

## **Уважаемые родители, мы составили для Вас ряд методических указаний, которые помогают при проведении упражнений с аутичными детьми и детьми, имеющими нарушения в развитии (ЗПР, УО).**

### **ПОМНИТЕ:**

1. Хвалите ребенка за сотрудничество и внимание, даже если задание ему не удалось.
2. Разъясняйте ребенку с помощью показа, жестами, изображая руками.
3. Следите, чтобы на рабочем месте не было беспорядка и шума.
4. Помните о том, что дети с нарушениями в развитии непостоянны. Неадекватное поведение может обозначать переутомление или замешательство. Будьте гибкими, умейте сократить или облегчить задание.
5. Если в задании стоит возраст не соответствующий вашему ребенку, не пропускайте это задание, попробуйте его выполнить с ребенком. Справится – замечательно, двигаемся дальше. Нет – это только сигнал для вас, что у ребенка именно в этой области есть проблемы и надо поработать более углубленно. И главное – терпение!

### **Имена детей в упражнениях условны.**

Эти упражнения, которые помогут аутичным детям приобрести навыки, с помощью которых они будут менее зависимы от помощи других лиц. Важнейшими сферами, в которых должна быть достигнута самостоятельность, являются: прием пищи, пользование туалетом, уход за телом, одевание и раздевание. Это очень важная проблема для родителей и педагогов, так как дети, отстающие в развитии, долгое время не в состоянии выполнять самостоятельно эти жизненно важные функции. Названные функции по уходу за собой должны быть включены в ежедневную тренировку дома, в детском саду и школе.

1. Выраженное предпочтение определенным продуктам питания. Это означает, это самостоятельный прием пищи может усваиваться с помощью этих продуктов.
2. Плохо развитые языковые способности, которые не позволяют давать указания в данной (языковой) форме. Четкие жесты и демонстрация помогают детям быстрее понять, что от них требуют.
3. Сильная потребность постоянства или твердое следование привычкам. Если ребенок приобрел навык в специфической ситуации, то ее трудно перенести в другую ситуацию и приспособить к изменившимся условиям.
4. Реакция ребенка на различные запахи, ощущение влажности, холода, голода или боли могут быть сильно заторможены или вообще отсутствовать.
5. Ограниченный период внимания, который делает необходимым очень четко организовывать учебные ситуации и связывать внимание ребенка с визуальными и слуховыми сигналами.

### **Упражнение 1. Есть приготовленные кусочки пищи**

*Функции, по уходу за собой: прием пищи, 0-1 год*

*Тонкая моторика: хватание, 0-1 год*

*Имитация: моторная, 0-1 год*

**Учебная цель:** самостоятельно есть

**Задание:** самостоятельно взять кусочек приготовленной пищи и положить в рот

**Материал:** нарезанные кусочки хлеба, сосисок, вареной моркови и т.п., нарезанные так, чтобы их можно было легко взять в руку

Посадите Алексея на стул и положите перед ним на столе кусочки хлеба или что-то другое. Следите, чтобы он наблюдал, когда Вы берете кусочек и кладете его себе в рот. Мимикой четко показывайте, что Вам очень вкусно. Побудите Алексея сделать то же самое. Если он Вас не имитирует или если он только играет с пищей, то соответствующим образом подведите его руку, повторяя уже показанное действие, чтобы быть для него образцом. Выполняйте свои движения подчеркнуто и попытайтесь привлечь его внимание к Вашей руке, демонстрируя ему движения. Попробуйте выяснить, какие продукты питания Алеша

особенно любит, а какие нет. Упражнение с его любимой едой значительно легче организовать. Когда его руки станут увереннее, отрезайте постепенно маленькие кусочки.

## **Упражнение 2. Пить из чашки**

*Функции по уходу за собой: прием пищи, 0-1 год*

**Учебная цель:** самостоятельно пить из чашки

**Задание:** взять чашку двумя руками и поднести ее ко рту

**Материал:** большая пластмассовая чашка, любимый напиток

Дима уже пьет из чашки, которую Вы держите, но сам ее еще не держит. Он противится каждому новому требованию. Поэтому необходимо постепенно вводить новые образцы движения, чтобы он мог их понять, не возбуждаясь. Очень медленно переходите при этом от одного учебного шага к другому, если убедитесь, что он овладел предыдущим.

1-й шаг: встаньте за ним, возьмите чашку и поднесите к его рту.

2-й шаг: встаньте за ним, подведите его руку к чашке, охватите ее своей рукой и таким образом поднимите ее вместе с ним.

3-й шаг: действуйте, как во 2-м шаге, но положите свою руку на тыльную сторону его руки, чтобы предохранить захват его руки.

4-й шаг: расслабьте захват своей руки, чтобы придать ему уверенность, но продолжайте держать чашку.

5-й шаг: сократите свою помощь вплоть до легкого касания его руки, чтобы напомнить ему, что он должен делать.

## **Упражнение 3. Есть ложкой**

*Функции по уходу за собой: прием пищи, 1-2 года*

*Тонкая моторика: хватание, 0-1 года*

*Тонкая моторика: оперирование материалом, 0-1 года*

**Учебная цель:** самостоятельно есть

**Задание:** есть самостоятельно ложкой, не разливая при этом

**Материал:** ложка

После того как Андрей научится брать ложкой пищу, не проливая ее (см. упр. 98), можно начинать использовать ложку для самостоятельного приема пищи. Чтобы облегчить этот учебный шаг, подберите пищу, которую он любит и которая легко держится на ложке, например густая каша, картофельное пюре, пудинг или хлебные хлопья. Дайте ему ложку в руку и охватите его руку своей. Окуните ложку в пищу и осторожно поднесите ее ко рту. Хвалите Андрея после каждого действия. Уменьшите контроль за его рукой, держа ее легонько, потом поддерживая тыльную сторону руки, пока он не станет есть самостоятельно. Повторите этот процесс с другими видами пищи, пока ложка не станет ему привычной и он не будет есть самостоятельно.

