказывая ребенку необходимую помощь, желательно сзади. В левую руку (если ребенок – правша) можно вложить кусочек хлеба, которым удобно помогать набирать еду в ложку. Если ребенок вскакивает из-за стола с куском в руке, следует спокойно, но твердо усадить его на место, либо проследить, чтобы он положил кусок на стол. Нельзя забывать похвалить его, когда он правильно сидит за столом, так как это может стоить ему больших усилий, которые должны быть вознаграждены.

Одежда. С одеждой в семье особенного ребенка связано множество проблем. Многие дети стараются все с себя снять при первой удобной возможности и дома предпочитают бегать голышом. Другие проявляют крайнюю стереотипность в выборе одежды, и переход от летнего костюма к зимнему и, наоборот, сопряжен с огромными трудностями и бурным протестом. Различные неудобства в одежде, вроде узких воротов, крючков на штанах, тесных петель, тугих кнопок, разъезжающихся молний превращают переодевания в мучительную пытку и для ребенка, и для родителей.

Некоторые из вышеперечисленных проблем связаны, как уже говорилось, со сверхчувствительностью особенного ребенка к прикосновению, тепловым ощущениям и к множеству других раздражителей. Свитер, вполне удобный для другого ребенка, может показаться ему нестерпимо колючим; рубашка – тесной и мешающей движениям; колготки – жаркими. Эти повышенные требования приходится учитывать родителям аутичных детей. Необходимо, чтобы резинка в штанах не жала, ткань была легкой, без жестких внутренних швов. В то же время, если ребенок долгое время ходил голым, то и к удобной одежде он может не сразу привыкнуть. Нередко привычка ходить одетым вырабатывается, когда ребенок начинает посещать занятия или в присутствии домашнего педагога, с которым установился эмоциональный контакт и в то же время не сложился стереотип вседозволенности в отношениях.

Как известно, в дошкольном возрасте активно расширяется жизненное пространство ребенка. Его начинают возить в гости, на дальние прогулки, на занятия, в цирк, в зоопарк; в это время активно развиваются его социальные навыки. Ребенку с особенностями намного труднее начать «выходить в свет», но он тоже нуждается в постепенном, дозированном усложнении социальной среды, и его нельзя изолировать в домашних условиях. Он должен получить необходимый социальный опыт, отказ от попыток выходить из дома может сформировать вторичную депривацию ребенка.

Достаточно часто страхи мешают ездить с ребенком в **транспорте**. Это – страхи поезда в метро, или троллейбуса, или даже конкретного проезжаемого места. Как правило, они становятся менее актуальны по мере накопления опыта езды. Но пока он не накопился, очень важно, чтобы цель поездок на первых порах была особенно притягательной для ребенка. При этом взрослому не нужно самому фиксироваться на пугающих ребенка моментах, мало помогают обычно и «успокаивающие» фразы, такие, как «Не бойся, ну что же ты боишься?» Желательно постараться уже до входа в метро и во время самой езды «заговаривать» ребенка, рассказывая ему о приятных моментах, которые ждут его в конце поездки, обсуждая, какую булочку или конфету он хочет купить по дороге, какие станции будет проезжать. Эти же моменты можно включать в рисование или сюжетную игру. Причем, прорисовывая или проигрывая ситуацию, взрослый изображает ребенка уже победившим свой страх, радующимся и предвкушающим то, «как нас бабушка встретит, как она нам обрадуется, какой торт мы ей купим (твой любимый, с розочками) и вместе будем чай пить» и т. п.

Насыщение ситуации поездки приятными впечатлениями может постепенно ослабить воздействие неприятных и пугающих.

Посещение детских площадок, как и многих других общественных мест, для родителей большинства особенных детей связано с неприятными переживаниями, часто с конфликтами и стрессом. Причинами этого могут быть и неадекватное поведение ребенка, и сравнение его со сверстниками, насмешки и нередко злые шутки последних, агрессивное поведение родственников некоторых «здоровых» детей. В результате многие родители предпочитают выбирать для прогулок маршруты в обход детских площадок. Однако многие особенные дети, подрастая, начинают тянуться к обществу сверстников и нередко ради коротких моментов общения готовы терпеть их насмешки и даже издевательства, что доставляет много болезненных переживаний их родителям. Большинство современных исследователей единодушны в мнении, что особенному ребенку необходим опыт общения с обычными сверстниками, но эти контакты должны быть, особенно на первых порах, организованы взрослыми и осуществляться при их поддержке.

Изначально для маленького особенного ребенка бывает важно просто смотреть на играющих детей и слушать комментариев взрослого по поводу того, что делают ребята. Потом становится возможным подойти вместе со взрослым к кому-нибудь из детей, предложить специально взятую игрушку (запасную, которую он легко отдаст), присесть рядом, построить что-нибудь из песка. Важно дозировать его присутствие на площадке, заранее обговаривать уход домой.

Особенному ребенку в напряженной для него ситуации взаимодействия трудно придумать, что сказать при встрече сверстнику, трудно вступить в игру, понять ее правила. Важно вместе обговорить различные, наиболее типичные, ситуации, придумать подходящие варианты поведения, что можно сказать или предложить другому человеку при встрече или обращаясь с просьбой.

Есть терапии, пользующиеся большой популярностью у семей, в которых растут детишки с особенностями в развитии. Это, например, дельфинотерапия. Многие дети очень любят ее, потому что это огромное удовольствие: тут и вода, и движение, и игра, и общение с симпатичными животными.

В этом смысле дельфинотерапия может быть полезной, как всякий положительный эмоциональный и сенсорный опыт, но мы предупреждаем родителей: не нужно относиться к этой деятельности как к методу развития речи и ждать немедленных результатов.

3. Технологии формирования социально-бытовых навыков у детей раннего возраста

Обучение конкретным **навыкам самообслуживания** следует начинать с показа на любимых игрушках ребёнка, постепенно переходя к прямому обучению на **самом малыше**. В процессе прямого обучения сообщите ему кратко и чётко, что вы от него хотите. Указание произносите, когда ребёнок смотрит на вас. При

необходимости покажите это действие сами. Показ должен быть неторопливым, чётким и последовательным. После объяснения и показа возьмите своими руками руки ребёнка и сделайте вместе с ним нужное действие. Во время **самостоятельного** выполнения действия ребёнком поправляйте его корректно, в позитивном тоне, не указывая на то, что нельзя делать, или, что надо перестать делать, а говоря прямо, что необходимо делать именно сейчас. Например, нужно сказать: «*Давай есть медленно*», «*Говори тихо*», «*Возьми одну*» вместо: «*Не торопись во время еды*», «*Не кричи громко*», «*Не бери много*» и т. д.

