**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  
***«Центр развития ребенка – детский сад № 29 г. Владивостока»***

Коновалова Татьяна Анатольевна

ПРАКТИКА РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

У ДОШКОЛЬНИКОВ С РАССТРОЙСТВАМИ

АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

# **2022 год**

# **Введение**

На сегодняшний день внедрение и реализация Федерального государственного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) определяют новый социальный заказ к системе образования. Стандартизация современного образования ориентирована на компетентностный подход, который, как один из возможных результатов образования, рассматривает оценку «знания в действии». Образовательный результат как «компетенция» ребенка – внешне наблюдаемые действия, которые приобретаются в разных видах образовательной деятельности и культурных практиках ребенка. Компетенция же может проявляться через деятельность ребенка, если тот рассматривается как субъект деятельности.

Таким образом, качество дошкольного образования обусловлено, прежде всего, его индивидуализацией и осуществлением психолого-педагогической поддержки ребенка, основанной на его достижениях и проблемах.

Инклюзивное образование предусматривает индивидуальный подход к каждому ребенку. В рамках этого процесса развивается методология, направленная на детей, которая признает, что все дети — индивидуумы с различными потребностями в обучении. Инклюзивное образование старается разработать подход к преподаванию и обучению, который будет более гибким для удовлетворения различных потребностей в обучении. Если преподавание и обучение станут более эффективными в результате изменений, которые внедряет инклюзивное образование, тогда выиграют все дети (и не только дети с особыми потребностями).

# Самообслуживание – это труд ребенка, направленный на обслуживание им самим самого себя. В.Г. Нечаева, Л.Д. Задворина, Е.А. Стребелева, А.Л. Венгер, Е.А. Екжакова и многие другие ученые считают: «роль труда по самообслуживанию для становления личности так велика, что не может компенсироваться никаким другим видом деятельности. Вид этой трудовой деятельности значительный, так как он учит ребенка не нуждаться в помощи взрослого, самостоятельно содержать себя в чистоте и удобстве, уметь одеваться, раздеваться, принимать пищу, выполнять санитарно-гигиенические процедуры. Прежде нужно грамотно организовать эту деятельность, а дальше после многократных повторяемых действий навыки самообслуживания устойчиво усваиваются детьми».

# Освоение ребенком навыков самообслуживания - это важный шаг и на пути к его социальной адаптации. Эффективно решаются задачи расширения представлений и знаний детей об окружающих вещах, сенсорного воспитания, развития речи, тонкой моторики и зрительно-моторной координации в процессе обучения навыкам самообслуживания. Проблема формирования навыков самообслуживания у детей является актуальной для специальной педагогики как в теоретическом, так и в практическом плане.

Таким образом, развитие навыков самообслуживания у детей является для них жизненной необходимостью. Общая задача (педагогов дошкольных образовательных организаций и родителей) – помочь детям приобрести независимость и самостоятельность в повседневной жизни. Бытовая деятельность возникает первоначально на основе удовлетворения биологических потребностей ребенка. Позднее его биологические потребности преобразуются в социальные в процессе освоения закрепленного в обществе способа их удовлетворения. За этим способом всегда стоят нормы, регулирующие взаимоотношения людей в бытовых процессах и определяющие правила культуры поведения, общения. Техническую сторону бытовой деятельности составляет совокупность культурно – гигиенических навыков, направленных на поддержание личной гигиены с помощью социально заданных средств и способов, регулируется бытовая деятельность с помощью правильной организации режима дня.

Для специальной психологии и педагогики (К. С. Лебединская, О. С. Никольская, Е. Р. Баенская, М. М. Либлинг, О. С. Аршатская и др.) развитие самостоятельности у дошкольников с расстройствами аутистического спектра является особой проблемой, так как для аутичных детей развитие навыков самообслуживания и бытового поведения не является значимым, они искаженно ощущают свои потребности, себя и свое тело, не способны к взаимодействию и коммуникации, подвержены страхам, напряжению, стереотипному поведению.

По мнению В.В. Лебединского, непреодолимым рубежом для детей с ранним детским аутизмом часто является переход от непроизвольных действий к произвольным. Выполнение последних связано с нарастанием аффективного напряжения, которое находит выход на моторных путях в виде хаотичных движений. Если момент произвольности снимается, тоже движение может быть выполнено без затруднений.

Препятствием на пути формирования у детей необходимых навыков самообслуживания в семье и учреждении становится нехватка специальных методик и программ, а также доступной литературы с описанием педагогических приемов работы в этом направлении.

Поэтому возникает противоречие между необходимостью развивать навыки самообслуживания у всех дошкольников с учетом их потребностей и возможностей и отсутствием программы развития навыков самообслуживания у детей с расстройствами аутистического спектра, испытывающих особые трудности в их овладении.

Таким образом, педагоги испытывают необходимость в составлении программы по развитию навыков самообслуживания у детей с расстройствами аутистического спектра(РАС).

Реализация данной программы состоит из **этапа диагностики и реализации программы.**

**На первом этапе** проводится мониторинг состояния навыков самообслуживания у дошкольников с расстройствами аутистического спектра,показателями которого являются навыки гигиены, приема пищи, одевания, раздевания, опрятности.

В ходе реализации программы, коллективом педагогов, был составлен лист наблюдения, в котором фиксируется состояние развития навыков самообслуживания детей с расстройствами аутистического спектра.

(приложение А таблица 1).

За основу диагностики был взят метод наблюдение, так как с данной категорией детей очень сложно применить другие методы диагностики. Таким образом, педагог может отследить динамику развития навыков самообслуживания у детей с расстройствами аутистического спектра.

