

УДК 376.42

Ю.В. Галецька

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ПРИЙОМУ ЇЖІ У ДІТЕЙ З ПОМІРНОЮ ТА ВАЖКОЮ РОЗУМОВОЮ ВІДСТАЛІСТЮ

В статті визначено основні принципи особистісно орієнтованого навчання вихованців в умовах будинку-інтернату; здійснено опис методичних рекомендацій із формування навичок прийому їжі у дітей з помірною та важкою розумовою відсталістю.

Ключові слова: навички прийому їжі, соціально-побутові навички, заняття із соціально-побутового орієнтування, дитина з помірною та важкою розумовою відсталістю.

В статье определены основные принципы личностно ориентированного обучения воспитанников в условиях дома-интерната; описаны методические рекомендации по формированию навыков приема пищи у детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Ключевые слова: навыки приема пищи, социально-бытовые навыки, занятия по социально-бытовому ориентированию, ребенок с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Робота з дітьми, які направляються в спеціальні дитячі будинки-інтернати, є надзвичайно важкою і напруженою. Вимагається створення спеціальних умов для здійснення дошкільного виховання, подальшого навчання, наполеглива робота, яка б сприяла компенсації порушених функцій дитячого організму, формуванню соціально-побутових навичок, підготовці дитини до трудового навчання в майбутньому. Одне з найважливіших завдань для дітей з помірною та важкою розумовою відсталістю – навчитися обслуговувати себе: самостійно їсти, вмиватися, користуватися туалетом, одягатися тощо.

Метою статті є опис методичних рекомендацій із формування навичок прийому їжі у дітей з помірною та важкою розумовою відсталістю (пити з чашки, користуватися ложкою і виделкою під час їжі, намазувати і різати ножом).

Особливості розвитку даної категорії дітей потребують спеціальної організації корекційно-педагогічного процесу з формування побутової

самостійності. В якості основних принципів особистісно орієнтованого навчання дітей в умовах будинку-інтернату виступають:

1. Комплексний життєво-практичний підхід як організований комплекс заходів, спрямований на формування життєво важливих умінь дітей в процесі активної предметно-практичної діяльності та їх застосування в різних соціально-побутових ситуаціях.

2. Принцип природовідповідності передбачає орієнтування на внутрішній світ дитини, створення умов для його самовираження, самоконтролю та саморозвитку.

3. Принцип афективності передбачає формування побутової самостійності на позитивному емоційному фоні, який сприяє мотивації і концентрації уваги дітей на дії, живить їх емоції, надаючи впевненості в собі. Одним із дієвих засобів емоційної підтримки є музичний супровід виконуваної дитиною діяльності.

4. Активізація всіх органів чуття – педагог стимулює сприйняття дитини таким чином, щоб воно проходило по можливості через всі аналізатори (зір, слух, смак, нюх, дотик).

5. Психодинамічне розвантаження – чергування фаз зосередженого психічного навантаження та розкутої рухової активності.

6. Розмитість кордонів навчання на спеціально організованих заняттях і в повсякденній життєдіяльності. Навчання відбувається не тільки на спеціально організованих заняттях, але й в процесі повсякденної діяльності дітей (прийом їжі, роздягання, одягання, гігієнічні процедури). Розмитість кордонів обумовлена також логічною взаємопов'язаністю різних видів життєдіяльності; крім того, забезпечує природне психодинамічне розвантаження [3, 7].

У процесі формування побутової самостійності вихованців будинків-інтернатів передбачається надання різноманітних видів педагогічної допомоги: спільні дії (давай зробимо разом), дії за наслідуванням (виконай, як я), дії за зразком (запам'ятай і повтори), за словесною інструкцією (візьми стакан). Педагог спрямовує дії дитини, використовуючи такі прийоми: спонукання до початку дії (послухай і покажи, назви, скажи, зроби, запитай, попроси), підкріплення слова жестом, навідні запитання (як треба попросити річ?), вказівка, пояснення, уточнення (що у тебе вийшло?), незакінчені речення, підказка початку слова. Дорослий організовує діяльність дітей, використовуючи різні інструкції, питання, які активізують увагу: "Подивися, що це?", установки "Будь уважний!"; повторює завдання; показує різного типу наочність (натуральні предмети, сюжетні картинки, кольорові і чорно-білі предметні картинки). Особлива роль у формуванні побутової самостійності відводиться емоційно-підтримуючій допомозі, яка виражається в особистісно орієнтованому схваленні дій дитини (молодець, розумниця, чудово), похвалі (у тебе все вийшло, ти все зробив добре; правильно зробив), використанні

невербальних засобів спілкування (усмішка, погляд, міміка, пантоміміка, жест, інтонація, сила голосу); заохоченні (пригощання) [3, 8].