Любое действие можно разделить на маленькие поддействия, выполняемые в определённом порядке. Обучая ребёнка новому **навыку**, составьте алгоритм и действуйте каждый раз согласно ему. Так, например, процесс одевания штанишек может выглядеть так:

1. Сядь на стульчик
2. Возьми штанишки обеими руками за пояс
3. Подними одну ножку и вдень её в одну штанину
4. Поставь ножку на пол
5. Подними вторую ножку и вдень её в другую штанину
6. Встань и подтяни штанишки наверх обеими руками

На каждое поддействие можно зарисовать схематичные мнемо-таблицы, которые можно показывать малышу во время выполнения действия для облегчения запоминания последовательности его выполнения.

Помните, что скорость формирования **навыков самообслуживания** зависит от индивидуальных особенностей ребёнка, типа нервной системы (холерик, флегматик, сангвиник и меланхолик, от скорости запоминания, от семейного отношения к чистоте и опрятности, т. к. именно пример **родителей** и близких людей является главным для малыша.

Не забывайте давать положительную оценку действиям ребёнка! Любая похвала положительно влияет на достижение хорошего результата. Это может быть ласковое слово или прикосновение, небольшие **самодельные подарки** (из бумаги, ниток, солёного теста или пластилина, поделки из природного материала, а иногда и сладкое угощение. Используйте различные способы сказать ребёнку, что у него всё получается: «Очень хорошо! Молодец! Здорово! У тебя получилось! Ура! Замечательно! Ты справился! Отлично! Правильно! Я так рада!» и др.

3.1 Как научить ребенка убирать игрушки

Для ребенка слова «надо» и «обязанность» — пустой звук, заставить малыша делать то, что он не хочет, практически невозможно. Кричать, ругаться и требовать, сейчас же убрать свои игрушки бесполезно, это может вылиться в реку слез и грандиозную истерику.

Предлагаем простые правила, которые помогут вам научить ребенка убирать свои игрушки:

- Прежде всего, первое время, убирая игрушки самостоятельно, делайте это с удовольствием. Ребенок не должен видеть, какое это нудное и скучное занятие. Пусть он видит, что вам это доставляет радость.

- Затем предложите ребенку помочь вам. Начните убирать сами, а потом попросите помощи крохи. Не сердитесь, если ребенок первое время будет отказываться, и не прекращайте убираться. Пусть он видит, что вы справляетесь, но с ним вам будет легче. Если ребенок согласился, похвалите его.
- Когда убираете с ребенком игрушки можно напевать веселую песенку: Мы игрушки убираем, Раз, два, три. По местам их расставляем, Посмотри. Раз — игрушка, Два — игрушка, Три — игрушка.
- Придумайте в комнате специальные места для игрушек. Машинки могут стоять в гараже, куклы спать в домике, книжки лежать на полянке. Интересно названные детские места для игрушек будут притягивать ребенка, и он в игре сам научится убирать игрушки на свои места.
- Придумайте игру, это могут быть бабочки или пчелки, собирающие мед (игрушки) или пыльцу (можно из бумаги сделать ребенку крылышки) в домик. Можно объяснить ребенку, что игрушки целый день работали, а теперь им пора по домам, а чтобы они не заблудились проводить их до дома (ящика), в общем, проявите фантазию.
- И всегда помните — мы не делаем уборку. Мы играем!
- Для каждого вида игрушек и всяких нужных штучек можно придумать свою коробку (свой домик).

Название домиков зависит от вашей фантазии — «Домик для мягких игрушек», «Домик для кубиков» и т. д. Важно, как можно ярче оформить домик, это можно сделать опять-таки с помощью ребенка, используя вырезанные картинки из журналов, или просто цветную бумагу. Поверьте, ребенок, сделавший своими руками домик для игрушек — будет использовать его по назначению и, по окончании дня, отправлять туда своих «друзей». Расставьте коробки аккуратно в комнате на полу или на полках.

1. Волшебная коробка

В волшебной коробке должны жить и волшебные сказочные герои — говорящие зайцы и мишки, принцессы и принцы. Она должна быть больше, ярче и красивее других оформлена.

2. Ленивая коробка

В этот вид коробки можно отправлять те вещи, которые не относятся непосредственно к игрушкам, но ребенку они интересны — болтики, винтики, старые поварешки и другую утварь ненужную родителям, но так необходимую ребенку.

3. Важная коробка

В эту коробку мы складываем то, что необходимо для рисования, лепки, аппликаций. В эту же коробку можно сложить то, что нельзя хранить в игрушках — ножницы, подушечку с иголками, клей и т. д. Вещи — носочки, маечки, штанишки, аккуратно развешиваем на спинку стула или отправляем спать на полку в шкаф.

Ни в коем случае в процессе уборки не повышайте голос на ребенка и, уж конечно, нельзя его ругать или наказывать за что-то, сделанное неправильно. Научить ребенка убирать игрушки в раннем возрасте очень важно, ведь потом это

поможет маме приучать ребенка наводить порядок в комнате, быть аккуратным и внимательным к своим личным вещам. Главное — любовь и терпение!

3.2 Как научить малыша засыпать самостоятельно

Каждый вечер молодых родителей ожидает тяжелая задача – уложить ребенка спать. Далеко не у всех кроха засыпает легко и быстро. Большинству приходится брать малыша на руки, ходить с ним по комнате и проделывать десятки других ритуалов долгое время. Действительно, научить ребенка засыпать самостоятельно не просто, но возможно, если запастись терпением.

Почему дети не хотят засыпать?



