

• Прививайте ребенку навыки культуры поведения: спокойно сидеть за столом, пользоваться салфеткой, тихо разговаривать в общественных местах, благодарить за оказанную помощь.

Будьте систематичны и последовательны, создавайте ежедневно повторяющиеся ритуалы приема пищи, отхода ко сну, собирания на прогулку и т.д. Соблюдение таких ритуалов настраивает ребёнка на определенные действия.

Взрослому нужно неоднократно показывать, как выполнять новое действие, сопровождая показ пояснениями.

Подсказывайте, поощряйте и помогайте ребенку в случае необходимости.

Старайтесь сделать процесс привития культурно-гигиенических навыков интересным. Если ребенок напрочь отказывается одеваться, садиться на горшок или умываться, не идите напролом, попробуйте применять маленькие хитрости (например, не чистим зубки – а красим их белой краской).

Не упустите этот «подражательный» период – предоставляйте ребенку самостоятельность в том, что он может сделать сам. Пусть малыш лучше плохо и очень медленно, но сам вымоет руки или будет медленно надевать варежки.

**Безусловно, вы все это проделываете гораздо быстрее и качественнее, но наберитесь терпения и не отбивайте желание к самостоятельным действиям. Удачи вам в обучении вашего ребенка.**

**Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного  
округа – Югры**

**«ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ  
РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ»**

**Адрес учреждения:  
628002**

**ул. Красногвардейская, дом 7-а, г. Ханты-  
Мансийск,**

**Тел/факс: (3467) 33-61-62**

**E-mail: [hmredpov@admhmao.ru](mailto:hmredpov@admhmao.ru)**

**Сайт: <http://www.luchikhm.ru/>**

**<https://vk.com/public166427391>**

**<https://ok.ru/group/54227517571143>**

**Социальное обслуживание граждан Югры**

**<https://vk.com/socuslugi.ugra>**

**Составитель:**

**Исаенко Майя Геннадьевна  
социальный работник  
отделения  
дневного пребывания**

**Оформление:**

**Иордан Наталья Михайловна  
методист организационно-методического  
отделения**

Департамент социального развития  
Ханты-Мансийского автономного  
округа – Югры

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного  
округа – Югры  
«Ханты-Мансийский реабилитационный  
центр для детей и подростков с  
ограниченными возможностями»

**Мама, помоги мне стать  
самостоятельным**



г. Ханты-Мансийск

Появление в семье ребенка с нарушениями в развитии ставит перед родителями ряд сложных проблем, при этом формированию социально-бытовых навыков уделяется значительно меньше внимания.

Очень быстро родители приходят в отчаяние от беспомощности ребенка и начинают его полностью и чрезмерно обслуживать. Прекращаются или резко сокращаются попытки научить его самостоятельно пользоваться вещами. Но для воспитания и социализации ребенка с особым развитием очень важным является развитие у него культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарного бытового труда.

Для обучения навыкам самообслуживания родители могут создать такие условия, которые дадут возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность.

Игровой метод – это самое эффективное воздействие на ребенка, так как через игру ребенок познает мир и учится быть самостоятельным.

У ребенка повышается интерес к самостоятельной деятельности с использованием игрушек, организация игр с ними (куклу одеть, раздеть, уложить спать, накормить).

Чтобы вызвать у детей желание умываться и сделать для них этот процесс легким и приятным, можно использовать песенки, потешки.

При занятиях с ребенком с особенностями развития родителям

рекомендуется соблюдать определенные условия:

1. Чаще хвалите ребенка.

Хвалите его, ласково обнимайте или давайте ему какую-нибудь маленькую награду, когда у него что-нибудь хорошо получается (или когда он очень старается).

2. Больше разговаривайте с ребенком.

Объясняйте все, что вы делаете, просто и доходчиво. Пояснение, похвала за успехи действует гораздо лучше, чем ругань или наказание за неудачу. Когда ребенок старается что-нибудь сделать, но у него не получается, лучше обойти это молчанием или просто сказать: «Жаль, не вышло. Ничего, в другой раз получится».

Однако нельзя давать в награду сладости или еду, особенно если ребенок склонен к полноте.

3. Используйте подражание (копирование).

Чтобы научить ребенка новому действию или навыку, сначала выполните действие сами и пригласите ребенка повторить его, подражая вам. Превратите это в игру.

4. Сделайте обучение интересным. Всегда ищите способы превратить обучающие занятия в игру.

Дети охотнее занимаются, когда это доставляет им удовольствие. Продолжайте заниматься с ребенком до тех пор, пока это забавляет. Как только занятие перестает быть забавой, прекратите его или внесите какие-нибудь изменения, чтобы сделать его более увлекательным.

5. Пусть ребенок по мере сил обслуживает себя сам. Помогайте ему только в той мере, в какой это необходимо.

Воспитывайте у ребенка любовь к порядку. Вместе с малышом убирайте игрушки на место, развешивайте одежду, расставляйте в коридоре обувь, убирайтесь в квартире.

Поощряйте малыша к аккуратности и опрятности. Приучайте его носить только чистую одежду (если она мокрая, запачкана, предложите её сменить), помогайте пользоваться носовым платком, учите беречь вещи.

- Воспитывайте желание следить за своим внешним видом. Повесьте одно из зеркал так, чтобы ребенок мог видеть в нем своё отражение. Если внешний вид крохи неудовлетворителен, подведите его к зеркалу, чтобы он сам увидел, что нужно исправить (умыться, причесаться, застегнуть пуговицы, заправить кофточку).

- Для проведения гигиенических процедур нужно создать определенные условия: повесить крючок для полотенца так, чтобы ребенок мог до него дотянуться и подставить к раковине скамеечку, чтобы ребенку было удобно доставать до крана.