## **Упражнение 4. Пользоваться ложкой, а не пальцами**

*Функции по уходу за собой: прием пищи, 1-2 года*

*Тонкая моторика: хватание, 0-1 год*

*Тонкая моторика: оперирование материалами, 0-1 год*

*Социальные отношения: самостоятельность, 1-2 года*

**Учебная цель:** больше самостоятельности при приеме пищи, приобретение навыков поведения за столом

**Задание:** самостоятельно пользоваться ложкой, а не пальцами

**Материал:** ложка

Во время приема пищи дайте Анне то, что обычно пальцами не едят. Когда она сядет за стол, сразу не ставьте перед ней тарелку, сядьте рядом с Анной, привлечите к себе ее внимание и скажите: "Анна, я ем"

ложкой!". Возьмите ложку, опустите ее подчеркнута в пищу, поднесите ее ко рту и скажите: "Я ем ложкой!". Затем поставьте перед Анной тарелку, дайте ей в руку ложку и поднесите руку Анны к первому кусочку. Постепенно уменьшайте свой контроль над ее рукой, пока она не будет держать ложку сама. Если Анна попытается есть пальцами, уберите тарелку и скажите: "Нет, ешь ложкой!". Еще раз покажите, как пользоваться ложкой. Поставьте назад тарелку и дайте ей ложку в руку. Если она пользуется ложкой, то улыбнитесь и похвалите ее. Если она опять хочет есть пальцами, уберите на минуту тарелку, опять покажите, как Вы пользуетесь ложкой, и возвратите ей тарелку и ложку. Повторяйте это до тех пор, пока она пытается есть пальцами. Важно выбирать ту пищу, которую она любит. Чтобы достичь первых результатов, не нужно в промежутках между приемом пищи давать ей есть что-то руками, пока она не привыкнет к ложке. Важно при выполнении этой программы не делать исключений. Если разрешить ей один раз пользоваться пальцами, а другой нет, то она запутается. Вся еда должна состоять из пищи, которую едят ложкой. Таким образом легче всего ввести новое правило.

## **Упражнение 5. Пить из чашки**

*Функции, по уходу за собой: прием пищи, 1-2 года*  
*Тонкая моторика: оперирование материалом, 1-2 года*  
*Имитация: моторная, 1-2 года*

**Учебная цель:** самостоятельность при приеме пищи

**Задание:** взять чашку обеими руками и пить, не проливая

**Материал:** прочная чашка

Сядьте за стол напротив Кирилла. Дайте ему в руку чашку и пусть он с ней немного поиграет, чтобы ознакомиться с этим предметом. Затем возьмите чашку и покажите ему, как держать чашку обеими руками. Затем приведите его руки в правильное положение и похвалите его спокойным голосом. Затем поднесите медленно чашку к своему рту и поставьте ее на стол. Поднесите чашку ко рту Кирилла, а затем поставьте ее на стол. Когда Кирилл начнет хорошо держать чашку, налейте в нее немного жидкости. Охватите руку Кирилла на чашке и поднесите к своему рту. Скажите: "Пить!" – и отпейте глоток. Поставьте чашку на стол. Поднесите затем чашку к губам Кирилла и скажите: "Пить!" - очень медленно наклоните чашку, чтобы жидкость коснулась его губ. Если речь идет о напитке, который он любит, то он откроет рот и выпьет напиток. Медленно поставьте чашку на стол. Снимите его руки с чашки и похвалите его. Когда Кирилл с Вашей помощью начнет пить из чашки, то не подносите ее к его рту. Постепенно уменьшайте контроль над его руками: сначала пусть он сам поставит чашку на стол, затем выпьет и проделает весь процесс самостоятельно. Сначала он будет немного проливать. Старайтесь не замечать этого. Кирилл сам это заметит. Не прерывайте процесс также и тогда, когда нужно вытереть пролитое. Кирилл заучивает весь процесс легче, если он выполняется последовательно.

## **Упражнение 6. Снимать носки**

*Функции по уходу за собой: одевание и раздевание, 1-2 года*  
*Тонкая моторика: оперирование материалом, 1-2 года*

**Учебная цель:** самостоятельно раздеться

**Задание:** снять без помощи носки

**Материал:** большой носок, закрывающаяся бутылка

Сначала используйте большой мужской носок и закрывающуюся бутылку (желательно пластмассовую). Следите, чтобы Надя за Вами наблюдала, положите маленькое вознаграждение, например орешек или конфету в бутылку, а на бутылку - ее крышку. Сверху легонько натяните на бутылку носок. Возьмите руку Нади и помогите ей снять носок с бутылки. Помогите ей затем достать из бутылки поощрение. Повторяйте этот процесс часто, пока она им не овладеет. Затем наденьте носок на ногу Нади. Следите, чтобы Надя сидела в удобной позе и не потеряла равновесие. Натяните носок так, чтобы Надя могла легко ухватиться за его край и стянуть с ноги. Повторяйте эту часть упражнения с большим носком много раз, пока не перейдете к носкам Нади. Лишь когда она полностью овладеет снятием носка, тренируйтесь с ее собственным носком. Опять начните снятие ее носка с бутылки. Затем оденьте его свободно на стопу Нади и велите ей снять носок. Надевайте носок все дальше да ногу Нади. Помогайте ей лишь тогда, когда это нужно, но не допускайте, чтобы она потерпела неудачу.