Когда ребенка долго не получается уложить спать, начинает казаться, будто он специально сопротивляется и не хочет тратить время на сон. Как ни странно, отчасти это действительно так. Малыши не способны осознавать природу своей усталости и воспринимать сон как отдых. Для них ночь — это конец увлекательным играм и занятиям с любимыми родителями. Маленькие дети не хотят бездействовать даже пару минут! Особенно яро противятся сну те малыши, у которых старшие братья и сестры ложатся спать позже их. Младшеньким это кажется чистой воды «несправедливостью».

Также многие дети не любят засыпать из-за ночных фобий, например боязни темноты. Возможно, ребенок удерживает в памяти те моменты, когда он проснулся ночью мокрый или от страшного сна и мама приходила к нему дольше, чем днем. В таких случаях страх или неприязнь к ночному времени закрепляется на подсознательном уровне.

Наконец, очень часто малыши, как говорится, «тянут резину» перед сном просто потому, что им нравится повышенное внимание со стороны родителей в это время. Мама и папа всячески пытаются проявить заботу, чтобы кроха мог

спокойно уснуть. Если ребенку не хватает ласки днем, он начинает «пользоваться» ею вечером.

Как помочь засыпать ребенку до года

Когда малышу меньше года, не стоит ожидать, что он быстро научится засыпать самостоятельно. Некоторые родители практикуют «спартанский» метод, оставляя ребенка одного в кроватке и не отзываясь на его плач. Конечно, со временем любой младенец привыкнет и начнет отходить ко сну без помощи взрослых. Но детские психологи не рекомендуют прибегать к этому способу, поскольку дискомфорт во время засыпания скажется на качестве сна и самочувствии в целом.

Основная задача для родителей на первый год — обеспечить максимально комфортные физиологические условия для сна и сделать так, чтобы ребенок привык к своей кроватке. Причем главное правило гласит, что малыш должен как можно меньше плакать во время засыпания.

Для этого нужно с самого начала максимально часто укладывать ребенка одного в кроватку, оставаясь с ним рядом. Если малютка целый день проводит на руках у мамы или в коляске, в неподвижной кроватке он чувствует себя неуверенно. Уснуть в такой обстановке младенцу действительно сложно.

Разумеется, если ребенок вдруг расплакался, оказавшись в кровати, вы должны его успокоить. Но попробуйте делать это, не беря малыша на руки. Поглаживайте, пойте песенку, ласково говорите. Если это не работает, тогда уже прижимайте кроху к себе. Однако как только он успокоится — вновь положите его в кроватку.

Советы для детей от года до двух лет

К моменту, когда ребенок достигает одного года, родителям пора задуматься о ритуалах, связанных с засыпанием. Ритуал не означает «обязаловку», когда малыш чистит зубы и надевает пижаму. Это должно быть по-настоящему интересное для крохи занятие, помогающее выработать приятные ассоциации с вечерним временем и сном. Кому-то нравится слушать сказку на ночь, кому-то разглядывать карту звездного неба. Единственное условие — занятие должно быть спокойным, чтобы расслаблять малыша, а не будоражить.

Между первым и вторым годом степень участия родителей в процессе засыпания постепенно сокращается. Если новорожденному крохе был крайне важен тактильный контакт с мамой, то теперь ему нужно просто присутствие близких. Соответственно, вы уже можете не лежать с ребенком, а сидеть с ним рядом на краю кровати, просто поглаживая малыша. Постепенно он будет понимать, что дистанция с мамой совсем не страшна.

Советы для детей старше двух лет

К 2,5-3 годам ребенок превращается в настоящую личность, готовую справляться со многими задачами самостоятельно. К радости родителей, это относится и к процессу засыпания! Вы по-прежнему должны ответственно

относиться к вечерним ритуалам. Разница в том, что если раньше они в основном строились на близости малыша и родителей, то сейчас важно найти занятие, которое будет приятно ребенку само по себе. Сократите время рутинной подготовки ко сну (переодевание, умывание), но продлите чтение вечерней сказки или собирание паззла, если это нравится ребенку. Вовлекайте его в само действие, не заостряя внимание на своем присутствии в комнате.

Важно, чтобы у вас изо дня в день был очерчен промежуток времени для вечернего ритуала. Иначе ребенок всеми силами будет пытаться растянуть удовольствие и отсрочить тот момент, когда в комнате выключается свет и мама уходит. К концу привычного ритуала вам будет достаточно поцеловать малыша в лоб, потрепать его по волосам и пожелать спокойной ночи. Но помните, что если вы пропускали какой-то этап, например до трех засыпали с ребенком в одной кровати, не ждите, что теперь он сможет делать это без вас в силу возраста. Вам, так или иначе, потребуется переходный период с сокращением тактильного контакта.

3.3 Как научить ребенка одеваться самостоятельно

Что может ребёнок сделать сам?

После года малыш может при одевании: подать маме нужную вещь, подать ручку при одевании куртки или кофточка, поднять голову при надевании шапки. Все свои действия в одевании малыша мы обязательно комментируем, привлекаем малыша к разговору. Говорим, что мы сейчас делаем, и что будем делать дальше: «Вот мы и надели носочки. А сейчас наденем сапожки. Где у нас сапожки? Покажи. Вот какие теплые красивые сапожки у Димочки. В них ножки не замёрзнут. Где у Димы правая ножка?».

Примерно в 1 год 6-7 месяцев малыш может раздеваться с небольшой помощью взрослых. Он может стянуть с себя шапку, валенки, носочки (стянуть за пятку), снять расстегнутые взрослым туфли или ботинки, снять шорты. Ближе к 2 годам малыш может:

- поднять обе ручки, когда мама надевает на него свитер, джемпер или платье,
- просунуть руки в рукава в куртку или пальто, которые держит мама,
- просунуть ноги в колготки, брюки или носки, которые держит взрослый,
- самостоятельно снять с себя носки, колготки, ботинки (шнурки расшнурованы), платок (который развязал до этого взрослый), расстегнутое пальто, брюки,
- самостоятельно снять и надеть шапку,
- снять расстегнутое пальто и куртку,
- самостоятельно расстегнуть застежку-молнию.

После 2 лет ребенок хочет делать всё сам и требует этого от взрослых. Вот тут и приходит очень благоприятное время, чтобы он научился одеваться сам (конечно, одежда должна быть простая для одевания и раздевания). Если мы сейчас отнимем у него эту возможность, и будем сами его одевать и раздевать, то потом приучить его одеваться самому будет очень сложно. В пять лет ребенку

уже будет это неинтересно, и научить пятилетнего ребенка одеваться будет гораздо сложнее, чем малыша.

