**Игры и упражнения, как методы формирования навыков самообслуживания у детей с ограниченными возможностями здоровья.**

**Иванова Т.И.**

**Воспитатель ГКУ ЦССВ «Маяк»**

**Г. Москва 2019год**

**Е-mail: Jkana@yandex.ru**

**В настоящее время возрос интерес к проблеме оказания коррекционно-развивающей помощи детям с ограниченными возможностями здоровья.**

**Очень важно приспособить ребенка к жизни, развить познавательные процессы, эмоционально-волевые и личностные качества, заниматься физическим развитием детей с ограниченными возможностями здоровья.**

**Для более полноценного развития ребенок должен обладать определенными умениями и навыками . Наиболее важными для этих детей являются культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.**

**Занятия по формированию навыков самообслуживания должны носить игровой характер, однако они имеют определенные цели и задачи и тем самым отличаются от игр.**

**Для обучения через игру и созданы дидактические игры.**

**Главная их особенность состоит в том, что задание ребенку предлагается в игровой форме. Дети играют, не подозревая, что осваивают какие- то знания, овладевают навыками действий с определенными предметами, учатся культуре общения друг с другом.**

**Дидактические игры дают положительные результаты при соблюдении дидактических принципов:**

1. **Основной принцип- это принцип активности и посильной самостоятельности. Воспитатель выполняет на занятиях только то, что ребенок не может сделать самостоятельно.**
2. **Принцип познавательной активности.**

**Это эмоциональность воспитателя, так как она поддерживает интерес и внимание детей к программному материалу, способствует стабильности их действий.**

1. **Принцип наглядности.**

**Он заключается в том, что на занятиях воспитатель использует наглядные средства (игрушки, картинки, пособия и др.)Это важно, так как на начальных этапах обучения пояснения взрослого должны подкрепляться показом наглядного дидактического материала.**

1. **Принцип поэтапности.**

**Он заключается в том что смена частей занятия обусловлена постепенностью освоения какого- либо умения, навыка. Это дает возможность подвести ребенка к положительному результату.**

1. **Принцип цикличности.**

**Доказано, что наибольшая активность в течение одного занятия проявляется ребенком не при первом предъявлении ему материала (игрушки, картинки и.т.д), а при повторных показах (в третий- четвертый раз).**

**6.Принцип вариантности.**

**Он осуществляется при повторении этого материала на других занятиях. Это учит ребенка переносить усвоенные знания в новую ситуацию и применять их практически.Одно и то же упражнение не следует воспроизводить более 2-3 раз. Каждое повторное занятие полезно обогащать несколько иным содержанием, частично усложняя программный материал.**

**Каждый ребенок индивидуален. Поэтому все, что требуется для обслуживания своего организма, ухода за телом, должно быть личным. Для этого нужно маркировать каждому ребенку предметы пользования ( полотенце, зубная щетка, мыльница, расческа, кроватка, раздевальный шкафчик) одной меткой.**

**Можно использовать яркие картинки (цветок, флажок, елочка, грибок).В первое время пребывания в группе необходимо познакомить детей с его картинками и предметами, объясняя их назначение.**

**Нужно показать ребенку его полотенце, его вешалку, мыльницу, где лежит мыло и.т.д. Но не только от чистоты и привлекательности умывальных принадлежностей зависит его отношение к гигиеническим процедурам.**

**На первоначальном этапе обучения, достаточно, чтобы ребенок знал место хранения предметов личной гигиены, умел находить их и отличать от других и дать ему понять, что пользоваться нужно только своими.**

**А чтобы в жизни стало реальностью , туалетную комнату надо сделать рациональной и удобной для малышей ( туалетная бумага в том месте, где дети сидят на горшках, расчески возле зеркала, полотенца недалеко от умывальных раковин).**

**Для обучения культурно-гигиеническим навыкам и формирования навыков самообслуживания очень важно использовать дидактические игры, которые являются для них наиболее подходящей формой обучения. Дидактические игры не случайно заняли прочное место среди методов обучения и воспитания детей, развития их самостоятельной игровой деятельности. В процессе таких игр дети учатся решать познавательные задачи, вначале под руководством воспитателя, а затем и в самостоятельной игре.**

**Любая дидактическая игра ставит целью обогатить чувственный опыт ребенка, развивать его умственные способности (умение сравнивать, обогащать, классифицировать предметы и явления окружающего мира, высказывать свои суждения, делать умозаключения).**

**Очень важно отобрать те дидактические игры для занятия, которые доступны детям.**

**Дидактическая игра направлена на развитие таких психических процессов, как память, мышление, творческое воображение, развитие культурно-гигиенических навыков.**