## Упражнение 7. Есть вилкой

*Функции по уходу за собой: прием пищи, 2-3 года*  
*Тонкая моторика: оперирование материалом, 1-2 года*

**Учебная цель:** самостоятельный прием пищи

**Задание:** есть вилкой

**Материал:** пластиковая вилка

Когда Роман научится есть ложкой, постепенно знакомьте его с вилкой. Используйте, по возможности, легкую пластиковую вилку, края которой слегка закруглены. Дайте ему пищу, которая легко накалывается на вилку, например нарезанные сосиски, сваренные кусочки моркови или фасоль. Упражнение будет упрощено, если Вы выберете то, что любит Роман. Покажите ему, как Вы держите вилку, и поднесите ее к губам. Дайте затем ему вилку в руку и охватите его руку своей. Медленно поднесите его руку ко рту и возвращайте на стол. Повторите эти движения несколько раз, поднося попеременно вилку к своему и его рту. Когда он ознакомится достаточно с вилкой и движениями, положите на его тарелку подходящую пищу. Возьмите его руку, держащую вилку, и наколите кусочек пищи. Поднесите ее медленно к своему рту. Следите, чтобы он наблюдал, как Вы кладете кусочек пищи в рот и медленно убираете вилку. Затем повторите действие, поднося вилку ко рту Романа. Скажите: "Роман, ешь!" - и положите кусочек в его рот. Следите, чтобы он откусил, затем уберите вилку. Положите вилку на стол и похвалите Романа. Продолжайте подобным образом и постепенно уменьшайте контроль за его рукой. Учитывайте, что он любит есть, чтобы прием пищи с помощью вилки казался ему наградой.

## Упражнение 8. Отличать съедобное от несъедобного

*Функции по уходу за собой: прием пищи, 2-3 года*  
*Познавательная деятельность: образовывать категории, 2-3 года*  
*Познавательная деятельность: понимание речи, 2-3 года*

**Учебная цель:** самостоятельность за столом

**Задание:** отличать без помощи съедобное от несъедобного

**Материал:** некоторые продукты питания и несъедобные предметы (конфеты, кубики, бусинки, камешки)

Сядьте со Светой за стол. Положите на стол что-то съедобное и несъедобное, например камешек и конфету. Скажите: "Ешь!" - и сделайте знак, что она должна взять что-то и съесть. Если она возьмет камешек, то задержите ее руку и скажите: "Это есть нельзя!". Подведите ее руку к конфете и скажите: "Это можно есть!". Похвалите ее, если она возьмет конфету. Быстро уберите камешек со стола и замените его другой парой предметов. Повторяйте процесс с постоянно меняющимися парами съедобных и несъедобных предметов. Если Светлана начинает сомневаться, о чем идет речь, привлечите другие продукты и предметы, например: мыло, карандаши, землю для цветов и т.д. Не забывайте хвалить ее, если она делает правильный выбор и не берет несъедобный предмет.

## Упражнение 9. Одеть куртку

*Функции по уходу за собой: одевание и раздевание, 2-3 года*

**Учебная цель:** самостоятельное одевание

**Задание:** самостоятельно одеть куртку (не застегивая ее на пуговицы или молнию)

**Материал:** широкая куртка, кофта или пиджак

Поступайте так всегда, когда помогаете Анне одеть куртку или кофту. Вденьте левую руку Анны в левый рукав, а правый рукав набросьте на правое плечо. Скажите: "Анна, одень куртку!". Вденьте правую руку в рукав, похвалите ее. Повторяйте это действие многократно, постепенно уменьшая помощь, пока Анна не будет самостоятельно всовывать одну руку в рукав, когда другая уже находится в рукаве. Затем можете переходить к следующему действию. Покажите, как держать куртку открытой и всовывать руку в нужный рукав. Следите за тем, чтобы Анна держала куртку в нужном положении. Затем накиньте другой рукав на

ее плечо и пусть она продолжает дальше, как она уже научилась. Если она усвоит оба действия, задержитесь на минутку, прежде чем набросить второй рукав на ее плечо, чтобы увидеть, пытается ли она сама найти рукав. Не забывайте каждый раз говорить: "Одень куртку" - и, если необходимо, сначала помогайте ей. Нужно, видимо, много времени, пока Анна не научится держать куртку в нужном положении.

## **Упражнение 10. Одеть брюки**

*Функции, по уходу за собой: одевание и раздевание, 2-3 года*

**Учебная цель:** самостоятельное одевание

**Задание:** самостоятельно одеть брюки

**Материал:** брюки

Когда Вы одеваете Андрея, оденьте ему брюки чуть выше коленок и подведите его руки к поясу. Возьмите его руки в свои и скажите: "Андрей, подтяни брюки!". Помогите ему подтянуть брюки через бедра. Повторяйте это действие, пока не заметите, что он помогает Вам подтягивать брюки. Уменьшайте затем свою помощь, пока он не овладеет этим действием. Когда он научится подтягивать брюки без помощи от бедра, то научите его таким же способом подтягивать брюки от колен. Если он освоит и это хорошо, научите его таким же образом подтягивать брюки от лодыжек. При этом действии он должен наклониться, поэтому действуйте в этот раз медленнее. Следите за тем, чтобы он хорошо усвоил предыдущее действие, прежде чем переходить к следующему. Не забывайте также каждый раз говорить: "Андрей, подтяни брюки!". Если он наклоняется без помощи и подтягивает брюки от лодыжек, в следующий раз научите его всовывать ноги в штанины. Посадите Андрея на стул и положите брюки перед ним на пол так, чтобы штанины лежали внизу, а верхняя часть была приподнята. Скажите: "Андрей, одевай брюки!". Подведите его руки так, чтобы они держали брюки за верхнюю часть. Затем покажите, как просунуть ноги через штанины. Повторяйте: "Андрей, одень брюки!". Велите ему встать и действовать, как описано выше. Сначала Вы должны будете ему помочь приподнять верхнюю часть брюк. Следите за тем, чтобы он просовывал ноги в нужные штанины, и помогите ему в конце застегнуть брюки. Не ожидайте этих навыков, пока он не научится подтягивать брюки. Хвалите его при каждом действии и учите его самостоятельно выполнять все больше шагов одного процесса. Подавайте ему брюки всегда только в одном положении, чтобы Андрей заметил, где перед брюк.