К 2,5 годам малыш может научиться снять платье, надеть сам брюки, подтянуть колготки.

Что такое «микропроцессы» в одевании и почему об этом очень важно знать?

С 1 года до 3 лет малыш учится одевать конкретные вещи. Ему не по силам самому полностью переодеться после сна, но вполне по силам надеть на себя колготки, брюки и другие вещи полностью самостоятельно или с небольшой помощью взрослых. В дошкольной педагогике это называется — овладение «микропроцессами». То есть если одевание на прогулку — это «целостный процесс», то надевание брюк или надевание майки — это «микропроцессы». Овладев до 3 лет «микропроцессами», малыш будет в состоянии после 3 лет овладеть и «целостным процессом одевания»/переодевания/раздевания, и самостоятельно при небольшой помощи взрослых одеваться и раздеваться — легко, быстро и правильно.

Хитрости и секреты обучения одеванию детей до трех лет:

К 3—3,5 годам малыш в состоянии одеться сам! Если взрослый ему поможет овладеть одеванием и раздеванием. Что для этого нужно: Дать малышу очень простые способы действия, которые гарантированно ведут его к 100% успеху в одевании и раздевании (Примечание: Мы, взрослые, можем использовать разные способы одевания одной и той же вещи и обычно не обращаем на них внимание, но малышу нужен один результативный и очень простой способ одевания — «умный способ», которые обеспечивает ему успех и радость за своё достижение. Именно такому способу мы и будем обучать ребенка), приучать малыша и самих себя к четкой последовательности одевания и раздевания, которая постоянно повторяется. Раздеваясь, малыш вместе с вами складывает вещи в определенном порядке на стульчик. Затем он делает это сам. Потом одеваясь, он сможет легко их надеть на себя в обратном порядке. То есть, если ребенок при раздевании последними снял колготки и положил их на стульчик, то он наденет их первыми, так как они лежат сверху всех других вещей на его стульчике.

Познакомить малыша в 1-2 года с частями одежды. Например, чтобы надеть колготки, нужно сначала найти вместе с ребенком, где у колготок резинка, носок, пятка, два чулка, где один шов (перед), где два шва (задняя часть колготок). А для этого нужно рассмотреть колготки вместе с малышом. Аналогично рассматриваются другие предметы одежды — например, платье (рукава, манжеты, воротник, подол, плечики, карманы и другая отделка). Четко определить, что вы будете делать сами, а чему начнете сейчас малыша обучать. Нельзя начать обучать сразу всем способам одевания всех предметов одежды. Нужно выбрать для начала что-то одно. Например, сначала научить самостоятельно надевать маечку. Как только малыш с этим справится — можно переходить к другому микропроцессу, например, к надеванию штанишек. А то, что он сам умеет надевать маечку — это будет уже само собой разумеющимся.

Постепенно малыш будет всё более и более самостоятельным, так как постепенно овладеет всеми умениями.

СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОДЕВАНИЯ-РАЗДЕВАНИЯ

ЗАДАЧА: снять колготки. Сначала рассмотрите колготки вместе с малышом. Найдите, где у них носок, пятка, чулки, резинка, где один шов (то есть перед колготок), где два шва.

Что делает ребенок:

- встает около стульчика спиной к сиденью (покажите, как встать), берет двумя руками колготки за резинку и спускает их ниже колен, садится на стул,
- одной рукой берется за пятку, а другой рукой за носок этого же чулка (покажите, как это сделать), стягивает один чулок колготок. Чтобы направить руку ребенка, можно взять его руку в свою — прием «рука в руке» — и действовать вместе,
- затем также стягивает другой чулок,
- кладет колготки на свой стульчик так, чтобы резинка была у спинки стула, а вверху был один шов. Объясняем ребенку: «Где у нас резиночка? Покажи. Вот она! Положи ее к спинке стула. А где один шов? Разве это один? Это два — давай посчитаем — один, два. А где один шов? Вот он! Положи так, чтобы один шов был вверху. Вот умница!». Если малыш ошибся — то исправляем, напоминаем правило. Напоминать придется много раз и каждый день, так как новые умения и навыки образуются не сразу, а постепенно. Никогда не меняйте этот порядок, и малыш его легко усвоит, и еще бабушек и дедушек потом учить будет, что «надо делать по-другому, меня мама научила, как правильно!»

ЗАДАЧА: снять пальто (шубу, куртку).

Что делает ребенок:

- Расстегивает пуговицы — сначала нижнюю, потом верхние (то есть идем снизу вверх), в расстегивании верхних пуговиц может потребоваться помощь взрослых — они часто бывают очень тугие.
- Приспускает пальто или куртку с плеч. Сначала малышу будет требоваться ваша помощь — придержите пальто или куртку.
- Выдёргивает одну руку из рукава.
- Тянет за другой рукав пальто и вынимает другую руку.
- Вешает пальто или куртку на свой крючок или в свой шкафчик (нужна специальная детская вешалка на уровне роста детей). Может потребоваться сначала ваша помощь — помогите малышу найти петельку, за которую надо повесить пальто или куртку.

ЗАДАЧА: снять платье.

Рассмотрите платья, которые есть у малышки. Найдите у платья подол, рукава, манжеты, определите, где находится застежка — сзади (на спине) или впереди (на груди). Маленьким детям лучше покупать одежду без застежки на спине, чтобы они могли самостоятельно одеваться и раздеваться. И очень хорошо, когда впереди на платье есть кармашки или красивая отделка (апликация, тесьма, кружево), чтобы дети легко определили, где в их одежде спинка, а где перед. Что делает ребенок:

- Ребенок стоит за спинкой стула. Берет платье за ворот двумя руками, тянет вперед — вниз, освобождая голову. Снимает платье с головы. На этом этапе нужна помощь взрослого:

- а) в расстегивании пуговиц (если пуговицы очень тугие или застежка находится сзади платья),

- б) в том, чтобы направить голову малышки и ее руки в направлении «вперед — вниз» при стягивании платья и освобождении головы (можно взять ручки малышки в свои руки и направлять движения вперед — вниз),

- Тянет за рукав (за конец рукава, за манжету, то есть внизу, а не у плеча). Снимает один рукав. Покажите, как это сделать — можете взять ручку ребенка в свою руку и вместе сделать нужное движение — потянуть рукав вниз.