**Она вырабатывает усидчивость, дает простор для проявления самостоятельности. Внимание ребенка во время игры обращено на выполнение игровых действий, а задача обучения им не осознается. Это делает игру особой формой обучения, когда дети, играя, усваивают необходимые знания, умения и навыки.**

**Дидактическая игра хороша еще и тем, что малыш сразу видит конечный результат своей деятельности. Достижение результата вызывает чувство радости и желание помочь тому, у кого пока что-то не получается. Игра хороша как для индивидуальной, так и для совместной деятельности детей.**

**Все дидактические игры можно разделить на три основных вида:**

**игры с предметами, настольно-печатные и словесные игры.**

**В играх с куклами у детей формируются культурно-гигиенические навыки и нравственные качества - заботливое отношение к кукле, которое переносится потом на сверстников.**

**Чтобы научить ребенка мыть руки, надо предварительно рассмотреть с ним сюжетные картинки, где изображены: девочка умывается, предметные картинки с изображением мыла, мыльницы, полотенца, зубной щетки и.т.д.**

**Приобщая малыша к здоровому образу жизни, овладению основами гигиенической культуры в процессе умывания, важно использовать игры с водой, мыльными пузырями («Вымой кукле руки», «Мыльные перчатки», «Пузырики»). Необходимо проводить игры с игровыми персонажами. При этом нужно познакомить детей с примерами из произведений «Мойдодыр», «Маша-растеряша», «Федорино-горе». В целях закрепления этих представлений используются игры «Утро наступило», «Маша-замарашка», «Чистота- та же красота», «Вымой кукле руки» и др.**

**При формировании навыков чистки зубов с детьми проводятся игры «Здоровые зубы – здоровью любы», «Поел-прополощи рот», «Помоги Маше почистить зубы».**

**При обучении раздеванию и одеванию после сна и на прогулку нужно целенаправленно направлять детскую самостоятельность в самообслуживании от микропроцесса (снять тапочки, носки, надеть колготки) до целостного процесса.**

**Обучение происходит в естественной обстановке. Например: формировать умение надевать колготки. Сначала дидактические игры с картинками, предполагающие занятия: разложить их в последовательности одевания (картинки, изображающие предметы одежды, соответствующие сезону). Помочь игровому персонажу в выборе предметов одежды для одевания после сна (на прогулку). Это такие игры как «Наша Катя проснулась», «Оденем куклу Катю на зимнюю прогулку», «Подберем куклам одежду», «Найди пару»**

**Регулярно надо проводить игры- упражнения на развитие мелкой моторики рук: упражнения в застегивании, шнуровании, завязывании. Это такие игры как «Волшебный шнурок», «Посади цветочки на лужок». Также используются предметно-схематические модели последовательного одевания на прогулку. Итак, все необходимые умения и навыки дети лучше усваивают в процессе игровой деятельности. В решающие моменты необходимо включать игры и упражнения , направленные на формирование и закрепление культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.**

**Таким образом, в процессе формирования культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей с ТМНР возникают трудности. С помощью специально созданной программы коррекционного воздействия можно добиться положительных результатов.**

**Итак, навыки самообслуживания напрямую влияют на самооценку ребенка , являются важным шагом на пути к его социализации. Самообслуживание детей не сводится только к исполнительной части, оно обязательно включает и психические процессы, отражающие действительность и регулируют деятельность, ее исполнительный этап.**

**Заключение.**

**«Здоровье детей – богатство нации». Этот тезис не утрачивает своей актуальности во все времена. Овладение навыками самообслуживания (умение одеваться и раздеваться, ухаживать за собой , пользоваться туалетом, самостоятельно принимать пищу и.т.д) является важным шагом на пути к социальной адаптации ребенка.**

**У детей с ТМНР из-за особенностей их познавательного и интеллектуального развития культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания формируются с большим трудом. Поэтому очень важно вести целенаправленную коррекционно-развивающую работу в этом направлении.**

**Поскольку ведущим видом деятельности у детей с ОВЗ является предметная и начинает закладываться игровая деятельность, то основными методами формирования навыков самообслуживания должны быть игры и игровые упражнения, которые вызывают интерес у детей и позволяют формировать необходимые навыки.**

**Литература:**

1. **Яковенко Т. «О воспитании культурно-гигиенических навыков». 1979г.**
2. **Паунова С. «Гигиенические навыки с малых лет» 1993г.**
3. **Пикулева Н.В. «Слово на ладошке» (воспитание культуры поведения в игровой форме). 1994год**
4. **А.А. Катаева, Е.А. Стребелева «Дидактические игры в обучении дошкольников с отклонениями в развитии» 2001г.**

**5.Кинаш Е.А. «Игры и упражнения по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у глубоко умственно-отсталых детей» 2002г.**

**6.Стребелева Е.А. «Коррекционно-развивающее обучение детей в процессе дидактических игр». 2008год**