## **Упражнение 11. Пользование туалетом**

*Функции по уходу за собой: туалет, 2-3 года*

**Учебная цель:** улучшение личной гигиены

**Задание:** самостоятельно осуществлять туалет

**Материал:** детский горшок

Общие указания: если Вы упражняйтесь с Димой, то очень важно, чтобы у Вас всегда было хорошее настроение. Каждый знак неудовольствия, даже разочарованный взгляд, фиксируется им. Работайте тем же способом, как и при обучении другим навыкам. Регулярно оказывайте помощь и используйте простые слова, такие, как "мокрый" и "чистый". На каждый успех реагируйте радостной похвалой. Обычно эффективнее великодушно похвалить ребенка за успешные старания, чем наказывать после какого-либо инцидента или показать свое неодобрение. Раздевайте его только в ванной комнате, и если бывают инциденты, то меняйте штаны только там. Это поможет ему связать гигиену с ванной комнатой.

Специальные действия: садите Диму ежечасно на горшок не более чем на 5 минут. Следите за тем, чтобы Вы отводили его в туалет спокойно и приветливо, не показывая недовольства, даже если он "наложил" в штаны. Постоянно оставайтесь возле него, пока он сидит на горшке. Держите что-нибудь наготове, чем Вы сможете его поощрить, когда он справится. Если у него через 5 минут ничего не получится, то заберите его спокойно и приветливо, но без похвал. Каждый раз фиксируйте, когда он "наложил" в штаны, чтобы установить естественный ритм его выделений. Особое внимание обращайтесь на то, чтобы по утрам после подъема, перед едой, перед прогулкой и перед сном водить его в туалет. Записывайте также, как часто он успешно справляется в туалете. Показывайте Диме свои записи, приклеивая на карту золотую звездочку при каждом успехе так, чтобы он мог видеть, что Вы довольны им.

## Упражнение 12. Смыть мыльную пену

*Функции по уходу за собой: умывание, 2-3 года*

*Тонкая моторика: оперирование материалом, 2-3 года*

**Учебная цель:** самостоятельное умывание

**Задание:** намылиться влажной мочалкой

**Материал:** мочалка, мыло

Если Вы купаете Наташу, то намыльте ее руку так, чтобы в ней было полно мыльной пены. Обратите ее внимание на пену. Дайте ей мочалку в руку и велите ей ее окунуть в воду. Скажите: "Сполосни руку!" - и помогите ей смыть пену. Делайте это также каждый раз с другими частями тела, когда купаете Наташу. Если Вы заметите, что она поняла ход движений, то снижайте свой контроль за ее рукой. Когда смыта вся мыльная пена, скажите: "Готово!". Затем покажите ей, как отжать и повесить мочалку. Это важная часть упражнения, потому что она укрепляет силу рук и является видимым завершением всего действия.

## Упражнение 13. Застегивание пуговиц - 1

*Функции по уходу за собой: одевание и раздевание, 2-3 года*

*Тонкая моторика: координация обеих рук, 2-3 года*

**Учебная цель:** самостоятельное одевание, улучшение тонкомоторной координации

**Задание:** просунуть большую пуговицу через петлю на планке

**Материал:** плотный картон, сукно, большая пуговица

Изготовьте простую планку (полоску), наклеивая среднюю часть сукна на плотный картон. Прорежьте в одном из выступающих концов полотна петлю и на обратной стороне другого конца пришейте большую пуговицу. При склеивании обращайте внимание на то, чтобы пуговица и петля при складывании концов совпадали. Кроме того, необходимо, чтобы Вы укрепили края петли. Встаньте за Людмилой и положите планку перед ней на стол. Возьмите ее руки, сложите ими концы полотна друг на друга и просуньте пуговицу в петлю. При этом обращайтесь внимание Люды сначала на пуговицу, а затем на петлю. Подведите ее пальцы к пуговице и петле таким образом, чтобы она держала пуговицу большим и указательным пальцами. Скажите: "Просунуть!" - и направьте ее руки таким образом, чтобы пуговица прошла через петлю. Похвалите ее. Повторяйте это действие многократно, пока она не сможет просунуть пуговицу без помощи. Не забывайте говорить каждый раз: "Просунуть!". Сначала ей будет наиболее трудно понять, что пуговицу нужно просунуть снизу в петлю. Направляйте ее руки до тех пор, пока не увидите, что она поняла это. Когда она хорошо овладеет простой застежкой, возьмите большое полотно с несколькими пуговицами.

