

Государственное бюджетное специализированное учреждение социального обслуживания  
«Областной реабилитационный центр для детей-инвалидов «Надежда»

Ресурсный центр по развитию эффективных практик комплексной  
психолого-педагогической и медико-социальной помощи детям с расстройствами  
аутистического спектра «Обретаю окружающий мир»



Библиотека ранней помощи

## Программа формирования навыка самообслуживания «Надевает блузку, рубашку или пальто, спереди застегивающиеся на пуговицы»

**ГБСУ СО ОРЦДИ «Надежда»**

**Адрес:** Волгоградская область, г. Волжский, ул. Пионерская, 26

**Тел.:** (8443) 25-07-31

**E-mail:** Nadezhda@volganet.ru

**Сайт:** [https://vk.com/gbsu\\_nadezhda](https://vk.com/gbsu_nadezhda)

**Ресурсный центр по внедрению эффективных практик работы с детьми с РАС  
«Обретаю окружающий мир»**

**Адрес:** Волгоградская область, г. Волжский, ул. Александрова, 29

**Тел.:** (8443) 29-78-94

**E-mail:** centrnadezda2015@mail.ru

**Сайт:** [https://vk.com/gbsu\\_nadezhda](https://vk.com/gbsu_nadezhda)



## Программа формирования навыка самообслуживания

### «Надевает блузку, рубашку или пальто, спереди застегивающиеся на пуговицы»

#### Оборудование сцены

Начните с блузы или рубашки с короткими рукавами, так как с ними легче справиться. На первых порах старайтесь избегать облегающих блузок. Помогая ребенку, стойте позади него.

Сначала попробуйте проделать все действия, предусмотренные программой, сами и попросите сделать это других членов семьи. Дело в том, что предложенный способ отличается от того, каким надевает блузку или рубашку большинство людей. Положите блузку или рубашку на кровать и пройдите каждый шаг.

Если сначала вы попытаетесь все сделать сами, то программа, которая представляется, на первый взгляд, сложной, в действительности, окажется довольно простой.

Выложите блузку (для девочки) на кровать передом вверх (ближе всего к вам должен быть ее ворот). Раскройте обе половинки переда и разложите их на кровати.

Держите наготове ваши награды.

Когда вы только знакомите ребенка с этой программой, вам следует в течение четырех-пяти уроков (или до тех пор, пока вы не почувствуете, что этот метод удобен вам обоим) самой надевать на него блузку, проделывая все шаги в том порядке, в каком они представлены ниже. Не забывайте хвалить и вознаграждать ребенка за его сотрудничество с вами. После этого переходите к пошаговому обучению так, как это предусмотрено программой.

#### Программа

1) Побудите ребенка встать лицом к воротничку блузы, лежащей на кровати, так, как показано на рисунке. Помогая ей наклониться к блузе, скажите: «Продень руки в рукава!» Помогите ребенку просунуть обе руки в рукава до конца. Затем побудите его выпрямиться.

2) Теперь руки ребенка оказались на спинке блузы. Поместите его руки так, чтобы они ухватились за низ блузы (который теперь наверху!).

3) Положив свои руки на руки ребенка, помогите ему поднять руки вверх и завести их за голову. Скажите: «Опусти блузку за голову!»

4) Выпустите блузку из своих и его рук и помогите ему опустить руки «по швам». Блуза опустится, куда надо.

5) Помогите ребенку достать руками спинку блузы, ухватиться за блузку и скажите: «Одерни сзади!»

6) Поместите руки ребенка на края полочек блузы и помогите ему подтянуть их друг к другу. Скажите: «Умница! Ты надела блузку!» - и вручите награду. Затем сами застегните пуговицы.

Работайте над каждым из перечисленных ниже шагов, помогая ребенку все меньше и меньше, до тех пор, пока он не сумеет успешно справиться с ним без вашей физической помощи во время четырех или пяти уроков. После этого переходите к следующему шагу. Держите наготове награду.

Сначала вы проходите весь путь с первого по пятый шаг, направляя руки ребенка своими руками. Затем убираете свои руки и, если надо, помогаете ему сделать шаг 6 (подтянуть полочки друг к другу). Затем говорите: «Умница! Ты надела блузку!» — и вручаете награду.

Уберите свои руки после шага 4. Скажите: «Одерни сзади!» — и помогите, если надо, выполнить шаг 5 (одернуть блузку сзади). Когда ребенок закончит всю операцию, подтянув друг к другу полочки, похвалите его и вознаградите.

Продолжайте в том же духе, убирая свои руки каждый раз на шаг раньше того шага, который он освоил. Делайте это до тех пор, пока он не научится надевать блузку без вашей помощи при условии, что предварительно вы должным образом выкладываете ее на кровати.

Помогите, если надо, ребенку расположить блузку на кровати. Похвалите и вознаградите его.

Если ваш ребенок уже отчасти научился надевать блузку другим способом, возможно, вы захотите продолжать учить его так, как начали. Подумайте, из каких шагов может состоять этот процесс, и запишите их.

