# **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

«Основы овладения культурно-гигиеническими навыками у детей с особыми потребностями».

**Содержание**

1. Пояснительная записка
2. Условия овладения культурно – гигиеническими навыками.
3. Понятие алгоритма.
4. Требования, предъявляемые к алгоритму.
5. Примеры алгоритмов.
6. Этапы работы над алгоритмом.
7. Методы и приемы работы с алгоритмом.

**Пояснительная записка**

Понятие «**культура поведения**» можно определить как совокупность полезных для общества устойчивых форм повседневного поведения в быту, в общении, в различных видах деятельности. В содержании культуры поведения можно условно выделить следующие компоненты:

* культура деятельности,
* культура общения,
* культурно-гигиенические навыки и привычки.

1. Культура деятельности проявляется в поведении ребёнка на занятиях, в играх, во время выполнения трудовых поручений.
2. Культура общения предусматриваем выполнение ребёнком норм и правил общения со взрослыми и сверстниками, основных на уважен и добровольности, с использованием соответствующего словарного запаса и форм общения, а также вежливое поведение в общественных местах, быту.
3. Культурно-гигиенические навыки – важная составляющая часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, прически, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к себе и окружающим, что любому человеку неприятны грязные руки или смотреть на неопрятную одежду. Взрослые должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно – гигиенические приносят человеку огромную пользу в течение всей последующей жизни.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам. Но её значение не только в выполнении физиологических потребностей. Она имеет и этический аспект – ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом, а также к тем, кто приготовил пищу.

Дети должны усвоить определённые правила:

* нельзя класть локти на стол во время еды;
* есть надо с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережёвывая пищу;
* бережно относиться к хлебу и другим продуктам питания;
* правильно пользоваться столовыми приборами.

Овладение культурой еды – нелёгкое дело, но необходимое, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, аппетитно и что очень важно – опрятно. Методические рекомендации составлены для детей с ОВЗ.

Привитие культурно-гигиенических навыков у детей с особыми потребностями – это одно из направлений их реабилитации в обществе.

**Учитывая особенности развития этих детей, выделяются следующие условия овладения культурно-гигиеническими навыками:**

1. При формировании навыков используются естественные бытовые ситуации, в процессе которых педагоги решают общеразвивающие и коррекционные задачи, различные игры и игровые упражнения.
2. В процессе овладения культурно-гигиеническими навыками принимает участие не только педагог, но и все, кто непосредственно общается с ребенком.
3. Оборудование для элементарных трудовых действий должно располагаться в определенных для этого местах хранения, что позволяет детям заполнить их место нахождение.
4. Участие ребенка во всех процессах должно сопровождаться положительными эмоциями, игровыми действиями, стимулирующими интерес к формированию культурно-гигиенических навыков.
5. Работа по формированию культурно-гигиенических навыков должна быть систематичной и последовательной.
6. Формирование первоначальных культурно-гигиенических навыков и привычек происходит не изолированно, а в тесной связи с другими направлениями коррекционно-воспитательной работы.

Если ребенок овладел основными навыками, то ему будет легче приспособиться к современной жизни. Детям с тяжелой и глубокой умственной отсталостью достаточно тяжело овладеть культурно-гигиеническими навыками. Для ребенка может возникнуть и чаще всего возникает два затруднения: в определении и усвоении последовательности операций (алгоритма) и в овладении каждой из них. Алгоритм может быть отображен в виде символов (схематических картинок), обозначающих какие – либо действия или предмет. Важным при работе с алгоритмом является то, что схематические картинки в алгоритме должны быть понятны, знакомы. Кроме этого, введение схем – картинок должно быть постепенным и последовательным. А именно, при обучении конкретному навыку, следующий этап действия вводится только после того, как ребенок освоил предыдущий. Еще одним из требований к алгоритму является его результативность. А именно, насколько данная цепочка действий помогает в достижении результата, в данном случае овладении навыком.

Для того, чтобы научить ребенка выполнять определенные действия, нужно попробовать самим проделать это действие, мысленно разбивая на этапы или шаги. Количество шагов в каждом случае определяется индивидуально. Для ребенка, который учится достаточно быстро, это будет несколько больших шагов. Для ребенка, который учится не так быстро, - много маленьких. Ключ к успеху, во-первых, четкое понимание того, какие маленькие шаги нужно сделать, чтобы овладеть тем или иным навыком и, во-вторых, медленное продвижение вперед.

Например, рассмотрим **алгоритм формирования навыка ухода за зубной щеткой с большим шагом:**

1. Закатать рукава.
2. Включить воду.
3. Очистить щетку от остатков пасты под проточной водой.
4. Намылить щетину щетки мылом.
5. Поместить щетку в стаканчик.
6. Выключить воду.