Нами были определены показатели развития навыков самообслуживания:

Сформированны - ребенок самостоятельно выполняет действия.

Частично сформированны - выполняет с помощью взрослого (либо с указанием).

На стадии формирования - не выполняет действия совсем.

# Проведя мониторинг, нами было определено, что навыки гигиены, приема пищи, одевания, раздевания находятся на стадии несформированности.

# Ребенок не умеет пользоваться мылом, полотенцем. С опаской подставляет руки под струю воды. С неохотой садится за стол. Употребляет только протертую пищу, требуя, чтобы его кормили, не пользуется салфеткой. Не обращает внимания на загрязнения. Одеваться и раздеваться сам не умеет (приложение Б таблица 2).

# Так же был проведен опрос родителей детей группы компенсирующей направленности (приложение В таблицы 3,4).

Для дальнейшей эффективной реализации программы, был составлен четкий план работы с конкретными действиями (приложение Г таблицы 5,6).

Данный план помогает педагогу следовать четким инструкциям при работе с детьми с расстройствами аутистического спектра.

**На основном, этапе** осуществляется реализация программы по развитию навыков самообслуживания у дошкольников с расстройствами аутистического спектра.

Проведя контрольную диагностику, после первого года пребывания в детском саду, мы выяснили, что дети с расстройствами аутистического спектра овладели навыками самообслуживания, такими как, умывание, прием пищи, одевание, пользование носовым платком с помощью взрослых (приложение Д таблица 7).

Программа по развитиюю навыков самообслуживания у детей с расстройствами аутистического спектра (далее Программа) адресована педагогам, реализующим инклюзивную практику в дошкольной образовательной организации.

# **Программа развития навыков самообслуживания у дошкольников с расстройствами аутистического спектра**

Данная программа рассчитана на развитие навыков самообслуживания у детей дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра.

**Пояснительная записка**

**Актуальность программы**

Развитие навыков самообслуживания является неотъемлемой частью целостного развития ребенка дошкольного возраста. Именно в это тпериод закладываются все умения и навыки, которые в более старшем возрасте привить становится сложнее. Особенно этот вопрос актуален для детей с расстройствами аутистического спектра. В силу психолого-педагогических особенностей дошкольников с расстройствами аутистического спектра, заключающихся в трудностях взаимодействия со сверстниками и взрослыми, нарушении коммуникации и отсутствии потребности в ней, стереотипности поведения, педагоги и родители зачастую не понимают, каким образом развивать навыки самообслуживания, какие методы и приемы применять, какие условия необходимо создавать, чтобы данный процесс был увлекательным и значимым для самого растущего ребенка. Особенностью детей с расстройствами аутистического спектра является то, что, они не стремятся к овладению навыкам самообслуживания, так как это мало интересует ребенка. Однако взрослые понимают, что именно навыки самообслуживания являются необходимыми для социализации и развития самостоятельности дошкольника.

Самый лучший способ развить навыки самообслуживания – это многократно повторять одно и тоже действие. Но действия эти необходимо совершать в определенной последовательности и в свое время. Пускать этот процесс на самотек нельзя. Ребенок должен почувствовать свой успех. Для этого работа по развитию навыков самообслуживания должна проводиться регулярно и систематически.

**Цель данной программы** – развитие навыков самообслуживания у дошкольников с расстройствами аутистического спектра.

**Задачи программы:**

1. Развитие навыков гигиены (самостоятельно умываться и мыть руки, посещать туалет, проситься на горшок при помощи слов и жестов).
2. Развитие навыков самостоятельного приема пищи (уметь пользоваться ложкой, пить из чашки).
3. Развитие навыков самостоятельного одевания, раздевания (снимать носки, засовывать руки в рукава, ноги в штанины, надевать и снимать шапку, снимать расстегнутую (расшнурованную) обувь, куртку, штаны или юбку, застегивать и расстегивать застежки-молнии).
4. Развитие навыков опрятности (уметь пользоваться салфеткой, туалетной бумагой, избегать загрязнения одежды).

**Структура программы**

Программа состоит из четырех крупных блоков: формирование навыков личной гигиены, самостоятельного приема пищи, овладевание элементарными навыками одевания и раздевания, опрятности. Следует отметить, что данные навыки могут развиваться параллельно и не зависимо друг от друга.

**Методы**

В качестве средства развития навыков самообслуживания у дошкольников с РАС используются следущие методы:

- визуализация или наглядный;

- художественное слово или словесный;

- социальной истории.

Термин «визуализация» происходит от латинского visualis – воспринимаемый зрительно, наглядный. Аналогичным образом понятие визуализации понимает Вербицкий А.А.: «Процесс визуализации – это свертывание мыслительных содержаний в наглядный образ; будучи воспринятым, образ может быть развернут и служить опорой адекватных мыслительных и практических действий»

Художественное слово - мощное педагогическое средство, которое может быть уместным в процессе общения с детьми буквально везде. Конечно, чтобы удачно его применить, желательно, чтобы взрослый читал наизусть, был эмоциональным, сохранял зрительный контакт с ребенком. Богатый потенциал содержится в следующих формах художественного слова -потешки, сказки, пословицы, поговорки. Педагог организует данный процесс, уделяя особое внимание отбору художественных текстов, чтобы текст соответствовал закреплению произносительных умений и навыков.

Социальная история — это краткий рассказ с подробными иллюстрациями. В связи с использованием картинок социальные истории входят в методы визуальной поддержки. В группу этих методов входят многие виды печатных (или электронных) материалов, алгоритмы действий, ярлыки и указатели. Пары картинок «Сначала - потом» — для изучения рутинных комплексных действий при самообслуживании (в т.ч. приучение к горшку, мытьё головы, чистка зубов, отход ко сну и пр.).

