

ДАУНСАЙД АП
ЦЕНТР СОПРОВОЖДЕНИЯ СЕМЬИ

П. Л. Жиянова

«Я ВСЕ СМОГУ!»

ТАБЛИЦЫ НАВЫКОВ И КОМПЕТЕНЦИЙ
МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ И РОДИТЕЛЕЙ

Второе издание

Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»
Москва, 2019

УДК 376
ББК 74.3
Ж764

Благотворительный фонд «Даунсайд Ап» выражает глубокую признательность компании Boeing за финансовую поддержку данной публикации.

Жиянова П. Л.

Ж764 «Я все смогу!». Таблицы навыков и компетенций. Методическое пособие для специалистов и родителей. 2-е изд. – М. : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2019. – 104 с. : ил.

ISBN 978-5-904828-49-3

Методическое пособие дает представление о том, что такое компетентностный подход к развитию ребенка и содержит краткие рекомендации по формированию необходимых ему навыков и компетенций. Представленные в пособии краткие методические рекомендации и таблицы навыков и компетенций могут быть полезны как специалистам, так и родителям.

УДК 376
ББК 74.3

ISBN 978-5-904828-49-3

© Жиянова П. Л., 2019
© Благотворительный фонд
«Даунсайд Ап», 2019

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Перед вами – методическое пособие, которое содержит рекомендации по развитию ребенка в естественной среде, то есть в повседневной жизни.

Мы предлагаем использовать новый, а точнее «хорошо забытый старый» подход: на протяжении всей истории человечества ребенок познавал окружающий мир и усваивал необходимые навыки, участвуя вместе с близкими людьми в совместной повседневной деятельности. Очень важно, что он при этом учился не только конкретным навыкам, но и умению общаться, договариваться, придерживаться правил и границ.

За последние десятилетия культура совместной деятельности ребенка и взрослых утрачивается. Сначала на смену ей пришли развивающие занятия, на которых использовались развивающие игрушки, а затем их потеснили развивающие виртуальные программы. Хорошо это или плохо – сказать сложно, но совершенно очевидно, что для успешной социализации ребенка этого недостаточно.

Покупая игрушки, пособия, составляя развивающие программы, мы не всегда задумываемся над тем, чему и для чего мы учим детей? Какой цели мы хотим достичь? Научить ребенка отдельным навыкам? Или все-таки думаем о том, как сделать так, чтобы наши дети были успешными и на детской игровой площадке, и в гостях, и в детском саду, и в школе?

Как развить у ребенка наблюдательность, ловкость, умение выполнять сложную последовательность действий, внимание, память, мышление, речь, общение и сотрудничество с детьми и взрослыми, не усаживая его за стол для выполнения бесконечных заданий?

Вот здесь и приходит на помощь компетентностный подход, использование которого подходит всем детям, независимо от возраста и уровня развития.

Суть нового подхода к обучению детей состоит в том, что в повседневной жизни в процессе игры и ухода у ребенка формируются навыки самостоятельной еды, наведения порядка, одевания, игры, общения и так далее. Принимая участие в совместной со взрослым деятельности, ребенок учится ориентироваться в пространстве, планировать свои действия, достигать желаемой цели, понимать происходящее и предвосхищать результат, а кроме того, у него, конечно, развиваются и коммуникативные и речевые навыки, необходимые для успешного взаимодействия с другими людьми. Все это составляет основу для развития восприятия, внимания, памяти, мышления и речи. Организуя и поддерживая развитие ребенка в естественной среде, мы постепенно готовим его к вхождению в мир сверстников и взрослых. Начинать формирование повседневных навыков необходимо с раннего детства!

Использование методики, которая предлагается вашему вниманию, будет способствовать успешному формированию бытовых, игровых и учебных навыков, которые со временем объединяются в жизненно важные компетенции. Внимательно ознакомившись с тем, как формируется одна-две компетенции, можно понять алгоритм этого процесса и использовать его в дальнейшем для формирования следующих умений, навыков и компетенций.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.	4	– «ПОЛЬЗОВАНИЕ ТУАЛЕТОМ»	59
1. НОВЫЕ ПОДХОДЫ К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА. РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА В ЕСТЕСТВЕННОЙ СРЕДЕ И СОЦИАЛИЗАЦИЯ	4	– «УМЕНИЕ ОДЕВАТЬСЯ И РАЗДЕВАТЬСЯ».	61
2. ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ. КАК РОДИТЕЛИ И СПЕЦИАЛИСТЫ МОГУТ НАУЧИТЬСЯ ФОРМИРОВАТЬ НАВЫКИ У РЕБЕНКА	5	– «УЧАСТИЕ В ИГРЕ».	63
3. РАЗВИТИЕ ОБЩЕНИЯ И РЕЧИ В ЕСТЕСТВЕННОЙ СРЕДЕ	9	– «УЧАСТИЕ В ОРГАНИЗОВАННОМ ЗАНЯТИИ»	66
4. ЧТО ТАКОЕ КОМПЕТЕНЦИИ. КАК ОБЪЕДИНИТЬ НАВЫКИ В КОМПЕТЕНЦИЮ.	10	– «УМЕНИЕ НАВОДИТЬ ПОРЯДОК – УБИРАТЬ ИГРУШКИ, НАВОДИТЬ ПОРЯДОК ПОСЛЕ ЗАНЯТИЯ, СКЛАДЫВАТЬ ОДЕЖДУ»	69
5. КАК СОСТАВИТЬ ПРОГРАММУ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА И РЕАЛИЗОВАТЬ ЕЕ.	12	– «УЧАСТИЕ В ПРОГУЛКЕ»	71
6. НАВЫКИ ПЕРВЫХ ЛЕТ ЖИЗНИ (ТАБЛИЦЫ)	16	– «ЛОЖИТЬСЯ СПАТЬ»	74
– НАВЫКИ ОПРЯТНОСТИ И ЕДЫ.	17	– КОММУНИКАТИВНО-СОЦИАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНЦИЯ	76
– НАВЫКИ НАВЕДЕНИЯ ПОРЯДКА.	25	8. ПРИЛОЖЕНИЯ	
– НАВЫКИ УЧАСТИЯ В ИГРАХ И ЗАНЯТИЯХ	35	Приложение 1. СЛОВАРЬ ВАШЕГО РЕБЕНКА. КОНТРОЛЬНЫЕ ТАБЛИЦЫ	83
– НАВЫКИ ОДЕВАНИЯ И РАЗДЕВАНИЯ.	38	Приложение 2. ТАБЛИЦА ОБСЛЕДОВАНИЯ НАВЫКОВ	91
– НАВЫКИ ВСТУПЛЕНИЯ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ И СОТРУДНИЧЕСТВА*		Приложение 3. ПРИУЧЕНИЕ К ГОРШКУ. СОЮЗ ПЕДИАТРОВ РОССИИ: РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ	95
7. КОМПЕТЕНЦИИ (ТАБЛИЦЫ).	54	Приложение 4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРИКОРМ.	99
– «МЫТЬЕ РУК», «УМЫВАНИЕ», «ЧИСТКА ЗУБОВ», «КУПАНИЕ В ВАННОЙ И ПОД ДУШЕМ»	55	Информация о фонде «Даунсайд Ап»	101
– «САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ЕДА И ПИТЬЕ».	57		

* Навыки вступления во взаимодействие и сотрудничества являются составной частью каждого навыка, отражены в их описании и потому не выделены в отдельную таблицу. Кроме того, данные навыки составляют основу коммуникативно-социальной компетенции.

ВВЕДЕНИЕ

1. НОВЫЕ ПОДХОДЫ К РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА. РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА В ЕСТЕСТВЕННОЙ СРЕДЕ И СОЦИАЛИЗАЦИЯ*

В чем суть нового подхода к развитию ребенка?

Первые годы жизни ребенка проходят в семье, и исключительно важную роль в его развитии играют родители, особенно мать, которая оказывает влияние на малыша своим настроением, манерой поведения, вовлечением ребенка в повседневную жизнь. Взаимодействуя с ребенком в естественной среде, родители постепенно готовят его к вхождению в мир людей: взрослых и сверстников.

Современный подход к развитию ребенка заключается, прежде всего, в том, что нацелен на социализацию ребенка, в отличие от прежних подходов, главной целью которых была только коррекция нарушений.

Важно понимать, что новый подход не отрицает необходимости коррекционных занятий, но их реализация осуществляется на принципиально иной основе.

Как планировались занятия ребенка на основании прежнего подхода

Ребенка обследовали, используя определенные таблицы, выявляли, какие навыки отсутствуют, и организовывали занятия, направленные на их формирование. Например, обнаружив, что ребенок не различает цвет или величину, ему предлагают сортировать карточки, собирать пирамидку, опускать фигуры в почтовый ящик, называть картинки и т.д. Конечно, ничего плохого в этих заданиях нет, но на практике построенное таким образом обучение оборачивается получением «академических знаний», которые почти не находят применения в повседневной жизни ребенка. Опыт показывает, что, к примеру, обучая малыша сортировке фигур по цвету, взрослые ожидают, что он и при подборе

* На консультативном форуме Даунсайд Ап в теме «Развитие ребенка в естественной среде. Новые подходы к социализации – Итоги обсуждений» размещено много полезных материалов, которые помогут сориентироваться в вопросах освоения навыков и компетенций.

носков сам поймет, как подобрать пару. Но на практике это само собой не происходит, и от маленького ребенка нам нельзя ожидать такого переноса. Кроме того, оказывается, что, даже умея подбирать и надевать носки, ребенок может испытывать затруднения, если этот навык понадобится ему не дома, а в детском саду: он может не понять, что всем детям, и ему в том числе, предложили одеваться, не знать, как найти свой шкафчик и как обратиться за помощью в случае необходимости.

В чем причина таких затруднений? Растерялся? Не может сориентироваться в помещении детского сада? Не успевает за другими детьми? Это так, но лишь отчасти. Очень часто, к сожалению, есть и другая причина – отсутствие практического опыта выполнения простых бытовых действий. Стремясь уделить как можно больше времени специально организованным занятиям с ребенком, родители и близкие малыша сами все делают за него: кормят, умывают, одевают, убирают игрушки. В такой ситуации у ребенка фактически нет возможности использовать приобретенные на занятиях навыки в повседневной жизни, что приводит к их быстрой потере. Это волнует родителей, и, чтобы ребенок не забывал усвоенного, они вынуждены посвящать большое количество времени регулярному повторению того, что малыш уже усвоил. Объем подлежащего повторению материала возрастает, и маленький ребенок все дольше и дольше сидит и занимается за столом, не имея возможности жить обычной и естественной детской жизнью. Это часто приводит к проблемам поведения, которые могут выражаться как отказ от занятий или даже активный протест, вызванный тем, что ребенок не понимает, зачем он снова и снова должен что-то делать. Так возникает замкнутый круг: все больше времени тратится на искусственно организованные занятия и все меньше времени остается на естественный путь развития ребенка, который представляет собой постоянное взаимодействие и общение малыша с близкими людьми в процессе совместной деятельности.

Каков же выход из такой ситуации?

Учитывая то, что ребенок развивается в процессе общения и взаимодействия с близкими людьми, новый подход предусматривает создание оптимальных бытовых и игровых ситуаций, которые позволяют формировать различные навыки.

Участвуя вместе с близкими в повседневных делах: уборке, стирке, мытье посуды, – отражая эти ситуации в игре, ребенок становится активным, учится искать и находить предметы, сравнивать их и видеть различие и сходство, понимать происходящее и предвосхищать результат. Он начинает понимать последовательность событий и причинно-следственные связи, учится планировать свою деятельность и делать шаги, которые необходимы для достижения цели. Все это составляет основу для развития восприятия, внимания и памяти и мышления. Взаимодействие и общение, которое происходит в ходе такой деятельности, способствует успешному развитию коммуникативно-речевых навыков. Так родители и близкие постепенно готовят ребенка к вхождению в мир людей: взрослых и сверстников.

Следует заметить, что и прежде делались попытки использовать полученные знания на практике, но до сих пор не существовало структурированной системы формирования навыков, подкрепленной использованием простых таблиц.

Таблицы навыков и компетенций «Я все смогу» помогают выстроить последовательное пошаговое усвоение навыков. Важно, что, кроме освоения навыков, в эти таблицы включены компетенции.

Чтобы объяснить смысл этого нового для нас слова, рассмотрим пример, не относящийся к раннему возрасту. Представим себе ситуацию, в которой мама хочет научить девятилетнюю девочку самостоятельно совершать покупки в магазине.

Составим приблизительный перечень навыков, которые нужны девочке для выполнения этого поручения.

1. Знать дорогу в магазин и обратно.
2. Уметь правильно переходить дорогу.
3. Уметь отбирать в корзину продукты в соответствии со списком, а возможно, и составлять список самой, следуя указаниям матери.
4. Ориентироваться в магазине.
5. Знать, где находится касса, и уметь стоять в очереди.
6. Уметь расплачиваться на кассе: давать деньги, брать сдачу.
7. Складывать все продукты в корзину, а затем в сумку.

Умение действовать в проблемной ситуации, например, нет продукта из списка, переставили отделы в магазине.

Этот перечень наглядно демонстрирует, что девочка должна владеть навыками письма, чтения, счета, передвижения и ориентировки в пространстве, общения и речи и т.д. Но наличие отдельных навыков не гарантирует того, что девочка справится с покупкой товаров. Очевидно, что все эти навыки, умения и знания должны быть объединены единой задачей. Иными словами, речь идет не об отдельных навыках, а об их объединении для достижения определенной цели. Это и есть компетенции: объединенные одной целью сложные навыки. В каждой компетенции неизменно присутствует социальный компонент, то есть умение общаться и взаимодействовать с людьми, договариваться, соглашаться или отказываться в случае несогласия. Кроме того, каждая компетенция предполагает умение решать проблемы. Например, в приведенном примере про магазин товары на полках могут быть размещены по-новому, и ребенок должен самостоятельно их найти либо попросить о помощи.

Таким образом, новый подход к развитию ребенка предполагает его развитие в естественной среде, носит название компетентностный подход и актуален и для детей раннего возраста, и для дошкольников, и для ребят более старшего, в том числе и подросткового, возраста.

2. ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ У РЕБЕНКА

В раннем и дошкольном возрасте у ребенка формируются следующие навыки.

Навыки опрятности и еды:

- мыть руки;
- мыться под душем и / или в ванной*;
- чистить зубы;
- пользоваться туалетом / оставаться сухим;
- есть самостоятельно.

Навыки наведения порядка:

- мыть посуду;
- вытирать поверхность;
- сметать крошки со стола;
- стирать белье;
- переносить не тяжелые коробки и предметы мебели.

* Выполняется по аналогии с другими навыками этой группы.

Игры и занятия:

- играть (любая игра);
- участвовать в занятии и / или чтение книги (любое занятие).

Навыки одевания и раздевания:

- снимать и надевать носки;
- снимать и надевать колготки*;
- снимать и надевать обувь;
- снимать и надевать штаны, брюки, шорты;
- снимать / надевать одежду без застежки (свитер, футболка, платье);
- снимать / надевать одежду с застежкой (рубашка, куртка);
- расстегивать и застегивать одежду и обувь;
- вступать во взаимодействие и сотрудничество**.

- 1) принять решение вымыть руки;
- 2) подойти к раковине;
- 3) засучить рукава;
- 4) включить и отрегулировать воду;
- 5) смочить руки;
- 6) намылить руки;
- 7) потереть руки;
- 8) смочить, намылить и потереть руки второй раз, если необходимо;
- 9) смыть мыло;
- 10) найти свое полотенце и снять его***;
- 11) вытереть руки;
- 12) повесить полотенце.

Рассмотрим последовательность формирования навыка и компетенции на примере мытья рук. Для этого разобьем навык «Мытье рук» на цепочку последовательных действий:

Внесем эту цепочку в таблицу навыков. Предположим, у вас получился следующий результат (см. таблицу ниже).

* Выполняется по аналогии с другими навыками этой группы.

** Является составной частью каждого навыка, отражено в описании каждого навыка и потому не выделено в отдельную таблицу навыков. Кроме того, данный навык составляет основу коммуникативно-социальной компетенции.

*** Навык «вытирать руки» может рассматриваться как отдельный. Он необходим не только при умывании, но и при мытье посуды, при стирке и так далее.

ТАБЛИЦА НАВЫКОВ

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
1. Принять решение вымыть руки.	Взрослый	Мыть руки лучше в одних и тех же ситуациях, что поможет ребенку лучше ориентироваться в событиях: после прогулки, после посещения туалета, перед едой, после рисования, когда видно, что руки грязные. Словесную инструкцию сопровождайте жестом (потирание рук) и детским словом, например, «буль-буль». Используйте для пояснения зрительные подсказки, например: полотенце, мыло, картинку «зайка умывается», а также слуховую подсказку: звук льющейся в ванной воды.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
2. Подойти к раковине.	Ребенок	Если раковина расположена высоко, используйте устойчивую скамеечку, на которую ребенок сможет вставать. Желательно, чтобы скамеечка находилась на постоянном месте.
3. Засучить рукава.	Взрослый	Если в рукавах вместо манжеты с пуговицей продернута резинка, покажите ребенку, как их можно поддержать. Этот простой прием даст возможность ребенку быстрее запомнить и справиться с этим звеном цепочки.
4. Включить и отрегулировать воду.	Взрослый	
5. Смочить руки.	Ребенок	
6. Намылить руки.	Ребенок + Взрослый	Скользкое мыло трудно удержать. Чтобы малышу было проще намыливать руки, можно: использовать жидкое мыло с дозатором, это облегчит задачу, и ребенок быстрее научится сам нажимать на дозатор; поместить мыло в сеточку и повесить его к смесителю; детям легче использовать маленький кусочек мыла, который вы можете отрезать сами от обычного куска мыла.
7. Потереть руки.	Ребенок	Чтобы малыш понял, что от него требуется, учите его в разных ситуациях тереть руки друг об друга: вытирать их салфеткой, стряхивать с рук песок, раскатывать колбаски из пластилина, ловить руками струйку воды, мять бумагу, тереть белье во время стирки и т. д.
8. Смыть мыло.	Ребенок	
9. При необходимости 5 и 6 повторить.		После того, как мыло смыто, не забудьте обратить внимание ребенка на то, что ручки чистые, но мокрые.
10. Найти и снять свое полотенце.	Ребенок	Лучше всего использовать полотенце с особой картинкой, что позволит приучить ребенка обращать внимание на дополнительные приметы. Это пригодится ему в детском саду.
11. Вытереть руки.	Ребенок	
12. Повесить полотенце.	Ребенок + Взрослый	Полотенце должно висеть на доступной для ребенка высоте.

Как работать с таблицей навыков

В первой колонке вы видите перечень действий, относящихся к навыку «Мыть руки».

Во второй колонке отмечено, кто именно выполняет каждое действие, входящее в навык: взрослый, ребенок или ребенок с помощью взрослого (Ребенок+Взрослый).

В третьей колонке вы найдете дополнительные рекомендации, которые помогут малышу в освоении навыка.

Задача взрослых состоит в том, чтобы постепенно передать ребенку те звенья, которые они делают сами или вместе с малышом.

Как передать ребенку звенья навыка, которые он не умеет выполнять сам

1. Проанализируем таблицу, выявим, какие действия вызывают сложности у ребенка. Судя по отметкам в таблице, за взрослым остались следующие действия:

- засучить рукава;
- включить и отрегулировать воду;
- помочь намылить руки;
- выключить воду.

2. Определим, в чем заключается для ребенка сложность, и отметим, как ему помочь.

Рассмотрим несколько примеров, где взрослый **может изменить некоторые условия**, которые вызывают сложности у ребенка.

Пример 1. Взрослый засучивает рукава ребенка. Если нижние края рукавов будут заканчиваться резинкой, вы можете научить ребенка их поддергивать.

Пример 2. Взрослый включает / выключает и регулирует воду. Сможете ли вы передать ребенку это действие, во многом зависит от устройства вашего смесителя. Если вы используете шаровой смеситель с рычагом и можете заранее отрегулировать температуру воды, а ребенку предоставить возможность поднять и опустить рычаг, то начало будет положено. Если же у вас смеситель с двумя вентилянными кранами, можно предложить ребенку отвернуть кран с холодной водой, а потом вы добавите горячую.

Пример 3. Действие «намылить руки» ребенок делает со взрослым. Это действие можно **разбить на более мелкие шаги**:

- взять мыло;
- намочить мыло и намылить руки;
- положить мыло.

Проанализируем, что вызывает затруднения у ребенка и как ему помочь в выполнении 1-го и 3-го шагов.

Взрослый дает ребенку мыло и помогает положить его на место. Постараемся понять, почему ребенок не может взять и положить мыло сам. Ему слишком далеко нужно за ним тянуться? Кусок мыла большой и вываливается из рук малыша? Ребенку трудно достать мыло из мыльницы? Когда вы поймете причину затруднений, вам станет понятно, как их избежать. Возможно, вам помогут хитрости, которые кратко описаны в третьем столбце таблицы.