- Затем снимает второй рукав таким же способом.

- Развешивает платье на стуле. Подол должен быть внизу. Спинка платья «смотрит» вверх — на потолок. (Тогда когда малышка будет одеваться, и подойдет к стульчику сзади, она точно не перепутает перед платья и не наденет его задом наперед).

Покажите малышке, как взять платье за плечевые швы («Давай возьмем вот так за плечики»), после этого взмахом аккуратно и бережно положите платьице на стул. Объясните, заем нужно платье не бросать, а красиво вывешивать на стульчик — «Теперь не помнется платье, пока Катюша спит. Красивое у Кати платье».

ЗАДАЧА: снять рубашку.

Для мальчиков порядок в их действиях с рубашкой остается тем же, что и при снятии платья у девочек. Сначала расстегиваются верхние пуговицы рубашки, а остальные шаги делаются такие же, как и у девочек (снять через ворот, стянуть рукава, аккуратно повесить на спинку стула).

ЗАДАЧА: снять обувь и поставить ее на место (задвинуть под стул, на котором складывается одежда при раздевании).

Что делает ребенок:

- Ставит ноги в обуви вместе. Наклоняется и отстегивает застежку обуви. Если застежка сложная — помогите малышу.

- Вынимает одну ногу из обуви и ставит рядом с обувью снаружи. Потом аналогично вынимает другую ногу. *Пара обуви стоит между ступнями ног ребенка.

- Рукой (наклонившись вперед) задвигает под стул пару обуви. • Покажите малышу, как это делается — задвигаем одним движением руки. (Обратите внимание: пара обуви сейчас под стулом стоит правильно, ботиночки «смотрят друг на друга». И уже малыш не сможет перепутать ботинки при обувании.

ЗАДАЧА: надеть обувь.

Действия ребенка:

- Ребенок садится на стул. Он выдвигает обувь из-под стула (одновременно оба ботинка или сандалии), ставит пару обуви между ступнями ног (обувь уже стоит правильно! Невозможно перепутать правый и левый ботинок или туфельку). Обуваясь, приговариваем: «Каждой ножке — свой домик!»

- Ребенок обувает обувь, застегивает ее. В случае сложных застежек взрослый помогает малышу (шнурует, застегивает на пряжку и т.д.)

ЗАДАЧА: надеть платье или рубашку.

Действия ребенка:

- Ребенок встает за спинку стула, наклоняется и, не снимая вещи со спинки стула, просовывает голову в ворот платья или рубашки. Взрослый помогает и придерживает подол платья.
- Затем ребенок выпрямляется, просовывает в рукав одну руку. Затем в другой рукав — вторую руку. Взрослый помогает малышу «попасть» в рукава.
- По аналогии вы сможете объяснить малышу и рациональные способы одевания других предметов одежды.

Например: Чтобы самому надеть трусики ребенку нужно: взять их за резинку так, чтобы метка была впереди, найти отверстие для каждой ножки, просунуть одну ножку в отверстие, потом другую («Каждая ножка в свое окошко»), подтянуть трусики вверх так, чтобы резинка оказалась на поясе.

По аналогии — чтобы снять маечку:

- взяться руками за нижний край маечки,
- подтянуть маечку вверх к шее,
- вынуть одну руку (освободить ее), затем другую,
- снять майку через голову,
- сложить ее аккуратно на полочку (или повесить на спинку стульчика).

Очень важно, чтобы от малыша не просто требовали самому одеться, а научили его этим правильным способам действий — мини-шагам, которые обеспечат ему успех и позволят контролировать правильность выполнения.

Обучение способам действий идет последовательно:

- Этап первый. Показ взрослого (демонстрация и объяснение малышу способа действия).
- Этап второй. Совместные действия с ребенком. Взрослый действует вместе с малышом (иногда направляя руки ребенка, держа их в своих ладонях), напоминает, повторно показывает-демонстрирует. Как только мы видим, что малыш понял, как действовать, и у него начало получаться, ребенок начинает выполнять действие самостоятельно. А взрослый приходит на помощь, только если есть трудности, предоставляя малышу возможность делать самому. Мы обязательно хвалим малыша за его попытки сделать самостоятельно и за все, даже мелкие, успехи.
- Этап третий. Малыш выполняет действие полностью самостоятельно. Помощь взрослого не нужна. А значит, пришла пора переходить к освоению нового действия. «Старое» действие освоено и скоро будет выполняться правильно автоматически, без усилий.

Итак, что же умеет ребенок к 3 годам, если его учили самостоятельно одеваться:

- самостоятельно надеть и снять одежду, обувь, шапочку, аккуратно ее повесить,
- не путать правый и левый ботинок, в случае неправильного их надевания замечать ошибку и ее исправлять самостоятельно,
- различать одежду и обувь для дома от одежды и обуви для улицы. При входе в дом переобуваться в домашнюю обувь,

- застегивать пуговицы на рубашке или кофточке, не пропуская отверстий (каждую пуговку — в свой «домик»). В случае пропуска и перекоса видеть его и исправлять свою ошибку.
- отличать лицевую и изнаночную сторону своей одежды, при ошибке исправлять ее самостоятельно,
- видеть неполадки в одежде близких людей и помогать их исправлять (помочь братику надеть обувь, правильно застегнуть ему пуговицы, заметить у вас расстегнувшуюся пуговицу и т.д.)

Заключение

В заключение необходимо остановиться на наиболее важных моментах.

Основой выработки социально-бытовых навыков служат эмоциональный контакт с ребенком, внимание к его индивидуальным особенностям и возможностям, понимание его интересов и проблем. Вначале следует подключать ребенка к доступным ему действиям, создавая ситуацию успеха. Усложнение действий должно быть постепенным, происходить по мере появления установки на выполнение задания.

Важно быть последовательным в своих требованиях, следить за тем, чтобы они были разумны и оправданы; необходимо стремиться к их выполнению.

