

Игры, направленные на развитие навыков самообслуживания у детей с ОВЗ

Возраст развития 3-4 года

1. Игра «Жил-был послушный мальчик...»

Учебная цель: умение ориентироваться на партнера.

Задание: «Жил-был послушный мальчик...» - с этими словами называются имена всех детей. И говорится, что они очень любили играть в мяч, в машинки и т.д., но больше всего любили собирать пирамидку! Все дети вместе собирают и разбирают большую пирамидку. Игра повторяется с предложением разных игр.

Материал: большая пирамидка.

2. «Понимание слов дай, возьми, еще (кусочки пищи)»

Учебная цель: усвоение понимания слов дай, возьми, еще и расширение социальных способностей.

Задание: самостоятельно реагировать на просьбу взрослого, требовать больше (еще).

Материал: продукты питания или какие-нибудь предметы, имея дела с которыми ребенок хотел бы иметь больше.

3. «Есть ложкой»

Учебная цель: самостоятельно есть.

Задание: есть самостоятельно ложкой, не разливая при этом.

Материал: ложка, тарелка, любимое блюдо ребенка.

4. «Пить из чашки (небольшая чашка)»

Учебная цель: самостоятельность при приеме пищи.

Задание: взять чашку обеими руками и пить, не проливая.

Материал: прочная чашка.

5. «Отличать съедобное от несъедобного (кубик, булка, конфета, бусинка)»

Учебная цель: самостоятельность за столом.

Задание: отличать без помощи съедобное от несъедобного.

Материал: некоторые продукты питания и несъедобные предметы (конфеты, кубики, бусинки, камешки и т.п.)

6. «Снимать колготки»

Учебная цель: научиться снимать колготки; развитие «моторного» процесса.

Задание: снимать колготки (носки) самостоятельно по подражанию или с помощью взрослого: уметь стянуть одну часть колготок с пальцев, другую – с пятки, а затем все колготки.

Материал: колготки (носки).

7. «Снимать пальто»

Учебная цель: научиться снимать пальто.

Задание: одеть на ребенка пальто, затем попросить его снять; если ребенок не выполняет задание, то необходимо помогать ему до тех пор, пока он не сможет самостоятельно освоить последнее звено в цепи действий (без расстегивания).

Материал: детское пальто (с достаточным количеством свободного пространства, чтобы ребенку не было тяжело при его надевании или снятии), куртка, рубашка.

8. «Одеваемся – раздеваемся»

Учебная цель: самостоятельность в умении раздеваться (одеваться).

Задание: самостоятельно одеть куртку (не застегивая ее на пуговицы или молнию), брюки.

Материал: брюки, широкая куртка, кофта или пиджак.

Данное упражнение можно разделить на несколько этапов: сначала учимся одевать куртку, затем брюки.

9. «Пользование туалетом»

Учебная цель: улучшение личной гигиены.

Задание: самостоятельно осуществлять туалет.

Материал: детский горшок (унитаз).

10. «Вытирать руки»

Учебная цель: координация действий правой и левой руки; понимание происходящего действия; участие в бытовых ситуациях.

Задание: ребенок должен вытереть своей доминирующей рукой недоминирующую руку; ребенок должен крепко держать полотенце. Помогать ребенку сначала действиями своих рук, позднее – только словами и постепенно уменьшайте свою помощь. Последовательность действий должна быть одна и та же; хвалить ребенка за каждое успешное действие.

Материал: полотенце.

11. «Самостоятельно умываться»

Учебная цель: самостоятельное умывание.

Задание: намылить руки мылом и смыть мыльную пену водой.

Материал: мыло.

Возраст развития 5-6 лет

1. «Чистить зубы»

Учебная цель: соблюдение личной гигиены.

Задание: самостоятельно чистить зубы.

Материал: мягкая зубная щетка, паста.

2. «Мыть руки»

Учебная цель: совершенствование правильного разворачивания действий (серийные действия).

Задание: выработка серийных действий: открыть кран – взять мыло – намылить руки – смыть мыло водой – отжать воду с рук – закрыть кран – вытереть руки полотенцем.

Материал: умывальник со смесителем, мыло, полотенце.

3. «Умывать лицо»

Учебная цель: преодоление у детей нежелания умывать лицо; выработка самостоятельности при уходе за телом.

Задание: взять махровую рукавичку для мытья, намочить ее и намылить.

Попросить ребенка закрыть глаза . умыть вместе с ним его лицо в определенной последовательности: лоб-глаза-нос-щеки-рот. Делать определенными движениями: из стороны в сторону.

Материал: раковина, губка для мытья (махровая рукавичка), мыло, зеркало.