Рассмотрим другой **алгоритм с мелким шагом – алгоритм ухода за расческой с помощью щетки:**

1. Закатать рукава.
2. Включить воду.
3. Взять щетку.
4. Намочить щетку.
5. Стряхнуть со щетки лишнюю воду.
6. Намылить щетку мылом.
7. Взять расческу.
8. Почистить расческу щеткой.
9. Сполоснуть расческу в воде.

10.Положить расческу сушиться.

11.Сполоснуть щетку в воде.

12.Положить щетку сушиться.

13.Выключить воду.

14.Вытереть руки полотенцем.

15.Привести одежду в порядок.

Очень важно добиваться выполнения каждого отдельного шага и определенной последовательности шагов алгоритма. Огромное значение имеет активное поведение ребенка, то есть его практическое участие в выполнении данного действия, шага.

Вот еще несколько примеров алгоритмов с большим шагом:

**Алгоритм мытья рук:**

1. Закатать рукава.
2. Открыть воду.
3. Смочить руки проточной водой.
4. Намылить руки мылом.
5. Тщательно потереть ладошки, пальчики, тыльную сторону руки.
6. Смыть руки проточной водой.
7. Вытереть насухо полотенцем.

**Алгоритм подготовки стола к чаепитию:**

1. Накрыть стол скатертью.
2. Поставить на стол чайную посуду.
3. Поставить на стол сладости.
4. Налить заварку в чашки.
5. Добавить кипяток.

**Алгоритм мытья волос:**

1. Включить теплую воду.
2. Смочить волосы водой.
3. Нанести на ладошку небольшое количество шампуня.
4. Мягкими движениями пальцев рук помыть голову.
5. Смыть голову теплой водой.
6. Подсушить волосы полотенцем.

Для того, чтобы использовать в работе алгоритм, необходимо, чтобы дети познакомились со схематическими картинками, которые будут использовать для составления данного алгоритма.

**Этапы знакомства со схематической картинкой (символом):**

1. Рассматривание картинки.
2. Беседа по картинке.
3. Определение места данной схематической картинки в алгоритме.

После знакомства со схематическими картинками можно приступать непосредственно к составлению алгоритма.

**Этапы работы над алгоритмом:**

1. Активизация внимания ребенка.
2. Создание положительного эмоционального отношения к предстоящей деятельности.
3. Создание игровой ситуации или беседы, способствующей выбору правильного схематического рисунка.
4. Повтор каждого схематического рисунка.
5. Перенос с плоскостного изображения или действия в реальность.
6. Постепенное выполнение каждого этапа алгоритма.
7. Закрепление алгоритма, применение в различных игровых и бытовых ситуациях.

Работа над алгоритмом строится с использованием различных методов и приемом.

**Методы работы над алгоритмом:**

*Словесный метод – беседа.*

Целью беседы является выявление знаний детей о том или ином предмете или действии, пополнение и обобщение уже имеющихся знаний, расширение кругозора детей, пополнение пассивного и активного словарного запаса и т.д.

1. *Наглядные методы.*

а) показ предметов и изображений.

Очень часто детям трудно различить натуральный образец предмета и его изображение на картинке. Требуется целенаправленная работа по соотнесению предмета с его изображением. Обыгрываются предметы и действия с ними, ставятся уточняющие вопросы, направляющие внимание на признаки, различающие данные предметы, их изображения.

б) наблюдения за действиями педагога и других детей.

Наблюдение используется в комплексе с другими методами и приемами. Используя наблюдение, важно помнить об особенностях развития внимания у детей с особыми проблемами.

Совместно со словесным и наглядными методами используются *практические методы*.

Одной из главных форм практического метода является игровая деятельность. Игра рассматривается не как развлечение, а как средство обучения и коррекции.

**Положительному результату при работе с алгоритмами способствуют следующие приемы:**

* использование эмоций для привлечения внимания детей, повышения мотивации обучения,
* одобрение, поощрение, положительная оценка действий ребенка,
* акцентирование внимания на результате деятельности,
* использование подражательности, свойственной тяжело и глубоко отсталым детям,
* помощь ребенка другому ребенку,
* повтор действия.

Таким образом, использование алгоритма для формирования культурно-гигиенических навыков является одним из важных направлений в трудовом обучении, а также способствует развитию самостоятельности у детей с особыми потребностями.

**Литература:**

1. А.А.Катаева, Е.А.Стребелева

Дошкольная олигофренопедагогика, «ВЛАДОС», 1998.

1. А.Р.Маллер, Г.В.Цикота

Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью, Учебное пособие, 2002.

1. Воспитание дошкольника в труде под редакцией В.Г.Нечаевой, «Просвещение», 1980.
2. С.В.Петерина

Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста, Москва, «Просвещение», 1986.