

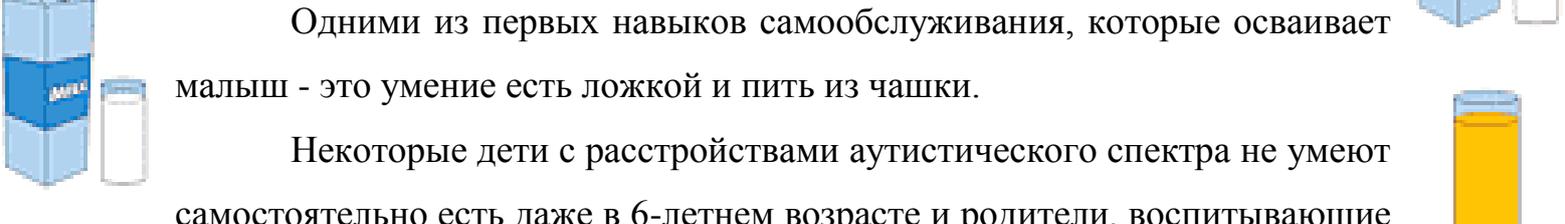


**«Формирование у детей
с расстройствами
аутистического спектра
навыков самостоятельного
приёма пищи»**

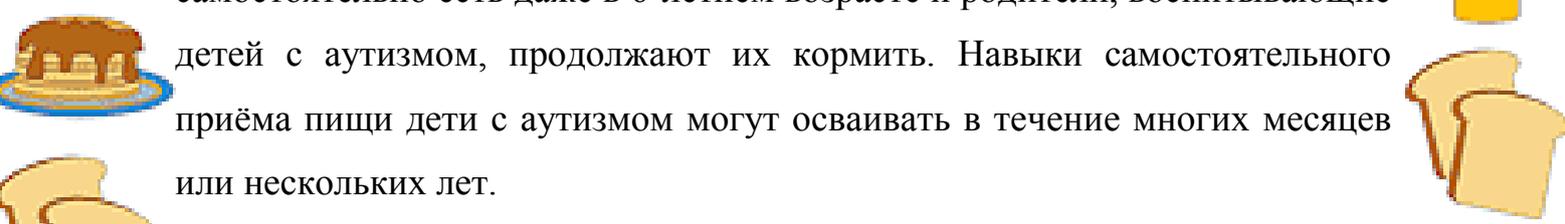




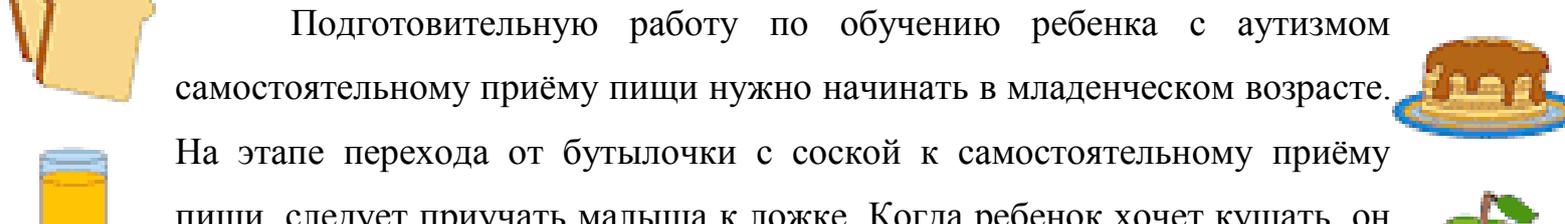
Одними из первых навыков самообслуживания, которые осваивает малыш - это умение есть ложкой и пить из чашки.