Примеры оборудования, которое можно купить или сделать самостоятельно:

делаем сами:



можно купить:



Взрослый помогает ребенку намочить мыло и намылить руки. Как и в предыдущем случае, надо постараться понять, что стало помехой для совершения этого действия. Предположим, ребенок не удерживает мыло. И здесь нам помогут «хитрости» из третьего столбца таблицы.

Можно использовать жидкое мыло с дозатором. Ребенок со временем научится, подставляя одну руку, другой нажимать на дозатор, действуя так же, как он нажимает на головку юлы, чтобы завести ее.

Можно поместить мыло в сеточку из-под овощей и подвесить мыло в сетке к смесителю. Ребенок сможет намыливать руки, не роняя мыло в раковину. К тому же, в этой сеточке мыло будет быстро сохнуть.

Ребенку легче удержать в руках маленький кусочек мыла, особенно, когда он уже мокрый и скользкий. Вы можете просто отрезать кусок нужного размера от обычного мыла.

Следует заметить, что все «хитрости», с помощью которых можно успешно справляться с затруднениями, исходят от родителей, которые использовали их со своими детьми. Скорее всего, и вы придумаете что-то полезное в этом отношении, используя простой анализ тех или иных звеньев, из которых состоят навыки. Такой способ «маленьких шагов» позволяет отчетливо увидеть и понять, что ребенок действительно может сделать сам, при этом вы сможете избежать манипулирования руками ребенка, а он будет с удовольствием делать то, что ему по силам, постепенно, с вашей помощью расширяя самостоятельные действия.

Подведем итог

- Навык – это цепочка последовательных действий.
- Навык должен быть доступен, понятен и привлекателен для ребенка.
- В каждом навыке можно найти звено, пусть вначале совсем небольшое, которое может выполнить ребенок. По мере совершенствования действий малыша взрослый передает ему новые звенья.
- Продуманное создание условий, удобно организованная и безопасная среда поможет ребенку выполнить сложное для него звено цепочки действий, а затем самостоятельно выполнить ряд действий.
- Чем меньше ребенок, тем более мелкими должны быть шаги при освоении навыка. Если у ребенка возникли сложности, проанализируйте то, что происходит, разбив действие на еще более мелкие шаги, и создайте условия для того, чтобы малыш мог выполнить их сам.
- Конкретные действия, вызывающие у ребенка затруднения, можно осваивать в процессе других игр и занятий. Например, ребенку можно предложить развинчивать баночки из-под крема, и это поможет ему со временем научиться отвинчивать крышку с зубной пасты.

- Совмещенное выполнение (руками ребенка) допускается в редких случаях и возможно только тогда, когда ребенок хочет выполнить действие и демонстрирует готовность воспользоваться помощью взрослого. Если ребенок не хочет выполнять предложенное действие, то манипулирование его руками, то есть совмещенные действия либо вызовут у него протест, либо приведут к формированию пассивного поведения.
- Простые навыки объединяются в сложный комплексный навык, который называется компетенцией.

3. РАЗВИТИЕ ОБЩЕНИЯ И РЕЧИ В ЕСТЕСТВЕННОЙ СРЕДЕ

Совместная бытовая и игровая деятельность ребенка и взрослого является огромным ресурсом для развития речи ребенка. Сочетание слова и конкретной ситуации становится основой для понимания речи, а совместная деятельность побуждает ребенка высказывать свои просьбы, потребности и желания. Предлагаемые здесь краткие рекомендации помогут создать оптимальные условия для развития речи ребенка.

Как сообщить ребенку о предстоящем событии?

Последовательность действий взрослого

1. Позовите ребенка по имени. Убедитесь, что ребенок готов оторваться от своих дел (реагирует на ваш зов).
2. Привлеките внимание ребенка к себе. Сядьте на один уровень с ним. Установите контакт глаз.
3. Предложите ребенку игру или занятие.
 - Ваша речь должна быть лаконичной и конкретной. Используйте взрослые слова + детские слова + жесты.
 - Используйте дополнительные ключевые символы, например: купание (полотенце, звук воды), прогулка (сумка с игрушками, одежда).
4. Сделайте паузу, дождитесь ответной реакции ребенка.
5. Прокомментируйте реакцию ребенка: называйте предмет, действие с ним и событие, если это ключевой предмет: «Ты хотел пульт. Будем смотреть мультики».

Как научить ребенка обращаться с просьбой и предложением к взрослому

Часто встречается ситуация, когда ребенок чего-то хочет, но не может объяснить, что именно ему нужно. В ответ на крики и плач ребенка взрослый, не понимая его, успокаивает и отвлекает малыша. Такая ситуация препятствует диалогу и, конечно, не становится базой для общения.

Если ребенок еще не умеет говорить, то он может выразить свое желание с помощью взгляда и движений:

- поворачиваться в сторону желаемого объекта и смотреть на него;
- тянуться к желаемому объекту;
- приближаться к желаемому объекту;
- тянуть взрослого к желаемому объекту.

Как действовать взрослому в таких ситуациях?

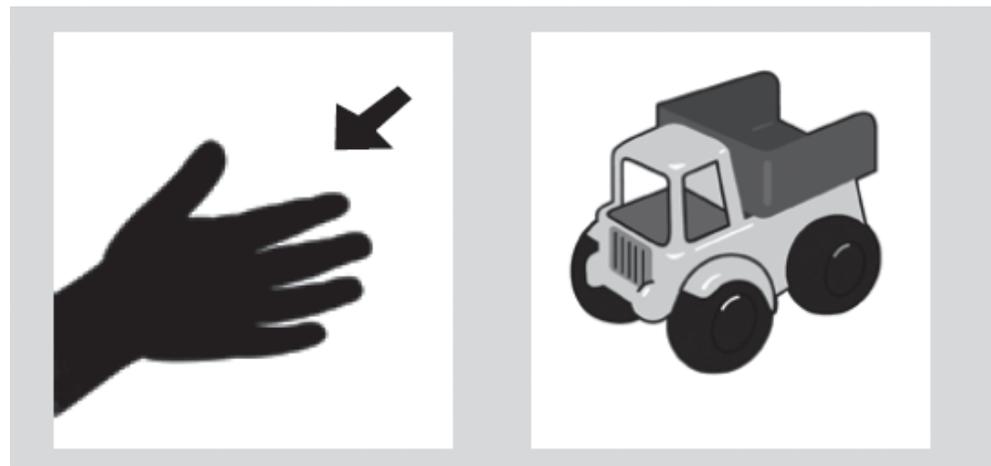
1. Спросите: «Что ты хочешь?» и проследите за взглядом ребенка.
2. Возьмите ребенка на руки (за руку).
3. Приблизьтесь вместе с ребенком к предполагаемому объекту. Остановитесь, ожидая инициативы ребенка.
4. Возьмите объект или укажите на него, спросите: «Это?» «Дать?» «Ты хочешь... (назовите действие с объектом)?»
5. Ориентируйтесь на реакцию ребенка.
6. Протяните объект, но не сразу дайте в руки, дождитесь, чтобы малыш протянул к нему руки.
7. Кратко и четко прокомментируйте действия и жесты ребенка.
8. Дайте ему желаемое: «На... (назовите предмет и действие с ним)!»

На следующем уровне развития речи взрослый помогает ребенку выразить свое желание с помощью жеста и доступного слова.

1. Дождитесь, пока ребенок приблизится к объекту, позовет взрослого или приведет взрослого к объекту.
2. Обязательно реагируйте на любой призыв ребенка: тянет за одежду или за руку, говорит «Эээ!», смотрит на взрослого.

3. Спросите: «Что ты хочешь?»
4. Дождитесь протянутой руки ребенка и сами произнесите вслух «Дай-дай!», сопровождая свои слова жестом «дай-дай».
5. Если ребенок не протестует, помогите ему сделать жест, прокомментируйте это словами: «Дать...? – На...!» Назовите предмет и обозначьте действие, если это ключевой предмет: «На книжку, будем читать!»

Чтобы ребенок учился использовать фразовую речь, формулируя свои просьбы, можно применять схемы предложения, в которых слово «дай» выражается в виде символа либо слова.



4. ЧТО ТАКОЕ КОМПЕТЕНЦИИ.

КАК ОБЪЕДИНИТЬ НАВЫКИ В КОМПЕТЕНЦИЮ

Компетенцией принято называть совокупность взаимосвязанных навыков, направленных на достижение какой-либо цели. Для того чтобы понять, о чем идет речь, воспользуемся опять примером с умением мыть руки.

Умение мыть руки и дома и, тем более, в детском саду, не существует изолированно, а объединяется с рядом других важных навыков, например, чтобы помыть руки, надо самому добраться до ванной комнаты или умывальника, включить и выключить свет. В детском саду ребенку, уже умеющему мыть руки, понадобится еще несколько навыков:

ему необходимо будет понять, что слова воспитателя относятся ко всем детям и к нему тоже, ориентироваться в пространстве группы, уметь дожидаться своей очереди, найти свое полотенце, – то есть нужны будут все навыки, связанные с нахождением в коллективе сверстников. Поэтому компетенция «Мытье рук» будет включать в себя следующие навыки.

- Умение понять инструкцию, отнести ее к себе (понимание речи, социальное развитие).
- Ориентироваться в помещении и знать последовательность действий (познавательная деятельность, внимание, память).
- Добраться до умывальника (развитие крупной и мелкой моторики).
- Умение ждать своей очереди (социальное развитие).
- Умение умываться (самообслуживание, мелкая моторика, память).
- Умение найти свое полотенце и вытереть руки (самообслуживание, мелкая моторика, внимание, память).
- Умение использовать неречевые и речевые средства общения (развитие общения и речи).

Мы видим, что в данном случае несколько навыков объединяются для достижения конкретной цели, то есть здесь мы имеем дело со сложным навыком или компетенцией.

Этот простой пример показывает, как формирование компетенции создает условия для комплексного, всестороннего развития ребенка в процессе совместной деятельности со взрослыми и детьми.

Как формировать компетенции в повседневной жизни

Разобраться в этом вопросе вам помогут Таблицы формирования компетенций, которые размещены, начиная со с. 54.

Каждая компетенция представлена в виде таблицы, в которой первая колонка состоит из перечня входящих в данную компетенцию навыков. Во второй колонке представлено содержание обучения: очень краткие рекомендации, а также, при необходимости, даны ссылки на соответствующие навыки. Третья колонка включает

в себя дополнительные рекомендации по организации среды, дополнительных игр, заданий и ситуаций, которые помогут при формировании компетенции. Так, например, умение дожидаться очереди во время катания с горки на прогулке и при умывании в детском саду помогает ребенку научиться дожидаться своей очереди. В этой же колонке есть пометки о том, в какой дополнительной ситуации (возможные ситуации) и кем могут формироваться недостающие навыки. И, наконец, четвертая колонка с примечаниями позволит отметить то, что покажется полезным пользователю.

Особое внимание уделяется грамотному подбору речевого материала. Мы предлагаем использовать словарь наиболее часто употребляемых слов русского языка, относящихся к первоначальному детскому лексикону. См. Приложение 1.

Когда можно включать навык в компетенцию. Нужно ли ждать, пока он будет полностью сформирован

Компетенцию можно начинать формировать максимально рано, постепенно включая в неё навыки, соответствующие возрасту / развитию ребенка, то есть, обучая ребенка мыть руки, мы не ждем, когда он научится самостоятельно ходить или стоять без опоры. Ребенок может идти в ванную комнату, опираясь о стену или даже приползти в ванну, а у умывальника мама может придерживать его в позе стоя. Когда ребенок освоит ходьбу и самостоятельную позу стоя без дополнительной опоры, эти навыки будут включены в компетенцию. Еще один пример: если ребенок пока не понимает обращенную речь, это не значит, что нужно отложить формирование компетенции. Можно использовать жест, зрительную подсказку или слуховой сигнал (звук льющейся воды).

Примерный перечень ключевых компетенций, необходимых для пребывания в детском саду

1. Умение одеваться и раздеваться.
2. Умение кушать за общим столом.
3. Умение умываться.
4. Умение пользоваться туалетом.

5. Участие в игре (желательно включение ребенка в коллектив сверстников для первичной социализации: на адаптационной группе, в развивающей группе, в группе детско-родительского взаимодействия).
6. Умение убирать игрушки и предметы после занятия.
7. Умение участвовать в занятии (дополнительно к этому имеются цепочки действий, относящихся к каждому виду занятий, которые объединены методикой).
8. Умение участвовать в прогулке.
9. Умение укладываться спать.
10. Общая социально-коммуникативная компетенция.

5. КАК СОСТАВИТЬ ПРОГРАММУ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА И РЕАЛИЗОВАТЬ ЕЕ

В педагогической практике используется следующая последовательность:

1. Обследование ребенка с помощью таблиц развития «Дневник развития ребенка раннего возраста» или других удобных таблиц. Электронный вариант таблиц можно найти на сайте Даунсайд Ап в разделе для родителей.
2. Составление программы занятий.
3. Реализация программы:
 - формирование навыков и компетенций по таблицам «Я все смогу»;
 - организация дополнительных занятий по проблемным сторонам развития, чаще всего это занятия по двигательному и речевому развитию.
4. Отслеживание динамики развития по «Дневнику развития ребенка раннего возраста».
5. Повторение цикла с 1-го по 4-й пункт с учетом новых результатов.

Перед тем, как приступить к более подробному рассмотрению этих пунктов, отметим, что в тех случаях, когда программу занятий составляет специалист, родители могут сразу приступить к реализации программы, то есть сосредоточиться на формировании навыков и компетенций.

Обследование

Обследование ребенка проводится по двум направлениям. Первое направление – традиционное обследование по таблицам развития ребенка. Мы рекомендуем использовать поэтапные таблицы развития, которые позволяют увидеть целостное развитие ребенка, а не только перечень имеющихся у него навыков по разным направлениям развития. Как один из возможных вариантов, мы предлагаем вам «Дневник развития ребенка», представляющий собой одиннадцать таблиц, отражающих поэтапное развитие ребенка раннего возраста с рождения до 3 лет. У детей с отставанием развития использование таблиц возможно до 3,5–4 лет. Проводя обследование, важно определить, на каком этапе / ступени развития находится ребенок, какие навыки у него уже сформированы, какие навыки только начали формироваться, а каких нет совсем.

Второе направление обследования учитывает систему требований и ситуаций, которые возникают в детском саду или другом коллективе сверстников. Для этого используются «Таблицы навыков и компетенций», которые включены в данное пособие. Организованное и проведенное таким образом обследование позволяет составить индивидуальную, социально-ориентированную программу развития ребенка.

Составление программы

На основании результатов обследования составляется программа развития ребенка. Родители могут составить ее при поддержке специалиста либо самостоятельно, ориентируясь на таблицы, то есть на «Дневник развития ребенка раннего возраста» и «Таблицы навыков и компетенций “Я все смогу”».

Обследуйте ребенка по «Дневнику развития ребенка раннего возраста», отмечая уровень развития навыков желтым карандашом.

КОМПЕТЕНЦИЯ « УМЫВАНИЕ И МЫТЬЕ»*

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, ситуации и задания	Примечания
1.	Принять решение о выполнении.	<p>Дайте ребенку время на то, чтобы он мог:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию и действия окружающих. <p>Поддержите самостоятельное желание ребенка. Подробно организация общения описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9-10.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выделите постоянное время для мытья рук: после прогулки, перед едой, после туалета. • Используйте ситуации, когда очевидно, что руки грязные: после прогулки, после рисования. Это поможет ребенку лучше ориентироваться в происходящем. • Используйте для пояснения дополнительные зрительные подсказки, например: картинки, полотенце; слуховые подсказки: звук льющейся в ванной воды. <p>Возможные ситуации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в семье; • на прогулке; • в гостях; • в группе кратковременного пребывания. 	
2.	<p>Добираться до ванной комнаты.</p> <p>Мыть руки. Вытирать руки.</p> <p>Чистить зубы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учите ребенка ориентироваться в пространстве. • Задавайте наводящие вопросы, например: «Что мы будем делать?», «Куда пойдём?», «Куда поставить стульчик?», «Как включить свет?», «Где полотенце?». <p>См. навык «Мыть руки». С. 17-18.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учите ребенка находить свое полотенце по картинке и местоположению. <p>См. навык «Чистить зубы». С. 19-20.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Определите постоянные места для основных предметов. • Организуйте игры и занятия на ориентировку в помещении, поиск предметов, достижение цели. • Обыгрывайте ситуацию умывания в игре. • Учите вытирать руки в процессе игр, занятий, прогулки. • Учите различать и сличать картинки, играйте в лото: предмет и изображение, парочки. 	

* В данном случае мытье рук выступает в качестве примера навыков, имеющих отношение к гигиеническим процедурам: умыванию лица, мытью тела, ног, купанию, принятию душа.

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, ситуации и задания	Примечания
3.	Ждать своей очереди у умывальника и после умывания уступить место следующему.	Мойте руки по очереди с ребенком: «Сейчас мама помоеет, потом (имя ребенка) », «Подожди, теперь моет мама».	<ul style="list-style-type: none"> • Используйте дома любые ситуации, предполагающие соблюдение очередности. • Играйте в игры, требующие поочередных действий: скатывайте машинку с горки, играйте на барабане и т. д. • На прогулке по очереди с другими детьми можно съезжать с горки, бросать мяч, ходить по бревну и т. д. • На занятиях в развивающей группе стоит использовать все ситуации, требующие ожидания своей очереди. 	
4.	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков происходит по индивидуальной программе и в индивидуальные сроки.	<ul style="list-style-type: none"> • Создайте удобную среду: позаботьтесь об устойчивом табурете или стульчике, повесьте на подходящей высоте полотенце, организуйте удобное место для умывания. • Учите ребенка выполнять действия в позе стоя, залезать на возвышение и сходить с него, ходить по ступенькам. • Развивайте умения совершать вращательные движения запястьем: поворачивать дверные ручки, отвинчивать крышки и т. д. 	
5.	Навыки взаимодействия, общения и речи. Речевой материал должен позволять ребенку понимать и использовать слова и выражения, относящиеся к данной компетенции.	<ul style="list-style-type: none"> • Используйте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте действия, выполняйте просьбы. • Говорите кратко, четко и понятно. Соотносите свои слова с предметами и действиями. • Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на», «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда». 	<p>Речевой материал – слова и выражения.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, папа, мама и другие слова из раздела «Люди». • Голова, глаза, нос, рот, язык, зубы, палец, ухо, живот, волосы, руки, ноги и другие слова из раздела «Части тела и лица». • Мыло, вода, полотенце, ванна, свет и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Глаголы (действия): смотреть, слушать, включить, выключить, открыть, закрыть, взять, положить, стоять, мыть, мыться, чистить, тереть, идти и другие слова из раздела «Действия». • Холодный горячий, грязный, чистый и другие слова из раздела «Качества». • Здесь, где, нельзя, спасибо и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия, служебные слова» и «Регулирующие глаголы». <p>Выражения должны быть простыми и лаконичными, с использованием приведенного словаря, например: «Будем мыться, иди сюда!»</p>	

- Если навык сформирован, слегка раскрасьте ячейку желтым карандашом. Следует иметь в виду, что в данном случае необходимо продолжать создавать условия для использования ребенком навыка в повседневной жизни.
- Если ребенок пока лишь иногда выполняет навык или может выполнить его с вашей помощью, обведите ячейку желтой рамкой. Это так называемая зона ближайшего развития, и данный навык необходимо включить в программу занятий.
- Если навыка еще нет совсем, оставьте ячейку, где он описан, нетронутой. Этим навыком пока заниматься не нужно, со временем он начнет появляться сам, и тогда вы его вставите в программу.

Такой способ позволит наглядно увидеть, какими навыками необходимо заниматься, чтобы добиться сбалансированного развития.

Реализация программы

Формирование и закрепление навыков происходит в процессе повседневной жизни, игры и специально организованных занятий, проводимых в игровой форме. Бытовые, игровые и социальные навыки охватывают всю жизнь малыша, то есть являются базовыми в его развитии. В процессе формирования навыков предлагается использовать Таблицы формирования навыков, в которых каждый навык представлен в виде последовательной цепочки действий. Значительную помощь вам могут оказать специальные методические пособия. Так, для родителей, воспитывающих детей с синдромом Дауна, создан ряд книг, которые рассылаются в семьи, зарегистрированные в программах Даунсайд Ап. Электронные версии этих публикаций размещены на сайте Даунсайд Ап.

Решение практических задач

В процесс освоения навыков и компетенций на определенном этапе включаются дополнительные практические или так называемые проблемные задачи. Это делается для того, чтобы ребенок умел переносить навык в новую ситуацию и находить пути разрешения возникшей сложности. Например, ребенок во время мытья рук всегда

становился на стульчик, который постоянно стоял в ванной. Он это запомнил, и у него выработался определенный алгоритм действий. Когда он освоил этот алгоритм, можно создать дополнительную проблему: поставить стульчик в непривычном месте. Конечно, сначала стоит расположить стульчик не очень далеко, в пределах видимости ребенка, а затем – дальше, вне поля его зрения. Если ребенок не может указать на стульчик, взрослому на этом этапе важно знать, сможет ли ребенок решить сказать / показать, что стула нет, или пойти и принести его самостоятельно.