**Сроки реализации программы**

Реализация программы предполагает три года.

В самом начале проводится предварительная диагностика и оценка уже развитых навыков детей.

Диагностика развития навыков самообслуживания проводится совместно с детьми и их родителями. В ходе своей работы был проведен опрос, в котором приняли 5 детей с РАС и их родители. Родителям необходимо было в начале года и в конце,ответить на вопросы анкетирования, касающихся их детей. На все вопросы нужно было отвечать либо «да», либо «нет». В конце года,воспитателями совместно с родителями, была проведена контрольная диагностика сформированности навыков самообслуживания (приложение В таблицы 3, 4).

Как показали результаты, после первого года пребывания в детском саду, дети с РАС овладели навыками самообслуживания, такими как умывание, прием пищи, одевание, пользование носовым платком с помощью взрослых.

**Ожидаемые результаты**

После реализации программы у детей дошкольного возраста с РАС должны быть развиты следующие навыки:

- самостоятельный прием пищи ложкой;

- питье из чашки одной рукой;

- умывание водой;

- сидение на горшке или детском стульчике;

- стягивание носков;

- просовывание рук в рукава и ног в штанины;

- надевание и снимание шапки;

- снимание расстегнутой (расшнурованной обуви);

- снимание расстегнутой куртки;

- снимание расстегнутых штанов или юбки;

- застегивание и расстегивание застежки-молнии;

- самостоятельно проситься на горшок, используя слова и жесты.

**Критерии эффективности программы**

Нами были составлены критерии, по которым можно определить эффективность реализации программы.

1. Ребенок может самостоятельно принимать пищу ложкой, в том числе и жидкие блюда (например, супы).
2. Без посторонней помощи пьет воду или любой другой напиток из чашки, держа ее одной рукой.
3. Может подставить руки под кран с водой, намочить их и провести по лицу.
4. Сидит самостоятельно на горшке или в детском стульчике в течении 5 минут.
5. Ребенок самостоятельно может стянуть с себя носки, засунуть ноги в штанины, а руки в рукав.
6. Может надеть и снять шапку без завязок.
7. Самостоятельно снимает расстегнутую куртку, а также штаны или юбку на резинке.
8. Может самостоятельно расстегнуть и застегнуть застежку-молнию.
9. Каждый раз просится на горшок при помощи слов или жестов.

**Содержание программы**

В основе программы лежит многократное повторение педагогом определенных действий. Изначально самостоятельно, ребенок только смотрит, но находится рядом. Когда ребенок будет готов, процедура повторяется вместе с ним, но закончить ее ему нужно самостоятельно.

Для привлечения и мотивации детей каждое действие должно сопровождаться названием действия и коротким художественным словом.

В первую очередь, детям необходимо привить культуру общения: задача педагога обратить внимание на то, чтобы пришедшие утром дети не забывали поздороваться, на внешний вид детей. Также развивать доброжелательные отношения между ними.

Далее идет привитие устойчивых гигиенических навыков, развитие самостоятельности: самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой; пользоваться индивидуальными предметами гигиены (полотенце, носовой паток); заходить в умывальную комнату постепенно, небольшими группами; мыть руки, засучив рукава; замечать неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводить себя в порядок.

Прививать важные гигиенические навыки в организации питания следует в таком порядке: мыть руки перед едой; пользоваться столовыми приборами и салфетками; аккуратно есть и правильно сидеть за столом.

При подготовке к прогулке следует приучать детей убирать игрушки на место, поддерживать порядок в группе.

И, наконец, развивать последовательность действий в процессе одевания.

1. **Развитие навыка гигиены**

**Умывание лица**

В комнате с умывальниками обязательно должны висеть зеркала на уровне лица ребенка. Малыш должен видеть себя и видеть, что именно делает, а также замечать результат своих действий. Проводить рекомендуемые упражнения изначально необходимо после еды, чтобы ребенок четко понимал цель своих действий.

Программа развития данного навыка состоит из двух этапов: первый–ребенок делает исключительно с помощью взрослого, второй этап предполагает совместно-разделительные действия.

На первом этапе формирования данного навыка не стоит пользоваться мылом. Также рекомендуется использовать мягкую тряпочку для того, чтобы ребенок испытывал приятные ощущения. Каждый раз, идя умываться, необходимо использовать социальные истории (алгоритм умывания), художественное слово, например,

«Ай, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся

маме (папе или имя взрослого) улыбаемся».

Это настроит ребенка на позитивный лад и более одобрительное отношение к действию.

Непосредственно во время умывания, необходимо стать позади ребенка и, используя метод визуализации, вместе с ним выполнять следующие шаги:

1.Потереть одну щеку. Инструкция: «Умой щеку».

2.Потереть подбородок. Инструкция: «Умой подбородок».

3.Потереть другую щеку. Инструкция: «Умой щеку».

4.Потереть верхнюю губу и рот. Инструкция: «Умой рот».

5.Потереть нос. Инструкция: «Умой нос».

6.Потереть лоб. Инструкция: «Умой лоб».

В конце процедуры ребенка нужно похвалить и сказать: «Ты умыл лицо». Когда ребенок освоит первую часть программы, можно переходить ко второй.

1.Взяв своей рукой руку ребенка, проделать с ним вместе шаги 1-5 первой части программы. Затем убрать свои руки и сказать: «Умой лоб». Указать на его лоб своим пальцем. Если нужно, направить его руку.

2.Убрать свою руку после окончания шага 4. Инструкция: «Умой нос»— и показать на его нос своим пальцем. При необходимости направить его руку. Когда ребенок вымоет нос, указать на его лоб и сказать: «Умой лоб». По окончании обязательно ребенка похвалить.