## Упражнение 14. Застегивание пуговиц - 2

*Функции, по уходу за собой: одевание и раздевание, 3-4 года*

*Тонкая моторика: координация обеих рук, 2-3 года*

*Тонкая моторика: хватание, 1-2 года*

**Учебная цель:** самостоятельное одевание, улучшение тонкомоторной координации

**Задание:** расстегнуть и застегнуть без помощи куртку

**Материал:** куртка с большими пуговицами

Для начала необходимо так изменить одну из курток Павла, чтобы пуговицы и петли были больше, чем обычно. Следите, чтобы пуговицы были пришиты не очень туго и сохраняли подвижность. Это быстрее приведет к успеху и будет стимулировать уверенность в себе. Если Павел овладеет простой застежкой (см. упр. 238), то покажите ему, как он сможет расстегнуть свою собственную куртку. Если на нем куртка, то проведите его руки так, чтобы он расстегнул пуговицу за пуговицей. Велите ему удерживать рукой сторону куртки с петлями, а пуговицу брать большим и указательным пальцами. Скажите: "Просунуть!" - и подведите его руки соответствующим образом. Похвалите его и повторите этот процесс с остальными пуговицами. Упражняйтесь в этом многократно и постепенно снижайте свой контроль за его руками, пока он не сможет полностью самостоятельно расстегивать свою куртку. Когда он хорошо овладеет

расстегиванием, поупражняйтесь с ним в застегивании его куртки. Не забывайте помогать ему найти для каждой пуговицы нужную петлю. Ему будет легче найти самому нужную петлю, если Вы будете постоянно начинать застегивать снизу.

### **Упражнение 15. Наливать**

*Функции по уходу за собой: еда, 3-4 года*

*Тонкая моторика: оперирование материалом, 3-4 года*

**Учебная цель:** самостоятельность за столом, улучшение тонкомоторного контроля

**Задание:** наливать жидкость без помощи с кувшина в меньшую емкость, не проливая при этом много

**Материал:** маленький кувшин из искусственного материала, прозрачные бокалы из такого же материала, пустые банки из-под напитков, пищевой краситель

Налейте немного воды в кувшин и добавьте туда несколько капель пищевого красителя. Следите, чтобы не налить в кувшин слишком много, тогда Олег сможет легко его брать. Поставьте два прозрачных пластмассовых бокала на поднос. Из подноса будет легче вылить назад в бокал пролитую жидкость. Вместо бокалов можно взять прозрачные емкости, например маленькую мерку. Важно, чтобы Олег мог видеть, сколько жидкости находится в бокале. Если берете обыкновенный бокал, нарисуйте на его стенке линию, чтобы Олег знал, сколько жидкости он должен наливать. Покажите ему, как Вы поднимаете кувшин и наливаете немного воды в бокал. Затем положите его руку на ручку кувшина и помогите его поднять. Скажите: "Налить!" - и вместе с ним наклоните кувшин, чтобы налить немного воды в бокал. Когда уровень воды достигнет линии на стенке бокала, скажите: "Стой!" - и медленно отведите его руку. Похвалите его. На каждом занятии повторяйте пару раз это упражнение. Если Олег может налить жидкость из кувшина в прозрачный бокал, не проливая ее, то используйте вместо бокала консервную банку. Так как он не может видеть, когда она наполнится, привлечите его внимание к верхним краям банки. Скажите ему, когда нужно прекратить наливать. Затем откажитесь от этих указаний и наблюдайте, замечает ли он сам, когда нужно прекратить действие. Когда Олег хорошо овладеет заданием, разрешите ему наливать в любом случае жидкость себе и всем членам семьи.

### **Упражнение 16. Чистить зубы**

*Функции по уходу за собой: умывание, 3-4 года*

*Тонкая моторика: оперирование материалом, 3-4 года*

**Учебная цель:** соблюдение личной гигиены

**Задание:** самостоятельно чистить зубы

**Материал:** мягкая зубная щетка, паста

Встаньте с Виктором перед зеркалом, чтобы он мог видеть, как Вы чистите зубы. Следите, чтобы он больше смотрел на Ваше отражение в зеркале, а не на Вас. Дайте ему подержать щетку, пока Вы выдавливаете на нее пасту. Встаньте за ним и медленно поднесите щетку ко рту. Говорите с ним спокойно и одобряюще. Другой рукой откройте ему рот и помогите медленно поводить щеткой вдоль зубов. Постепенно сокращайте контроль над его рукой, если видите, что он подражает Вашим движениям. Вначале можно взять немного крема на палец и помассировать им десны, чтобы сделать их менее восприимчивыми и приучить его ко вкусу зубной пасты. Следите, чтобы щетка была мягкой и чтобы он "чистил" зубы осторожно. Сначала он проделает одно или два движения, но постепенно увеличивайте период чистки зубов. Если он попытается укутить зубную щетку, то опустите его голову слегка назад, чтобы его подбородок принял нормальное положение.

### **Упражнение 17. Быстрое одевание**

*Функции по уходу за собой: раздевание и одевание, 4-5 лет*

*Социальные отношения: независимость, 4-5 лет*

**Учебная цель:** самостоятельно и быстро одеться

**Задание:** остановить утром будильник и самостоятельно одеться за определенное время

**Материал:** будильник

Прежде чем Даша ляжет спать, приготовьте с ней одежду, которую она должна одеть утром. Положите ее на место, где Даша может ее легко найти. Покажите ей будильник и объясните, что теперь у нее свой будильник, как у мамы и папы. Покажите, как нужно нажать кнопку звонка. Пусть несколько раз Даша потренируется. На следующее утро помогите ей встать по звонку будильника и остановить его, прежде чем перейти к одеванию. Если Вы уверены, что Даша знает, как остановить будильник, то ознакомьте ее с большой стрелкой. Скажите ей, что она получит большой сюрприз, если успеет одеться до того, как стрелка достигнет обозначенного места на циферблате. Отметьте это место на циферблате, чтобы она хорошо видела, когда выйдет время. Вначале Вы должны предоставить ей много времени, чтобы она добилась успеха. Когда утром прозвенит будильник, проследите, чтобы она встала и остановила звонок. Вы должны быть поблизости от Даши, чтобы проследить, не мешает ли она и не отвлекается ли. Будьте готовы помочь ей, но только тогда, когда это необходимо. Обязательно похвалите ее, если она старается. Поощрите ее чем-нибудь особенным, если она оденется за определенное время.