Решение практических задач стимулирует развитие мышления, внимания, памяти, учит ребенка справляться с проблемами, переносить имеющиеся навыки в новые ситуации.

Отслеживание динамики развития, повторение цикла

Проверить, успешен ли ребенок в своем развитии, можно с использованием тех же таблиц. Для того чтобы отметить, какие навыки появились или начали появляться, используется «Дневник развития ребенка», который позволяет понять, какие навыки уже сформировались, в чем у ребенка есть затруднения, и внести уточнения в программу развития. Это основной, универсальный способ, который дает картину того, что умеет делать ребенок, и определять, равномерно ли его развитие.

В процессе формирования навыков используются «Таблицы формирования навыков и компетенций “Я все смогу”», пользуясь которыми можно не только ориентироваться в процессе формирования навыков, но и создавать необходимые для социализации ребенка условия, чтобы готовить его, например, к посещению детского сада.

Напоминаем, что одновременно с формированием навыков и компетенций должны составляться и реализовываться программы по формированию навыков общения и речи и формированию основных двигательных навыков. Динамику развития этих направлений проверяют как по специально составленным программам, так и по «Дневнику развития ребенка», что позволяет свести все данные вместе.

6. НАВЫКИ ПЕРВЫХ ЛЕТ ЖИЗНИ

Содержание*

НАВЫКИ ОПРЯТНОСТИ И ЕДЫ

- Моет руки
- Моется под душем и / или в ванной**
- Чистит зубы
- Пользуется туалетом / остается сухим
- Самостоятельно ест (руками, ложкой, вилкой) и пьет (из чашки, через соломинку)

НАВЫКИ НАВЕДЕНИЯ ПОРЯДКА

- Моет посуду
- Вытирает поверхность
- Сметает крошки со стола
- Подметает пол
- Стирает белье
- Переносит нетяжелые коробки и предметы мебели

НАВЫКИ УЧАСТИЯ В ИГРАХ И ЗАНЯТИЯХ

- Играет (любая игра)
- Участвует в занятии и / или чтении книги (любое занятие)

НАВЫКИ ОДЕВАНИЯ И РАЗДЕВАНИЯ

- Снимает и надевает носки
- Снимает и надевает колготы***
- Снимает и надевает обувь
- Снимает и надевает штаны, брюки, шорты
- Снимает / надевает одежду без застежки (свитер, футболку, платье)
- Снимает / надевает одежду с застежкой (рубашку, куртку)
- Расстегивает и застегивает одежду и обувь

НАВЫКИ ВСТУПЛЕНИЯ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ И СОТРУДНИЧЕСТВА****

* Навык «Доставать предметы и игровое оборудование и убирать их на место» включен во все навыки и выделен в отдельную компетенцию.

** Выполняется по аналогии с другими навыками этой группы.

*** Выполняется по аналогии с другими навыками этой группы.

**** Навыки вступления во взаимодействие и сотрудничества являются составной частью каждого навыка, отражены в описании каждого навыка и потому не выделены в отдельную таблицу навыков. Кроме того, данные навыки составляют основу коммуникативно-социальной компетенции.

— НАВЫКИ ОПРЯТНОСТИ И ЕДЫ —

Навык «Моет руки»*

Возраст формирования навыка
Участвует в мытье рук: 1–2 года.
Вытирает руки и лицо: 1–2 года.

Моет руки и ноги во время купания: 2–3 года.
Моет руки с мылом: 2–3 года.
Сам регулирует температуру воды: 5–6 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение вымыть руки.		<p>Мыть руки лучше в одних и тех же ситуациях, что поможет ребенку лучше ориентироваться в событиях: после прогулки, после посещения туалета, перед едой, после рисования, когда видно, что руки грязные.</p> <p>Словесную инструкцию сопровождайте жестом (потирание рук) и детским словом, например, «буль-буль».</p> <p>Если ребенок проявит желание мыть руки, прокомментируйте его действия, используя детское слово, взрослое слово и жест.</p>
Подойти к раковине.		<p>Если раковина расположена высоко, используйте устойчивую скамеечку. Желательно, чтобы скамеечка стояла в постоянном месте. Когда ребенок привыкнет к выполнению цепочки действий, он может приносить и ставить ее сам.</p>
Засучить рукава.		<p>Если рукава заканчиваются резинкой, покажите ребенку, как их можно поддернуть. Возможно, на первое время в нижние края рукавов стоит специально продернуть резинку.</p>
Включить и отрегулировать воду.		
Смочить руки.		
Намылить руки.		<p>Можно использовать жидкое мыло с дозатором, что позволит ребенку самому нажать на клапан дозатора и поймать ладонью жидкое мыло.</p> <p>Можно поместить мыло в сеточку и повесить его к смесителю.</p> <p>Детям легче использовать маленький кусочек мыла, который можно просто отрезать от обычного куса мыла.</p>

* Навык «Моет руки» служит примером того, как можно разложить на цепочки действий умывание лица, мытье ног и тела.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Потереть руки.		Учите ребенка в разных ситуациях тереть руки друг об друга: вытирать их салфеткой, стряхивать с рук песок, раскатывать двумя руками колбаски из пластилина, ловить ладошками струйку воды, мять двумя руками бумагу, стирать мелкие предметы и т.д.
Смыть мыло.		
При необходимости намыливание и смывание водой повторить.		После того, как мыло с рук смыто, обратите внимание ребенка на то, что ручки чистые, но мокрые.
Найти и снять с крючка свое полотенце*.		Обратите внимание на высоту расположения крючка для полотенца, ребенок должен доставать до него! Лучше использовать полотенце с особой картинкой, чтобы малыш учился искать свое полотенце среди других.
Вытереть руки.		
Повесить полотенце.		Полотенце должно висеть на доступной для ребенка высоте.

* Вытирание рук может рассматриваться как отдельный навык. Он включается в такие навыки, как мытье посуды, стирка. По аналогии с вытиранием рук можно выстроить вытирание ног и тела.

**Навык
«Чистит зубы»**

Возраст формирования навыка

Начинает имитировать движения при чистке зубов: 1,5–2 года.

По подражанию чистит зубы – пасту выдавливает взрослый: 2–3 года.

Самостоятельно чистит зубы, выдавливая пасту: 4–5 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение чистить зубы.		Заранее приготовьте зубную щетку, пасту, стакан для воды. Подбирая тюбик с пастой, обратите внимание, что крышка не должна быть слишком мелкой.
Подойти к раковине и встать на скамеечку.		Желательно, чтобы скамеечка стояла в постоянном месте.
Включить и отрегулировать воду.		Если можно заранее отрегулировать температуру воды на шаровом кране, сделайте это, чтобы ребенок мог сам его включить.
Набрать воду в стакан и поставить его на поверхность.		Если вы предпочитаете использовать при чистке зубов кипяченую или бутилированную воду, налейте ее в стакан заранее.
Взять щетку из стаканчика-подставки.		
Смочить щетку под струей воды.		
Положить щетку на поверхность или поставить в стаканчик.		На первых порах можно мыть зубы только водой без пасты. Можно использовать специальный подносик, поставив его на раковину, тогда ребенок сможет брать с него и класть обратно щетку, пасту и стакан с водой.
Взять тюбик с пастой.		Учите ребенка брать предметы из определенного места, например, карандаши и кисточки из стаканчика. Можно предварительно отвинтить и снять крышку с тюбика и поставить открытый тюбик в стаканчик или положить на подносик.

* Несмотря на повседневность, данная цепочка может быть самой сложной для ребенка из-за большого количества последовательных действий. В связи с этим, предлагается вначале его освоения использовать упрощенную цепочку, предполагающую чистку зубов силиконовой щеткой без пасты, а затем уже переход к обычной чистке зубов с зубной пастой. Кроме того, возможна перестановка местами звеньев цепочки, составляющей последовательность. Это зависит от удобства взрослого и ребенка, устройства крана смесителя, расположения полок в ванной и так далее.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Открутить крышку тюбика и положить ее на поверхность.		Учите ребенка отвинчивать и закручивать бутылки, баночки.
Взять тюбик в одну руку.		Учите ребенка нажимать и выдавливать крем, шампунь и т.д.
Другой рукой взять щетку.		Учите ребенка действовать двумя руками.
Нажать на тюбик и выдавить пасту на щетку.		
Положить тюбик на поверхность или поставить в стаканчик		Учите ребенка класть разные небольшие предметы на поверхность или в стаканчик.
Чистить зубы щеткой.		
Взять стакан с водой.		Учите ребенка брать емкость с водой, наливать, переливать и выливать из нее воду. Учите ребенка пить из чашки.
Прополоскать рот и поставить стакан.		Если есть возможность, используйте кипяченую или бутилированную воду.
Помыть щетку под струей воды.		Можно прополоскать щетку в стакане с водой.
Поставить щетку в стаканчик-подставку.		Учите ребенка ставить в стаканчик карандаши, палочки, фломастеры и т.д.
Взять крышку тюбика и навинтить ее на тюбик.		
Поставить тюбик на место.		

Навык
«Пользуется туалетом /
Остается сухим»

Возраст формирования навыка
 Начало приучения: 1,5–2 года.
 Почти без «аварий»: 2–3 года.

Ночью остается сухим: девочки – 2–3 года, мальчики – до 4-х лет.
 Во время сна остается сухим. Встает в туалет, если нужно: 4–5 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Попроситься в туалет или последовать просьбе взрослого сходить в туалет.		Обеспечьте ребенку удобный горшок, унитаз с подставкой или другое дополнительное оборудование.
Подойти к горшку / унитазу.		
Спустить штаны.		Описано в отдельной таблице навыка «Раздевание».
Сесть*.		Повернуться спиной к горшку и сесть. Если используется унитаз, продумайте дополнительные приспособления: устойчивую подставку, скамеечку, банкетку, детское съемное сидение на унитаз. Используя детское сидение для унитаза, продумайте, как его хранить, чтобы ребенок со временем мог сам достать и положить его на стульчак.
Сидеть на горшке / унитазе.		
Сообщить, что пора встать.		

* Если мальчик умеет мочиться стоя, лучше пользоваться унитазом, перед которым он сможет встать на подставку, или навесным детским писсуаром, которые сейчас есть в продаже.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Встать.		Учите ребенка вставать вперед и вверх с низких стульчиков или скамеек.
Оторвать бумагу.		Учите отрывать полоску бумаги определенной длины. Можно сделать отметку на стене туалета, которая будет показывать, сколько бумаги нужно отмотать.
Вытереть попу.		Встать в удобную для подтирания позу (нагнуться, чтобы взрослый вытер) или вытереть самому (нагнуться и чуть присесть). Можно учить ребенка пользоваться влажными салфетками.
Надеть штаны.		Описано в отдельной таблице навыка «Надевает штаны, брюки, шорты». С. 42-43.
Вылить горшок / спустить воду.		
Вымыть и вытереть руки.		Описано в таблице навыка «Моет руки». С. 17-18.

Навык
«Ест и пьет
самостоятельно»

Возраст формирования навыка

До года: сосет сухарик или ест специальное детское печенье, держа их в кулачке.

Пьет из чашки, жует и проглатывает полупротертую пищу, ест руками, начинает есть ложкой: 1 год.

Пьет из чашки, ест ложкой, пьет через соломинку: 2 года.

Пользуется вилок: 3 года.

Ест полностью самостоятельно: 4 года.

Пользуется ножом: 5–6 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение кушать / есть или пить.		Приготовьте удобную тарелку, ложку, вилку, салфетки. Место еды должно быть постоянным.
Сесть за стол.		Учите ребенка садиться на возвышения разной высоты. У ребенка должна быть возможность самому сесть за стол, поэтому рекомендуется использовать такой стул, чтобы ребенок мог сам сесть на него.
Еда руками: есть, держа еду в руке (хлеб, сухарик, банан); есть мелкие кусочки пищи руками: кусочки сыра, овощей, мяса и т.д.		Если ребенок не умеет откусывать кусок нужной величины, нарежьте пищу и предлагайте ему маленькие кусочки, чтобы избежать поперхивания.
Еда ложкой: взять ложку; опустить ложку в тарелку; зачерпнуть еду; донести ложку до рта, не переворачивая; снять губами пищу, закрыть рот; прожевать и проглотить.		Будьте внимательны к подбору ложки. Чашечка ложки должна быть глубокой, но не длинной и не широкой. Можно начинать учить ребенка есть ложкой, используя на первых порах вязкую пищу, которая не будет стекать с ложки – например, творожок из пластикового контейнера. Учите ребенка поворачивать запястья, например, предлагайте отвинчивать крышки, при опускании «монеток в копилку», поворачивайте постепенно игрушку-копилку так, чтобы прорезь располагалась вертикально.
Еда вилкой: взять вилку; донести до тарелки; наколоть кусочек еды; донести до рта и положить в рот; закрыть рот и снять пищу с вилки; прожевать и проглотить.		Используйте детскую удобную вилку. Учите ребенка накалывать на палочку комки пластилина.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
<p>Питье из чашки: взять чашку; поднести ко рту; положить край чашки на нижнюю губу; сделать глоток; закрыть рот; проглотить жидкость; поставить чашку на стол; делать несколько глотков подряд.</p>		<p>Чашка должна быть невысокой, не тяжелой и с удобной ручкой. Можно использовать емкость без ручки (стакан, небольшую керамическую пиалу). В некоторых случаях, когда ребенок не понимает, что для проглатывания жидкости нужно сначала закрыть рот, допускается контроль нижней челюсти рукой взрослого.</p>
<p>Питье через соломинку: взять пакетик с соком, вставить в него соломинку; вставить соломинку в рот; втянуть жидкость через соломинку и проглотить ее.</p>		<p>Взрослый может слегка нажать на пакет с соком, чтобы жидкость поднялась по трубочке и попала ребенку в рот.</p>
<p>Вытереть рот салфеткой: взять со стола салфетку; вытереть в рот; положить салфетку на стол.</p>		
<p>Поблагодарить и встать из-за стола.</p>		
<p>Отнести посуду в мойку и вымыть ее.</p>		<p>Можно собрать тарелку, чашку и ложку или вилку в маленький тазик, а потом отнести его в раковину. Описано в таблице навыка «Мытье посуды».</p>

— НАВЫКИ НАВЕДЕНИЯ ПОРЯДКА —

Навык

«Моет посуду»

Возраст формирования навыка

Моет посуду, которую дал в руки взрослый: 2–3 года.

Собирает посуду в тазик: 2–3 года.

Самостоятельно убирает со стола посуду: 3–4 года.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение мыть посуду.		Приготовьте тазик, легкую небьющуюся посуду, губку, моющее средство, поднос, фартук. Если мытье посуды будет происходить в раковине, в которую можно поставить тазик, позаботьтесь об удобной устойчивой подставке или скамеечке под ноги.
Надеть непромокаемый фартук.		Если фартук стесняет передвижения ребенка, его можно надеть, когда ребенок уже стоит на подставке.
Сложить посуду в тазик или поднос с бортиками.		
Отнести тазик или поднос к раковине.		Помогите ребенку правильно нести емкость с посудой: большие пальцы повернуты внутрь, остальные поддерживают дно или бока емкости.
Поставить поднос или тазик на поверхность возле раковины.		
Принести стульчик или подставку и поставить перед раковиной.		Стульчик переносят, взяв его одной рукой за спинку, второй – за сиденье.
Встать на стульчик.		См. таблицу навыка «Моет руки».
Включить и отрегулировать воду.		См. таблицу навыка «Моет руки».
Смочить губку под струей воды.		
Взять бутылочку с моющим средством, капнуть на губку моющее средство и поставить бутылочку обратно на поверхность.		Для мытья посуды подбирайте щадящее моющее средство. Можно использовать детский гель для купания. Бутылочка с гелем должна быть удобной для нажатия.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Взять в одну руку предмет посуды, например, тарелку.		Для удобства тарелку можно положить в раковину или ребром упереть в раковину / тазик.
Второй рукой держать губку и намылить ею тарелку.		
Положить губку на бортик раковины.		
Подставить тарелку под струю воды.		
Положить вымытую тарелку на поверхность рядом с мойкой, взять следующий предмет посуды и повторить все действия.		Начинать лучше с одной пластиковой тарелки и ложки, затем добавьте чашку или стаканчик.
Отжать губку и положить ее на бортик раковины или в мыльницу.		
Сполоснуть руки.		См. таблицу навыка «Моет руки».
Вытереть руки полотенцем.		Если мокрая тарелка скользит в руках у ребенка, можно вытереть руки сразу после мытья посуды, если же он может удержать мокрую тарелку – после того, как посуда разложена сушиться. Полотенце можно вешать на место после того, как ребенок слез с подставки.
Разложить вымытую посуду: тарелки – в сушилку, ложки в контейнер.		Лучше использовать специальную пластиковую сушилку, из которой вы сами позже переложите посуду на место. Можно раскладывать ложки с учетом величины.
Слезть с подставки.		
Отнести подставку на место.		

**Навык
«Вытирает
поверхность»***

Возраст формирования навыка

Вытирает поверхность тряпочкой: 1–1,5 года.

Вытирает поверхность влажной губкой: 1,5–2 года.

Совмещает вытирание со сметанием крошек со стола: 2–3 года.

Сам приносит тряпочку и вытирает стол: 4–5 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Вытирать стол		Подготовить тазик с небольшим количеством воды, губку, при необходимости – фартук.
Принять решение вытирать стол*.		
Надеть непромокаемый фартук.		
Окунуть губку в тазик с водой.		В тазике должно быть совсем немного воды на дне.
Подождать, пока губка намокнет и отжать ее.		
Одну руку положить на стол, а второй рукой с губкой протереть поверхность*.		
Повторить действия несколько раз (замочить – отжать – протереть).		
Отжать губку в тазик и положить на стол.		
Вылить воду из тазика.		
Поставить тазик на место.		
Положить губку на место*.		
Если стол мокрый, протереть его сухой салфеткой или тряпкой.		

* Возможен упрощенный вариант формирования этого навыка: без использования тазика с водой. В этом случае ребенок просто протирает поверхности сухой или влажной губкой / тряпкой, которую ему дал взрослый. В этом случае для выполнения используются только звенья, помеченные звездочкой.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Вытереть руки*.		
Снять фартук*.		
Повесить фартук*.		
Вытирать пыль		Подготовить фартук, тазик с водой, поднос, тряпочку.
Принять решение вытереть пыль*.		
Надеть фартук*.		
Налить в тазик немного воды и поставить его на поднос.		
Смочить тряпочку в тазике.		
Отжать тряпочку.		
Вытереть пыльную поверхность*.		Вместо пыли можно использовать тонкий слой муки. Это хорошо подходит для маленьких детей, чтобы «пыль» была лучше видна.
Повторить операцию.		
Тряпочку отжать и положить на поднос.		
Воду из тазика вылить.		
Повесить тряпочку на край тазика или на другое, принятое в доме, место*.		
Вымыть и вытереть руки.*		

Навык
«Сметает крошки со стола»,
«Подметает пол»

Возраст формирования навыка
 2–4 года.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Сметать крошки со стола		Подготовить щетку, совок. Лучше всего подходит щетка с ручкой.
Принять решение вытереть стол.		
Взять щетку, плотно обхватив пальцами ее ручку.		
Взять совок в другую руку.		Можно взять совок после того, как мусор будет сметен в кучку.
Смести мусор к центру стола (можно пометить место крупным комком бумаги).		Во время обучения можно использовать комки бумаги, кусочки апельсиновых корок.
Подставить совок к кучке мусора и щеткой замести его на совок.		
Отнести мусор к мусорному ведру, придерживая его на совке сверху щеткой.		
Наклонить совок над ведром, чтобы мусор упал в ведро.		
Щеткой отряхнуть совок в ведро.		
Убрать совок и щетку на место.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Подметать пол		Подготовить щетку с длинной ручкой, совок, комки бумаги.
Принять решение подметать.		
Взять щетку с длинной ручкой и смести мусор в одну кучку.		Если ребенку при сметании мусора на совок трудно пользоваться щеткой с длинной ручкой, можно использовать щетку с короткой ручкой и сметать мусор, как со стола. Можно обозначить это место для ребенка, положив на него крупный комок бумаги.
Взять щетку и совок и смести мусор на совок.		Для обучения используются комки бумаги, сушеные корки мандарина.
Отнести мусор в мусорное ведро, придерживая его сверху щеткой.		
Высыпать мусор в мусорное ведро.		
Отряхнуть совок в мусорное ведро.		
Щетку и совок поставить на место.		
Вымыть и вытереть руки.		