4. «Наливать»

Учебная цель: самостоятельность за столом, улучшение тонкомоторного контроля.

Задание: наливать жидкость без помощи с кувшина в меньшую емкость, не проливая при этом много.

Материал: маленький кувшин из искусственного материала, прозрачные бокалы из такого же материала, пустые банки из-под напитков, пищевой краситель.

5. «Снимать штаны»

Учебная цель: самостоятельно и быстро снять штаны.

Задание: показать штаны и попросить «Сними штаны». Проводить упражнение одними и теми же действиями и уменьшать постепенно помощь.

Материал: трусы, короткие и длинные брюки.

6. «Надевать пальто»

Учебная цель: одевание одежды и развитие координации движений.

Задание: тренировать цепочку действий: обеими руками взять пальто за воротник – набросить пальто на плечи – просунуть руки в рукава. Используется первичная помощь взрослого.

Материал: длинное пальто, длинная куртка.

7. «Застегивать пуговицы (большие)»

Учебная цель: улучшение координации движений глаз – рука и освоение «пинцетного» захвата.

Задание: показать ребенку материал и предложить нащупать дырку для пуговиц.

Продемонстрировать, как пуговица проходит сквозь дырку, постоянно привлекайте и поддерживайте внимание ребенка к тому, что происходит.

Материал: большие пуговицы, материал с дырками для этих пуговиц.

8. «Самостоятельно есть»

Учебная цель: совершенствование полученных ранее навыков еды.

Задание: тренировать способность самостоятельно есть. Добиваться аккуратности во время еды.

Материал: тарелка с пищей, ложка.

9. «Надевать носки и обувь»

Учебная цель: выработка самостоятельности при одевании, особенно шнуровку при надевании обуви.

Задание: одеть ребенку один носок, но только до щиколотки и затем сказать ему: «Надень носок!». На втором этапе натянуть носки только на пальцы. На третьем этапе ребенок должен учиться попадать пальцами ноги в носок, при поддержке со стороны.

Учить последовательно одевать обувь: вставлять стопы в обувь – большими пальцами обеих рук держать открытыми края обуви – одеть обувь и затянуть шнурки.

Материал: колготки, носки, гольфы (на один-два размера больше), обувь.

10. «Помогать другим»

Учебная цель: понять, что хочет сделать другой человек.

Задание: бросить в мусорное ведро клочок бумаги по просьбе другого человека.

Материал: салфетки, мусорная корзина.

11. «Вытереть влажной тряпкой стол»

Учебная цель: вести себя осмотрительно и внимательно, придерживаться правил.

Задание: после каждого занятия вытирать стол влажной тряпкой.

Материал: поднос, губка, бумажная салфетка.

12. «Накрывать стол: поставить приборы»

Учебная цель: ознакомление с ведением дел по домашнему хозяйству, научиться быть полезным по дому.

Задание: правильно разложить приборы на столе.

Материал: столовый прибор, тарелки.

13. «Помогать при уборке игрушек»

Учебная цель: научиться понимать правило, согласно которому все определенные вещи хранятся в определенных местах (в ящике, на полке, в ведре) и что эти вещи можно найти в этих местах; развитие понятия собственности, аккуратности.

Задание: представить уборку помещения после игры как игру, совершая ее, например, в следующей последовательности: уложить вещи в ящик (одну – ты, другую – я); поставить автомобили на полку; собрать кубики в коробку; отвести на тележке все вещи на место.

Материал: игрушки.

14. «Избегать источников опасности»

Учебная цель: научиться воспринимать и избегать источники опасности, которые встречаются дома или вне его.

Задание: отработка понимания запретов типа: «Нельзя!», «Стой!» в опасных ситуациях. Использовать запреты: нож острый, ток очень опасен, автомобили едут очень быстро, обвариться кипятком, спички -не игрушка... Наставления должны сообщаться одними и теми же словами и соблюдаться неукоснительно.

Материал: опасные вещи из окружающего мира.

15. «Играть с куклой»

Учебная цель: стимулирование социальной способности взаимодействия и развития игры с предметами.

Задание: выполнить 3-4 последовательных действия с куклой.

Материал: кукла, щетка для волос, мочалка, расческа.

Возраст развития 6-7 лет

1. «На» и «Под»

Учебная цель: понимание и использование обозначений места.

Задание: использовать слова или знаки рукой «на» и «под», чтобы показать положение предмета.

Материал: 3 чашки, сладости и т.п.

2. «Найди картинку»

Учебная цель: обучение умению ориентироваться на партнера; обращать внимание на слова другого человека.

Задание: у ребенка набор картинок на столе. Показывается демонстрационная карточка, вместе со взрослым называется картинка, а потом ребенок ищет нужную вслед за ведущим.