3.Занятия на этом не заканчиваются. Их обязательно нужно продолжать, но убирать свою руку на шаг раньше каждый раз, когда ребенок овладевает очередным шагом. И делать так до тех пор, пока ребенок не научится умывать все лицо самостоятельно. С этого момента показывать только пальцем на соответствующую часть его лица.

4.Постепенно нужно переставать помогать — все меньше и меньше показывать пальцем, но пока еще давать словесные указания. Когда он будет в состоянии умываться лишь с помощью словесных указаний, постепенно (по одному) нужно убирать и их, пока ребенок не научится умываться без какой бы то ни было помощи с вашей стороны.

Здесь главное запастись терпением. Обязательно использовать социальные истории и художественное слово. При этом необходимо указывать на называемые части тела.

**Мытье рук**

Мытье рук также относится к обязательным навыкам самообслуживания детей в этом возрасте. Проводить его формирование нужно параллельно с умыванием, но следить за тем, чтобы малыш не уставал и не капризничал. Формирование любого навыка необходимо начинать с хорошего настроения. И заканчиваться действие также должно с хорошим настроением. Если ребенок начал капризничать во время проведения процедуры его нужно отвлечь и только потом закончить, чтобы у него отложились хорошие впечатления. Отвлечь можно песенкой, потешкой и так далее, в зависимости от предпочтений конкретного ребенка.

Итак, навык мытья рук формируется в такой последовательности:

1) засучить рукава;

2) открыть кран;

3) намочить и намылить руки;

4) сполоснуть руки;

5) закрыть кран;

6) вытереть рук и полотенцем.

Каждое действие необходимо проводить с конкретными и четкими указаниями, аналогичными при умывании.

Развитие самостоятельного мытья рук начинаем с того, что добиваемся самостоятельного выполнения последнего действия. Это вытирание рук полотенцем. Когда это действие будет освоено, добиваемся самостоятельного выполнения предыдущего действия – закрывание крана.

Каждый раз при мытье рук произносится потешка «Моем руки». Интонацией выделяют глаголы, так как в данном случае мы обращаем внимание именно на последовательность действий.

1. **Развитие навыка самостоятельного приема пищи**

**Навык есть ложкой.** Крайне необходимый навык для ребенка. Следует отметить, что в момент его развития нужно сразу параллельно учить ребенка держать ложку правильно. Для развития навыка также используем приемы визуализации, художественное слово, социальные истории. Для наглядности этапы формирования данного навыка представим в виде таблицы (приложение З таблица 8).

Навык питья воды отрабатывается приблизительно таким же образом.

1. **Развитие навыков одевания, раздевания**

Развивая навыки одевания и раздевания, также методы визуализации, социальные истории, художественное слово. Начать лучше с коротких штанишек или трусов на резинке. Их снимать легче всего.

Сначала следует учить ребенка снимать штанишки или юбку, когда ребенок разут. Так будет легче.

Если штанишки застегиваются на пуговицы, кнопки или молнию, взрослому нужно расстегнуть их самостоятельно.

Пусть ребенок сначала будет стоять, так как спускать штаны легче стоя, чем сидя. Затем нужно обучать его снимать штаны сидя, на чем бы он ни захотел сидеть—на полу, кровати или стуле.

Работать над каждым из перечисленных ниже шагов, помогая ребенку все меньше и меньше, до тех пор, пока он успешно справится без помощи взрослого, затем переходите к следующему шагу.

1.Когда ребенок стоит, нужно спустить его штаны до лодыжек. Попросить сесть и снять одну штанину. Сказать: «Сними штанишки.» Поместите его руки на штанину и, положив свои руки на его, помогите стянуть штанину со второй ноги и дать штаны Вам. Затем скажите: «Молодец. Ты снял штаны».

*Примечание:* при каждом последующем снимании нужно начинать с одной и той же ноги.

2.Когда ребенок стоит, нужно спустить его штаны до лодыжек, а затем попросить его сесть.

Сказать: «Сними штанишки». Поместите его руки на штанину и помогите стянуть ее с одной ноги. Побудите ребенка снять штаны со второй ноги и дать их Вам. Сказать: «Молодец. Ты снял штаны».

3.Когда ребенок стоит, следует спустить его штаны до коленей поместить его руки с двух сторон на пояс штанишек большими пальцами внутрь. Сказать: «Сними штанишки», затем положить свои руки на его и помочь спустить штаны до лодыжек. Побудить его сесть. Теперь он сам сможет снять штанишки и дать их Вам. Скажите: «Молодец. Ты снял штанишки».

4.После того как ребенок научится самостоятельно снимать штанишки, когда они спущены до колен, нужно начинать помогать ему снимать их от середины бедер, затем от бедер и, наконец, от талии.

5.Помогать ему следует все меньше и меньше, пока ребенок не научится самостоятельно спускать штанишки вниз и снимать их при условии, что вы предварительно расстегиваете их.

**IV. Развитие навыков опрятности**

**Приучение к горшку.** Лучший вариант приучения ребенка к горшку – это отказ от подгузников.

Приурочить поход в туалет к определенным моментам: сразу после того, как ребенок встал после сна, после завтрака, перед выходом на прогулку и т.д.

Зафиксировать, как часто ребенок ходит в туалет; составить график высаживания на унитаз или горшок. Проследить за ребенком, чтобы определить жесты, мимику или другие особенности поведения перед тем, как он «собирается» сходить в туалет.Время наблюдения должно составлять не менее 2-3 недель.

Важно, чтобы время, которое ребенок просидит на горшке, было чуть меньше времени, которое ребенок может выдержать на одном месте.