**Навык
«Стирает белье»**

Возраст формирования навыка
2–4 года.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение стирать платочки / носочки.		Подготовьте фартук, тазик, поднос, мыльницу с мылом, платочки или носки.
Надеть фартук.		
Налить воду в тазик и поставить на подходящую поверхность в ванной комнате, на кухне и т.д.		Можно налить воду из кувшина. Для того чтобы поставить тазик, можно использовать устойчивый табурет или насадку на ванную, которая выполняет роль столика. Если борт ванны слишком высок для ребенка, позаботьтесь об устойчивой подставке подходящей высоты.
Опустить платочек в тазик и смочить его.		
Взять из мыльницы мыло.		Мыло может лежать в мыльнице, а может располагаться на подносике так, чтобы ребенок мог протянуть руку и взять его.
Намылить платочек.		
Положить мыло в мыльницу.		
Потереть платочек, зажав его края в кулачках.		Перетирающие движения использовать в сюжетной игре, в песенках-потешках с жестами.

* Навык можно усложнить, введя в последовательность ополаскивание белья. Для этого используется второй тазик, куда складываются постиранные вещи. Из первого тазика ребенок выливает мыльную воду, наполняет его чистой водой и полощет белье.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Опустить платочек в таз и прополоскать.		
Собрать платочек и зажать в двух руках.		
Отжать и встряхнуть.		
Повесить платочек сушить: перекинуть через веревку или повесить на трубу в ванной.		
Вытереть руки.		
Вылить воду из тазика.		Учить переливать и выливать жидкости.
Поставить на место тазик.		
Убрать на место мыльницу с мылом.		

Навык
«Переносит нетяжелые коробки,
детский стульчик, скамейку, банкетку»

Возраст формирования навыка
 Правильно берет и несет стул: 2–3 года.
 Переносит и сам ставит стул на место: 3–4 года.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение отнести стул.		
Подойти к стулу и стать сбоку от него.		
Если ребенок правша: взяться правой рукой за спинку стула, четыре пальца за спинкой, а большой палец на передней стороне спинки стула.		
Левой рукой взяться за сидение: четыре пальца под сидением, а большой сверху*.		
Наклонить стул на себя и приподнять.		
Оторвать стул от пола.		
Отнести стул на нужное место, удерживая его двумя руками, и поставить на пол.		Учите ребенка ходить, держа в руках большие игрушки.
ВАРИАНТ: перенести скамейку или низкую банкетку, подняв ее двумя руками и держа ее перед собой.		

* Если у ребенка ведущая рука левая, то он должен взяться за спинку стула левой рукой, а за сидение – правой.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Наклониться.		Учите ребенка поднимать с пола игрушки и относить их на место.
Взять двумя руками за сиденье.		
Выпрямиться, удерживая скамеечку или банкетку двумя руками.		
Отнести скамейку или банкетку в нужное место.		
Наклониться и поставить скамейку или банкетку на пол.		

— НАВЫКИ УЧАСТИЯ В ИГРАХ И ЗАНЯТИЯХ —

Навык «Играет»

Возраст формирования сюжетно-ролевой игры:

1. **Ознакомительная игра** (предметно-игровая деятельность, направленная на обследование предметов): от 2–3 месяцев до 8 мес. – полутора лет.

Ребенок, манипулируя предметом, начинает понимать его свойства. Например, мяч катится и прыгает, а колокольчик звенит. Постепенно дети усваивают способы действия с разными игрушками, связанные с их физическими свойствами (вкладывают один предмет в другой, катают, двигают, стучат, ударяют одним о другой, чтобы услышать звук, и т. д.).

Результат – появление специфических манипуляций.

2. **Отобразительная игра:** ребенок действует предметом в соответствии с его назначением, подражая действиям взрослого: 1–2 года.

Действия имитируют использование предмета по назначению (например, кормит ложкой, поит из чашки; лечит: «мажет» ваткой руку, ставит «градусник» или «слушает» игрушечным фонендоскопом). Они направлены на выполнение условной цели, понятной по прошлому опыту: уложить куклу спать, покормить мишку.

Результат – появление игровых действий и сюжета (цепочки игровых действий).

3. **Сюжетная игра:** развитие цепочки игровых действий, которые имитируют / отражают бытовые сюжеты: 2–4 года.

Ребенок еще не берет на себя роль, но имитирует действия мамы или другого близкого человека в одной или нескольких ситуациях (мама кормит, купает, папа чинит машину).

Результат – появление ролевого поведения, умение брать на себя роль мамы, папы или другого близкого человека.

4. **Сюжетно-ролевая игра:** начало в 3–5 лет.

Ролевое поведение отражает отношения между людьми: врач и больной, парикмахер и клиент. Сюжеты включают несколько персонажей, которые связаны благодаря включению в общую ситуацию и обмен действиями.

Результат – усложняется до ролевой игры, когда ребенок распределяет роли, выбирает себе роль, а потом все действия производит в соответствии с ролью, сохраняя это поведение до конца игры: 4/5–7/8 лет.

Этапы взаимодействия детей в процессе игры

- Игра рядом или параллельная игра – до 2–2,5 лет.
- Взаимоотношения детей в игре – начало формирования 2–3 года.
- Внеигровой повод: малыша привлекает место или игрушка другого ребенка.
- Интерес к деятельности другого ребенка.

Игровое взаимодействие детей*

- Игра на основе общего сюжета (один строит, другой подает кирпичики): 2–4 года.
- Участие в сюжетно ролевой игре: 3–5 лет.
- Участие в ролевой игре: 4–7/8 лет.

* Ребенку можно предлагать поделиться его игрушками, но важно помнить, что к его отказу делиться необходимо относиться с пониманием!

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение поиграть.		Игрушки должны быть видны и доступны ребенку.
Добраться до игрушки.		
Взять необходимую игрушку.		Если ребенок не может достать игрушку, обязательно помогите ему.
Добраться до места игры.		Ребенок может играть рядом с местом, где расположены игрушки.
Играть, в зависимости от выбранной игры.		
Играть с участием партнера: добраться до партнера; сообщить о своем желании играть вместе; выразить согласие или несогласие по поводу присоединения партнера.		Если ребенок приблизился к вам с игрушкой – воспримите это как предложение поиграть. Прокомментируйте его действия и поиграйте вместе. Играйте рядом с ребенком или присоединяйтесь к игре с ним Будьте внимательны к любым сигналам ребенка. Старайтесь понять, хочет ли ребенок вашего участия в игре. Комментируйте желания и действия ребенка.
Убрать игрушки.		Для того чтобы ребенок мог собрать игрушки после окончания игры, используйте контейнер, корзинку, ящик для игрушек на колесиках. Если ребенок уже знает, где должны лежать игрушки, можно предложить ему относить или отвозить их на свои места.
Вариант: сменить игру и потом убрать игрушки.		Учите ребенка ходить, держа в руках игрушки. Учите ребенка складывать игрушки в емкость.

Навык «Участвует в занятии / чтении книги»

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Принять решение заниматься / читать книгу.		Выделите постоянные места, где будут лежать предназначенные для занятий материалы. Помогите ребенку запомнить, где лежат краски, пластилин и другое оборудование для занятий, где лежат его книжки.
Сообщить о своем решении.		
Подготовить необходимое оборудование / принести книгу.		Если ребенок не может достать материалы / книгу или игрушку, помогите ему: натолкните на мысль использовать скамеечку, банкетку или стульчик или достаньте необходимое сами, после того, как ребенок покажет вам, где лежит нужный предмет.
Участвовать в занятии / слушать и участвовать в чтении книги.		Выполняйте задания рядом с ребенком или вместе с ним, чередуя свои и его действия.
Рассмотреть результат занятия / обсудить книгу.		Задавайте простые вопросы, на которые ребенок может ответить. Принимайте любой ответ: взгляд, жест, звукоподражания.
Убрать оборудование / отнести книгу на место.		Для сбора материалов, которые использовались во время занятия, воспользуйтесь контейнером, корзинкой, ящиком для игрушек на колесиках.
Вариант: сменить занятие / книгу, потом все убрать.		Учите ребенка ходить, держа в руках игрушки. Учите ребенка складывать игрушки в емкость.

— НАВЫКИ ОДЕВАНИЯ И РАЗДЕВАНИЯ —

**Навык
«Снимает
и надевает носки»**

Возраст формирования навыка
Держит ножку, пока взрослый надевает носок: 1 год.
Стаскивает свободно сидящие на ноге носки: 1 год.

Снимает носки: 1,5 года.
Надевает свободно налезавшие на ноги носки, не вычлняя пятку: 3 года.
Надевает носки правильно с незначительной помощью: 4 года.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Снимать носки		Приготовьте устойчивый стульчик, на котором ребенок может сидеть, опираясь ногами о поверхность пола. Используйте при обучении свободные, плотные (не тонкие!) носки.
Принять решение снять носки.		
Сесть на стульчик или ровную поверхность (пол, диван).		Если, подняв ногу, ребенок теряет равновесие, для безопасности снимать носки лучше на диване или сидя на устойчивом стульчике со спинкой.
Поднять одну ногу, сохраняя при этом равновесие.		
Снять носок с пятки.		Можно предлагать стягивать носки с куклы.
Потянуть за мысок носка и стянуть его полностью.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Надевать носки		Приготовьте устойчивый стульчик, на котором ребенок может сидеть, опираясь ногами о поверхность. Используйте при обучении свободные, плотные (не тонкие!) носки.
Принять решение надеть носки.		
Взять носок двумя руками так, чтобы пятка была сзади.		
Вставить в носок большие пальцы рук и собрать его в гармошку.		
Вставить ногу в носок.		
Натянуть носок на всю стопу.		
Натянуть носок вверх от стопы к лодыжке.		

**Навык
«Снимает
и надевает обувь»**

Возраст формирования навыка

Держит ногу, пока мама надевает ботинок, стаскивает ботинок: 1 год.

Пытается надеть ботинок / прикладывает его к ноге: 1,5 года.

Сознательно снимает расстегнутые ботинки: 2 года.

Надевает ботинки без застежек: 3 года.

Надевает ботинки с застежками с незначительной помощью: 4 года.

Последовательность использования обуви для обучения:

- 1) тапочки без задника;
- 2) свободная обувь без застежек;
- 3) обувь на липучке;
- 4) обувь на молнии;
- 5) обувь со сложной застежкой (шнурки, пряжка).

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Снимать обувь		Подберите стульчик подходящей высоты, чтобы ребенок сидел на нем с устойчивой опорой на ноги. Используйте при обучении упрощенные варианты: тапочки без задника, свободная обуви без застежек, обувь на липучке или на молнии.
Принять решение снять тапки / ботиночки / сапоги.		
Сесть на стульчик. Ноги стоят на полу!		
Расстегнуть застежку.		Вначале используйте обувь без застежки.
Ослабить застежку.		Вставить большие пальцы рук вставить внутрь обуви и растянуть в стороны.
Снять обувь с пятки.		При необходимости использовать прием «вторая нога помогает»: пятку одной ноги, с которой снимается обувь, подставить к носку другой. Носком толкаем пятку вперед, а ногу из обуви вытаскиваем назад.
Снять обувь с носка.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Снять обувь с ноги полностью.		
Надевать обувь		Начинайте обучение со свободной обуви.
Принять решение обуться.		
Сесть на стульчик. Ноги стоят на полу!		
Поставить правильно обувь.		Покажите, как правильно поставить ботинки: «Ботиночки дружат» – «Ботиночки ссорятся». Можно наклеить на внутреннюю сторону стелек кусочки пластыря, который поможет сориентироваться, как поставить ботинки правильно.
Взять ботинок обеими руками.		
Направить носок ноги внутрь ботинка и вставить его внутрь.		
Протолкнуть среднюю часть стопы, натягивая ботинок руками.		
Протолкнуть пятку, натягивая ботинок руками.		
Встать со стульчика и окончательно просунуть ногу в ботинок (потопать ногой).		
Сесть на стульчик (можно стоя).		Если ребенок хорошо сохраняет равновесие, можно не садиться, а остаться стоять и, нагнувшись вниз, застегивать ботинок.
Застегнуть ботинок / сапог.		Используйте при обучении упрощенные варианты: обувь на липучке или на молнии. Обувь со сложной застежкой (шнурки, пряжка) используется не сразу.

**Навык
«Снимает и надевает
штаны, брюки, шорты»**

Возраст формирования навыка

Проталкивает ножки в штанины, которые держит взрослый: 1 год.

Помогает снимать штаны, двигая ножками: 2 года.

Сам снимает свободные штаны на резинке: 2,5 года

Самостоятельно стаскивает плотные брюки вниз: 3 года.

Надевает штаны на резинке, не различая перед и зад: 3,5 года.

Надевает брюки с незначительной помощью; умеет выворачивать брюки на лицевую сторону: 4 года.

Сам надевает брюки: 5 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Снимать штаны		Лучше всего вначале использовать свободные трикотажные штаны на резинке.
Принять решение снять штаны.		Использовать понятные и привычные ситуации, например, ситуацию, когда нужно снять штаны, чтобы сесть на горшок, или когда переодеваемся с утра из пижамы в дневную одежду.
Расстегнуть штаны (можно сидя и стоя).		Если штаны на резинке, то это звено пропускаем.
Встать (если сидел).		
Спустить штаны до середины ягодиц.		
Спустить штаны до середины бедер.		
Спустить штаны до колен.		В случае с горшком на этом останавливаемся.
Сесть.		
Снять штаны с ног.		Сначала ребенок стаскивает с обеих ног одновременно, затем учится снимать с каждой ноги отдельно.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Надевать штаны		Лучше всего начинать обучение, используя свободные трикотажные штаны на резинке.
Принять решение одеться.		
Определить перед у штанов.		Можно прикрепить (пришить, наклеить) метку, чтобы ребенку было легче определить, где перед.
Положить перед собой передом вверх или держать в руках в правильном положении.		
Сесть.		
Взять штаны двумя руками, большие пальцы внутри.		
Вставить одну ногу в штанину.		
Вставить вторую ногу во вторую штанину.		
Встать.		
Натянуть штаны до середины бедер.		
Натянуть штаны до середины ягодиц.		
Натянуть штаны полностью.		Сначала ребенок натягивает штанишки только спереди, потом учится натягивать их и сзади.
Заправить рубашку / футболку.		
Застегнуть штаны.		Если используются штаны на резинке, это звено не нужно.

**Навык
«Снимает / надевает
одежду без застежки
(джерсер со свободным
воротом, футболку,
трикотажное платье
свободного покроя)»**

Возраст формирования навыка

Просовывает руки в рукава: 1–2 года.

Надевает одежду без застежки с небольшой помощью: 2–3 года.

Снимает просторную футболку с посторонней помощью, начинает определять, где у одежды перед: 3 года.

Надевает одежду без застежки самостоятельно: 3–5 лет.

Снимает пуловер с небольшой помощью, узнает перед у свитера: 4 года.

Самостоятельно выбирает одежду в зависимости от погоды: 5–6 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Снимать одежду без застежки. Способ 1		
Принять решение раздеться (снять джерсер / футболку / свободное трикотажное платье).		
Взять двумя руками нижний край.		
Подтянуть нижний край до подмышек.		
Взять правой рукой левый нижний край, оттянуть его и вынуть левую руку из рукава, продевая локоть левой руки вниз.		
Стянуть обеими руками одежду через голову.		
Вынуть вторую руку из рукава.		
Снимать одежду без застежки. Способ 2*		
Взяться за низ футболки / джерпера двумя скрещенными руками.		Этот способ осваивают дети постарше.

* Детям бывает трудно стягивать одежду скрещенными руками, поэтому данный способ, возможно, подойдет детям постарше.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Потянуть вверх.		
Стянуть одежду через голову вверх и вперед.		
Снять одежду с рук.		
Снимать одежду без застежки. Способ 3		
Взяться двумя руками за заднюю верхнюю часть футболки в районе ворота и плеч.		
Стянуть одежду через голову вперед.		
Поочередно вынуть руки из рукавов.		
Надевать одежду без застежки. Способ 1		
Принять решение одеться (надеть джемпер/футболку или платье).		
Найти перед у одежды.		Можно пометить перед цветными нитками или обратить внимание ребенка на какую-то деталь одежды, аппликацию или рисунок, указывающую на перед.
Положить предмет одежды перед собой передом вниз, подолом к себе.		Положить предмет одежды можно на кровать или на кресло, на диван, а можно прямо на пол.
Взять двумя руками за подол и присобрать его руками.		
Надеть ворот через голову.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Взять футболку правой рукой за левую сторону и вставить левую руку. Вставить правую руку.		
Натянуть футболку вниз.		
Надевать одежду без застежки. Способ 2		
Положить одежду перед собой: передом вниз и подолом к себе.		
Вставить обе руки в рукава.		
Сделать вращательное движение руками назад (пронести джемпер или футболку над собой) и надеть на голову, одновременно опуская обе руки.		
Натянуть джемпер или футболку вниз.		

Навык
«Снимает /надевает
одежду с застежкой
(свободную рубашку,
куртку)»

Возраст формирования навыка

Поднимает руку, чтобы на нее надели рукав. Проталкивает руку в рукав – 1 год.

Находит отверстие/пройма рукава. Снимает расстегнутую рубашку- 2 года.

Надевает рубашку или курточку с помощью взрослого – 2,5 года

Сам надевает рубашку – 5 лет.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Снимать одежду с застежкой. Способ 1		Начинайте обучение со свободной куртки, плотной рубашки.
Принять решение раздеться.		
Расстегнуть рубашку или куртку.		
Снять с одного плеча.		
Взяться за край рукава противоположной рукой.		
Вытащить руку из рукава.		
Снять куртку / рубашку со второго плеча.		
Взяться противоположной рукой за край рукава.		
Стянуть всю куртку / рубашку.		
Снимать одежду с застежкой. Способ 2		
Расстегнуть рубашку или куртку.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Сделать вращательное движение плечами назад, освобождая плечи.		
Завести руки за спину.		
Ухватить одной рукой рукав второй руки.		
Вытащить вторую руку из рукава.		
Взять рукой край второго рукава.		
Стянуть всю рубашку или куртку за рукав.		
Надевать одежду с застежкой. Способ 1		
Принять решение одеться.		При значительных трудностях с застегиванием можно временно предварительно застегивать и надевать, как одежду без застежки.
Взять левой рукой правую полу куртки в районе воротника.		
Вставить правую руку в рукав.		
Правой рукой через плечо подтянуть левую сторону куртки.		
Вставить левую руку в рукав.		
Взять куртку за полы или воротник.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Потянуть вперед куртку, надев ее на плечи.		
Застегнуть застежку.		
Надевать одежду с застежкой. Способ 2		
Положить куртку перед ребенком передом вверх капюшоном или воротником к ребенку.		
Присесть и продеть обе руки в рукава.		
Пронести куртку над собой вращательным движением рук назад.		
Застегнуть куртку.		

**Навык
«Расстегивает
и застегивает
одежду и обувь»**

Возраст формирования навыка

Расстегивает большие пуговицы, тянет вниз за кольцо молнии: 2–2,5 года.

Застегивает большие пуговицы, расстегивает неразъемную молнию, расстегивает и застегивает кнопки: 2,5–3 года.

Застегивает молнию: 4 года.

Застегивает разъемную молнию: 4,5–5 лет.

**Завязывание
шнурков**

Развязывает бантик: 1 год.

Пытается шнуровать: 3 года.

Зашнуровывает ботинки: 4 года.

Завязывает бантик: 6 лет.

Сопутствующее умение: пинцетный захват.

Виды застежек: пуговицы; застежка-липучка; кнопки; молния; шнурки.

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Расстегивать кнопку		Лучше начинать с крупных кнопок!
Одной рукой (щепотью) ухватить и слегка оттянуть ту область одежды, где находится нижняя часть кнопки со штырьком.		
Второй рукой захватываем ту область одежды, где находится верхняя часть кнопки с углублением: большой палец отгибает ткань, после чего нужно потянуть верхнюю часть кнопки до расстегивания.		
Когда все кнопки расстегнуты, раздвинуть полы одежды и снять ее.		См. Таблицу навыка «Снимает / надевает одежду с застежкой».
Застегивать кнопку		
Одной рукой захватить ту область ткани, где расположена нижняя часть кнопки.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Второй рукой держать верхнюю часть кнопки, причем большой палец лежит на кнопке, а указательный и средний придерживают ткань снизу.		
Наложить кнопку углублением на штырек и большим пальцем надавливать до тех пор, пока не послышится щелчок.		
Расстегивать и застегивать застежку-«липучку»		Застежка-липучка может рассматриваться как облегченный вариант кнопки, и ее расстегивание выполняется аналогично.
Расстегивать пуговицу		Лучше для начала использовать пуговицы покрупнее!
Взять одной рукой полу / край одежды, на котором расположена петля.		
Второй рукой взять пуговицу и просунуть ее в петлю.		
Вынуть пуговицу из петли с нужной стороны наполовину.		
Вытянуть пуговицу из петли полностью.		
Застегивать пуговицу		
Взять одной рукой край одежды, где расположена застегнутая пуговица.		
Взять второй рукой пуговицу.		
Просунуть край пуговицы в петлю.		
Полностью просунуть пуговицу в петлю.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Натянуть край петельки на пуговицу.		
Расстегивать молнию на одежде		В первое время лучше использовать одежду с крупной молнией, замок которой легко вставляется в стопор и вынимается из него!
Взяться рукой за воротник или ворот.		
Ухватить пальцами язычок замка молнии.		
Потянуть замок молнии за язычок вниз.		
Открыть молнию до середины.		
Открыть молнию полностью.		
Вынуть замок молнии из стопора (разнять две стороны молнии).		
Застегивать молнию на одежде		В первое время лучше использовать одежду с крупной молнией, замок которой легко вставляется в стопор и вынимается из него!
Вставить замок молнии в стопор (соединить две стороны молнии).		
Взяться одной рукой за низ одежды и удерживать ее.		
Второй рукой взяться за замок молнии.		
Потянуть замок молнии вверх.		
Потянуть замок молнии вверх до середины куртки.		