### **Упражнение 18. Самостоятельно приготовить закуску**

*Функции по уходу за собой: прием пищи, 5-6 лет*

*Тонкая моторика: оперирование предметами, 4-5 лет*

*Социальные отношения: независимость, 4-5 лет*

**Учебная цель:** приобретение навыков самостоятельности при приеме пищи

**Задание:** самостоятельно приготовить простую закуску

**Материал:** продукты для простой закуски, кухонные принадлежности

Спланируйте простую закуску, которую должен приготовить Саша самостоятельно. Это могут быть: кусок хлеба, пшеничные хлопья с молоком и сахаром, растворимый пудинг и т.п. Примените всю свою фантазию и знания того, что любит Саша, чтобы приготовить большое количество маленьких закусок. Следите, чтобы он овладел всеми этапами приготовления. Если необходимо взвесить некоторые продукты, сделайте это заранее и поместите их в особые емкости. Сначала помогайте Саше на каждом этапе приготовления. Если он научится готовить сам, то дайте ему свободу в выборе продуктов и способа приготовления. Попытайтесь так разнообразить рецепты, чтобы Саша изучил ряд действий: отрезать, наливать, помешивать, черпать, обмакивать и сыпать.

### **Упражнение 19. Самостоятельно купаться**

*Функции по уходу за собой: уход за телом, 5-6 лет*

*Речь: словарный запас, 3-4 года*

**Учебная цель:** самостоятельно купаться или принимать душ

**Задание:** самостоятельно регулировать температуру воды

**Материал:** смеситель с цветными кранами: красный - "горячая вода", синий - "холодная"

Прежде чем позволить Игорю пользоваться душем, научите его с помощью смесителя регулировать температуру воды. Объясните, что красный кран обозначает "горячая". Откройте оба крана так, чтобы бежала приятная теплая вода. Держите свои руки и руки Игоря в струе воды и говорите: "Теплая вода, приятно теплая!". Добавьте горячей воды, более горячей, чем можно использовать для приема душа. Недолго подержите свои и его руки под водой и скажите: "О, горячая вода, слишком горячая!". Мимикой выразите свое неудовольствие, чтобы Игорь видел, что горячая вода Вам не нравится. Преувеличивайте это спокойно. Привлеките внимание Игоря к синему крану, покажите, как им пользоваться. Затем покажите, как пользоваться синим краном, если вода слишком горячая. Упражняйтесь в этом ежедневно, пока он не научится. Затем пойдите с ним в душевую и покажите, как пользоваться душем, и как проверить воду с помощью руки. Велите ему раздеться, окунуть руку в струю воды и определить, является ли она "слишком горячей", "приятно теплой" или "слишком холодной". Если Вы установили, что Игорь может самостоятельно регулировать температуру воды и Вы довольны его решением, то можете попросить его в будущем звать Вас, чтобы перепроверить температуру воды, прежде чем он станет под душ. Можете больше ему доверять и самому принимать душ.

## Раздел 9. Социальные отношения

Общественное поведение - самый общий учебный предмет этого тома, так как любое улучшение языковых выразительных способностей, любое приобретение навыков и любое уменьшение нарушений поведения имеет с известной вероятностью положительное влияние на общественное поведение ребенка. Приобретение социальных навыков охватывает в общем усвоение положительных или просоциальных образцов поведения и уменьшение аутичных свойств и прочих недостатков поведения. Хотя социальные способности пересекаются с навыками из всех остальных функциональных сфер, здесь они рассматриваются отдельно. Этот раздел рассматривает вопросы создания просоциального поведения, в то время как 10 раздел занимается вопросами уменьшения отрицательного и отклоняющегося от нормы поведения.

В то время как для аутичных детей не является проблемой изучить механические формулы приветствия, этот раздел занимается развитием самоинициативы по установлению контакта и радости от общей игры. Так как социальное восприятие и непосредственное понимание других лиц у аутичных детей, как правило, сильно затруднено, должны планомерно заучиваться социальные формы взаимодействия и игровые формы контакта друг с другом. Для высшего уровня развития социальных способностей даются упражнения, которые улучшают самоконтроль как предпосылку для социальных правил взаимоотношения и уважения чужой собственности. С помощью этих упражнений предлагаются новые навыки и понятия, которые способствуют приобретению дальнейших просоциальных образцов поведения.

