С чего начнем?

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

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

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

Программа. Часть 1

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

1. Наполните ложку зачерпывающим движением справа налево (если ваш малыш левша, зачерпывайте пищу слева направо).
2. Поднесите ложку к его рту и дайте ему съесть ее содержимое. Скажите: «Хорошо! Ты ешь ложкой!»
3. Опустите ложку в миску и дайте ребенку время проглотить пищу.
4. После того как он съест четыре или пять ложек, положите ложку на стол и сделайте небольшой перерыв.
5. Повторяйте все пункты этой части программы, пока ребенок не кончит есть, а затем — во время четырех или пяти последующих приемов пищи или до тех пор, пока вы не почувствуете, что малышу на этом этапе удобна ваша физическая помощь.

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

Программа. Часть 2

1. Положив свою руку на руку ребенка, доведите ложку до его рта. Отпустите его руку. Позвольте ему съесть содержимое ложки и вынуть ложку изо рта. Снова положите свою руку на его и возвратите ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»
2. Отпустите его руку в тот момент, когда ложка будет почти у рта. Позвольте ему поместить ложку в рот, съесть то, что в ней было, и, вынув ложку изо рта, немного опустить ее. Затем снова положите свою руку на его и возвратите ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»
3. Уберите свою руку в тот момент, когда ложка будут примерно на середине пути ко рту. Пусть ребенок сам донесет ее до рта, съест содержимое и пронесет полпути назад, к миске. Затем снова положите свою руку на его и помогите, возвратить ложку в миску. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»
4. Отпустите его руку, как только поможете ему набрать пищу в ложку. Дайте ему самому донести ложку до рта, съесть ее содержимое и возвратить ложку в миску. Снова положите свою руку на его и вместе с ним наберите пищу в ложку. Скажите: «Молодец! Ты ешь ложкой!»

Заметим, что по мере прохождения второй части программы ребенок усваивает три навыка: 1) подносит ложку ко рту; 2) возвращает ложку в миску; 3) зачерпывает пищу.

Теперь ваш ребенок усвоил все действия, кроме одного, необходимого, чтобы ***зачерпнуть ложкой еду***. Этот шаг самый трудный. Когда вы сочтете нужным меньше помогать ребенку на этом этапе, вам нужно будет не убирать свою руку, а продолжать держать руку ребенка, но все менее крепко, до тех пор, пока он не научится зачерпывать еду сам с почти незаметной вашей помощью.

После этого направляйте уже не его кисть, а сначала запястье, потом локоть, и то лишь при необходимости. В конце концов, совсем отпустите его руку, и он будет все делать сам!

Работайте над каждым из перечисленных ниже шагов, помогая ребенку все меньше и меньше, до тех пор, пока он не сумеет успешно справиться с ним без вашей физической помощи. После этого переходите к следующему шагу.

Государственное Бюджетное Учреждение «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями» г. Тверь

170003, Тверь, Петербургское шоссе, 48

Программа формирования навыков самообслуживания

Я сам!

Я сам **ем ложкой**

Серия: «Школа правильных мам». Разработано учителем-дефектологом Щербининой О.В. в рамках подготовки стажировочной площадки социальной технологии «Соц. сопровождение семей с детьми, нуждающихся в социальной помощи.»

Тверь 2026