Навык. Цепочка последовательных действий	Кто принимает решение, выполняет	Дополнительные рекомендации
Потянуть замок молнии вверх до ворота.		
Расстегивать и застегивать молнию на сапогах		
Взяться за край ботинка / сапога. Большой палец внутри ботинка или сапога.		
Второй рукой ухватиться за язычок замка молнии и потянуть его вниз.		Убедитесь в том, что язычок замка молнии удобен для захвата.
Развязывать шнурки, завязанные бантиком		
Двумя пальцами (большим и указательным) правой руки взяться за один конец шнурка.		
Двумя пальцами (большим и указательным) левой руки взяться за другой конец шнурка.		
Оба конца потянуть в разные стороны, до развязывания «бантика».		
Взяться за края обуви. Большие пальцы рук внутри, остальные снаружи.		
Растянуть края обуви.		
Снять обувь.		(См. в таблице навыка «Снимает и надевает обувь»).

7. КОМПЕТЕНЦИИ

Содержание

Компетенция «Мытье рук», «Умывание», «Чистка зубов», «Купание в ванной и под душем»

Компетенция «Самостоятельная еда и питье»

Компетенция «Пользование туалетом»

Компетенция «Умение одеваться и раздеваться»

Компетенция «Участие в игре»

Компетенция «Участие в организованном занятии»

Компетенция: «Умение наводить порядок – убирать игрушки, наводить порядок после занятия, складывать одежду»

Компетенция «Участие в прогулке»

Компетенция «Ложиться спать»

Коммуникативно-социальная компетенция

Компетенция «Мытье рук», «Умывание», «Чистка зубов», «Купание в ванной и под душем»

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, ситуации и задания	Примечания
1	Принять решение о выполнении.	<p>Дайте ребенку время:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • сориентироваться на ситуацию; сориентироваться на действия окружающих. Поддержите самостоятельное желание ребенка. <p>Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе: «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9-10.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выделите постоянное время для мытья рук: после прогулки, перед едой, после туалета. • Используйте для умывания ситуации, когда очевидно, что руки грязные, например: после прогулки, после рисования. • Используйте для пояснения дополнительные зрительные подсказки: картинки, полотенце. <p>Слуховые подсказки: звук льющейся в ванной воды.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Используйте для обучения разные ситуации в семье, на прогулке, в развивающей группе. 	
2	<p>Добираться до ванной.</p> <p>Мыть руки. Вытирать руки.</p> <p>Чистить зубы.</p>	<p>Учите ребенка ориентироваться в пространстве. Задавайте наводящие вопросы, например: «Что мы будем делать?», «Куда пойдём?», «Куда поставить стульчик?», «Как включить свет?», «Где полотенце?». Лаконично комментируйте ответы и действия ребенка. См. навык «Моет руки». С. 17-18.</p> <p>Учите ребенка узнавать свое полотенце по картинке и местоположению. См. навык «Чистит зубы». С. 19-20.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Определите постоянные места для основных предметов. • Организуйте игры и занятия на ориентировку в помещении, поиск предметов, достижение цели. • Обыгрывайте ситуацию умывания в игре. • Учите вытирать, стряхивать руки в процессе игр, занятий, прогулки. • Учите различать и сличать картинки, играйте в лото: предмет и изображение, парочки. 	
3	Ждать своей очереди у умывальника и уступать место после умывания.	<p>Мойте руки по очереди с ребенком. Комментируйте: «Сейчас мама помоеет, потом (имя ребенка)». «Подожди, теперь – мама».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Используйте разные ситуации, предполагающие соблюдение очередности. • Играйте с ребенком в игры на чередование: по очереди скатывайте машинку с горки, играйте на барабане и т. д. • На прогулке учите ребенка ждать своей очереди, когда он съезжает с горки, бросает мяч, ходит по бревну и так далее. • На занятиях в развивающей группе используйте любые ситуации, связанные с ожиданием своей очереди. 	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, ситуации и задания	Примечания
4	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.	<ul style="list-style-type: none"> • Создайте ребенку удобную среду: подберите устойчивый стульчик, скамеечку, повесьте полотенце на доступной ребенку высоте, продумайте удобное место для умывания и так далее. • Учите выполнять действия в позе стоя, залезать на возвышение и спускаться с него, ходить по ступенькам и так далее. • Развивайте умения совершать вращательные движения запястьем: поворачивать дверные ручки, отвинчивать небольшие крышки. 	
5	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте ответы, выполняйте просьбы. Говорите четко, кратко, понятно. Обязательно соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на», «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда». Согласие ребенок может выражать кивком головы. Подробно об этом см. в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9.</p>	<p>Слова и выражения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, папа, мама и другие слова из раздела «Люди». • Голова, глаза, нос, рот, язык, зубы, палец, ухо, живот, волосы, руки, ноги и другие слова из раздела «Части тела и лица». • Мыло, вода, полотенце, ванна, свет и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Смотреть, слушать, включить, выключить, открыть, закрыть, взять, положить, стоять, мыть, мыться, чистить, тереть, идти и другие слова из раздела «Действия». • Холодный, горячий, грязный, чистый и другие слова из раздела «Качества». • Здесь, где, нельзя, спасибо и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия, служебные слова» и «Регулирующие глаголы». • Выражения должны быть простыми и лаконичными, с использованием приведенного словаря, например: будем мыться, иди сюда. 	

Компетенция «Самостоятельная еда и питье»

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
1	Принять решение о выполнении.	<p>Давайте ребенку время, чтобы он успевал:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию; • ориентироваться на действия окружающих. <p>Поддержите самостоятельное желание ребенка. Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе. «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9.</p>	<p>Основное условие успешного формирования компетенции: ребенок должен быть голоден.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выделите постоянное время еды. • Используйте для пояснения ситуации дополнительные зрительные подсказки: картинку, ключевой предмет, например, ложка, тарелка. • Используйте разные ситуации, связанные с приемом пищи. 	
2	<p>Найти свое место за столом. Найти и принести стул, а после еды поставить его на место. Ориентироваться в пространстве стола.</p> <p>Есть и пить самостоятельно.</p> <p>Относить посуду на мойку и мыть ее.</p>	<p>Не торопите ребенка. Дайте ему время начать действовать самостоятельно. Если ребенок забыл, что нужно делать, подскажите ему, например: «А теперь принесем стульчик» и т. д. В качестве напоминания задавайте ребенку наводящие вопросы: «Где стол?», «Куда поставить стульчик?». Помогите ребенку найти свое место за столом и сесть. Можно использовать таблички с именами. Учите ребенка ориентироваться на поверхности стола, спрашивайте: где его тарелка, где ложка, салфетка.</p> <p>См. таблицу навыка «Ест и пьет самостоятельно». С. 23-24.</p> <p>См. таблицу навыка «Моет посуду». С. 25-26. Приемы кормления подробно описаны в книге «Формирование навыков общения и речи» (Приложение 4). Статья о педагогическом прикорме: http://downsideup.wiki/ru/forum/single/2409</p>	<p>Определите постоянные места для основных предметов: стол, место ребенка за столом, его стул, фартучек. Учите ребенка в игре и в быту совершать последовательные действия для достижения цели, например, добраться до определенного места, встать у опоры, взять заинтересовавший его предмет, сесть. Используйте игры и задания, направленные на ориентировку в пространстве и на плоскости и поиск предмета, игрушки.</p> <p>Подберите ребенку удобную посуду: тарелку, ложку, вилку, чашку. Познакомьте ребенка с их назначением. Ешьте вместе с ребенком за одним столом – так он сможет подражать вашим действиям Учите ребенка зачерпывать песок, воду и другие жидкие и сыпучие вещества совком и ложкой. Обыгрывайте кормление в играх. Используйте возможные ситуации приема пищи дома, в гостях, в кафе, в развивающей группе и так далее.</p>	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
3	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.	<p>Обеспечьте ребенку устойчивую удобную мебель.</p> <p>Используйте в быту и игре двигательные навыки, доступные ребенку: перемещаться по поверхности, переносить легкие крупные игрушки и не тяжелые предметы, играть в позе сидя, садиться на стул или другое возвышение и вставать с него.</p> <p>Учите использовать в игре и в быту разные орудия: молоток, совок, палочки и т. д.</p> <p>Формируйте пальцевые захваты и вращения запястьем: предлагайте ребенку брать мелкие предметы, опускать их в отверстие, откручивать крышки, поворачивать ручки, ключ в двери и так далее.</p>	
	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Обязательно поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящее и отклики ребенка, выполняйте просьбы. Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с используемыми предметами и конкретными действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку, который может, например, показать на холодильник, если он хочет, чтобы его открыли и дали что-то определенное.</p> <p>Научите ребенка простейшим регулирующим жестам: «дай», «на», «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда». Согласие ребенок может выражать кивком головы.</p> <p>Подробно описано в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде» на с. 9.</p>	<p>Речевой материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, папа, мама и другие слова из раздела «Люди». • Банан, каша, печенье, чай, яблоко, хлеб, яйцо, сок, суп и другие слова из раздела «Еда». • Чашка, тарелка, ложка, вилка, стол, стул и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Сидеть, брать, класть, есть, кушать, пить и другие слова из раздела «Действия». • Горячий, вкусный и другие слова из раздела «Качества». • Здесь, хочешь, не хочешь, дай, возьми, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия и служебные слова» и «Регулирующие глаголы». 	

Компетенция «Пользование туалетом»*

Предусматривает два варианта: ходить в туалет по предложению взрослого и самостоятельно.

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
1	Принять решение о выполнении. Понять, принять и выполнить инструкцию. Ориентироваться на ситуацию и действия других детей. Уметь проситься на горшок.	Предложите ребенку сходить в туалет / сесть на горшок. Ваша инструкция должна быть краткой, четкой и соотноситься с происходящим. Используйте выбранный вами жест / или звук, который будет обозначать эту ситуацию. Если ребенок сам просится в туалет, повторяйте тот его жест / звук, которым он обозначает это действие Хвалите за его использование определенного жеста, обозначающего потребность сходить в туалет. Принимайте любые способы ответа – слово, взгляд, жест, действия. Всегда откликайтесь на любой сигнал ребенка о желании сходить в туалет.	При смене деятельности всегда сообщайте об этом ребенку, чтобы он понимал, что происходит. Спрашивайте ребенка, хочет ли он участвовать в чем-либо: «Хочешь читать, играть, гулять, качаться на качелях?» Дождитесь ответа ребенка и четко и понятно, немногословно прокомментируйте его.	
2.	Знать, где находится туалет / горшок, Добираться туда самостоятельно. Уметь пользоваться туалетом и горшком. Мыть руки после туалета.	Учите ребенка ориентироваться в пространстве. Задавайте наводящие вопросы, например: «Что мы будем делать?», «Куда пойдём? Где горшок?», «Как включить свет?». Навык «Пользуется туалетом/остается сухим» см. на с. 21-22. При необходимости сообщайте ребенку, каким должен быть следующий шаг: «Сними штанишки», «Сядь на горшок», «Посиди немного», «Вставай» и т. д. Приучайте ребенка мыть и вытирать руки после туалета. Навык «Моет руки» см. на с. 17-18.	Выделите для горшка постоянное место, которое доступно ребенку. Создайте условия, для того чтобы ребенку было удобно пользоваться туалетом: круг на унитаз, устойчивый стульчик или другая устойчивая подставка под ноги и так далее. Обыгрывайте ситуацию «идем в туалет» с куклой или мишкой. Продумайте, как реализовать эту же ситуацию на прогулке, в гостях, в кафе и так далее.	

* Последовательность приучения к горшку описана в Приложении 3.

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
3	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.	Учите ребенка садиться на невысокий детский стульчик и вставать с него.	
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Обязательно поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящее и его ответы, выполняйте его просьбы. Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите ребенка простейшим регулирующим жестам: «дай», «на» «не хочу», «нет/отсутствие», «иди сюда».</p> <p>Учите ребенка использовать предметы-символы и определенные действия для объяснения его желаний, например, приносить горшок, указывать на дверь туалета.</p>	<p>Речевой материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, имена близких, названия членов семьи и другие слова из раздела «Люди». • Штаны, трусы, пуговица, бумага, горшок, вода и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Руки, ноги, живот и другие слова из раздела «Части тела и лица». • Сидеть, вставать, открыть, закрыть и другие слова из раздела «Действия». • Чистый, грязный и другие слова из раздела «Качества». • Дай, возьми, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия, служебные слова» и «Регулирующие глаголы». 	

Компетенция «Умение одеваться и раздеваться»

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечание
1	Принять решение о выполнении.	<p>Дайте ребенку время, чтобы он успел:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию; • ориентироваться на действия окружающих. <p>Поддерживайте самостоятельное желание ребенка. Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9-10.</p>	<p>Всегда сообщайте ребенку о предстоящих событиях, чтобы он хорошо понимал происходящее. Старайтесь сделать необходимость одевания и раздевания очевидной и привлекательной для ребенка (будем гулять, пойдём в гости). Можно посмотреть в окно, как одеты дети, которые гуляют на улице. Обязательно поддерживайте диалог с ребенком в разных ситуациях, принимая любые доступные ему способы общения.</p>	
2	<p>Добраться в прихожую.</p> <p>Найти свой шкафчик.</p> <p>Открыть и достать одежду и обувь.</p> <p>Одеться.</p> <p>Раздеться и повесить / поместить одежду и обувь в нужное место.</p>	<p>Не торопите ребенка, дожидайтесь начала его собственных действий. Обязательно комментируйте их, хвалите ребенка за инициативу. Помогите ребенку спланировать его деятельность, используя вопросы и указания: «Что будем делать?», «Что нам нужно?». Предложите ребенку самому найти и подобрать одежду. Спросите, где лежит одежда, что ребенок хочет надеть, дайте ему возможность выбрать то, что хочется. Подбирайте по цвету пары носков, варежек, шапку и шарф, трусы и майки. Вместе с ребенком оцените результат – подойдите к зеркалу и посмотрите. Кратко и понятно комментируйте происходящее. Если ребенок одет не очень тепло, можно задержаться у зеркала и обсудить: что он надел, как красиво и т.д. Навыки «Одевается и раздевается» см. на с. 38-53.</p>	<p>Мебель должна быть устойчивой и безопасной. Выделите для одежды ребенка постоянное место так, чтобы ребенок имел к нему доступ. Можно обозначить это место каким-то символом-картинкой. Учите ребенка при необходимости использовать стульчик, на который он может встать и достать нужный предмет. Учите находить и раскладывать предметы на место. Используйте для обозначения места символ-картинку. Используйте все подходящие ситуации для обучения одеванию и раздеванию – дома, в гостях, на занятиях в развивающей группе.</p>	
3	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.	Учите ребенка выполнять различные движения и действия в позе сидя и стоя.	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечание
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящее и его ответы, выполняйте просьбы.</p> <p>Учите ребенка брать инициативу в общении на себя.</p> <p>Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на», «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда».</p> <p>Учите использовать предметы-символы и действия для объяснения своего желания, например, показать на шкаф, где лежит одежда, или принести то, что он хочет надеть.</p>	<p>Речевой материал:</p> <p>Имя ребенка, имена близких, названия членов семьи и другие слова из раздела «Люди».</p> <p>Куртка, штаны, шапка, носки, ботинки, трусы, сапоги, свитер, кофта, пуговица, вода и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель».</p> <p>Руки, ноги, живот, голова, глаза, нос, рот, палец, ухо, волосы, другие слова из раздела «Части тела и лица».</p> <p>Сидеть, вставать, стоять, открыть, снять, смотреть, слушать, сложить и другие слова из раздела «Действия».</p> <p>Чистый, грязный, большой, маленький и другие слова из раздела «Качества».</p> <p>Да, нет, спасибо, здесь, кто, что и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия, служебные слова».</p> <p>Дай, возьми,ними, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Регулирующие глаголы».</p>	

Компетенция «Участие в игре»

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
1	Принять решение об участии в игре.	Дайте ребенку время, для того чтобы он мог: понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; ориентироваться на ситуацию; ориентироваться на действия окружающих. Поддержите самостоятельное желание ребенка. Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде», с. 9-10.	Разместите игрушки в доступном для ребенка месте. Если игрушки находятся высоко, они должны быть видны ребенку. Поместите в поле зрения ребенка стульчик или другую устойчивую подставку, куда он сможет вставать, чтобы достать игрушки. На прогулке обращайтесь внимание ребенка на игру других детей. Предлагайте ему поиграть: «Посмотри, как дети катаются с горки, пойдём тоже покатаемся».	
2	Знать, где находятся игрушки. Добраться до игрушек. Выбрать те игрушки, которые нужны для игры. Отнести их к месту игры. Играть с выбранными игрушками.	Учите ребенка ориентироваться в пространстве. Задавайте наводящие вопросы, например: «Что мы будем делать?», «Где игрушки?», «Как их достать?», «Куда поставить стульчик?». Лаконично комментируйте ответы и действия ребенка. Помогайте ребенку выбрать игрушки в зависимости от игры.	Выделите для вещей и игрушек постоянные, доступные для ребенка места. Выделите удобное безопасное место для игр. Научите ребенка использовать стульчик, чтобы достать нужный предмет.	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
	<p>Сменить игру.</p> <p>Отнести игрушки на место.</p>	<p>См. навык «Играет». С. 35-36. Присоединяйтесь к игре ребенка, внося в нее новые элементы: «Мишка поел, а теперь хочет спать!» Играйте эмоционально, а не механически – это привлечет внимание ребенка.</p> <p>Используйте в игре роль «продвинутого ребенка»: не навязывайте способы действия, но сами демонстрируйте их – так вы дадите возможность ребенку подражать вашим действиям.</p> <p>Если ребенок устал, помогите ему сменить игру: «Мишка спит!», «Спи, Мишка, а мы поиграем в мячик».</p> <p>См. навык «Переносит нетяжелые предметы». С. 33-34. После окончания совместной игры предоставьте ребенку возможность поиграть самому. После игры помогите ребенку убрать игрушки на место. Убирайте их вместе с ним, а не вместо него! Для сбора игрушек можно использовать большой контейнер, корзинку, ящик для игрушек на колесиках и т.д. См. компетенцию «Умение наводить порядок». С. 69-70.</p>	<p>Включайте ребенка в повседневные бытовые действия – они потом найдут свое отражение в игре (кормить, купать, укладывать спать. Помогите ребенку на прогулке, в гостях, на занятиях в развивающей группе играть с другими детьми, привлекайте его внимание к действиям других детей. Организуйте общую игру, предполагающую взаимодействие и соблюдение очередности: бросать мяч, меняться совочками и формочками, скатывать машинку с горки, ходить по бревну, кататься с горки и т.д.</p>	
3	<p>Двигательные навыки.</p>	<p>Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.</p>	<p>Учите ребенка удерживать в руках и переносить нетяжелые предметы, залезать на стульчик и слезать с него, садиться, вставать, наклоняться приседать, играть на корточках.</p>	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечания
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящее и ответы ребенка, выполняйте просьбы. Говорите кратко, понятно. Соотносите свои слова с предметами и действиями. Принимайте все способы общения доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на» «не хочу», «нет/отсутствие», «иди сюда».</p> <p>Учите ребенка использовать предметы-символы и определенные действия для объяснения своего желания, например, принести / показать игрушку.</p>	<p>Речевой материал: Мяч, барабан, кукла, мишка, зайка, машина, кровать, сумка, расческа, чашка, ложка, тарелка, сумка, веник, горшок, часы, телефон, мыло и другие слова из раздела «Игрушки вещи, мебель».</p> <p>Голова, волосы, глаза, нос, рот, живот, руки, ноги и другие слова из раздела «Части тела и лица».</p> <p>Спать, есть, пить, включить, ехать, играть, сидеть, стоять, собрать, сложить и другие слова из раздела «Действия».</p> <p>Где, нет / нету, пока, тихо, нельзя, спасибо, смотри, кто, что, и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия и служебные слова».</p> <p>Дай, возьми, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Регулирующие глаголы».</p>	

Компетенция «Участие в организованном занятии»