Необходимо предоставлять ребенку возможность сделать самому то, что он может выполнить самостоятельно, даже если быстрее сделать все за него.

При обучении навыкам бытового поведения нужна четкая схема действий, зрительная организация материалов, отсутствие отвлекающих предметов, повторение стереотипной бытовой ситуации изо дня в день.

Необходимо учитывать возрастные особенности. Обычного трехлетнего ребенка также бывает трудно отвлечь от привлекшего его внимание предмета или удерживать дольше пяти минут на одном месте. Следует чутко дозировать нагрузку, приспособив ее к внутреннему ритму ребенка.

Важно использовать спонтанный интерес ребенка к окружающему миру, быть готовым творчески обыграть объект, привлечший его внимание, самому побыть ребенком, радуясь и удивляясь случившемуся событию или общей удаче.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Международная классификация функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья: МКФ.
2. К.Косински. Эрготерапия для детей с аутизмом. Рама Паблишинг. Екатеринбург 2017
3. Программа «Каролина». Санкт_Петербургский Институт раннего вмешательства 2004
4. Воспитание и развитие детей раннего возраста. /Под ред. Г. М. Ляминой. - М., 1981.
5. Пантюхина Г.В. Диагностика нервно-психического развития детей первых трех лет жизни / Г.В. Пантюхина, К.Л. Печора, Э.Л. Фрухт. – М., 1979.
6. Брюс Л. Бейкер. Путь к независимости
7. Дыбина О.В. «Ребенок в мире поиска». М., 2005 г.
8. Дыбина О.В. Предметный мир как источник познания социальной действительности. Самара, 1997 г.
9. Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» М., 2009 г
10. Т.И.Осокина «Физическая культура в детском саду
11. #Воспитание@sunmommy
12. vk.com/zaykinaskazka
13. Образовательный центр «Даунсайд Ап»

Приложение 1

Для успешного формирования **навыков самообслуживания** необходима косвенная подготовка рук и **развитие их мелкой моторики**. Этим можно заниматься на специально организованных занятиях, в играх или просто в бытовых ситуациях.

Вот несколько вариантов игр для детей, которые можно организовать дома для **развития ручек малыша**.

Предложите ребёнку переложить из одной миски в другую шары, орехи, фасоль или бусины сначала рукой (каждую отдельно, затем ложкой (начиная с большой столовой или деревянной, потом переходите на чайную, потом с помощью пинцета).

Позвольте ему отвинчивать и закручивать крышки на пластиковых бутылочках, банках.

Давайте ему проталкивать предметы в отверстия (например, монеты в копилку, нанизывать предметы на шнурок (например, бусы из крупных макарон с отверстиями для мамы или бабушки, переливать воду пипеткой или спринцовкой (например, игрушка заболела, надо накапать ей лекарство, пускать кораблик в тазике с водой, или в ванной, создавать руками волну, прибивая кораблик то к одному краю, то к другому, ловить мыло в воде).

Поиграйте с малышом в сюжетные игры *«Кукла Маша идёт в магазин»* (используйте кошельки и сумки с различными типами застёжек: на липучке, на молнии, на кнопке, на пуговице, на завязках, *«Постираем кукле платье»* (**развешиваем** кукольную одежду и закрепляем прищепками, *«Зайчик просыпается, зайчик умывается»* (одеваем кукольную одежду, имитируем процесс умывания).



Приложение 2

10 ПРАВИЛ ТОГО, КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ

Взрослым бывает трудно понять, как лучше всего разговаривать с ребенком, у которого есть серьезные неврологические нарушения. Психолог Эми Леттик предлагает несколько рекомендаций, которые позволят улучшить коммуникацию всем людям, которые общаются с ребенком:

1. ПЕРВОЕ И САМОЕ ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО – ВЕЖЛИВОСТЬ! Каждый человек заслуживает уважения и вежливого обращения, независимо от своих ограничений и возможностей. Не надо рычать на ребенка и одергивать его. Не надо использовать оскорбительных или унижающих его достоинство слов. Не говорите ребенку то, что вам было бы неприятно услышать в свой адрес. Следите за своей интонацией. Даже если ребенок не может понять смысл ваших слов, он поймет недружелюбный тон.

2. ПРОЯВЛЯЙТЕ ЭКОНОМИЮ СЛОВ. Не надо топить ребенка в своей речи. Не нужно говорить: «Аня, дорогая, подойди-ка сюда и сядь вот здесь, неподалеку от меня». Лучше сказать просто: «Садись». Ребенку может быть сложно воспринимать речь на слух. Чем короче, тем лучше. Возможно, вы когда-то пытались изучить иностранный язык. Вы могли понять речь другого человека на этом языке, только ориентируясь на определенные ключевые слова. Если вам не удавалось определить опорные слова, весь смысл терялся. Точно также с этими детьми, если вы откажетесь от «пожалуйста» и «спасибо», то это не будет грубостью, вы просто оставите скелет того, что вам нужно сказать.

3. ЕСЛИ ДАЕТЕ РЕБЕНКУ ИНСТРУКЦИЮ, ТО НЕ СПРАШИВАЙТЕ «ТЫ ХОЧЕШЬ?» Просто дайте инструкцию. В противном случае ребенок имеет полное право отказаться, либо ребенок не сможет сделать выбор и вообще никак не отреагирует.

4. ВСЕГДА ОСТАВЛЯЙТЕ ПАУЗУ НА ВОСПРИЯТИЕ РЕЧИ. Помните, что ребенок не сможет воспринимать речь так же быстро, как вы говорите, поэтому делайте паузы, оставляя время на понимание того, что вы сказали. Скажите то, что должны сказать, один раз. Подождите примерно семь секунд. Затем повторите те же самые слова, если ребенок не отреагировал. Если он все еще пытается понять, что вы сказали, а вы тут же повторитесь, то он может запутаться. Возможно, сначала он понял первые несколько слов, а во второй раз поймет остальные слова. Если после того, как вы повторили предложение второй раз и сосчитали про себя до семи, ребенок все равно не реагирует, и если при этом все указывает на то, что он вас слушает и пытается понять, то помогите ему сделать то, о чем вы его попросили, и снова повторите изначальное сообщение. В этом случае вы учите его значению того, что вы говорите.

