КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА С ТМНР МЫТЬ РУКИ?

Одной из важных задач развития ребенка с ТМНР любого возраста является формирование навыков самообслуживания. Овладение этими навыками необходимо ребенку для относительной независимости от взрослого, для развития самостоятельности, для социальной адаптации ребенка.

Что представляет собой процесс мытья рук?

Мытье рук строится следующим образом: взрослый открывает кран, ребенок подставляет руки под воду, взрослый берет мыло, вкладывает в руки ребенку и помогает их намылить.

Далее ребёнок должен смыть мыло, потерев руки, одновременно подставив их под струю воды. После того, как взрослый закрывает кран, ребёнок с помощью взрослого берет полотенце и с помощью взрослого вытирает руки. Затем они вместе вешают полотенце. Постепенно, по мере совершенствования двигательных навыков, ребенок начинает самостоятельно совершать все большее число операций, а доля участия взрослого уменьшается.

Позже, когда у ребенка образуются отдельные умения, нужно усложнять требования - учить открывать и закрывать кран, самостоятельно пользоваться мылом, полотенцем.

Какие игры можно использовать для формирования навыка?

Большинство детей с желанием играют с водой, быстро усваивают навыки умывания. Закреплять навыки возможно в специально организованной игровой деятельности с куклами и игрушками.

Также можно использовать пальчиковые игры, заводные игрушки, волчок и палочки для прокатывания по ладони, шишки, массаж и самомассаж пальцев и рук.

Какие упражнения можно использовать для формирования умения мыть руки?

1. Подготовительные упражнения

- переливание воды из одной емкости в другую;
- упражнение «Поймай мыло» (удержание мыла, выпускание из рук скользкого мыла);
- упражнение «Плыви рыбка» **(**захватывание предметов одной рукой);

2. Имитационные упражнения «Моем руки» «Ах, водичка горячая (холодная)!»;

3. Игровые упражнения с горячей и холодной водой» «Тепло - холодно» – понадобятся два тазика один с прохладно водой, другой с теплой. По очереди надо опускать ручки то в один тазик, то в другой.

Каков алгоритм формирования правильного мытья рук?

Чтобы сформировать навык мытья рук, Вам необходимо встать позади ребенка и взять своими руками руки ребенка, проделать вместе с ним следующее:

- включить воду;
- подставить обе руки ребенка под воду и сказать: «Вымой руки!»;
- помочь ему взять мыло одной или двумя руками в зависимости от того, как удобнее ребенку;
- потереть мыло между ладонями, снова положить на раковину;
- потереть тыльную сторону одной ладони об другую мыльную ладонь;
- подставить под воду обе руки и споласкивать их, потирая одну о другую, пока не смоется пена;
- закрыть кран;
- вытереть полотенцем руки (ребёнок с помощью взрослого берет полотенце, вытирает руки, затем вместе вешают полотенце).

Какие виды помощи предложить ребенку при формировании навыка?

Выбор помощи ребенку с ТМНР зависит от уровня владения навыком. Постепенно помощь должна уменьшаться, чтобы ребенок сам выполнял нужное действие без всяких подсказок. Помощь или содействие ребенку может быть:

- устная – это слова, которые наталкивают ребенка на необходимое действие;
- демонстративная – в этом случае взрослый показывает само действие, чтобы ребенок по подражанию сделал правильно (это особенно полезно, когда ребенок не способен реагировать только на устные указания);
- физическая – это физические действия, которые помогают ребёнку справиться с той частью деятельности, которая для него особенно сложна.

На какие важные замечания обратить внимание?

Никогда не давайте ребёнку задание, которое выше его возможностей, – это только расстроит его и подорвет уверенность в своих силах, вместо того чтобы побудить к большей самостоятельности.

Чтобы ребенку не пришлось сосредоточиваться сразу на многих вещах, пусть он сначала учится мыть руки сидя. Для ребёнка, который не может достать до обычной раковины, удобно поставить емкость с водой на стол – тогда он сможет направить все свое внимание именно на мытье рук.

Если ребенок хорошо удерживает равновесие, он может учиться мыть руки, стоя около раковины на высоком стуле. Важно, чтобы раковина или таз с водой были на уровне ребенка. На этом же этапе ребёнок также учится открывать и закрывать краны, для чего нужно уметь стоя тянуться к объекту и браться за него рукой.

Важно обращать внимание на температуру воды: она должна быть теплой и не должна вызывать неприятных ощущений у детей. Мыло должно помещаться в руке ребенка, оно не должно быть большим. Если вы приучаете ребенка вытирать руки полотенцем, то и крючок для него должен находится в доступном для ребенка месте.

Формирование культурно-гигиенических навыков детей с ТМНР очень кропотливая работа и требует от вас, уважаемые родители, терпения и любви к своему ребенку. За один раз эту процедуру не освоить, у кого-то на обучение может уйти месяц, а у кого-то год. Все зависит от психофизических особенностей вашего ребенка. Это не значит, что надо опускать руки. Ваш позитивный настрой жизненно необходим вашему ребенку!

© Сыресина Наталья Викторовна