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечание
1	<p>Принять решение о выполнении.</p> <p>Выбрать занятие и спланировать действия.</p>	<p>Дайте ребенку время, чтобы он смог:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию; • ориентироваться на действия окружающих. <p>Поддерживайте самостоятельное желание ребенка.</p> <p>Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9-10.</p> <p>Предложите ребенку занятие на выбор: «Будем лепить или рисовать?» В случае затруднения с выбором и ответом используйте жесты, предложите на выбор два предмета, например: карандаши, коробка пластилина – это поможет ребенку понять, о чем идет речь.</p> <p>Кратко и лаконично прокомментируйте ответ ребенка, например: «Будем рисовать!» или «Будем лепить!»</p>	<p>Всегда сообщайте ребенку о предстоящем событии, ждите его реакции и кратко и четко комментируйте ее.</p> <p>Создавайте ситуации выбора, учите ребенка осуществлять выбор и сообщать о том, что он выбрал – ту или иную игрушку, шапочку, книжку, грушу, а не яблоко и т.д.</p> <p>Учите ребенка в быту и в игре выражать свои желания и нежелания.</p> <p>Учите ребенка привлекать к себе внимание взрослого, выражать просьбу, согласие, несогласие, отсутствие необходимого, используя доступные ему речевые средства.</p>	
2	<p>Знать, где находится место для занятий и оборудование для него.</p> <p>Подготовиться к занятию.</p>	<p>Помогите ребенку сориентироваться в помещении, используйте вопросы, указания: «Где лежат карандаши?» «Открой ящик, возьми карандаши!» «Положи карандаши на стол». При необходимости сопровождайте свою речь соответствующими жестами.</p> <p>Объясняя ребенку задания, используйте показ, при необходимости примените жесты.</p>	<p>Выделите удобное место для занятия.</p> <p>Разложите материалы в коробочки, прикрепите к ним картинки или символы, которые помогут ребенку вспомнить содержимое картинки.</p>	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечание
	<p>Участвовать в занятии.</p> <p>Цепочка действий зависит от содержания занятия.</p> <p>Убрать оборудование.</p>	<p>См. навыки «Участвует в игре / в занятии» С. 63-68.</p> <p>Дайте возможность ребенку максимально самостоятельно выполнить задание. Не гонитесь за высоким качеством, внимательно и правильно подбирайте уровень сложности, реально доступный ребенку.</p> <p>Проводите занятие эмоционально и увлеченно, чтобы ребенку было интересно присоединиться к вам.</p> <p>НЕ манипулируйте руками ребенка! Пусть сделает сам, сколько сможет.</p> <p>Постепенно удлиняйте время занятия от 5–7 до 15–20 минут.</p> <p>Привлеките внимание ребенка к полученному результату – нарисованной картинке, поделке из пластилина и т.д.</p> <p>Похвалите ребенка. Если на занятии вы делали поделку – поместите ее на видное место, покажите другим членам семьи.</p> <p>После окончания занятия помогите ребенку все убрать со стола.</p> <p>См. компетенцию «Умение наводить порядок». С. 69-70.</p>	<p>Создавайте в быту и в игре ситуации, необходимые ребенку для решения возникающих проблем, например, чтобы достать интересующий ребенка предмет, нужно принести стульчик, встать на него и только потом дотянуться до нужного предмета. Старайтесь, чтобы ребенок действовал не только по вашей подсказке, но и самостоятельно решал возникающие затруднения.</p> <p>Постепенно приучайте ребенка некоторое время концентрироваться на игре или занятии.</p> <p>Играйте в игры, предполагающие взаимодействие с ребенком и возможность подражать вашим действиям.</p> <p>Организуйте на прогулке ситуации, которые будут расширять специально организованные занятия: рисовать на асфальте, собирать листья осенью, собирать шишки и желуди. Дома рассмотрите собранные листья или шишки с желудями, рассортируйте их и используйте на занятии.</p>	
3	<p>Двигательные навыки.</p>	<p>Развитие навыков по индивидуальной программе.</p>	<p>Учите ребенка переносить не тяжелые предметы, садиться на стульчик и вставать с него.</p> <p>Учите ребенка выполнять различные действия в позе сидя, стоя.</p> <p>Учите ребенка брать, удерживать пальцами и перекладывать мелкие предметы.</p> <p>Учите ребенка действовать двумя руками, одна из которых ведущая, а другая – помогающая.</p>	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, задания и ситуации	Примечание
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящее и его ответы, выполняйте просьбы.</p> <p>Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на», «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда».</p> <p>Учите ребенка использовать предмет-символы и определенные действия для объяснения своего желания, например, принести / показать предмет, символизирующий определенное занятие.</p>	<p>Речевой материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Названия членов семьи, имя ребенка, слова в соответствие с темой занятия (подобрать по словарю). • Включить, открыть, закрыть, рисовать, лепить, сидеть, смотреть, слушать, взять, положить, читать, хлопать, стучать и другие слова из раздела «Действия». • Большой, маленький, чистый, грязный и другие слова из раздела «Качества». • Где, вот, нет / нету, да, нет, что, кто и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия и служебные слова». • Дай, возьми, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Регулирующие глаголы». 	

Компетенция «Умение наводить порядок – убирать игрушки, наводить порядок после занятия, складывать одежду»

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, ситуации и задания	Примечания
1	Принять решение о выполнении.	<p>Дайте ребенку время, чтобы он успел:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию; ориентироваться на действия окружающих. <p>Поддерживайте самостоятельное желание ребенка. Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде», с. 9-10.</p>	<p>Выделите постоянное время для уборки, например, перед тем, как смотреть мультфильмы. Используйте ситуации, когда необходимость убрать предметы / игрушки / книги бывает очевидна. Просите ребенка собирать игрушки, когда вы уходите с детской площадки. Помогите ему сделать это, но постарайтесь, чтобы он делал это вместе с вами.</p>	
2	Брать и относить игрушки/ предметы на их постоянное место.	<p>Помогите ребенку спланировать последовательность действий. Спрашивайте: «Что будем убирать?» «Куда положим..... ?» Задавайте вопросы: «Где лежат книжки? Где стоят машинки?» Если ребенок этого не знает, покажите, где что стоит, расставляя вещи по местам и четко, понятно комментируя свои действия. См. навык «Переносит нетяжелые предметы». С. 33-34. После окончания уборки обратите внимание ребенка на результат, похвалите его. Выполните то, что обещали ребенку сделать после уборки: поиграйте, почитайте, посмотрите мультфильм.</p>	<p>Выделите для вещей и игрушек постоянные, доступные для ребенка места. Обозначьте эти места с помощью картинок, пиктограмм. Выделяйте для ребенка начало и конец события. Приучайте ребенка после окончания занятия / игры убирать игрушки, оборудование, одежду. Включайте ребенка в деятельность, предполагающую умение класть предметы в определенное место: белье – в стиральную машину, уличные игрушки – в сумку для прогулки, посуду – в шкафчик и так далее. Разбирайте вместе с ребенком покупки, просите положить на место хлеб, сушки, пакет молока и так далее.</p>	

№	Навыки, входящие в компетенцию	Содержание обучения	Дополнительные условия, ситуации и задания	Примечания
3	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.	Предлагайте ребенку: добираться до определенного места; переносить предметы и складывать их в емкости; открывать и закрывать дверцы и крышки. Учите ребенка приседать, действовать руками, присев на корточки, наклоняться и поднимать предметы. Для ребенка, который не умеет ходить, можно использовать ящик на колесах, который он будет толкать перед собой, складывая в него игрушки.	
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	Поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящие действия и ответы ребенка, выполняйте его просьбы. Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями. Принимайте все способы общения доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на» «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда». Учите ребенка использовать предметы-символы и действия для объяснения своего желания, например, принести / показать коробку, в которую обычно складывают игрушки.	Речевой материал: <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, название членов семьи. • Мяч, барабан, машина, кубик, кукла; • Расческа, чашка, книга, телефон, сумка, щетка, стол, стул и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Штаны, шапка, носки, куртка, трусы, сапоги, кофта и другие слова из раздела «Одежда». • Открыть, закрыть, гулять, играть, убирать, бросать, смотреть, слушать, собрать, сложить и другие слова из раздела «Действия». • Большой, маленький, чистый, грязный и другие слова из раздела «Качества». • Где, нет / нету, ай-ай, да, нет, спасибо, здесь, кто, где, еще и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия и служебные слова». • Дай, возьми, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Регулирующие глаголы». 	

Компетенция « Участие в прогулке»

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание занятий и заданий / что делать	Дополнительные условия и ситуации	Примечания
1	Принять решение об участии в прогулке.	<p>Дайте ребенку время, чтобы он успел:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию; • ориентироваться на действия окружающих. <p>Поддерживайте самостоятельное желание ребенка. Организация общения взрослого и ребенка подробно описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9-10.</p>	<p>В быту и в игре сообщайте ребенку о предстоящем событии. Используйте слова и жесты, понятные ребенку. Используйте картинки и определенные бытовые предметы в качестве символов, например, ведро или совок, или картинку, чтобы ребенок мог понять, что планируется сделать. Напомните ребенку что-то приятное и привлекательное для него: «Пойдем на качели!», «Будем кататься с горки!» «Будем кормить птичек!».</p>	
2	<p>Найти свой шкафчик или полку, ящик. Собрать игрушки для прогулки. Одеться. Гулять в определенном месте.</p> <p>После прогулки раздеться и поместить одежду и обувь на место.</p>	<p>Учите ребенка ориентироваться в пространстве.</p> <p>См. навык «Играет». С. 35-36. См. компетенцию «Умение наводить порядок». С. 69-70. См. навыки «Одевается и раздевается». С. 38-53. На прогулке попросите ребенка показать или сказать, где он хочет играть. Приучайте ребенка некоторое время находиться в данном месте и никуда не уходить без взрослого. Научите ребенка сообщать о своих желаниях: хочет на качели, помочиться, пойти куда-то и т. д. Если вы видите, что ребенок скучает, спросите его, куда он хочет пойти, например: «Пойдем на качели или кормить уток?» Дождитесь реакции ребенка, прокомментируйте ее и реализуйте его просьбу.</p>	<p>Старайтесь сохранять определенное время прогулки и место прогулки.</p> <p>Соблюдайте постоянную последовательность: собрать игрушки, одеться, взять уличные игрушки и т. д. Научите ребенка жестам «дай», «на», «не хочу», «хочу в туалет» и помогайте ему их использовать в соответствующих ситуациях.</p>	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание занятий и заданий / что делать	Дополнительные условия и ситуации	Примечания
	Двигательные навыки.	Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.	Учите ребенка садиться на стульчик и вставать с него, подниматься и спускаться по ступенькам, играть в позе сидя и стоя, а также сидя на корточках, приседать и наклоняться, чтобы поднять предмет. Учите ребенка играть в различные игры с мячом.	
3	Играть рядом или вместе с детьми.	<p>См. навык «Играет». С. 35-36.</p> <p>Собираясь на улицу, рассмотрите вместе с ребенком и назовите игрушки.</p> <p>На прогулке учите ребенка просить игрушки, делиться своими и / или сообщать о нежелании отдать свою игрушку.</p> <p>Объясняйте ребенку, где его, а где чужие игрушки.</p> <p>Если ребенок не хочет делиться своими игрушками, отнеситесь к этому с пониманием.</p> <p>Объясняйте окружающим, что хочет или не хочет ваш ребенок.</p> <p>Покажите малышу, как пользоваться установленными на детских площадках игровыми комплексами.</p> <p>Учите ребенка копать и насыпать песок, сидя на бортике песочницы или на корточках</p> <p>Организовывайте совместные игры с другими детьми (мяч, догонялки, кегли).</p> <p>Учите соблюдать очередность: по очереди скатываться с горки, ходить по бревну, бросать мяч, качаться на качелях (самый трудный вариант из-за длительности ожидания). Напоминайте ребенку: «Сейчас Ваня, а потом – ты».</p>	<p>Используйте все ситуации, позволяющие ребенку играть в коллективе детей.</p> <p>Используйте все ситуации, позволяющие ребенку закрепить умение ждать своей очереди, уступать место другому: в быту и в игре используйте очередность действий.</p> <p>Играйте с ребенком в игры, требующие соблюдения очередности: по очереди скатывайте машинку с горки, играйте на барабане.</p> <p>На занятиях в развивающей группе используйте для обучения все возможные ситуации, требующие ожидания своей очереди – поиграть с игрушкой, по очереди класть шарики в коробочку, выполняя общее задание и т.д.</p> <p>Если нет возможности посещать развивающую группу или детскую площадку, приглашайте детей друзей в гости, и пусть малыш ждет своей очереди, чтобы, например, помыть руки и так далее.</p>	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание занятий и заданий / что делать	Дополнительные условия и ситуации	Примечания
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Поддерживайте диалог с ребенком: откликайтесь на его инициативу, делайте паузы, комментируйте действия и ответы ребенка, выполняйте его просьбы. Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на», «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда».</p> <p>Учите ребенка сообщать о своих желаниях, используя жесты, движения, предметы-символы: хочет чужую лопатку, не хочет отдавать свою машину. Комментируйте его желания, объясните окружающим, чего хочет ваш малыш.</p> <p>Учите ребенка просить взрослого о помощи во время одевания и во время прогулки.</p>	<p>Речевой материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, название членов семьи, имена других детей. • Мяч, барабан, машина, кубик, кукла. • Сумка, щетка, дом, лейка, и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Штаны, шапка, носки, куртка, трусы, сапоги, ботинки, кофта и другие слова из раздела «Одежда и обувь». • Голубь, ворона, муха, бабочка, воробей. • Открыть, закрыть, гулять, играть, убирать, бросать, смотреть, слушать, собрать, сложить, играть, прыгать, идти, сидеть, стоять, падать, рисовать и другие слова из раздела «Действия». • Большой, маленький, чистый, грязный, холодный и другие слова из раздела «Качества». • Где, нет / нету, ай-ай, да, нет, спасибо, здесь, кто, где, еще и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия и служебные слова». • Дай, возьми, положи, покажи, садись, встань, жди и другие слова из раздела «Регулирующие глаголы». 	

Компетенция «Ложиться спать»

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание занятий и заданий / что делать	Закрепление навыков. Дополнительные условия и ситуации	Примечания
1	Принять решение о выполнении.	<p>Дайте ребенку время, чтобы он успел:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понять инструкцию взрослого и принять ее на свой счет; • ориентироваться на ситуацию; • ориентироваться на действия окружающих. <p>Поддерживайте самостоятельное желание ребенка.</p> <p>Подробно организация общения описана в разделе «Развитие общения и речи в естественной среде». С. 9-10.</p> <p>Сообщайте о предстоящем действии: «Идем спать». В дополнение к словам используйте доступный жест и детское слово «бай-бай».</p> <p>Используйте ключевые предметы, имеющие отношение ко сну, создавайте ситуацию, предшествующую засыпанию.</p>	<p>Укладывайте ребенка спать в одно и то же время.</p> <p>Соблюдайте постоянные ритуалы отхода ко сну.</p> <p>Не проводите активных игр перед сном.</p> <p>Место для сна должно нравиться ребенку.</p> <p>Можно вместе с ребенком подобрать красивую подушку, мягкую любимую игрушку, с которой ему понравится спать.</p> <p>В случае необходимости включайте ночник.</p>	
2	<p>Знать, где расположена кровать.</p> <p>Уметь раздеться, сложить одежду и обувь. Надеть ночную одежду. Лечь и укрыться.</p>	<p>Помогите ребенку спланировать свою деятельность. Используйте простые вопросы: «Где мишка? Где он будет спать?», «Где его подушечка?», «А где Ванина подушка?» и т. д.</p> <p>См. навыки «Раздевается и одевается». С. 38-53.</p> <p>Помогите ребенку раздеться и правильно сложить вещи на стульчик, а тапочки – под стульчик, предложите ребенку лечь в кровать и укрыться одеялом.</p> <p>Почитайте книжку «на ночь», спойте колыбельную, если это помогает малышу уснуть.</p>	<p>Обыгрывайте ситуацию укладывания спать, используя мишку или куклу.</p> <p>Старайтесь включить ребенка в исполнение ритуала подготовки ко сну: принести книжку, которую ему читают на ночь, достать и подготовить пижаму, откинуть одеяло и т. д.</p> <p>Выделите для вещей и игрушек постоянные, доступные для ребенка места.</p>	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание занятий и заданий / что делать	Закрепление навыков. Дополнительные условия и ситуации	Примечания
3	Двигательные навыки.	<p>Развитие двигательных навыков по индивидуальной программе.</p> <p>Покажите ребенку, как можно лечь на кровать: сесть на край кровати, поднять ноги и положить на кровать и натянуть на себя одеяло.</p>	<p>Сделайте так, чтобы ребенку было удобно собираться спать: обеспечьте устойчивый стульчик для раздевания и складывания одежды, плоскую подушку, легкое и теплое одеяло.</p> <p>Учите ребенка разным движениям: садиться, вставать, приседать, наклоняться, залезать на возвышения и слезать с них.</p> <p>Развивайте тонкие движения рук: пальцевые захваты, умение застегивать и расстегивать одежду.</p>	
4	Навыки взаимодействия, общения и речи.	<p>Поддерживайте диалог с ребенком: отвечайте на его инициативу, делайте паузы, комментируйте происходящее и его ответы, выполняйте просьбы.</p> <p>Говорите кратко, четко, понятно. Соотносите свои слова с конкретными предметами и действиями.</p> <p>Принимайте все способы общения, доступные ребенку. Научите его простейшим регулирующим жестам: «дай», «на» «не хочу», «нет / отсутствие», «иди сюда», «спать».</p> <p>Учите ребенка использовать действия и предметы-символы, например, принести мишку, с которым малыш спит.</p>	<p>Речевой материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Имя ребенка, название членов семьи. • Мяч, барабан, мишка, машина, кубик, кукла. • Расческа, чашка, книга, телевизор, кровать, стул и другие слова из раздела «Игрушки, вещи, мебель». • Штаны, носки, трусы, кофта и другие слова из раздела «Одежда». • Голова, глаза, руки, ноги и другие слова из раздела «Части лица и тела». • Открыть, закрыть, играть, убирать, смотреть, слушать, собрать, сложить, лежать, спать, целовать и другие слова из раздела «Действия». • Большой, маленький, чистый, грязный и другие слова из раздела «Качества». • Где, нет / нету, ай-ай, да, нет, спасибо, здесь, кто, где, еще, тихо и другие слова из раздела «Восклицания, приветствия и служебные слова». • Дай, возьми, положи, покажи, садись, встань и другие слова из раздела «Регулирующие глаголы». 	