5. ПРЕЖДЕ ЧЕМ ГОВОРИТЬ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО РЕБЕНОК СМОТРИТ НА ВАС ИЛИ НА ПРЕДМЕТ, НА КОТОРОМ ЕМУ НУЖНО СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ. Если он не смотрит, то, скорее всего, вы не получите от него адекватного ответа. Вы должны постоянно отслеживать направление взгляда ребенка.

- 6. ЛУЧШЕ СКАЗАТЬ «ДЕЛАЙ ТАК», ЧЕМ «НЕ ДЕЛАЙ ТАК».** Когда вы говорите «не», то вы не предоставляете ребенку никакого альтернативного действия. Вместо «Не надо бегать по комнате» лучше сказать «Сядь на стул».
- 7. В СЛУЧАЕ ОПАСНОСТИ ИЛИ ЭКСТРЕННОЙ СИТУАЦИИ, НЕ НАДО ПОЛАГАТЬСЯ НА РЕАКЦИИ РЕБЕНКА.** Просто схватите ребенка как можно скорее. Никогда не рассчитывайте, что ребенок поймет ваши инструкции в экстренном случае, вы должны сделать все за него. Поговорите с ребенком потом, если нужно.
- 8. ВСЕГДА ОБРАЩАЙТЕСЬ К РЕБЕНКУ ОДИНАКОВО.** Он не может быть Джимом сегодня, Джимми завтра, «дорогим» послезавтра и Джеймсом через неделю. Он должен запомнить одно слово, которое обозначает его самого.
- 9. ПУСТЬ ВАШ ГОЛОС БУДЕТ ПРИЯТНЫМ, НО ТВЕРДЫМ.** Нет нужды захлебываться от восторга, работая с ребенком. Слово «Хорошо», произнесенное теплым, ровным тоном, скорее всего, достаточно порадует ребенка.
- 10. НАКОНЕЦ, КАК БЫ ВАС НИ РАЗДРАЖАЛИ ДЕТИ С ОСОБЕННОСТЯМИ, ПОМНИТЕ, ЧТО ОНИ ТАКИЕ, КАКИЕ ЕСТЬ, И ЭТО НЕ ИХ ВЫБОР.** И если когда-нибудь вы поймаете себя на том, что выходите из себя, задайтесь вопросом: «Что я почувствую, если завтра проснусь и стану этим ребенком, если завтра у меня появятся все его проблемы и ограничения, и они останутся до конца жизни?» И пусть ответ на этот вопрос поможет вам никогда не терять уважения к этим детям.

Приложение 3

ИГРЫ С ГРУДНИЧКАМИ ПО МЕСЯЦАМ

1 месяц

Улыбка чеширского кота. Улыбаясь и ласково разговаривая с крохой, медленно перемещайте ваше лицо вправо и влево, чтобы ребенок мог следить за вашими движениями. Чуть позже то же самое повторите с яркими игрушками.

Калейдоскоп звуков. Познакомьте малыша с разнообразными звуками: звоном погремушки, мелодией музыкальной шкатулки. Постепенно приближайте и удаляйте от крохи источник звука.

Кто здесь? Положите малыша на животик и позвоните погремушкой, чтобы кроха немного приподнял голову в поисках звука.

Игрушки в этом возрасте малышу не нужны.

2 месяца

Знакомство на ощупь. Вложите в ручку крохе небольшой предмет или игрушку из пластмассы, затем замените его на мягкую тряпочку, потом на влажную салфетку, далее может следовать мягкая игрушка и так меняйте предметы, пока малышу не надоест.

Монохромный мир. Окружите малыша игрушками и предметами с черно-белыми узорами для тренировки зрения. Кроха будет с интересом рассматривать черно-белые полосы шириной 5 см, черные точки на белом фоне диаметром 2,2 см, шахматную доску и концентрические круги, а также люстры и силуэты на фоне окна. Расположите игрушки и предметы так, чтобы крохе было удобно рассматривать их, и периодически меняйте на новые.

Игрушки крупные, яркие, черно-белые или одноцветные, простой формы — круг, квадрат.

3 месяца

Абракадабра. В моменты особой „разговорчивости” крохи гулите вместе с ним, учите малыша новым звукам.

Самолет. Положите ребенка животиком себе на руку и полетайте по комнате, громко жужжа.

Танцпол. Включите приятную музыку, прижмите к себе малыша и потанцуйте вместе. Что может быть прекраснее вальса?

Ножки. Положите ребенка на спинку и „поработайте” его ножками под потешку.

Игрушки предпочтительнее из мягкой ткани, периодически их меняйте, чтобы не наскучили. Показывайте крохе и бытовые предметы: зеркальце, ложку, часы.

4 месяца

Гляделки. Поймайте взгляд малыша и медленно наклоняйте свою голову в сторону — кроха повернет свою. Поверните ребенка на бок, и он повернет голову, чтобы снова видеть ваше лицо.

Прятки. Накройте свою голову платком и спросите: „Где мама?”. Снимите платок и покажитесь малышу: „Вот мама!”. И спрячьтесь снова.

Ну-ка отними! Держите игрушку перед лицом малыша — ребенок обеими ручками загребет ее к себе. Будьте терпеливы и держите игрушку, покачивая ею, пока малыш ее не схватит.

Игрушки подбирайте контрастных цветов, яркие с полосками, например. Лучшие игрушки для малыша этого возраста — его собственные ручки.

5 месяцев

Тянем-потянем. Позвольте малышу ухватить вас за прядь волос. В этот момент громко скажите „Ай!”. Повторяйте, пока вас обоих это будет веселить.

Катание на валике. Положите под живот малыша мягкий, но упругий валик так, чтобы, отталкиваясь ногами, кроха мог перекатываться на нем вперед и назад. Обязательно страхуйте ребенка во время таких катаний!

Миниатюры. Разыграйте с помощью игрушек небольшие миниатюры. Например, зайчик прыгает по кровати, затем прячется и появляется снова и т.п.

По кочкам, по кочкам. Посадите малыша к себе на колени и на каждый ударный слог покачивайте ребенка вверх-вниз под веселую потешку.

Игрушки подберите разной текстуры и формы — кубики, кольца, треугольники. Проследите, чтобы их было удобно хватать и чтобы кроха мог до них дотянуться.