### Упражнение 1. Играя создать физический контакт

*Социальные отношения: взаимодействие, 0-1 год*

*Речь: звуки, 0-1 год*

*Имитация: голосовая, 0-1 год*

**Учебная цель:** улучшение социальной способности взаимодействия; терпение физического контакта

**Задание:** находить удовольствие в ограниченном физическом взаимодействии

**Материал:** отсутствует

Попытайтесь установить с Катей кратковременный физический контакт. Если подбросить ее несколько раз и опять поставить на пол, то для начала этого достаточно. При этом издавайте различные звуки и попытайтесь побудить Катю к тому, чтобы она Вам подражала. Используйте односложные выражения, например, "Ай" или "Па" и т.д. Если Катя противится этому ограниченному контакту, то продолжайте, говоря с ней нежно и успокаивающе. Если она начнет понемножку расслабляться, то покачайте ее нежно из стороны в сторону, но следите за тем, чтобы движения были не слишком резкими и не испугали ее. Постепенно увеличивайте продолжительность этих движений, если Катя лучше переносит физический контакт. Так, вначале подбрасывайте ее лишь один раз в воздух и один раз качайте из стороны в сторону. Однако Вы можете повторять это несколько раз в день. Если Вы чувствуете, что Катя расслабляется, начинайте подбрасывать и качать ее два раза. Таким образом Вы достигнете того, что Катя все больше и больше будет допускать контакт с Вами.

### Упражнение 2. Щекотать

*Социальные отношения: взаимодействие, 0-1 год*

**Учебная цель:** улучшение социальной способности взаимодействия, получать радость от физического контакта

**Задание:** реагировать на дружеский физический контакт

**Материал:** кукла или другая мягкая игрушка

Сядьте с Людой на кровать, на шерстяное одеяло или на что-нибудь еще, где удобно. Возьмите куклу или мягкую игрушку и скажите: "Смотри, Люда!". Привлеките ее внимание к игрушке, перемещая ее, если необходимо, в ее поле зрения. Осторожно пощекочите игрушкой Люду. Следите за тем, чтобы это было не слишком грубо. В то время когда Вы ее щекочете, улыбайтесь и шепчите (например, киле-киле-киле). Вначале щекочите ее короткое время и увеличивайте продолжительность контакта, если она к нему привыкает. При случае прервитесь, чтобы увидеть, делает ли она какие-то движения, чтобы показать, что она хочет, чтобы ее щекотали. Щекочите ее, если она испытывает при этом радость.

### Упражнение 3. Игра в "ку-ку"

*Социальные отношения: взаимодействие, 0-1 год*

**Учебная цель:** совершенствование способности взаимодействия и зрительного контакта

**Задание:** сохранять зрительный контакт минимум в течение 3 секунд и получать радость во время простой контактной игры

**Материал:** большой платок

Сядьте напротив Валентины так, чтобы Ваши колени касались ее. Поднимите перед собой платок так, чтобы Валя не могла Вас видеть. Позовите: "Где Валя?" - и медленно опустите платок, пока не увидите ее глаз. Скажите: "Ку-ку!" - и пощекочите ее, не пугая. Повторите этот процесс много раз. Следите, начинает ли она ожидать появления Ваших глаз за платком и ожидает ли она, чтобы ее пощекотали. Покройте платком свою голову и медленно стяните его, открывая лицо. Покройте платком голову Вали и стяните его. Не забывайте щекотать ее каждый раз, когда она на Вас смотрит. Следите за тем, ожидает ли она, чтобы ее пощекотали. Постепенно удлиняйте период, во время которого она на Вас смотрит. Прежде чем ее пощекотать, выдержите минимум 3 секунды.

### Упражнение 4. Лошадка-качалка

*Социальные отношения: взаимодействие, 1-2 года*

*Грубая моторика: равновесие, 2-3 года*

**Учебная цель:** стимулирование социальной способности взаимодействия и контроль за движениями

**Задание:** спокойно качаться 2-3 минуты на лошадке-качалке

**Материал:** лошадка-качалка

Посадите Вадима на лошадку-качалку и спокойно качайте его несколько минут. Улыбайтесь и тихонько разговаривайте с ним (например, "качаемся, качаемся, качаемся" или выберите другие слова, которые его успокаивают). Постепенно уменьшайте помощь, если видите, что он сам начинает активно качаться. Если он будет волноваться и качаться слишком сильно, то притормозите его и разговаривайте с ним дальше ритмично. Попробуйте добиться, чтобы он качался под ритм Ваших слов. Если Вадим и дальше будет волноваться, то снимите его на несколько минут с лошадки и, улыбаясь, поговорите с ним, пока он не успокоится. Затем опять посадите его на качалку и 1-2 минуты проследите за скоростью, прежде чем позволить ему качаться самостоятельно.

### Упражнение 5. Поцеловать

*Социальные отношения: взаимодействие, 1-2 года*

**Учебная цель:** улучшение социальной способности взаимодействия

**Задание:** коснуться губами щеки взрослого

**Материал:** отсутствует

Хотя до этих пор Марина не находит удовольствия в том, чтобы ее гладили, обнимали или целовали, она может научиться поцеловать Вас, если Вы будете ее этому обучать и хвалить за это. Если она научится целовать Вас и не бояться физического контакта, то можете попросить ее поцеловать папу, бабушку или ее брата. Когда закончите другое упражнение, скажите ей, что все закончено и сделайте соответствующий жест. Немножко притяните ее к себе и скажите: "Поцелуй меня!" - и коснитесь кончиком пальца своей щеки. Наклоните свое лицо, пока оно не коснется губ Марины. Похвалите ее и отпустите играть. Повторяйте это ежедневно, пока не нужно будет ее притягивать к себе и пока Марина сама не будет подходить к Вам, когда Вы скажете: "Поцелуй меня!" - и сделаете соответствующий жест. Когда это станет привычкой, наклоняйте лицо лишь немного, чтобы Марина тянулась к Вашей щеке. Пусть также отец и брат попросят Марину поцеловать их и подадут соответствующий знак. Если необходимо, то помогите Марине правильно отреагировать на это. Не забывайте благодарить ее и хвалить, не настаивайте больше на поцелуе, если она начнет волноваться.