Не менее важно, чтобы ребенок встал с горшка не по собственной инициативе, а его поднял взрослый.

В этом случае можно придумать систему поощрений. Например, дать в руки шуршащий пакетик, разрешить поиграть с водой в раковине или в ванной.

Занятия проводятся индивидуально в течении всего учебного года. В течении этого времени рекомендации по работе с детьми в данном направлении даются родителям для закрепления сформированных навыков в домашних условиях:

-начинать действие нужно совместно, а закончить ребенок сможет самостоятельно. При этом обязательно нужно придерживаться следующих правил:

- говорить, называть действия нужно тогда, когда ребенок смотрит на родителя;

-просьбы повторять следует медленно, не торопясь, кратко и четко, использовать те слова, которые ребенок знает;

-все, что говорит родитель необходимо подтверждать действиями, то есть демонстрировать;

-все действия выполнять с ребенком вместе, можно взять его руки своими, и проделать все необходимые процедуры. Но это только после многократного повторения.

**Заключение**

В современной педагогике существует несколько педагогических практик для работы с детьми с РАС, которые в целом приносят неплохой результат, но каждая из них имеет существенные недостатки. Поэтому, и возникла идея составления плана четких инструкций для педагогов, работающих с данной категорией детей, продуктом которого стала программа по развитию навыков самообслуживания у дошкольников с РАС.

Положительных результатов можно добиться только при тесном взаимодействие педагога, родителя и ребенка. Методы и приемы визуализации, социальные истории, художественное слово, многократные повторения действий с обязательным закреплением эффекта помогут ребенку успешно пройти программу и стать активным и самостоятельным ребенком, у которого сформированны необходимые навыки самообслуживания.

Реализация данной программы по развитию навыков самообслуживания у дошкольников с расстройствами аутистического спектра, направлена на развитие профессиональной компетентности педагогов в области организации совместного инклюзивного обучения детей, что обеспечивает включение детей с ОВЗ в совместный образовательный процесс.

# **Списокиспользованнойлитературы**

1. Арсентьева В.П. Игра–ведущий вид деятельности в дошкольном детстве : учебное пособие /В.П.Арсентьева/–М.: Форум, 2015–144 с.
2. Астахова Т.В. Категории и отрасли дошкольной педагогики /Т.В.Астахова/. Вопросы гуманитарных наук: журнал–2013–№5–С.50-51.
3. Баюкова Н.В. Педагогическая поддержка детей в образовательном пространстве дошкольного учреждения /Н.В.Баюкова/ Детский сад от А до Я: журнал–2013 –№4 –С.76-84.
4. Блонский П.П. Психология младшего дошкольника. Воронеж: МОДЭК, 2015 –164 с.
5. Большой психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П.Зинченко –СПб: «прайм-ЕВРОЗНАК»,2015 –672 с.
6. Буре Р.С. Воспитатель и дети–М.: Просвещение.2011–342 с.
7. Веденина М.Ю. Использование поведенческой терапии аутичных детей для формирования навыков бытовой адаптации // Дефектология–1997–№2–С.31-40.
8. Волкова А.И. Психология общения: учебное пособие /А.И. Волкова –Ростов н / Д: Феникс,2012–446с.
9. Волынкин В.И. Воспитание и развитие дошкольников: учебное пособие /В.И.Волынкин –Ростов-на-Дону: Феникс,2012 –448 с.
10. Выготский Л.С. Педагогическая психология: учебное пособие /под ред. В.В. Давыдова–М.: Педагогика, 2012 –480 с.
11. Галигузова Л.Н. Педагогика детей раннего возраста: учебное пособие /Л.Н. Галигузова, С.Ю. Мещерякова –М.: Владос, 2014–304 с.
12. Гринспен С., Уидер С. На ты с аутизмом: использование методики Floortime для развития отношений,общения и мышления–М.: Теревинф, 2013–512 с.
13. Ковалец И.В. Программа работы с детьми с проявлениями раннего детского аутизма–Министерство образования республики Беларусь,1998–32 с.
14. Лебединский В.В. Нарушение психического развития в детском возрасте–М.: Академия, 2008–140 с.
15. Никольская О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи –М.: Теревинф, 1997.
16. Садко И. А., Карпенко Т. В. Опыт организации и реализации инклюзивной практики для детей с расстройствами аутистического спектра в образовательное пространство ДОУ // Образование и воспитание. — 2017. — №1.1. — С. 24-31. — URL https://moluch.ru/th/4/archive/52/1771/
17. Туроби Милани Фариде Аббас. Развитие навыков и умений самообслуживания у детей дошкольного возраста. — URL <http://www.dslib.net/obw-pedagogika/razvitie-navykov-i-umenij>samoobsluzhivanija-u-detej-doshkolnogo-vozrasta.html.
18. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология –М.: Академия, 2001–336 с.
19. Ресурсы сети Интернет.