Материал: набор карточек с изображением знакомых ребенку предметов.

3. «Отвечать а вопросы: «или...или»

Учебная цель: развитие выразительных возможностей языка, самостоятельно делать выбор.

Задание: выбрать из двух данных конкретных альтернатив и выразить выбор словами (жестами).

Материал: вещи домашнего обихода, обозначение которых знакомо ребенку и с которыми он любит играть.

4. «Есть с помощью вилки»

Учебная цель: дифференциация умений, которые освоены во время еды ложкой.

Задача: побудить ребенка к использованию вилки во время еды. Положите свою руку на его и пройдите с ним весь процесс приема пищи от начала и до конца.

Похвалите ребенка сразу же за первую успешную попытку.

Материал: еда, которая легко накалывается на вилку, вилка и тарелка.

5. «Раздеваться полностью»

Учебная цель: умение использовать во взаимосвязи все освоенные ребенком части различных навыков.

Задание: попросить ребенка полностью раздеться. Если он снял не все предметы одежды или не может раздеться, то предложите ему снимать одну часть одежды за другой.

Материал: одежда ребенка.

6. «Различать понятия «впереди» и «сзади»

Учебная цель: освоение понятий «впереди» и «сзади»; развитие самостоятельность в процессе одевания.

Задание: упражнять ребенка всякий раз, когда он должен одеваться, пока он не научится правильно определять разницу в понятиях «впереди», «сзади».

Обратную сторону одежды помечают цветными нитками, которые ребенок легко

найдет.

Материал: детская одежда.

7. «Застегивать пуговицы средней величины»

Учебная цель: совершенствование моторных навыков застегивания на пуговицы; понятие смысла застегивания одежды на пуговицы.

Задание: упражнять в застегивании одежды на пуговицы. Ребенок держит пуговицу между указательным и большим пальцами.левой рукой он держит материал рядом с петлей для пуговицы и растягивает ее. Помогайте ему при этом, но старайтесь добиваться самостоятельности.

Материал: пуговицы средней величины и материал с петлями пуговиц также средней величины.

8. «Пользоваться туалетом»

Учебная цель: развитие навыков: спускать штаны – пользоваться унитазом – мыть руки.

Задание: тренировать с ребенком следующую цепочку действий: идти в туалет – спускать штаны – садиться на унитаз с детским сиденьем – сделать требуемое – вытереться туалетной бумагой – надеть штаны – смыть водой – помыть руки.

Материал: туалетная комната.

9. «Самостоятельно одеваться»

Учебная цель: подготовка к сложному действию в одевании, такому, как завязывание шнурков.

Задание: побуждать ребенка к самостоятельному одеванию и завязыванию шнурков. Очень важно заставить ребенка сделать самому последний шаг в короткой цепочке: узел – делать петлю – делать вторую петлю – связывать – стягивать завязанные петли. Хвалите ребенка каждый раз, как только он полностью выполнил задание.

Материал: одежда ребенка, включая обувь и носки.

10. «Выполнять работу по дому (группе)»

Учебная цель: самостоятельно выполнять работу по дому (группе).

Задание: выполнять полезные действия по хозяйству без помощи и контроля.

Материал: салфетки, столовый прибор, коробка для столовых приборов.

11. «Что мне нужно?»

Учебная цель: улучшение социального взаимодействия и понимания функций предметов.

Задание: понять потребности другого человека и подать ему предмет, в котором то нуждается.

Материал: бумажная салфетка, куртка, расческа.

12. «Я играю со своими вещами»

Учебная цель: различать «мое» и «твое».

Задание: учитывать собственность всех членов семьи (или ближайшего окружения) и пользоваться ими только с разрешения.

Материал: предмет, который точно принадлежит определенному человеку, коробка из под обуви, фотографии членов семьи.

13. «Убирать игрушки»

Учебная цель: умение соблюдать определенные правила.

Задание: попросить ребенка убрать игрушки после игры. Если он не выполняет просьбу, проведите социально подражательное обучение. Убирайте вместе с ним игрушки, устройте игру-соревнование, пойте при этом и сделайте уборку веселой.

Материал: игрушки, используемые в игре.

14. «Выполнять поручения»

Учебная цель: запоминание поручения и его дальнейшее выполнение; развитие ощущения надежности и безопасности окружающего мира.

Задание: давайте ребенку простейшие задания, которые он должен выполнить, например: отнести кому-либо какой-либо предмет, сходить с соседям с какой-либо просьбой и т.д. если ребенок не может выполнить задание, то по началу сопровождайте его, похвалите кК большого мальчика или хорошую девочку.

Материал: мелкие предметы общего (домашнего) обихода.