6 месяцев

Мир прекрасного. Окружите ребенка разными изображениями. Пусть это будут детские картинки, чернобелые и цветные фотографии, репродукции картин. Время от времени меняйте изображения.

Волшебный мешочек. Сложите разные предметы в мешочек или коробочку и предоставьте малышу вытаскивать содержимое. Рассмотрите вместе каждую вещь, расскажите и покажите крохе, зачем она нужна.

Снова и снова! Повторим: с горки съезжает машинка или скатывается мяч, из за ширмы появляется и прячется игрушка.

Мини спектакли. Разыграйте маленькие спектакли. Вот идет медведь, а навстречу ему едет зайка на машинке. Сел медведь в кузов, и поехали зверята в лес за орехами.

Игрушки малыши любят мять, нажимать на них, и хорошо, если они в ответ будут издавать разные забавные звуки. Установите над ребенком дугу с игрушками или положите кроху на развивающий коврик.

7 месяцев

Кто в книге? Вместе с малышом откройте книгу с крупными иллюстрациями. Показывая на рисунок, спросите „Кто это?”. Немного подождите и сами ответьте: „Мишка”, укажите на следующий рисунок и т.д.

Ты мне, я тебе. Сядьте напротив малыша и толкните к нему большой мяч. Подождите, пока ребенок сделает то же самое.

Это ты! Поднесите кроху к зеркалу, покажите, где у него глазки, где носик, ротик.

Игрушки, интересующие ребенка этого возраста, и игрушками-то назвать сложно. Малыш будет в восторге от всего, чем можно пошуршать, комкая это в кулачке — бумаги, фольги, целлофана и т.п.

8 месяцев

Кто сказал мяу? Познакомьте малыша с „языком” животных. Покажите на картинке кошку и спросите: „Как говорит киса?”. Немного подождите и сами ответьте: „Мяу-мяу”. Расскажите ребенку, как говорит собачка, лягушка, цыпленок, сова и т.д.

Доползти до игрушки. Положите недалеко от ребенка интересную игрушку, и словами побуждайте малыша доползти до нее. Когда дистанция будет взята, похвалите кроху, дайте время немного поиграть с добычей.

Затем положите игрушку чуть дальше — так малыш будет преодолевать все большие и большие расстояния.

Игрушки, которые издают громкие звуки или мигают, понравятся малышу такие. Например, пищащий молоточек или металлофон.

9 месяцев

Одно в другое. Предоставьте малышу предметы разной величины и покажите, как складывать маленькие вещи в большие. Например, сложите маленькие стаканчики в коробку, а вот коробка в стаканчик ну никак не влезает!

Гром гремит! Дайте ребенку в руки пару небольших сковородок или крышек от кастрюль и покажите, как можно в них стучать. Малыш получит огромное удовольствие!

Переливайка. Поставьте перед малышом два стаканчика, налейте в один из них воду и перелейте ее в другой стаканчик, а затем обратно. Посмотрим, справится ли кроха!

Игрушки подойдут крупные, с ярко выраженными деталями. Например, кукла, у которой хорошо видны глазки, носик, ротик, ушки.

10 месяцев

Вверх дном. Хорошо знакомые ребенку игрушки и вещи положите перед ним лицом вниз или перевернув их вверх ногами. Попросите малыша положить вещи так, как они должны быть.

Художники. Положите перед крохой блокнот и нарисуйте на листе простой рисунок — елочку или солнышко. Ребенок поймет, что карандаш оставляет на бумаге след. Затем вложите карандаш в детскую руку, пусть попробует.

Лоскуточки. Соберите небольшие лоскуты от разных тканей. Сложите их в коробочку или мешочек и предоставьте малышу вытаскивать лоскутки по одному и внимательно изучать.

Попрыгунчик. Держа ребенка под мышки, помогите ему невысоко подпрыгивать на месте, приговаривая „прыг-скок, прыг-скок”. Затем сделайте перерыв и повторите. Скомандуйте „прыг-скок”, когда малыш просто стоит, и кроха сам начнет подпрыгивать.

Игрушки уже есть и любимые. Таким верным другом может стать медвежонок, зайчик, кукла Маша или любая другая игрушка.

11 месяцев

Снаружи и внутри. Положите игрушку малыша в коробочку или прозрачную пластиковую бутылку и покажите, что предмет можно доставать из емкости, а затем снова прятать. Пусть теперь попробует сам.

Рыбалка. Привяжите несколько разных предметов и игрушек на длинные веревочки и закрепите их на высоком стульчике малыша. Покажите крохе, как нужно тянуть за нити, чтобы вытянуть что-нибудь интересное. Ну, ловись, рыбка, большая и маленькая!

Мегафон. Сверните из картона трубу, поднесите один конец к ребенку, а в другой поговорите с малышом. Затем предоставьте малышу возможность самому сказать что-нибудь в рупор.

Игрушки понадобятся такие, над которыми малышу будет интересно призадуматься. Отлично подойдут пирамидки, матрешки, стаканчики и т.п.

12 месяцев

Где звенит? Спрячьте предмет, издающий громкий звук (например, будильник) под подушку, в ящик стола или под кровать и попросите кроху найти его. Малыш с интересом примется искать предмет по звуку.

В гостях у сказки. Рассказывайте ребенку маленькие сказки, такие как „Колобок”, „Репка”, „Курочка ряба”. Со временем малыш начнет сам озвучивать героев сказки и их действия.

Переключаемся! Поставьте перед ребенком две мисочки, в одну из которых насыпьте горох или изюм. Покажите малышу, как переключать мелкие предметы из одной мисочки в другую. Кроха с увлечением примется за новое дело.

Человек-паук. Натяните между двух стульев или другой мебели мягкую веревочку или резинку. Поднимая и опуская ее, продемонстрируйте малышу, как он может перешагивать, подлезать и проползать под веревкой.

Устройте веселые соревнования.

Все по местам! Перенесите вещи, обычно стоящие в определенном месте, в другой конец комнаты. Покажите, как вы берете предмет и несете на место. А теперь пусть малыш сам наводит порядок.

Игрушки предложите такие, с которыми можно активно играть и передвигаться. Подойдут каталки, мячи, машинки на веревочках, детские коляски и т.п.