Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области

«Екатеринбургская школа № 3, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

620049 г. Екатеринбург, ул. Софьи Ковалевской, 10, тел./факс (343) 374-35-03 / 374-66-89, Е-mail: ekbschool3@mail.ru

**Рекомендации для родителей**

**по организации досуга детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития в домашних условиях**

***СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ НАВЫКИ***

*Наибольшее внимание следует уделить формированию и закреплению в домашних условиях навыков самообслуживания и социально-бытовых действий. Если ребёнок уже умеет выполнять простые действия, можно перейти к формированию более сложных хозяйственно-бытовых действий. Пусть на этот период ребёнок станет Вашим помощником по дому! Для лучшего усвоения ребёнком последовательности действий целесообразно использовать картинные планы последовательности действий.*

1. ***Гигиена тела***
2. *Последовательность действий при мытье и вытирании рук (закатывание рукавов, открывание крана, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук);*



1. *Последовательность действий при умывании лица (открывание крана, набирание воды в руки, смачивание лица водой, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица);*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| E:\Материалы к урокам\картинный план\1464674_667035106650774_21354169.jpg**ОТКРОЙ КРАН** | E:\Материалы к урокам\картинный план\1464674_667035106650774_.jpg**НАБЕРИ ВОДЫ**  | E:\Материалы к урокам\картинный план\1464674_667035106650774_213541.jpg**ПРОТРИ ЛИЦО** |
| E:\Материалы к урокам\картинный план\1464674_667035106650774_213.jpg**ЗАКРОЙ КРАН** | E:\Материалы к урокам\картинный план\1464674_667035106650774_2135416978.jpg**ВЫТРИ ЛИЦО** |  |

1. *Последовательность действий при мытье рук (открывание крана, выдавливание мыла, намыливание рук, смывание мыла, закрывание крана, вытирание рук полотенцем).*

|  |  |
| --- | --- |
| **1.**  | **2.**  |
| **3.** | **4**.  |
| **5.**  | **6.**  |

1. *Последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, убирание зубной щетки на место.*



1. *Чистка зубов.*



1. *Расчесывание волос.*



1. ***Туалет***
2. *Последовательность действий в туалете: поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.*



 **



1. ***Раздевание:***
2. *Расстёгивание одежды: молнии, пуговицы, липучки, кнопки, ремень;*
3. *Снятие предмета одежды (например, футболки (майки): расположение рук -перед собой крест-накрест, захват низа предмета одежды, поднятие вверх предмета одежды, стягивание через горловину предмета одежды;*

|  |  |
| --- | --- |
| E:\Материалы к урокам\картинный план\images (3).jpg**СЛОЖИ РУКИ****КРЕСТ - НАКРЕСТ** | E:\Материалы к урокам\картинный план\RkE6z8UkymlxubktcTMexQ.png**ПОДНИМАЙ ВВЕРХ****РУКИ И СТЯГИВАЙ ОДЕЖДУ** |

1. *Снятие предмета одежды (например футболки с длинным рукавом (платья): расположение рук перед собой крест-накрест, захват низа предмета одежды, поднятие вверх предмета одежды, стягивание через горловину предмета одежды, стягивание одного рукава, стягивание второго рукава.*
2. ***Одевание:***
3. *Ориентация в одежде: различение передней /задней части предмета одежды. различение лицевой / изнаночной сторон предмета одежды.*
4. *Застегивание одежды: липучки, пуговицы, молнии, ремень, кнопки.*
5. *Выворачивание одежды.*
6. *Надевание предмета одежды (например, брюк (шорт): захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк).*