Приложение А

Таблица 1

Лист наблюдений субъектных качеств дошкольника с РАС в начале реализации программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Проявления развития навыков самообслуживания | Метод диагностики | Уровень  (сформированный, чвстично сформированный, на стадии формирования) |
| Участник проекта  ФИО  Группа | 1. Самостоятельно моет руки | Наблюдение |  |
| 2. Пользуется полотенцем | Наблюдение |  |
| 3. Моет руки, засучив рукава | Наблюдение |  |
| 4.Пользуется столовыми приборами и салфетками | Наблюдение |  |
| 5. Аккуратно есть и сидит за столом | Наблюдение |  |
| 6.Убирает игрушки после игры | Наблюдение |  |
| 7. Складывает одежду | Наблюдение |  |
| 8.Самостоятельно надевает брюки (юбку) | Наблюдение |  |
| 9.Самостоятельно надевает шапку | Наблюдение |  |
| 10.Самостоятельно надевает кофту | Наблюдение |  |
| 11. Снимает,/ надевает носки (колготы) | Наблюдение |  |

Приложение Б

Таблица 2

Мониторинг субъектных качеств дошкольника с РАС в начале реализации программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Проявления развития навыков самообслуживания | Метод диагностики | Уровень  (сформированный, чвстично сформированный, на стадии формирования) |
| Иван  6 лет | 1. Самостоятельно моет руки | Наблюдение | н/ф |
| 2. Пользуется полотенцем | Наблюдение | н/ф |
| 3. Моет руки, засучив рукава | Наблюдение | н/ф |
| 4.Пользуется столовыми приборами и салфетками | Наблюдение | н/ф |
| 5. Аккуратно есть и сидит за столом | Наблюдение | н/ф |
| 6.Убирает игрушки после игры | Наблюдение | ч/с |
| 7. Складывает одежду | Наблюдение | н/ф |
| 8.Самостоятельно надевает брюки (юбку) | Наблюдение | н/ф |
| 9.Самостоятельно надевает шапку | Наблюдение | ч/с |
| 10.Самостоятельно надевает кофту | Наблюдение | н/ф |
| 11. Снимает,/ надевает носки (колготы) | Наблюдение | н/ф |

Приложение В

Таблица 3

Результаты первичной диагностики

(количество родителей, ответивших на вопросы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вопросы анкеты | Да | Нет |
| Может ли Ваш ребенок снять и надеть шапку? | 1 | 4 |
| Может ли Ваш ребенок стянуть носки? | 1 | 4 |
| Может ли Ваш ребенок надеть/снять курточку? |  | 5 |
| Как вы считаете, может ли Ваш ребенок самостоятельно умываться? | 1 | 4 |
| Может ли Ваш ребенок есть ложкой? |  | 5 |
| Может ли Ваш ребенок пить из кружки, держа ее одной рукой? | 2 | 3 |
| Ваш ребенок опрятен? |  | 5 |
| Каждый раз просится ребенок на горшок? | 2 | 3 |

Все вопросы можно разделить на несколько основных групп: навык одевания, гигиена, прием пищи опрятность. За каждый положительный ответ родителей начислялся 1 балл, за каждый отрицательный–0 баллов. После этого по каждой группе навыков самообслуживания было подсчитано общее количество баллов. Результаты опроса представлены в таблице.

Результаты опроса родителей в баллах

|  |  |
| --- | --- |
| Навык | Баллы |
| Одевание/раздевание | 2 |
| Гигиена | 3 |
| Прием пищи | 2 |
| Опрятность | 0 |

Как видно из данной таблицы,сформированность навыков самообслуживания находится на низком уровне. Навык гигиены набрал 3 балла (измаксимальных10), одевание/раздевание и прием пищи - по 2 балла (из максимальных 15 и 10 баллов соответственно), а опрятность –0 баллов (измаксимальных 5).

Для наглядности полученные данные представим в количественном соотношении.

Результаты контрольной диагностики

(количество родителей, ответивших на вопросы - 5)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вопросы анкеты | Да | Нет |
| Может ли Ваш ребенок снять и надеть шапку? | 3 | 2 |
| Может ли Ваш ребенок стянуть носки? | 4 | 1 |
| Может ли Ваш ребенок надеть/снять курточку? | 2 | 3 |
| Как вы считаете, может ли Ваш ребенок самостоятельно умываться? | 4 | 1 |
| Может ли Ваш ребенок есть ложкой? | 3 | 2 |
| Может ли Ваш ребенок пить из кружки, держа ее одной рукой? | 4 | 1 |
| Ваш ребенок опрятен? | 1 | 4 |
| Каждый раз просится ребенок на горшок? | 3 | 2 |

Их результаты были сведены в таблицу.

Таблица 4

|  |  |
| --- | --- |
| Навык | Баллы |
| Одевание/раздевание | 9 |
| Гигиена | 4 |
| Прием пищи | 7 |
| Опрятность | 1 |

Как видно из данной таблицы,уровень развития навыков самообслуживания значительно вырос спустя год после внедрения практики. Навык гигиены набрал 4 балла (измаксимальных 10), одевание/раздевание–9 баллов из 15 возможных, прием пищи –7 баллов (из максимальных10), а опрятность–1балл (из максимальных 5).

Для наглядности полученные данные представим в количественном соотношении.

Более наглядно результаты представлены в виде гистограммы (рисунок 1).

*Рисунок 1. Сравнительные данные сформированности навыков самообслуживания до внедрения практики и через год после.*

Приложение Г

# В таблице 5 представлена циклограмма режимных моментов - навыков самообслуживания, опрятности и аккуратности.

Таблица 5

Циклограмма режимных моментов

|  |  |
| --- | --- |
| Утренний прием | Прививать у детей культуру общения: обратить внимание на то, чтобы пришедшие дети не забывали поздороваться, на внешний вид детей. Формирование доброжелательных отношений между детьми. |
| Организация умывания | Привитие устойчивых гигиенических навыков, развитие самостоятельности:  - самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой;  - пользоваться индивидуальными предметами гигиены (полотенце, носовой платок);  - заходить в умывальную комнату постепенно, небольшими группами;  - мыть руки, засучив рукава;  - замечать неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводить себя в порядок. |
| Организация питания | Привитие важных гигиенических навыков:  - мыть руки перед едой;  - пользоваться столовыми приборами и салфетками;  - аккуратно есть и правильно сидеть за столом. |
| Подготовка к прогулке | Приучать детей убирать на место игрушки, поддерживать порядок в группе. |
| Организация одевания | Формировать последовательность действий в процессе одевания. |