Коммуникативно-социальная компетенция

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
1	Использование вербальных и невербальных средств общения.	<p>Понимание речи Постепенно увеличивайте импрессивный словарь. В словаре должны быть не только существительные, но и глаголы, и другие части речи. Ребенка необходимо учить пониманию обращенной связной речи: выполнять простые поручения и просьбы, типа: возьми книгу, принеси мяч и т.д. Обращайте внимание на то, что ребенку необходимо понимать инструкции с глаголами и с предлогами.</p> <p>Собственная речь Учите ребенка отвечать на простые вопросы: «кто...?», «что...?», «что делает...?», «где...?», «куда...?» Для ответов ребенок может пользоваться любыми доступными ему средствами коммуникации: взглядом, словами, жестами, движениями и предметами-символами. Ребенок может использовать сочетание слов и жестов, для того чтобы сообщить что-то, попросить помочь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать слова и жесты в процессе игры; • использовать слова и жесты для организации совместной деятельности, когда необходимо объяснить, сообщить о своем желании, дать указания, договориться в игре; • уметь соглашаться и отказываться (словами, жестами, движениями). 	<ul style="list-style-type: none"> • Учите ребенка использовать все средства общения: контакт глаз, жесты, мимику, движения, интонацию. • Помогайте ребенку понять эмоциональные реакции окружающих. • Учите ребенка максимально использовать доступные ему речевые средства. • Принимайте любой ответ и комментируйте его кратко и понятно. • Иницируйте диалог с ребенком: задавайте вопросы, предлагайте выбрать игрушку или другие предметы, обязательно делайте паузу, давая возможность ребенку понять ваши слова и ответить. • Продумайте наличие предметов / картинок, с помощью которых ребенок мог бы отвечать на вопросы, выбирая и показывая вам те, которые нужны в конкретной ситуации. • Учите ребенка делиться, соблюдать очередность, ждать и ожидать своей очереди, предлагать / получать, благодарить и отказываться от того, чего он не хочет. • Учите ребенка навыкам коммуникации, в частности, умению просить, используя понятия «дай», «помоги», «давай закончим», «да», «нет», «уйди, пожалуйста», «я занят», «не хочу!». • Учите использовать картинки-символы для формирования и высказывания просьбы. 	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
		<p>Ребенок может рассказывать о произошедшем событии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • повторять за взрослым предложенные ему образцы высказываний; • комментировать происходящее; • рассказывать об интересном событии; • использовать слова и жесты, чтобы описать качества: большой, горячий и т. д. <p>Ребенок может инициировать общение:</p> <ul style="list-style-type: none"> • протягивать игрушку, дергать взрослого за одежду; • выразить просьбу с помощью слов и жестов; • сообщать о своих потребностях (хочет есть, пить, в туалет). • Задавать вопросы, используя соответствующую интонацию + слова и жесты. 		
2	Социальные отношения с другими детьми и со взрослыми.	<p>Прагматика / поведение в процессе общения. Дистанция при общении</p> <p>Устанавливать контакт глаз.</p> <p>Регулировать межличностное пространство при общении (стоять на соответствующем расстоянии).</p> <p>Регулировать громкость голоса.</p> <p>Отвечать на приветствие.</p> <p>Приветствовать другого человека. Махать ручкой, говорить «Привет!».</p> <p>Отвечать, когда с ним прощаются.</p> <p>Прощаться сам: «Пока-пока!»</p> <p>Говорить «спасибо» и «пожалуйста».</p> <p>Соблюдать очередность действий в игре и реплик в разговоре.</p> <p>Отвечать на вопросы.</p> <p>Начинать беседу / взаимодействие.</p> <p>Поддерживать беседу / взаимодействие.</p> <p>Заканчивать беседу / взаимодействие.</p> <p>Не перебивать собеседника.</p>	<p>Детям необходимо находиться в окружении взрослых и детей, которые представляют собой подходящую модель для поведения. Работа в парах или в группе даст детям возможность внимательно наблюдать за другими детьми.</p> <p>Учите ребенка действовать по правилам, соблюдать очередность, подражать действиям других детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обращайтесь внимание ребенка на поведение детей соответствующего возраста. • создавайте условия для партнерского поведения в игре (от игры рядом до распределения ролей). При возможности используйте ситуации, когда обычно развивающийся ребенок может послужить примером для подражания. • Учите ребенка делиться, ждать, соблюдать очередность, строиться в ряд с другими детьми. 	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
		<ul style="list-style-type: none"> • Рассказывать об интересном событии доступными способами. • Просить помочь жестом или словом «помоги» • Просить взрослого что-то разъяснить, задавать вопросы: «почему?», «кто?», «где?». • Говорить «Я не знаю» или показывает это жестом: например, пожимать плечами. • Рассказывать о произошедшем, используя доступные ему средства общения. 	<ul style="list-style-type: none"> • Учите ребенка управлять собственным поведением. • Учите ребенка контролировать его эмоции. • Оказывайте ребенку поддержку, терпеливо и неуклонно вводя понятия о дозволенных границах. • Оказывайте ребенку дружескую поддержку. • Большую помощь ребенку будут оказывать визуальные подсказки и предсказуемые действия. 	
3.	Участие в совместной деятельности.	<p>Совместная игра и деятельность</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ребенок ассоциирует себя с детьми того же возраста и пола и подражает их действиям. Наблюдает за действиями других. • Ориентируется на действия окружающих, имитирует их. • Участвует в игре, организованной взрослым или другим ребенком. • Участвует в неорганизованной свободной игре. • Согласен, когда кто-то присоединяется к его действиям, игре. • Присоединяется к игре или совместной деятельности других детей. • Приглашает других участвовать в игре, например, протягивает мяч. • Смеется над забавными вещами. • Использует слова и жесты для организации совместной деятельности: объясняет, сообщает, что хочет, дает указания, договаривается в игре. • Выражает нежелание что-то делать. • Просит перестать делать то, что ему не нравится. • Перестает делать, когда его об этом просят. 	<ul style="list-style-type: none"> • Поощряйте социальный интерес ребенка к другим людям, поощряйте и развивайте наблюдение за окружающими и говорите с ним о том, что эти люди могли бы думать и чувствовать. • Учите ребенка словам, обозначающим эмоции, двигаясь от простых к сложным. Например: счастливый, грустный, усталый, голодный, злой, гордый, испуганный, обиженный, глупый, тревожный, расстроенный. • Используйте картинки, на которых есть лица, выражающие разные эмоции, отмечайте эмоциональное состояние людей, играя в ролевые игры. • Убедитесь, что желаемое поведение других детей получило одобрение: ребенок охотнее всего будет копировать модели поведения, которые вознаграждаются! • Создавайте систему дружеских связей для своего ребенка. 	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
		<p>Понятие свое – чужое Ребенок различает свои и чужие предметы Делится с другими людьми или отказывается делиться Играет вместе, переживает, если другой ребенок заплачет. Помогает что-то сделать, уступает, если попросят. Настаивает, если хочет что-то получить или сделать. Дает отпор, если не согласен.</p> <p>Понятия знакомый – незнакомый. Отношения привязанности с близкими людьми</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ребенок различает знакомых и незнакомых. Предпочитает знакомых, не обнимает незнакомых и не уходит с незнакомым. • Выделяет одного ребенка из нескольких, может дружить с ним. • Умеет ждать. Понимает, что близкий человек может уйти на время и потом вернуться. • Заботится о других детях, помогает им. • Понимает, если обидел кого-то. Жалеет, успокаивает. • Склонен сотрудничать со взрослыми и детьми. • Принимает отказ, адекватно реагируя на него. • Понимает, что есть девочки и мальчики, тети и дяди. 	<ul style="list-style-type: none"> • Введите в повседневную жизнь четкие понятия о дозволенных границах. • Спокойно и уверенно учите ребенка соблюдать установленные границы. • Учитывайте, что ребенок не обязан отдавать кому-то свои игрушки, если он этого не хочет, а другие дети также не обязаны отдавать ему их игрушки. 	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
4.	<p>Социальное поведение в среде – соблюдение границ и правил.</p> <p>Развитие самоконтроля.</p>	<p>Учитывает временные и пространственные рамки</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предпочитает постоянный режим дня. • Знает режим дня и следует ему. <p>Знает и выполняет правила поведения</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ребенок понимает, что можно брать самому и о чем нужно спросить. • Понимает назначение разных предметов и правила пользования ими. • Узнает бытовые звуки и реагирует на них: стук в дверь, звонок, телефон. • Меняет поведение в зависимости от изменения сигналов, например, услышав сигнал, понимает, что происходит смена деятельности, или начинает и прекращает танцевать в ответ на включение и выключение музыки. • Может сосредоточиться на задании 10–15 минут. • Может на занятии выйти отвечать и вернуться на место. Умеет ждать, когда об этом просят. • Дождется своей очереди. • Ориентируется в новом месте. • Умеет ориентироваться в незнакомом помещении и ситуациях, хотя и проявляет некоторую тревогу. • В случае затруднения может попросить о помощи. 	<ul style="list-style-type: none"> • Используйте визуальные средства, отображающие распорядок дня и ожидаемые действия – они послужат хорошим напоминанием о существующих правилах поведения. • Используйте визуальные сигналы для определения игровых и бытовых зон. • Используйте визуальные и слуховые сигналы для структурирования времени. • Используйте моделирование в игре, комментированное рисование, кукольные спектакли, позволяющие понять правила поведения в среде. • Организуйте наблюдение за окружающими и обсуждение с ребенком происходящего во время такого наблюдения. • Создавайте условия для понимания того, что можно, а что нельзя, что можно, но при определенных условиях и т.д. Например, нельзя бросать мяч в комнате, но можно играть в мяч на улице, а в комнате можно играть с воздушным шариком. 	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
5.	Самооценка и уверенность в себе, в своих силах.	<p>Оценка и выполнение задания.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оценивает сложность задания. • Не отказывается от выполнения задания. • При неуспехе просит помощи или продолжает пробы. • Понимает последствия своих действий. <p>Умение решать проблему в процессе выполнения задачи. Чувствует себя уверенно в знакомой ситуации и может разрешить небольшую проблему, например, сам использует стульчик, чтобы достать желаемый предмет. Просит помочь, если сам не может разрешить проблему.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Организуйте процесс формирования компетенций в домашних условиях. Пожалуйста, помните, что уверенность ребенка достигается в основном за счет отношения взрослого к его успехам и неудачам, а также за счет того, как ребенок научился действовать в случае возникающих отклонений от привычных ситуаций, то есть решать возникающие проблемы. • Помогайте ребенку поделиться тем, что произошло в детском саду, на прогулке, на занятии в развивающей группе и так далее. Внимательно слушайте и наблюдайте за рассказом ребенка, задавайте вопросы, давайте ему время и возможность отвечать, комментируйте его ответы и так далее. <p>Используйте разнообразные средства коммуникации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Создавайте тематические альбомы. Возможные темы: «Моя семья», «Как я провел выходные или каникулы», «Новости» и так далее. Используйте фотографии, картинки, открытки, чтобы ребенок мог с помощью таких альбомов поделиться событиями своей жизни с другими людьми, невзирая на его ограниченный словарный запас. • Используйте метод комментированного рисования с отражением реальных событий. • Моделируйте нужные ситуации с помощью фигурок из конструктора «Дупло» или других мелких фигурок. 	

№	Задачи / отдельные навыки	Содержание	Что могут сделать родители	Примечание
			<p>Создавайте ситуации, в которых есть некоторая дополнительная сложность – отличие от обычного хода событий или действий. Предлагайте ребенку разрешать небольшие затруднения и справляться с новым вариантом задач. Важно научить его, несмотря на стресс, который возникает в таких случаях, видеть, что происходит и в чем состоит затруднение, принимать решения и действовать в зависимости от этих решений, постепенно наращивая опыт самостоятельных действий в самых различных ситуациях.</p>	

8. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

Словарь вашего ребенка. Контрольные таблицы*

Апробация соответствия словаря детскому лексикону русского языка проводилась в Лаборатории детской речи РГПУ им. А. И. Герцена

* При создании таблиц использован модифицированный опросник, созданный на базе «The MacArthur Communicative Development Inventory: Words and Sentences»: часть «Children Development Inventory», в переводе Инны Александровны Чистович.

(заведующая лабораторией – доктор филологических наук профессор **Стелла Наумовна Цейтлин**).

Использование этих таблиц поможет вам ориентироваться в речевых возможностях ребенка: объеме и составе словаря, о динамике его развития, о переходе от неречевых к речевым средствам общения.

Отмечайте, какие слова понимает и говорит ваш малыш. Это можно понять, наблюдая за ним в быту, игре и во время занятий.

№	Слово	Понимает (ставьте знаки «+» или «-»)	Использует		
			Жест (ставьте знаки «+» или «-»)	Лепетное слово (запишите)	Слово (запишите)
ЕДА					
	Банан				
	Каша				
	Печенье				
	Чай				
	Яблоко				
	Хлеб				
	Яйцо				
	Сок				
	Суп				
ЛЮДИ, ЖИВОТНЫЕ, ПТИЦЫ, НАСЕКОМЫЕ					
	Мама				
	Папа				
	Бабушка				
	Дедушка				
	Дядя				
	Тетя				
	Мальчик				
	Девочка				

№	Слово	Понимает (ставьте знаки «+» или «-»)	Использует		
			Жест (ставьте знаки «+» или «-»)	Лепетное слово (запишите)	Слово (запишите)
	Свое имя				
	Другое имя				
	Кот / кошка				
	Собака				
	Другой домашний любимец				
	Лошадь				
	Корова				
	Свинья				
	Курица				
	Петух				
	Утка				
	Гусь				
	Голубь				
	Ворона				
	Заяц				
	Ежик				
	Мышка				
	Муха				
	Бабочка				
	Цыпленок				
ИГРУШКИ, ВЕЩИ, МЕБЕЛЬ					
	Мяч				
	Барабан				
	Ведерко				
	Кубик				
	Кукла				
	Мишка				
	Зайка				
	Дудочка				
	Колокольчик				
	Бубен				

№	Слово	Понимает (ставьте знаки «+» или «-»)	Использует		
			Жест (ставьте знаки «+» или «-»)	Лепетное слово (запишите)	Слово (запишите)
	Пирамидка				
	Юла				
	Дом / домик				
	Карандаш				
	Лейка				
	Машина				
	Сумка				
	Пуговица				
	Расческа				
	Совок				
	Чашка / пить				
	Тарелка				
	Ложка / есть / кушать				
	Вилка				
	Веник				
	Горшок				
	Соска				
	Мыло				
	Вода				
	Часы				
	Телефон				
	Книга				
	Телевизор / пульт				
	Щетка (зубная)				
	Кровать / спать				
	Стол				
	Стул				
	Зеркало				
	Звонок				

№	Слово	Понимает (ставьте знаки «+» или «-»)	Использует		
			Жест (ставьте знаки «+» или «-»)	Лепетное слово (запишите)	Слово (запишите)
ЧАСТИ ТЕЛА					
	Голова				
	Глаза				
	Нос				
	Рот				
	Язык				
	Зубы				
	Палец				
	Ухо				
	Живот				
	Волосы				
	Руки				
	Ноги				
ОДЕЖДА					
	Куртка				
	Штаны				
	Шапка				
	Носки				
	Ботинки				
	Трусы				
	Сапоги				
	Платье				
	Свитер / кофта				
ДЕЙСТВИЯ					
	Спать				
	Есть				
	Пить				
	Включить / выключить				
	Открыть				
	Закрыть				

№	Слово	Понимает (ставьте знаки «+» или «-»)	Использует		
			Жест (ставьте знаки «+» или «-»)	Лепетное слово (запишите)	Слово (запишите)
	Гулять				
	Рисовать				
	Играть				
	Идти				
	Ехать				
	Прыгать				
	Сидеть				
	Стоять				
	Падать				
	Бросать				
	Смотреть				
	Слушать				
	Читать				
	Плакать				
	Причесываться				
	Целовать				
	Умываться / мыть				
	Хлопать				
	Стучать				
	Собрать, сложить				
	Вытирать				
	Кормить / покормить				
КАЧЕСТВА И ЦВЕТА					
	Большой				
	Маленький				
	Холодный				
	Горячий				
	Чистый				
	Грязный				
	Хороший / хорошо				

Приложение 2. Таблица обследования навыков

№	Название навыка	Ориентировочные сроки формирования	Результат	Примечания
НАВЫКИ ОПРЯТНОСТИ И ЕДЫ				
	Моет руки, лицо, ноги.	Участвует в мытье рук: 1–2 года. Вытирает руки и лицо: 1–2 года. Моет руки и ноги во время купания: 2–3 года. Моет руки с мылом: 2–3 года. Сам регулирует температуру воды: 5–6 лет.		
	Чистит зубы.	Начинает имитировать движения при чистке зубов: 1,5–2 года. По подражанию чистит зубы – пасту выдавливает взрослый: 2–3 года. Самостоятельно чистит зубы, выдавливая пасту: 4–5 лет.		
	Пользуется туалетом / остается сухим: <ul style="list-style-type: none"> • по предложению взрослого; • самостоятельно. 	Начало приучения: 1,5–2 года. Почти без «аварий»: 2–3 года. Ночью остается сухим: 2–3 года, мальчики до 4-х лет. Во время сна остается сухим. Встает в туалет, если нужно: 4–5 лет.		
	Ест и пьет самостоятельно.	Сосет сухарик или ест специальное детское печенье, держа их в кулачке: до года. Пьет из чашки, жует и проглатывает полупротертую пищу, ест руками, начинает есть ложкой: 1 год. Пьет из чашки, ест ложкой, пьет через соломинку: 2 года. Пользуется вилкой: 3 года. Ест полностью самостоятельно: 4 года. Пользуется ножом: 5–6 лет.		
НАВЕДЕНИЕ ПОРЯДКА				
	Моет посуду.	Моет посуду, которую дал в руки взрослый: 2–3 года. Собирает посуду в тазик: 2–3 года. Самостоятельно убирает со стола посуду: 3–4 года.		

№	Название навыка	Ориентировочные сроки формирования	Результат	Примечания
	Вытирает поверхность.	Вытирает тряпочкой поверхность: 1–1,5 года. Вытирает поверхность влажной губкой: 1,5–2 года. Совмещает вытирание со сметанием крошек: 2–3 года. Сам приносит тряпочку и вытирает стол: 4–5 лет.		
	«Сметает крошки со стола». «Подметает пол».	Приблизительный возраст формирования – 2–4 года.		
	Стирает вручную белье.	2–4 года.		
	Переносит не тяжелые коробки и предметы мебели.	Правильно берет и переносит коробку или стул: 2–3 года. Переносит и ставит стул: 3–4 года.		
УЧАСТИЕ В ЗАНЯТИИ				
	Участвует в занятии и / или чтении книги	Зависит от занятия и выбора книг.		
РАЗДЕВАНИЕ И ОДЕВАНИЕ				
	Снимает и надевает носки.	Держит ножку, пока взрослый надевает носок. Стаскивает свободные носки: 1 год. Снимает носки: 1,5 года. Надевает свободные носки, не вычлняя пятку: 3 года. Надевает носки правильно с незначительной помощью: 4 года.		
	Снимает и надевает обувь.	Держит ногу, пока взрослый надевает ботинок, стаскивает ботинок: 1 год. Пытается надеть ботинок: 1,5 года. Сознательно снимает расстегнутые ботинки: 2 года. Надевает ботинки без застежек: 3 года. Надевает ботинки с застежками с незначительной помощью: 4 года.		

№	Название навыка	Ориентировочные сроки формирования	Результат	Примечания
	Снимает и надевает штаны, брюки, шорты.	Проталкивает ноги в штанины. 1 год. Помогает снимать штаны, двигая ногами: 2 года. Снимает штаны на резинке: 2,5 года. Самостоятельно стаскивает плотные брюки вниз: 3 года. Надевает штаны на резинке, не различая перед и зад: 3,5 года. Надевает брюки с незначительной помощью. Умеет выворачивать брюки на лицевую сторону: 4 года. Сам надевает брюки: 5 лет.		
	Снимает / надевает трикотажную одежду без застежки (джерпер, футболка, платье свободного покроя).	Просовывает руки в рукава: 1–2 года. Снимает просторную футболку с посторонней помощью: 2–3 года. Надевает одежду без застежки с небольшой помощью: 2–3 года. Снимает джерпер с небольшой помощью, узнает перед у джерпера или платья: 4 года. Надевает одежду без застежки самостоятельно: 3–5 лет. Самостоятельно выбирает одежду в зависимости от погоды: 5–6 лет.		
	Снимает / надевает одежду с застежкой (рубашка, куртка).	Поднимает руку, чтобы на нее надели рукав, и проталкивает в него руку: 1 год. Находит пройму рукава. Стаскивает (снимает) расстегнутую рубашку: 2 года. Надевает рубашку или курточку с помощью взрослого: 2,5 года. Снимает футболку с посторонней помощью, начинает определять, где у одежды перед: 3 года. Снимает джерпер с небольшой помощью, узнает перед у джерпера или платья: 4 года. Сам надевает рубашку: 5 лет.		

№	Название навыка	Ориентировочные сроки формирования	Результат	Примечания
	<p>Расстегивает и застегивает одежду и обувь.</p> <p>Развязывает и завязывает шнурки.</p>	<p>Расстегивает крупные пуговицы, тянет вниз за кольцо молнии: 2–2,5 года.</p> <p>Застегивает крупные пуговицы, расстегивает неразъемную молнию, расстегивает и застегивает кнопки: 2,5–3 года.</p> <p>Застегивает молнию: 4 года.</p> <p>Застегивает разъемную молнию: 4,5–5 лет.</p> <p>Сопутствующее умение: пинцетный захват.</p> <p>Развязывает бантик: 1 год.</p> <p>Пытается шнуровать: 3 года.</p> <p>Зашнуровывает ботинки: 4 года.</p> <p>Завязывает бантик: 6 лет.</p>		

Приложение 3. Приучение к горшку Союз педиатров России: рекомендации для родителей

(Подробно вы можете прочитать здесь:
<http://www.pediatr-russia.ru/parents/potty>)

Когда лучше начинать

Нормальное развитие детей раннего возраста в значительной степени определяется правильным уходом за ними. Процесс приучения к горшку – важный этап в развитии и взрослении ребенка, а также в формировании его отношений с родителями. Многие родители склонны проявлять излишнее беспокойство, когда их ребенок не развивается в соответствии с их представлениями.

Практикуемые до недавнего времени методы «раннего приучения к горшку» (в течение первого года жизни) следует признать устаревшими и нефизиологичными, поскольку при их использовании не учитывается степень зрелости мышц и нервной системы ребенка (в частности, иннервация мочевого пузыря и кишечника). Как следствие, обучение становится долгим и малопродуктивным процессом. Кроме того, при их применении у детей могут возникать негативные реакции (поскольку обучение построено на давлении со стороны родителей) и соматоневрологические дисфункции, что впоследствии чревато такими проблемами, как запоры, недержание мочи / кала, многочисленные невротические реакции (включая логоневроз, тики и др.), а при достижении определенного возраста – энурез, гиперактивный мочевой пузырь и стойкий энкопрез. Принудительное приучение к горшку в любом возрасте может обернуться стрессом как для ребенка, так и для родителей. Описываемый стресс становится еще более выраженным, если ребенок не способен понять или интерпретировать полученную команду. Попытки навязать ребенку такие методы, основанные на доминировании взрослого, неизбежно приводят к затягиванию процесса обучения и низкой эффективности.