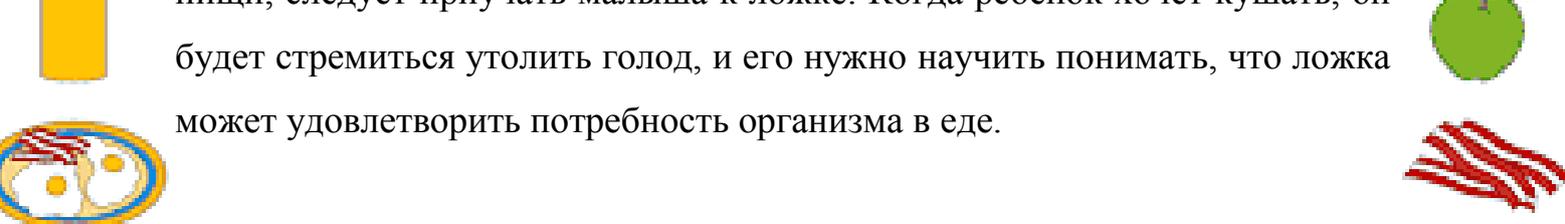
Некоторые дети с расстройствами аутистического спектра не умеют самостоятельно есть даже в 6-летнем возрасте и родители, воспитывающие детей с аутизмом, продолжают их кормить. Навыки самостоятельного приёма пищи дети с аутизмом могут осваивать в течение многих месяцев или нескольких лет.



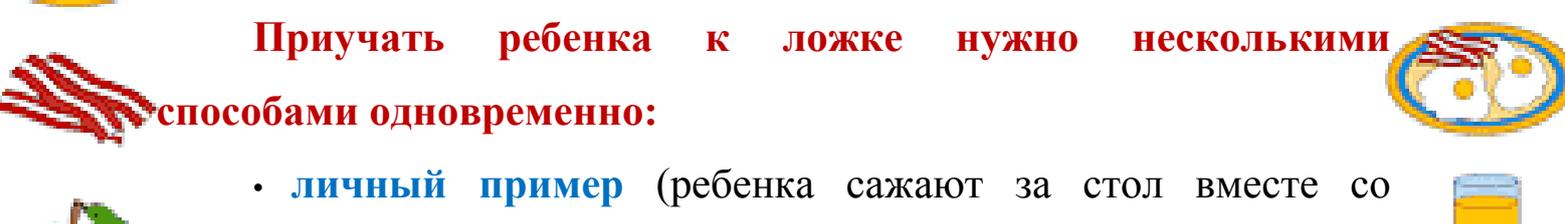
Подготовительную работу по обучению ребенка с аутизмом самостоятельному приёму пищи нужно начинать в младенческом возрасте. На этапе перехода от бутылочки с соской к самостоятельному приёму пищи, следует приучать малыша к ложке. Когда ребенок хочет кушать, он будет стремиться утолить голод, и его нужно научить понимать, что ложка может удовлетворить потребность организма в еде.



Приучать ребенка к ложке нужно несколькими способами одновременно:



- **личный пример** (ребенка сажают за стол вместе со взрослыми и другими детьми, владеющими этим навыком);



- **ребёнку предлагают небольшое количество пищи в ложке.** Здесь есть два важных момента. Во-первых, не задерживать ложку во рту ребенка, чтоб не сработал сосательный рефлекс, во-вторых, в ложке обязательно должно быть что-то вкусное;



- **игровые занятия** (кормление игрушек - вне времени приёма пищи, игра в песочнице совочком и лопаткой)



Обучение ребенка с расстройством аутистического спектра

пользованию ложкой следует в три этапа (подсказки).

1 этап - полная помощь взрослого. Взрослый помогает ребёнку взять ложку в кулак и сам обхватывает кулак ребенка, помогая таким образом донести ложку до рта. Когда малыш уверенно хватает ложку в кулак - можно переходить ко второму этапу.

2 этап - ребенок держит ложку самостоятельно, взрослый придерживает руку ребенка за предплечье (или запястье), помогая только правильно выдержать направление руки. При этом пища не должна быть слишком жидкой, на тарелке ее должно быть немного. Тогда ребёнку будет легче зачерпнуть еду ложкой и меньше пищи будет разбрасываться по сторонам.

3 этап - ребенок самостоятельно набирает пищу, взрослый «подталкивает» (лёгкое касательное движение под локоть) руку ребенка в нужном направлении. При необходимости взрослый вновь прибегает к действиям 2-го этапа.

Следует максимально использовать речевые подсказки, например, «Набирай кашу в ложку», «Неси ложку в рот», «Жуй» и так далее. Таким образом, взрослый проговаривает действия, чтобы ребенок с аутизмом мог соотнести действия и слова. Дети с расстройствами аутистического спектра очень чувствительны к похвале, поэтому за каждое самостоятельно выполненное действие ребенка нужно похвалить. Создавая «ситуацию успеха», обучающий мотивирует малыша, подкрепляя его желание самостоятельно есть.

