

Что даёт навык самостоятельного одевания – раздевания ребенку раннего возраста?



Доктор Карл Данст (старший научный сотрудник в The Orelena Hawks Puckett Institute Северная Каролина, США) утверждает, что маленькие дети участвуют в 40-50 ежедневных активностях (это всевозможные игры, как самостоятельные, так и с детьми, родителями, приём пищи, питье, передвижение, умывание, туалетные процедуры, одевание и раздевание, множество активностей на прогулке, помощь по дому и многое другое).

Каждая активность дает 8-10 обучающих возможностей. А это минимум 200000 обучающих возможностей за год. Если ребенок посещает занятия длительностью 30 минут 1 раз в неделю, он получает 7500 обучающих возможностей в год.

Разберем подробнее, что даёт ребенку навык самостоятельного одевания и раздевания:

- тренирует силу рук (надеть колготки, поправить задник обуви, застегнуть кнопки и липучки);
- развивает кистевой праксис (вывернуть одежду, одеть носочек, соединить две части кнопки);
- справляется с различными текстурами ткани, различной плотностью, степенью эластичности (для этого нужно проанализировать, как поведет себя ткань, сколько сил нужно приложить, чтобы успешно справиться);
- решает задачу по поиску «правой стороны», учится ориентироваться по ярлычку (пространственная ориентация, аналитическое мышление);
- развивает память и мышление (выстраивает последовательную цепочку действий, в какой последовательности надевается одежда);
- удержание равновесия (во время одевания тело ребенка принимает максимально не симметричную позу, центр тяжести сдвигается и удержание своего тела в пространстве требует от ребенка больших усилий);
- развивает понимание речи (мама даёт указания: «надень сначала...», «выверни рукав», «заправь маечку», «поменяй сандалики местами» и т.д.);
- развивает инициативу ребенка (попросить о помощи);

- закрепляет представление о собственной схеме тела, понимает свою отдельность от других (не мама одевает меня, она занята другими делами. Мы не единое целое, я отдельный человек. Я сам!);
- развивает настойчивость (справится самому, начать снова, если не получилось с первого раза);
- обобщает опыт (все штаны надеваются через ноги, все майки и футболки через голову, а жакеты через рукава и т.д.).
- ребенок учится подбирать одежду по погоде и по времени года;
- ребенок учится выбирать одежду, какая-то становится любимой;
- малыш сосредотачивает свое внимание на одном процессе несколько раз в день (утром переодевается из пижамы в домашнюю одежду, на прогулку и с прогулки минимум один раз в день, переодевается в пижаму на дневной сон, переодевается днем в случае, если облился, испачкался, что случается регулярно у детей раннего возраста, вечером переодевается в пижаму).

Самостоятельное одевание и раздевание даёт минимум 5 эпизодов обучающих возможностей в день, каждый эпизод одевания-раздевания занимает минимум 5 минут времени (5х5=25 минут), которые суммарно по времени могут заменить одно (или более) занятие с педагогом.

Что влияет на освоение навыка:

- Освоение навыка зависит от сохранности структур и функций организма. Не зависит от диагноза (нельзя сказать, что все дети с ДЦП не смогут одеваться самостоятельно).
- Организация, адаптация среды (насколько удобно ребенку сидеть на стульчике, в доступе ли находится одежда, надевать трико легче, чем джинсы и т.д.).
- Личностные особенности ребенка (темперамент, настойчивость, инициатива, дружелюбие, внутренняя мотивация).
- Межличностные отношения, которые сложились между ребенком и ухаживающим взрослым.

С чего начать?

Подготавливать ребенка к дальнейшей самостоятельности следует с раннего возраста, задолго до того, как он сделает первые самостоятельные шаги. Малыш должен максимально активно участвовать в процессе переодевания. С 7 месяцев можно надевать подгузник на малыша стоя (ребенок держится за опору или за маму). Мама дает ребенку держать свой чистый подгузник, пока она снимает использованный. Мама просит подать ей чистый подгузник и малыш учится понимать простые инструкции, соотнося их с ситуацией и жестом.

Учите ребенка расстегивать липу на подгузнике.

К 9 месяцам учить снимать шапочку, это помогает ребенку понять «верхнюю границу себя».

Снимать носочки к 10 мес.

К 1 году ребенок активно подаёт ручки и ножки во время одевания, активно проталкивает их в рукава, штанины.

К 2.6 годам ребенок, в норме, полностью самостоятельно одевается и раздевается (за исключением пуговиц). Это может быть не совсем аккуратно, но ребенок делает это полностью самостоятельно и гордится тем, что делает это САМ.

ВАЖНО!

- Маленькие дети учатся через многократное взаимодействие с окружающей средой.

- Навыки, которые ребенок осваивает рассредоточены по времени (24/7), а не формируются по желанию взрослого в процессе коротких занятий у педагога.

Повторение одних и тех же действий в процессе выполнения рутин помогает ребенку отточить их.

- Будьте доброжелательны, участливы при обучении ребенка любым навыкам. Помогайте только там, где это необходимо, для этого нужно проявить чуткость, а иногда чуточку подождать, дать ребенку шанс справиться самостоятельно.

- Dunst, C. J. (2007). Early intervention with infants and toddlers with developmental disabilities. In S.L. Odom, R. H. Horner, M. Shell, & J. Blacher (Eds.), Handbook of developmental disabilities New York: Guilford Press.

- Dunst, C. J., Bruder, M. B., Trivette, C. M., & Hamby, D. W. (2005). Young children's natural environments: Contrasting approaches to early childhood intervention indicate differential learning opportunities. Psychological Reports.

Педагог-психолог ВКК Еремеева Н.В.