Основою для формування навичок, пов'язаних із прийомом їжі, є здатність дитини рухати головою, язиком, губами, щелепами; утримувати рівновагу в положенні сидячи. Для того, щоб приступити до навчання вмінню пити з чашки, потрібно, щоб дитина вже уміла пити з чашки, яку тримає педагог. Працюють з пластмасовою чашкою (без ручки) або із склянкою, досить вузькою для того, щоб дитина могла легко обхопити її руками. Спочатку займатися бажано в той час, коли дитина може відчувати спрагу. Наповнюють чашку на чверть улюбленим напоєм малюка, саджають дитину за стіл на стілець такої висоти, яка забезпечувала б їй під час пиття належний комфорт. Напій повинен стати достатньою винагородою, разом з похвалою.

Упродовж усього заняття дорослий стоїть позаду дитини. Обхоплює її руками чашку, а згори поміщає свої руки. Надалі виконує один за другим наступні кроки: підносить чашку до її рота, нахиляє чашку і дозволяє дитині зробити ковток, ставить чашку на стіл, забирає свої і її руки. Каже: "Добре! Ти п'єш з чашки!". Ці кроки повторюються до тих пір, поки дитина не вип'є увесь вміст чашки. Необхідно стежити за тим, щоб дитина сама теж брала участь у роботі. Коли діти з помірною та важкою розумовою відсталістю усвідомлять, якою має бути послідовність дій при питті з чашки, потрібно перейти до відтворення кожного кроку. Після того, як дитина опанує один крок і зуміє упродовж декількох занять успішно виконати необхідні дії без допомоги дорослого, переходять до наступного кроку:

- продовжують спрямовувати руки дитини до того моменту, коли чашка повинна буде стояти на столі, у цей момент забирають свої руки і дозволяють їй самій завершити процес, поставивши чашку на стіл;

- забирають свої руки, після того, як, повертаючи чашку на стіл, проходять разом половину шляху;

- забирають свої руки, відразу після того як дитина зробить ковток, і дають їй поставити чашку на стіл самостійно;

- допомагають дитині, поки вона не донесе чашку до рота, прибирають свої руки, дають їй самостійно нахилити чашку і зробити ковток, повернути чашку на стіл вона вже зможе сама. Надалі потрібно все менше і менше допомагати дітям з помірною та важкою розумовою відсталістю, поки вони не навчаться виконувати усі дії самостійно [1,193].

Процес формування навичок самообслуговування у дітей з помірною та важкою розумовою відсталістю має свою специфіку в силу об'єктивних причин. При формуванні побутової самостійності враховуються особливості загальної та дрібної моторики дітей. У деяких з них спостерігається гіпотонія: знижений тонус в різних м'язових групах перешкоджає своєчасному розвитку координації рухів

і впевненому збереженню рівноваги тіла. Дитині з гіпотонією важко не тільки утримувати позу корпусу, але й виконувати чіткі дії пальцями: захоплювати, утримувати в руках предмети (ложку, чашку тощо). В інших дітей діагностується гіперрухливість суглобів (у тому числі і суглобів рук, кистей і пальців) внаслідок надмірної еластичності і слабкості зв'язок, що виражається в неточних рухах, труднощах здійснення контролю за ними. Особливості будови тіла та специфіка розвитку моторики впливають на будь-яку діяльність дитини, в тому числі і на самообслуговування. Наприклад, дітям з короткими пальцями складно стабілізувати зап'ясток в різних положеннях, що необхідно для своєчасного захоплення пальцями, утримання предмета і відпускання його, складніше утримувати округлі предмети, відгвинчувати кришки банок тощо. Дитині з надмірною вагою може бути важко залізти на стілець. Ускладнюють клінічну картину порушень труднощі здійснення дітьми зорово-моторної координації. Виявлені особливості психофізичного розвитку враховуються педагогами при розробці індивідуальної програми для конкретної дитини з формування побутової самостійності [3, 18].