В некоторых случаях на начальном этапе можно применить **метод двух ложек**. Суть метода в том, что одной ложкой малыша кормит взрослый, а второй ложкой ребенок сам пытается выполнить действия приёма пищи.

Необходимо учитывать, что дети с расстройствами аутистического спектра очень переборчивы в еде - иногда они могут отказаться есть даже своё любимое блюдо, если оно имеет необычный для них вид. Причина этого - не каприз ребенка, а чувство страха, возникающее в период обучения навыку приёма пищи.

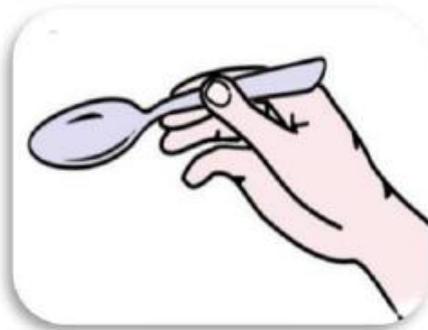
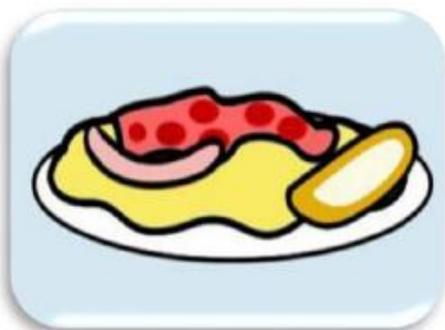
Для обучения ребенка расстройством аутистического спектра **приёму новой пищи целесообразно использовать следующий алгоритм. Социальная история «Я ем новую еду»**

Цель: формирование желания и умения есть новую еду.

Для меня приготовили новую еду.

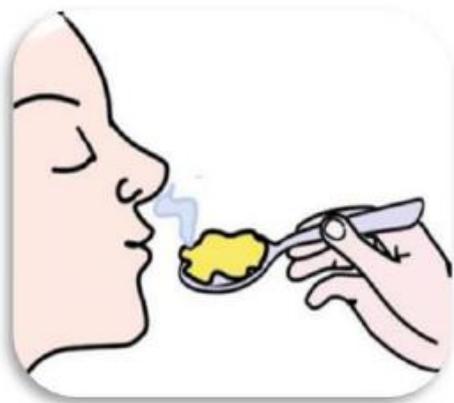


Я вымою руки и вытру руки полотенцем.

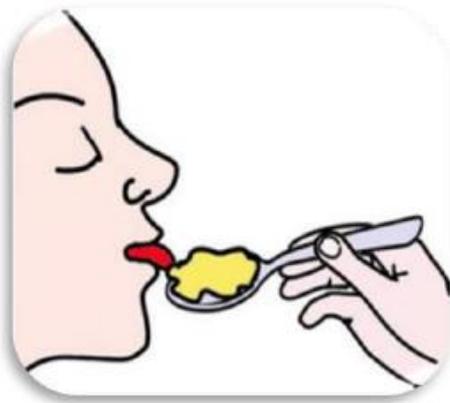


Там будет стоять еда.

Я возьму вилку или ложку и попробую новую еду.



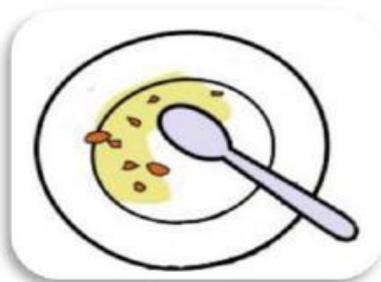
Я понюхаю еду.



Я дотронуся языком.



Я возьму еду в рот.



Я разжую во рту еду и глотну. И так съем всю порцию.



Я встаю из-за стола.



Я мою руки.



Я вытираю руки полотенцем.



*Я ел новую еду.
Я – молодец!*

Используемая литература

Богатая О.Ф., старший научный сотрудник Регионального Ресурсного центра образовательных технологий по работе с детьми, имеющими особенности развития БУ ВО Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский государственный педагогический университет»

Формирование социально-бытовых навыков у детей с расстройствами аутистического спектра: Методические рекомендации/Авт.-сост. О.Ф. Богатая, 2019. - Сургут. С - 67.