Описываемые методы раннего приучения к горшку относятся к рефлекторным, то есть основанным на выработке условного рефлекса, а не сознательного навыка. В процессе приучения родители определяют сигналы и «язык тела» ребенка перед мочеиспусканием или дефекацией подобно тому, как приучают к туалету домаш-

них животных. Такие приемы основаны не на реальном обучении, а на выработке рефлекса, и поэтому неэффективны. Успех процесса зависит от того, сумеет ли взрослый распознать потребность или желание ребенка сходить в туалет (при этом отсутствуют основные элементы обучения, и процесс не носит ассоциативный характер). Приобретенное ребенком «умение» имеет непостоянный характер и может быть утрачено при любой стрессовой ситуации (например, при болезни или переезде из квартиры, ссоре родителей) или других неблагоприятных обстоятельствах. Поэтому попытки принудительного приучения ребенка к горшку до достижения им физической готовности и / или повышенная интенсивность обучения никоим образом не ускоряют и не приближают желаемый результат. Успешное приучение к горшку – это воспитание когнитивного (сознательного) навыка или умения, которое должно быть сосредоточено вокруг ребенка; оно должно проходить позитивно и занимательно. Важно помнить, что приобретенный рефлекс легко утрачивается, если не является заученной моделью поведения.

Чтобы процесс приучения к горшку проходил быстро и легко, родители должны быть проинформированы о методе, «ориентированном на ребенка».

«Ориентированный на ребенка» или физиологический метод туалетного обучения является методом, учитывающим степень зрелости центральной нервной системы. Именно ЦНС обеспечивает иннервацию мышц, органов мочеполовой системы и желудочно-кишечного тракта детей. Данный подход помогает родителям правильно понять ребенка и направить процесс приучения к горшку в соответствие с уровнем развития ребенка. Согласно этому методу ребенок становится главной фигурой, повышается его уверенность в себе и самоуважение. Обучение этой методике призвано не просто выработать у ребенка рефлекс, а ускорить усвоение соответствующей информации или навыков. В случае с приучением к горшку – это знакомство ребенка с собственным телом. Физиологическая модель учитывает три ведущие составляющие детского развития: физиологическую зрелость (укрепление мышц сфинктера мочевого пузыря и кишечника, необходимое развитие ЦНС), психологическую и эмоциональную готовность (понимание и желание следовать инструкциям).

Согласно литературным данным, здоровый ребенок достигает необходимой физиологической зрелости в среднем в возрасте от 18 до 24 месяцев (Американская академия педиатрии, 2003).

Как узнать, что ребенок готов к приучению

Для того чтобы процесс прошел максимально гладко, следует знать некоторые признаки, указывающие на психическую и физиологическую готовность организма ребенка к познанию «туалетной науки». К таким признакам относятся:

- установление более или менее стабильного режима дефекации;
- способность более 2 часов сохранять подгузники сухими;
- знание частей тела и названий предметов одежды;
- знание или понимание слов «пописать» и «покакать»;
- демонстрация отрицательных эмоций от пребывания в испачканных подгузниках;
- стремление самостоятельно одеваться и раздеваться;
- стремление подражать взрослым;
- интерес к туалетной комнате и процессам, происходящим там.

И, наконец, самый достоверный признак: умение любым способом – словом, мимикой, жестами – передать родителям слово «хочу». И не потому, что так будет легче для мамы и она успеет усадить ребенка на горшок, а потому, что это свидетельствует: малыш чувствует потребность сходить на горшок.

10 правил успешного освоения горшка

Вашему малышу уже около 18 месяцев? Вы заметили в его поведении какие-либо из приведенных выше признаков готовности? Значит, можно начинать овладение новой сложной наукой. Приступаем.

1. Помимо готовности ребенка, должна присутствовать и готовность взрослых. Очевидно, что на этапе перехода от подгузника к горшку затраты времени на непосредственное общение

с малышом заметно увеличиваются. Нельзя выработать туалетные навыки лишь по воскресеньям или только в те дни, когда ожидается официальный визит бабушки.

2. Ребенок, как, впрочем, и всякий взрослый человек, склонен к переменам в настроении. Ранний этап туалетного обучения лучше проводить тогда, когда все члены семьи здоровы и жизнерадостны.
3. Купите удобный и... теплый горшок – холодное посадочное место может надолго испортить отношения с горшком! Сидение должно повторять анатомические изгибы, желателен наличие удобной спинки (такие горшки называют физиологичными). Первым делом вымойте горшок и поставьте его в комнате у крохи, чтобы он стал привычным для него предметом.
4. Знакомимся с горшком. Предлагаем его ребенку тогда, когда вероятность «процесса» максимальна – после сна, после еды, когда он показывает своим поведением, что ему пора сходить на горшок.
5. В случае успеха – очень-очень хвалим. В случае неудачи – изо всех сил стараемся не огорчаться, а если огорчаемся – огорчения не показываем.
6. Фиксируем внимание не только на самом горшке, но и на действиях, непосредственно предшествующих общению с горшком и расставанию с ним: как горшок достать, как его открыть, как снять трусы, как одеть трусы, как и куда вылить содержимое из горшка, как помыть горшок, как закрыть горшок и поставить его на место. Реализация всего перечисленного с легкостью превращается в интересную игру. Замечательно, если после каждого удачно осуществленного действия родители не скупятся на похвалы – весь процесс в таком случае сопровождают положительные эмоции, а это, пожалуй, главное на переходном этапе.
7. Постепенно организовываем встречи с горшком не только тогда, когда ребенку пора, а тогда, когда этого требует распорядок дня. Например, в обязательном порядке усаживаемся на горшок перед сном, перед прогулкой.
8. Расставаться с подгузниками окончательно и бесповоротно не следует. Они вполне пригодятся для поездок в транспорте, но-

чью, на прогулке в прохладное время года, а поначалу – и во время дневного сна. Но всякий раз, когда проснулись сухие и быстро уселись на горшок – обращаем внимание на то, какие мы молодцы, и в подтверждение этого очевидного факта демонстрируем сухой подгузник.

9. Важно, чтобы горшок воспринимался не как игрушка, а в качестве предмета совершенно определенного назначения. И в этой связи не стоит поощрять просто игры с горшком. «Вот это стул. На нем сидят». И, по аналогии: «Это горшок, сидя на нем, писают и какают».
10. Не принципиально: горшок или унитаз (подразумевается наличие специального детского сиденья). Тут уж как Вам удобнее. С учетом того, что процесс может затягиваться, особенно на первых порах, горшок, конечно, удобнее, поскольку общаться в комнате приятнее, чем в тесном туалетном пространстве. Совмещать горшок с унитазом – вполне приемлемый вариант, особенно для мальчиков. Специальная табуретка в туалете, а с нее пописать – это же просто удовольствие и осознанное приобщение к миру взрослых.

Практические рекомендации по приучению ребенка к горшку

Освоение гигиенических навыков и, в частности, навык пользования горшком и туалетом оказывается самым сложным для любого ребенка, поскольку он требует от него анализа ощущений, поступающих от внутренних органов. Более того, ощутить и проанализировать свои ощущения малыш должен заранее, чтобы успеть попроситься в туалет или проделать ряд действий самостоятельно (найти горшок, стянуть штанишки и т.д.). У ребенка с синдромом Дауна это умение формируется обычным путем, хотя, возможно, и несколько позже, чем у обычно развивающегося малыша. По данным разных авторов возраст психического развития, когда малыш может заранее почувствовать позыв к стулу, колеблется от 15 до 18 месяцев, а то, что ему пора помочиться, он начинает понимать к 18–24 месяцам.

Что же может усвоить ребенок прежде, чем достигнет этого возраста?

В этот подготовительный период ребенок может научиться пользоваться горшком.

1. Если взрослый внимательно наблюдает за поведением ребенка, возможно, он научится по его мимике и / или по определенным звукам догадываться, что малыша нужно высадить на горшок. Если такие попытки будут удачными, постепенно малыш поймет назначение горшка и, возможно, со временем сам начнет привлекать внимание взрослых к своим потребностям.
2. Если взрослые не могут определить потребность по его поведению, можно попробовать фиксировать время, когда у ребенка бывает стул и когда он мочится. Высаживание малыша в оптимальное время помогает тому понять назначение горшка. При этом нужно учитывать, что ребенок должен сидеть на горшке не более трех-пяти минут.
3. Игры в «дочки-матери», помимо кормления и укладывания спать, могут включать и обыгрывание горшка, что поможет ребенку не только понять ситуацию, но и отыграть имеющиеся у него страхи. Порой психологи и педагоги отмечают у малышей страх, связанный с ощущением, что при стуле или мочеиспускании какая-то часть себя самого теряется. В этом случае родителям можно посоветовать не слишком бурно реагировать на положительный результат.
4. Во время игры полезно научить малыша жесту или слову, обозначающему горшок и / или туалет. Это даст ему возможность заявить о своей потребности.
5. Ребенок должен знать, где находится горшок, уметь найти или принести его по просьбе взрослого.
6. Возможно, удастся научить малыша стягивать штанишки перед тем, как взрослый высадит его на горшок.

Подготовительный период при правильной организации формирует у ребенка положительное отношение к горшку, понимание его назначения и создает предпосылки для умения проситься на горшок.

Умение проситься на горшок формируется постепенно, проходя следующие стадии:

1. Малыш сообщает о случившемся «постфактум». Похвалите его за сообщение, снимите мокрые штанишки и предложите ему посидеть несколько минут на горшке. Возможно, он испугался того, что помочился в штаны, и потому удержал в себе часть «своей продукции».
2. Малыш сообщает о том, что ему нужно на горшок, во время «процесса». В этом случае нужно быстро посадить его на горшок. Многие родители этого не делают, мотивируя это тем, что уже поздно. У малыша создается неправильное представление о том, что если он опоздал, то сообщать не нужно, а это будет шагом назад в формировании данного умения.
3. Малыш начинает проситься на горшок заранее. Это очень важный момент в развитии навыка. Лучше, если взрослый сам быстро снимет с ребенка штанишки, чтобы тот успел все сделать на горшок. По мере того, как этот навык будет развиваться, ребенок будет удерживаться дольше, он будет сам снимать штанишки.
4. Если ребенок уже сам садится на горшок, взрослый должен максимально упростить его задачу: горшок должен всегда быть в доступном постоянном месте, а штанишки сниматься легко и удобно.
5. К этому навыку позже присоединяется умение пользоваться туалетной бумагой, выливать содержимое горшка, мыть его, спускать в туалете воду, надевать штанишки, мыть после туалета руки. Все это представляет собой сложную цепочку действий, которая формируется по тем же принципам, которые мы описывали в предыдущих разделах.

Необходимым условием для приучения малыша проситься на горшок является отказ от памперсов. Только почувствовав дискомфорт от грязных штанов, ребенок сможет последовательно пройти все перечисленные выше стадии формирования навыка. Некоторые родители летом держат детей без штанишек – результат бывает тот же, что при пользовании памперсами. Кожа малыша быстро высыхает, он чувствует себя достаточно комфортно, и поэтому не испытывает необходимости что-либо менять в своем поведении.

Умение оставаться сухим ночью, напротив, требует использования памперсов. Возможно, на первый взгляд, в этом есть противоречие, но еще раз задумаемся над тем, чего мы хотим достичь: «Малыш должен *проспать всю ночь, не просыпаясь, и остаться сухим*». Если каждую ночь будить ребенка и высаживать на горшок, как это делают некоторые родители, мы рискуем получить стойкую привычку просыпаться среди ночи и, сидя на горшке, общаться со взрослым, а порой даже играть. В этом случае ребенок, который уже может всю ночь проспать сухим, просыпается, будит родителей, а если они не сразу встают, мочится в постель.

Мы рекомендуем одновременно с использованием памперсов на время ночного сна изменить режим питания. Нужно учитывать, что не только сок и молочные продукты, но и фрукты, и овощи содержат в себе большое количество жидкости. В последнее кормление лучше дать малышу кашу или что-нибудь мучное.

В то же время есть достаточно взрослых людей, которые обязательно встают ночью в туалет. Если ребенку больше трех-четырех лет, а памперсы к утру все еще оказываются мокрыми, возможно, это и есть тот самый случай. С таким ребенком придется изменить тактику поведения, приучая его ночью просыпаться, чтобы сходить в туалет.

Приложение 4. Педагогический прикорм

Организация кормления подробно описана в книге П. Л. Жияновой «Формирование навыков общения и речи у детей с синдромом Дауна» (Приложение 4).

Чем вызвана необходимость использования «педагогического прикорма»

Большинство статей о порядке введения пищи, о том, как держать ложку и как учить ребенка жевать являются лишь описанием практических приемов, которые используют для того, чтобы приучить ребенка удерживать язык во рту или запустить процесс жевания. Эти приемы не гарантируют появление интереса ребенка к процессу еды и не всегда помогают его приучению к твердой пище.

Главное условие приучения к твердой пище – это интерес ребенка к «взрослым» продуктам питания и его желание самостоятельно брать их в руки и пробовать. Вы знаете, что ребенок берет в руки игрушки, несет и в рот и грызет. Почему же вы думаете, что он не сможет сделать этого же с кусочками еды? Не делает – значит, не хочет, а если не хочет, но вы сами проделываете это с ним – он либо воспринимает эту ситуацию как насилие и выражает свой протест, либо покорно предоставляет вам возможность кормить его и отказывается сам участвовать в процессе еды.

Кроме того, приучая ребенка есть, когда он не испытывает голода, вы рискуете сформировать у ребенка, а потом и у взрослого неконтролируемый прием еды. Это особенно тревожит, поскольку у подростков и взрослых с синдромом Дауна часто наблюдается избыточный вес.

Что же делать, чтобы ребенок заинтересовался взрослой твердой пищей и захотел ее пробовать, а также чтобы у него постепенно начали вырабатываться ферменты, которые позволят ему переварить новый вид продуктов.

Для формирования у ребенка так называемого пищевого интереса рекомендуют использовать **педагогический прикорм.**

Что такое «пищевой интерес»

и как его поддерживать во время прикорма

Многие специалисты при организации кормления рекомендуют использовать педагогический прикорм, который основан на естественном, инстинктивном интересе ребенка к еде.

Педагогический прикорм начинают вводить довольно рано: **первый этап введения** может начинаться уже после 6–8 месяцев и проходить одновременно с грудным кормлением или кормлением из бутылочки. В этом возрасте, отвечая на интерес ребенка к взрослой еде, мама кладет ему в рот микродозы продуктов, без цели накормить ребенка.

Микродоза для мягкой пищи – это примерно столько, сколько помещается у мамы между подушечками большого и указательного пальцев, если она их сожмет, или на кончике чайной ложки. Для жидких продуктов – один глоточек, который наливается в маленькую чашку на доньшко. Ребенок садится есть за стол вместе с мамой 5–6 раз в день. Можно начинать педагогический прикорм с творога или каши, с йогурта или сыра. За один раз ребенку дают не более двух-трех микродоз величиной с несколько зернышек риса, а затем постепенно увеличивают порции. Можно дать ребенку в руку сушку или сухарик.

В этом возрасте не нужно стремиться резко увеличить дозы, стремясь накормить ребенка. Это только пробы, в процессе которых ребенок привыкает к пище, а вы можете понять, нет ли у него аллергии. Поэтому расширяйте ассортимент продуктов и предлагайте все, что будет есть ребенок после года: мясо, сыр, рыбу, рис, гречку, макароны, яйца, овощи, и т.д. Помните, что во время введения этой пищи у ребенка должен сохраняться активный пищевой интерес.

Если малыш уже научился захватывать ручкой маленькие кусочки, переставайте сами класть их ему в рот, а положите перед ним на подносик или тарелку всё, что вы хотите ему предложить.

Второй этап введения предполагает, что какой-то вид пищи из педагогического прикорма можно использовать в качестве полноценного кормления. Ориентируясь на пищевой интерес ребенка, выбирается пища, которую постепенно доводят до объема, позволяющего ребенку наестся. Например, это могут быть каши, овощи,

бананы, мясо, ближе к году можно предложить малышу омлет и т.д.

Не давайте ребенку есть, если он не просит.

Не кормите малыша с ложки.

На этом этапе очень важно продолжать всячески поддерживать пищевой интерес ребенка и поощрять ребенка к инициативе в еде: без лишней необходимости не предлагайте еду сами; вы можете аппетитно жевать что-то в присутствии ребенка или просто сообщить ему, что садитесь завтракать.

Третий этап – переход к взрослому рациону. Каковы его особенности?

Малыш полностью переходит на общий рацион.

Он сидит на отдельном стуле за общим столом.

Самостоятельно пользуется столовыми приборами.

Сам старается соблюдать аккуратность и чистоту во время еды.

Практически не нуждается в посторонней помощи при питье и приеме пищи.

По-прежнему проявляет активный интерес к еде.

Основные правила введения педагогического прикорма

- Ребенок ест за общим столом, вместе со всеми, соблюдая правила поведения за столом, например, ему не разрешается играть едой, на столе не должно быть каких-то игрушек и т.д.
- Взрослые не предлагают ребенку съесть еще кусочек за бабушку и «плясок с бубном» не устраивают.
- Взрослые начинают есть сами и едят с аппетитом.
- Ребенку перед едой и во время еды не предлагают сладкое питье и углеводы (печенье, вафли, сухарики).
- Во время еды ребенок получает напитки очень небольшими порциями.
- Количество съедаемой пищи увеличивается только в зависимости от «запросов» ребенка.
- В руку нельзя давать продукты, от которых ребенок может откусить или отломать слишком большой кусок, который не может прожевать. Например, можно давать половинку яблока, от которой малыш «отпилит» передними зубами малень-

кие кусочки, но нельзя давать узкую дольку яблока, от которой он может откусить большой кусок.

- Ребенка постепенно приучают к пользованию столовыми приборами. Стоит иметь в виду, что вилкой пользоваться проще, чем ложкой, а вязкую пищу проще набирать в ложку, чем жидкую.
- Малыша приучают есть аккуратно, для этого сначала взрослый вытирает ему лицо и руки салфеткой, постепенно приучая его делать это самостоятельно.
- Если ребенок устал, перестал есть, его не следует удерживать за столом.
- В промежутках между кормлениями не давайте ребенку еды, особенно сладкого питья и углеводов.
- Если ребенок нарушает правила поведения за столом: бросает еду, стучит ложкой, кричит и капризничает, – не нужно его ругать, но после нескольких предупреждений необходимо просто удалить его из-за стола, а самим продолжить еду.
- С возрастом подберите для ребенка стул, который позволит ему самому выходить из-за стола.
- Приучайте ребенка перед едой мыть руки, а после еды, при необходимости, «отмывать следы его пищевой деятельности».

Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»

Центр сопровождения семьи

Даунсайд Ап – Российская некоммерческая организация, которая с 1997 года оказывает поддержку семьям, государственным и некоммерческим организациям в обучении, воспитании и интеграции в социум детей с синдромом Дауна, а также ведет просветительскую работу, направленную на формирование в обществе позитивного образа человека с синдромом Дауна.

В Центре сопровождения семьи Даунсайд Ап работают квалифицированные психологи, педагоги-дефектологи и логопеды.

Направления деятельности

- Информационная поддержка семьи
- Психолого-педагогическая и социальная поддержка семьи
- Консультирование московских и иногородних семей
- Дистанционное консультирование семей
- Групповые и индивидуальные занятия с детьми
- Семинары для специалистов и родителей
- Публикация специальной литературы для специалистов и родителей

Даунсайд Ап – зарегистрированная в России некоммерческая организация
«Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»
№7714011745

Наш адрес:

Россия, 105043, г. Москва, 3-я Парковая ул, д.14 А

Для получения дополнительной информации
обращайтесь к нам

по телефонам: **8 800 550 54 97**

бесплатный звонок по России

8 499 367 10 00

звонок по Москве

по электронной почте: **downsideup@downsideup.org**

Адрес нашего сайта: **www.downsideup.org**

Дорогой читатель!

Мы очень рады, что вам интересны наши книги.
Всю научно-методическую литературу фонд «Даунсайд Ап» распространяет БЕСПЛАТНО.
Но мы всегда благодарны за пожертвования, которые дают нам возможность
продолжать работу по изданию книг и обеспечению семей,
воспитывающих малышей с синдромом Дауна, необходимой литературой.

Вы можете сделать пожертвование через наш сайт

синдромлюбви.рф

или заполнить помещенную на следующей странице квитанцию,
которую примет любое отделение Сбербанка РФ.

Даже маленькая сумма принесет большую пользу!

Фонд «Синдром любви» учрежден Благотворительным фондом «Даунсайд Ап»
для развития просветительской работы о людях с синдромом Дауна в нашей стране,
а также для привлечения финансирования на программы их поддержки.

Жиянова Полина Львовна

**«Я все смогу!»
Таблицы навыков и компетенций
Методическое пособие для специалистов и родителей**

Российская некоммерческая организация
«Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»

Россия, 105043, Москва, 3-я Парковая ул., д. 14 А

Отпечатано в ОАО «Подольская фабрика офсетной печати»
г. Подольск, Революционный проспект, 80/42

Тираж 3000 экз.

Заказ №

П. Л. Жиянова

«Я ВСЕ СМОГУ!»

ТАБЛИЦЫ НАВЫКОВ
И КОМПЕТЕНЦИЙ

Методическое пособие
для специалистов и родителей

ДАУНСАЙД АП