При навчанні їсти ложкою потрібно взяти для роботи пластмасову миску. Для того, щоб вона не ковзала по столу, під неї можна підкласти серветку чи рушник. На сніданок, обід і вечерю подавати дитині блюда, які легко їсти ложкою. Це можуть бути овочі, каша, картопляне пюре, тушковане м'ясо, фруктове пюре тощо. Спочатку потрібно дитину посадити за стіл на стілець такої висоти, щоб їй було зручно під час їжі. Дорослий встає за спиною дитини, поміщає ложку в її руку, а іншу її руку кладе збоку від миски. Протягом всього часу прийому їжі тримає її руки своїми. Наповнює ложку рухом, що зачерпує, підносить ложку до рота дитини і дає з'їсти її вміст, кажучи: "Молодець! Ти їси ложкою!". Для того, щоб діти з помірною та важкою розумовою відсталістю навчилися їсти ложкою самостійно, необхідне відтворення наступних дій:

- дорослий, поклавши свою руку на руку дитини, доводить ложку до її рота;
- відпускає її руку, дозволяє з'їсти вміст ложки і вийняти ложку з рота;
- знову кладе свою руку на її і повертає ложку в миску; забирає руку у той момент, коли ложка буде приблизно на середині шляху до рота, щоб дитина сама донесла її до рота, з'їла вміст і пронесла до миски;
- тільки допомагає малюку набрати їжу в ложку, дає йому самому донести ложку до рота, з'їсти її вміст і повернути ложку в миску.

Тепер вихованець засвоїв усі дії, окрім необхідної для того, щоб зачерпнути ложкою їжу. Ця дія є досить складною для дітей з помірною та важкою розумовою відсталістю, оскільки потребує більш координованих рухів. Коли дорослий визнає за необхідне менше

допомагати дитині на цьому етапі, потрібно буде не забирати свою руку, а продовжувати тримати руку дитини, але усе менш міцно, до тих пір, поки вона не навчиться зачерпувати їжу сама з майже непомітною допомогою. Після цього можна спрямовувати вже не кисть, а спочатку зап'ясток, потім лікоть, і те лише при необхідності. Надалі, дитина самостійно навчатися їсти ложкою.

Перш ніж почати вчити дітей з помірним та важким ступенем розумової відсталості їсти виделкою, їм треба навчитися їсти ложкою. Почати працювати, бажано, користуючись не тарілкою, а пластмасовою мискою. У ній дитині легше буде наколювати їжу виделкою. Їжа має бути такою, щоб її можна було нарізати на досить великі шматки, їх легше наколотити на виделку.

Дорослий разом з дитиною відтворює наступні дії: обхоплює своєю рукою руку дитини і допомагає наколотити нею на виделку шматочок їжі; відпускає свою руку, як тільки вона піднесе виделку до рота; коли дитина покладе виделку в миску, знову обхоплює своєю рукою її руку і допомагає наколотити на виделку наступний шматочок їжі. Після того, як дитина навчиться наколювати на виделку їжу з допомогою дорослого, починають допомагати все менше і менше. Коли діти вже вміють наколювати на виделку шматочки їжі, покладені в миску, починають класти їм їжу в тарілку і при необхідності допомагають [1, 210].

Для занять із формування вміння намазувати ножем підійде варто скористатися тим, що легко намазується і що дитина любить. Ми наведемо послідовність виконання дій із намазування ножем на прикладі хліба і варення. Спочатку необхідно підготувати хліб, поклавши на один з його куточків стільки варення, скільки буде потрібно для того, щоб покрити ним усю поверхню. Після цього взяти негострий столовий ніж, який дитині легко буде тримати в руці.

Потрібно працювати над кожним кроком, допомагаючи дітям все менше і менше, доки вони не зможуть успішно виконати всі необхідні дії без сторонньої допомоги. Коли дитина впорається з однією дією, необхідно переходити до наступної: спонукають дитину постежити за тим, як в одну руку береться ніж, а в іншій нерухомо тримається хліб; намазують варення на частину скибочки; допомагають дитині взяти ніж в одну руку, а хліб в іншу, легко спрямовують її руку, коли дитина буде закінчувати початий процес; допомагають дитині зробити перший мазок, усе інше вона вже зможе зробити сама; кладуть варення на хліб і потім допомагають (якщо потрібно) дитині утримати в одній руці хліб, поки іншою вона намазує на нього варення. Надалі все менше необхідно допомагати дітям тримати хліб, поки, нарешті, вони повністю не опанують дану навичку.