Календарно-тематический план реализации программы

Таблица 6

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Цель и задачи | Содержание |
| Сентябрь | Первичная диагностика. Ознакомительное занятие | - изучить психомоторные навыки,  коммуникативные навыки  - выявить сформированность навыков самообслуживания. | Педагог должен предоставить детям возможность проявить навыки самообслуживания, провести диагностику развития навыков самообслуживания |
| Умывание лица. Совместное умывание | - развитие навыков самостоятельного умывания  - приобщение к самостоятельности | Во время умывания, необходимо стать позади ребенка и вместе с ним выполнять следующие шаги.  1. Потереть одну щеку. Инструкция: «Умой щеку».  2. Потереть подбородок. Инструкция: «Умой подбородок».  3. Потереть другую щеку. Инструкция: «Умой щеку».  4. Потереть верхнюю губу и рот. Инструкция: «Умой рот».  5. Потереть нос. Инструкция: «Умой нос».  6. Потереть лоб. Инструкция: «Умой лоб».  В конце процедуры ребенка нужно похвалить и сказать: «Ты умыл лицо». |
| Совместное мытье рук | - развитие навыка самостоятельное мытья рук  - приучение к чистоте  - развитие гигиенических навыков | Навык мытья рук развивается в такой последовательности:  1) засучить рукава;  2) открыть кран;  3) намочить и намылить руки;  4) сполоснуть руки;  5) закрыть кран;  6) вытереть руки полотенцем.  Каждое действие необходимо проводить с конкретными и четкими указаниями, аналогичными при умывании. |
| Приучение есть ложкой. Место за столом | - развития навыка самостоятельного приема пищи  - обучить ребенка занимать свое место за столом | Во время завтрака подводить ребенка к одному и тому же месту. Взрослый отодвигает стул, хлопает по сиденью рукой: «Сядь». Так как такой ребенок не всегда сидит за столом продолжительное время, то сажать его нужно так, чтобы он самостоятельно не мог уйти со своего места. Например, посадить ребенка в уголок у стены или у шкафа, а самим сесть рядом, и кормить ребенка с ложки. |
| Октябрь | Снимаем короткие штанишки и трусики | - развитие навыков раздевания  - приучение к самостоятельности | Когда ребенок стоит, нужно спустить его штаны до лодыжек. Попросить сесть и снять одну штанину. Сказать: «Сними штанишки». Поместить его руки на штанину и, положив свои руки на его, помогите стянуть штанину со второй ноги и дать штаны вам. Затем скажать: «Молодец. Ты снял штаны». |
| Пьем самостоятельно из кружки | - развитие навыка самостоятельного питья из кружки  - закрепление навыка занимать свое место за столом | Когда ребенок хочет пить подводить его к одному и тому же месту. Лучше приучать ребенка пить из кружки сидя. Взрослый отодвигает стул, хлопает по сиденью рукой: «Сядь». Так как такой ребенок не всегда сидит за столом продолжительное время, то сажать его нужно так, чтобы он самостоятельно не мог уйти со своего места. Например, посадить ребенка в уголок у стены или у шкафа, а самим сесть рядом, и предложить кружку с напитком со своих рук. |
| Приучение к горшку | - развитие навыка опрятности  - развитие навыка гигиены | Полностью отказаться от подгузников. Приурочить поход в туалет к определенным моментам: - сразу после того, как ребенок встал после сна, - после завтрака, - перед выходом на прогулку и т.д. |
| Умывание лица. Совместно-самостоятельное умывание | - развитие навыка самостоятельного умывания  - приучение к самостоятельности | Взяв своей рукой руку ребенка, проделать с ним вместе следующие шаги:  1. Потереть одну щеку. Инструкция: «Умой щеку».  2. Потереть подбородок. Инструкция: «Умой подбородок».  3. Потереть другую щеку. Инструкция: «Умой щеку».  4. Потереть верхнюю губу и рот. Инструкция: «Умой рот».  5. Потереть нос. Инструкция: «Умой нос».  Затем убрать свои руки и сказать: «Умой лоб» Указать на его лоб своим пальцем. Если нужно, направить его руку. |
| Ноябрь | Совместно-самостоятельное мытье рук | - развития навыка самостоятельного мытья рук | Вместе с ребенком взрослый проводит следующие действия:  1) засучивает рукава;  2) открывает кран;  3) мочит и мылит руки;  4) споласкивают руки;  5) закрывает кран.  Далее ребенок самостоятельно должен вытереть руки полотенцем |
| Едим ложкой сами | - развитие умения самостоятельно держать ложку  - приучение к самостоятельности | Для того, чтобы обучение было эффективным, ребенок должен быть голодный. Доступ к еде вне стола надо прекратить.  Так как ребенок может брать и бросать любые предметы, взрослый вкладывает ложку в руку ребенка и удерживает 5-10 секунд. Добиваемся удержания ложки как можно дольше. Можно использовать то, что ребенок любит.  Взрослый должен находиться сзади или сбоку от ребенка. |
| Пьем без помощи взрослых | - развитие умения держать кружку с водой или напитком самостоятельно двумя руками | Вложить в руки ребенка кружку. Держать он ее должен обеими ручками. Добиваться удержания кружки как можно дольше. Взрослый должен находиться сзади или сбоку от ребенка. |
| Декабрь | Раздеваемся самостоятельно | - развитие навыка раздевания  - развитие умения снимать штаны самостоятельно | Когда ребенок стоит, нужно спустить его штаны до лодыжек, а затем попросить его сесть.  Сказать: «Сними штанишки».Поместить его руки на штанину и помочь стянуть ее с одной ноги. Побудить его снять штаны со второй ноги и дать их взрослому. Сказать: «Молодец. Ты снял штаны». |
| Приучаемся к горшку | - развитие навыка опрятности  - развитие навыка гигиены  - приучение к самостоятельности | Зафиксировать, как часто ребенок ходит в туалет; составить график высаживания на унитаз или горшок. Проследить за ребенком, чтобы определить жесты, мимику или другие особенности поведения перед тем, как он «собирается» сходить в туалет. |
| Совместно-самостоятельное умывание | - развитие навыка гигиены  - развития умения умываться самостоятельно | Во время умывания, необходимо стать позади ребенка и вместе с ним выполнять следующие шаги.  1. Потереть одну щеку. Инструкция: «Умой щеку».  2. Потереть подбородок. Инструкция: «Умой подбородок».  3. Потереть другую щеку. Инструкция: «Умой щеку».  4. Потереть верхнюю губу и рот. Инструкция: «Умой рот».  После этого убрать свою руку и сказать: «Умой нос» — и показать на его нос своим пальцем. При необходимости направить его руку. Когда он вымоет нос, указать на его лоб и сказать: «Умой лоб». По окончании обязательно ребенка похвалить. |
| Совместно-самостоятельное мытье рук | - развитие навыка гигиены  - развитие умения мыть руки самостоятельно  - приучение к самостоятельности | Вместе с ребенком взрослый проводит следующие действия:  1) засучивает рукава;  2) открывает кран;  3) мочит и мылит руки;  4) споласкивают руки.  Далее ребенок самостоятельно должен закрыть кран и вытереть руки полотенцем |
| Январь | Учимся кушать сами | - развитие умения зачерпывать ложкой жидкую пищу из тарелки  - развитие навыка самостоятельного приема пищи | В емкость с водой поместить небольшие объемные предметы. На занятиях можно использовать пенопластовые или поролоновые мячики, грецкие орехи. Взрослый вкладывает ложку в руку ребенка, удерживает руку ребенка в своей, вылавливает мячики и переносит их в пустую емкость. |
| Пьем из кружки сами | - развитие навыка самостоятельно питья из кружки | Кружку, которую ребенок держит двумя ручками, подносить ко рту при помощи взрослого. Стимулировать ребенка сделать несколько глотков. |
| Снимаем штанишки сами | - развитие навыка раздевания  - развитие умения снимать штаны самостоятельно  - приучение к самостоятельности | Когда ребенок стоит, следует спустить его штаны до колен и поместить его руки с двух сторон на пояс штанишек большими пальцами внутрь. Сказать: «Сними штанишки», затем положить свои руки на его и помочь спустить штаны до лодыжек. Побудить его сесть. Теперь он сам сможет снять штанишки и дать их взрослому. Сказать: «Молодец. Ты снял штанишки». |
| Приучение к горшку | - развитие навыка опрятности  - развитие навыка гигиены  - приучение сидеть на горшке | Продолжать высаживать ребенка на горшок. Важно, чтобы время, которое ребенок просидит на горшке, было чуть меньше времени, которое ребенок может выдержать на одном месте.  Не менее важно, чтобы ребенок встал с горшка не по собственной инициативе, а его поднял взрослый.  В этом случае можно придумать систему поощрений. Например, дать в руки шуршащий пакетик, разрешить поиграть с водой в раковине или в ванной. |

