

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 «Ест ложкой»



**ГБСУ СО ОРЦДИ «Надежда»**

Волгоградская область, г. Волжский, ул. Пионерская, 26

Тел./факс (8443) 25-07-31

E-mail: [centrnadegda2015@mail.ru](mailto:centrnadegda2015@mail.ru)

Сайт: <http://nadezhdavlz.ucoz.ru/> и <https://442fz.volganet.ru/025024/>

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

Волгоградская область, г. Волжский, ул. Александрова, 29

Тел.: (8443) 29-78-94

E-mail: [centrnadegda2015@mail.ru](mailto:centrnadegda2015@mail.ru)

Сайт: <http://nadezhdavlz.ucoz.ru/> и <https://442fz.volganet.ru/025024/>

Волжский, 2018

## Программа формирования навыка самообслуживания «Ест ложкой»

### Оборудование сцены

Возьмите для работы пластмассовую мисочку. Для того чтобы она не скользила по столу, под нее можно подложить влажное бумажное полотенце. Бывают также миски с «присасывающимся» доньшком.

На завтрак, обед и ужин подавайте ребенку блюда, которые легко есть ложкой. Это может быть размятый картофель или овощи, мелкие кусочки хлеба, каша, тушеное мясо, яблочное пюре.

Усадите ребенка за стол на стул такой высоты, которая обеспечивала бы ему во время еды надлежащий комфорт. Высоту обычного стула можно увеличить, например, с помощью толстых телефонных справочников.

### Программа. Часть 1

Встаньте за спиной ребенка, поместите ложку в его руку, а другую его руку положите сбоку от миски. На протяжении всего времени приема пищи держите его руки своими.

1) Наполните ложку зачерпывающим движением справа налево (если ваш малыш левша, зачерпывайте пищу слева направо).

2) Поднесите ложку к его рту и дайте ему съесть ее содержимое. Скажите: «Хорошо! Ты ешь ложкой!».

3) Опустите ложку в миску и дайте ребенку время проглотить пищу.

4) После того как он съест четыре или пять ложек, положите ложку на стол и сделайте небольшой перерыв.

5) Повторяйте все пункты этой части программы, пока ребенок не кончит есть, а затем - во время четырех или пяти последующих приемов пищи или до тех пор, пока вы не почувствуете, что малышу на этом этапе удобна ваша физическая помощь. Когда он усвоит всю последовательность действий во время еды ложкой, переходите ко второй части программы и осваивайте ее шаг за шагом.

Заметим, что по мере прохождения второй части программы ребенок усваивает три навыка: 1) подносит ложку ко рту; 2) возвращает ложку в миску; 3) зачерпывает пищу. И при обучении каждому из них используется принцип инверсии.

### Программа. Часть 2

Когда ваш ребенок усвоит один шаг и сумеет успешно воспользоваться своим новым умением во время четырех или пяти приемов пищи подряд, значит, пришло время переходить к следующему шагу.

1) Положив свою руку на руку ребенка, доведите ложку до его рта. Отпустите его руку. Позвольте ему съесть содержимое ложки и вынуть ложку из рта. Снова положите свою руку на его и возвратите ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!».

2) Отпустите его руку в тот момент, когда ложка будет почти у рта. Позвольте ему поместить ложку в рот, съесть то, что в ней было, и, вынув ложку из рта, немного опустить ее. Затем снова положите свою руку на его и возвратите ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!».

3) Уберите свою руку в тот момент, когда ложка будет примерно на середине пути ко рту. Пусть ребенок сам донесет ее до рта, съест содержимое и пронесет полпути назад, к миске. Затем снова положите свою руку на его и помогите, возвратив ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!».

4) Отпустите его руку, как только сможете ему набрать пищу в ложку. Дайте ему самому донести ложку до рта, съесть ее содержимое и возвратив ложку в миску. Снова положите свою руку на его и вместе с ним наберите пищу в ложку. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!».

Теперь ваш ребенок усвоил все действия, кроме одного, необходимого, чтобы зачерпнуть ложкой еду. Этот шаг самый трудный. Когда вы сочтете нужным меньше помогать ему на этом этапе, вам нужно будет не убирать свою руку, а продолжать держать руку ребенка, но все менее крепко, до тех пор, пока он не научится зачерпывать еду сам с почти незаметной вашей помощью. После этого направляйте уже не его кисть, а сначала запястье, потом локоть, и то лишь при необходимости. В конце концов, совсем отпустите его руку, и он будет все делать сам!