Для того, щоб приступити до роботи над формуванням вміння різати ножем, діти з помірною та важкою розумовою відсталістю вже

повинні вміти користуватися ножем, зокрема, щось намазувати. Почати варто з блюд, які легко ріжуться, наприклад, варені овочі, тушкована риба, ковбаса тощо. Для занять береться столовий ніж, який легко тримати в руці. Працювати потрібно над кожною з перерахованих нижче дій, допомагаючи дитині все менше, до тих пір, доки вона без сторонньої допомоги, не впорається під час декількох занять: стоячи позаду дитини, вклавть ніж в її руки, переконаєтеся, що ніж знаходиться в тій руці, якою дитина вважає за краще працювати; покладіть свої руки на її і розріжте приготований шматок майже до кінця; заберіть свої руки і дозвольте дорізувати до кінця самій, сказавши: "Розріж моркву!"; заберіть свої руки раніше і дозвольте дитині самій дорізувати те, що почали; вклавть ніж в руки дитини і скажіть: "Розріж моркву!"; попросіть дитину: "Візьми ніж і розріж моркву!". Коли діти з помірною та важкою розумовою відсталістю навчаються розрізати шматки їжі тільки за словесними вказівками, необхідно почати зменшувати кількість вказівок, і займатися таким чином до тих пір, поки вони повністю не опанують дану навичку.

Час прийому їжі сприятливий для формування навичок спілкування, оскільки за загальним столом воно може відбуватися вільно і спонтанно. Коли педагог ставить перед дитиною тарілку або чашку, простягає йому ложку, він за допомогою погляду чи вказівного жесту вказує на предмет або їжу, спонукає дитину до певної дії. В процесі спільного прийому їжі діти вчаться аналізувати ситуацію, робити вибір, розуміти зміст слів "так", "ні" тощо. Визначимо рекомендації з організації спілкування в процесі прийому їжі:

- пропонуючи дитині продукти харчування, потрібно чітко їх називати;
- коментувати дії коротко і зрозуміло для дитини;
- якщо дитина не знає, як відповісти, необхідно допомогти їй: використовуючи вказівний жест, подивитися в потрібному напрямку; уважно спостерігати за дитиною і, зрозумівши, що вона вибрала, прокоментувати це словами;
- формувати у дитини вміння ввічливо відмовлятися від їжі, використовуючи відсторонюючий жест, запобігаючи випльовування їжі і висловлення свого обурення криком [3, 27].

Процес формування тої чи іншої навички у дітей з помірною та важкою інтелектуальною недостатністю відбувається з великими труднощами і вимагає тривалого часу. Він може бути розділений на такі етапи:

- підготовчий (нетривалий за часом). Завдання: викликати в дітей позитивне ставлення (основний метод – емоційно-позитивний приклад);
- дидактичний. Завдання: первинне засвоєння прийомів виконання

тієї або іншої дії (основний метод – показ);

- практичне засвоєння (найтриваліший етап). Здійснюється за допомогою методу вправи;

- контроль засвоєння з метою визначення рівня сформованості певної навички [2, 94].

Які б методи не використовував педагог у своїй роботі, в яких би формах не організовував навчання дітей, основним принципом його діяльності повинен бути принцип педагогічного оптимізму – віра в можливість кожної дитини, установка на позитивний результат навчання.

У дітей з помірним та важким ступенем розумової відсталості розвинена здатність до наслідування, тому вони можуть імітувати дії дорослих, саме на цю особливість необхідно орієнтуватися у роботі із формування соціально-побутових навичок у даної категорії дітей. Не є доцільним показувати відразу усі дії, запам'ятати їх дітям буде занадто важко. Замість цього демонструють кожен крок, який їм потрібно зробити. Якщо шляхом наслідування діти будуть добре засвоювати ці окремі дії, починають демонструвати більші кроки, переходячи на той етап, який вони реально зуміють здолати.

Список використаних джерел

1. Брюс Л. Бейкер, Алан Дж. Брейтман. Путь к независимости: обучение детей с особенностями развития бытовым навыкам. – М.: Теревинф, 2000. – 320 с.
2. Воспитание и обучение детей с умеренной и тяжелой интеллектуальной недостаточностью: учеб.-метод. пособие / И.В. Зыгманова, Т.В. Лисовская. – Минск: БГПУ, 2010. – 116 с.
3. Коррекционно-педагогическая работа в домах-интернатах для детей с умственным и физическим недоразвитием: учеб.-метод. пособие для педагогов / И.К. Боровская [и др.]; под ред. Т.В. Лисовской. – 2-е изд. – Минск: Четыре четверти, 2010. – 392 с.
4. Руководство по работе с детьми с умственной отсталостью: Учебное пособие / Науч. ред. М. Пишчек / Пер. с польск. – СПб: Речь, 2006. – 276 с.

In the article the basic principles of learner-oriented education pupils in a boarding house, by description guidelines of eating skills in children with moderate and severe mental retardation.

Keywords: eating skills, social and living skills training on social and community orientation, a child with moderate and severe mental retardation.

Отримано 3.10. 2011