Приложение Приложение Д

Таблица 7

Контрольный мониторинг субъектных качеств дошкольника с РАС в ходе реализации программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Проявления развития навыков самообслуживания | Метод диагностики | Уровень  (сформированный, чвстично сформированный, на стадии формирования) |
| Иван  6,5 лет | 1. Самостоятельно моет руки | Наблюдение | ч/с |
| 2. Пользуется полотенцем | Наблюдение | ч/с |
| 3. Моет руки, засучив рукава | Наблюдение | н/ф |
| 4. Пользуется столовыми приборами и салфетками | Наблюдение | ч/с |
| 5. Аккуратно есть и сидит за столом | Наблюдение | н/ф |
| 6. Убирает игрушки после игры | Наблюдение | ч/с |
| 7. Складывает одежду | Наблюдение | ч/с |
| 8. Самостоятельно надевает брюки (юбку) | Наблюдение | ч/с |
| 9. Самостоятельно надевает шапку | Наблюдение | ч/с |
| 10. Самостоятельно надевает кофту | Наблюдение | н/ф |
| 11. Снимает,/ надевает носки (колготы) | Наблюдение | ч/с |

Таким образом, программа показала свои положительные результаты. Окончательные результаты можно получить лишь в завершении учебного года.

Лист мониторинга динамики развития навыков самообслуживания ребенка

с расстройством аутистического спектра на год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Участник проекта  ФИО  группа | Проявления субъектных качеств | 1-е полугодие | 2-е полугодие |
| 1. Самостоятельно моет руки |  |  |
| 2. Пользуется полотенцем |  |  |
| 3. Моет руки, засучив рукава |  |  |
| 4. Пользуется столовыми приборами и салфетками |  |  |
| 5. Аккуратно есть и сидит за столом |  |  |
| 6. Убирает игрушки после игры |  |  |
| 7. Складывает одежду |  |  |
| 8. Самостоятельно надевает брюки (юбку) |  |  |
| 9. Самостоятельно надевает шапку |  |  |
| 10. Самостоятельно надевает кофту |  |  |
| 11. Снимает,/ надевает носки (колготы) |  |  |