## **Упражнение 6. Вместе катить игрушечный автомобиль**

*Социальные отношения: взаимодействие, 1-2 года*

*Грубая моторика: руки, 1-2 года*

**Учебная цель:** совершенствование социальных способностей взаимодействия и социального поведения

**Задание:** катить игрушечный автомобиль с другим лицом

**Материал:** грузовик (игрушка), сладости или другое в качестве поощрения

Сядьте с Андреем на пол на расстоянии двух метров друг от друга. Скажите: "Смотри, Андрей, автомобиль!" - и покатайте к нему грузовик, на котором лежит конфета. Следите, чтобы он видел, что Вы кладете на грузовик конфету. Пусть он катит автомобиль назад, после того как возьмет конфету. Сначала нужна будет помощь третьего лица, которое сидит рядом с Андреем и помогает ему взять конфету и толкать автомобиль. Когда он это сделает, покажите ему вторую конфету и повторите действие. Каждый раз повторяйте при этом слово "автомобиль", чтобы он знакомился со звучанием слова. Продолжайте упражняться, пока у Андрея есть интерес.

## **Упражнение 7. Помогать другим**

*Социальные отношения: взаимодействие, 2-3 года*

*Грубая моторика: владение телом, 2-3 года*

**Учебная цель:** понять, что хочет сделать другой человек

**Задание:** бросить в мусорное ведро клочок бумаги по просьбе другого человека

**Материал:** салфетки, мусорная корзина

Попросите кого-нибудь из членов семьи помогать Вам при выполнении этого упражнения после каждого приема пищи. Когда обед закончится, дайте Максиму салфетку и вместе отнесите ее к мусорному ведру. Установите, может ли он дойти и открыть мусорное ведро без проблем. Пусть он бросит в него салфетку и вернется за стол. Повторите это действие с салфетками Вы и остальные члены семьи. Попросите каждого поднять вверх салфетку, чтобы Максим ее видел, затем скажите: "Максим, выброси ее, пожалуйста!", - улыбнитесь, скажите "спасибо", если он ее возьмет. Пусть все сделают вид, что им очень нравится то, что сделал Максим для них. Сделайте так, чтобы Максим смотрел на того, чью салфетку он берет. Каждый держит салфетку, пока Максим на него не взглянет. Обязательно скажите "спасибо" или погладьте его по голове. Когда этот процесс станет для Максима привычкой, сделайте так, чтобы он в течение дня выбрасывал ненужные Вам вещи. Ваши указания должны быть ясными и Максим должен знать, где находится емкость для мусора.

## **Упражнение 8. Прятать и искать**

*Социальные отношения: взаимодействие, 2-3 года*

*Грубая моторика: владение телом, 2-3 года*

*Познавательная деятельность: понимание речи, 1-2 года*

**Учебная цель:** осознавать, когда тебе не видно, развивать желание кого-то искать и вступить с ним в контакт

**Задание:** спрятаться от кого-нибудь и искать кого-то

**Материал:** отсутствует

Начните упражнение с того, что научите Антона прятаться. Пусть отец или другой ребенок сядет в комнате. Возьмите Антона за руку и скажите: "Спрячься от папы!". Отведите его за дверь, кресло или под стол. Показывайте ему только три места, где можно спрятаться. Повторяйте слово "прятаться" во время всего упражнения. Проведите его к одному из указанных мест. Пусть кто-нибудь крикнет: "Где Антон?". Помогите Антону встать или поднять руку, чтобы показать, где он. Тот, кто звал, должен подойти к нему и обнять его. Когда Антон научится прятаться и показываться, когда его зовут, попросите кого-нибудь спрятаться в одном из трех мест. Когда воскликнете: "Где папа?" - помогите Антону найти его, подбежать и

обнять. Когда Антон начнет понимать эту игру, пусть прячется сам без помощи.

### **Упражнение 9. Играть с куклой**

*Социальные отношения: взаимодействие, 2-3 года*

*Имитация: моторная, 1-2 года*

**Учебная цель:** стимулирование социальной способности взаимодействия и развития игры с предметами

**Задание:** выполнить 3-4 последовательных действия с куклой

**Материал:** кукла, щетка для волос, мочалка, расческа

Попытайтесь побудить Анну проделать те действия с куклой, которые Вы проводите с ней ежедневно. Если Вы готовите, например, Анну ко сну, то пусть она сделает с куклой то же самое. Если Вы умываете Анну, помогите ей также мочалкой умыть куклу. Причешите затем волосы Анны и дайте ей щетку, чтобы она причесала куклу. Потом пусть Анна уложит куклу спать в коробку и накроет ее платком, прежде чем идти в кровать. Используйте всю свою фантазию, чтобы найти действие, которое Анна испытывает на себе и может перенести на куклу. Попытайтесь научить ее также чувствовать ответственность за куклу, как Вы за Анну.

### **Упражнение 10. Совместная игра с кубиками**

*Социальные отношения: взаимодействие, 2-3 года*

*Координация глаз, рук: оперирование материалом, 1-2 года*

*Познавательная деятельность: образовать последовательность, 1-2 года*

**Учебная цель:** стимулирование способностей взаимодействия, изучение взаимообмена

**Задание:** построить башню из кубиков, чередуясь со взрослым

**Материал:** кубики

Сядьте с Ольгой за стол или на пол. Положите 3 кубика перед Ольгой, а 3 оставьте у себя. Поставьте один кубик посередине между Ольгой и собой так, чтобы и Вы и она могли хорошо до них дотянуться. Укажите на 1 кубик Ольги и скажите: "Поставь его сюда!" - и покажите на верхнюю часть кубика, который Вы только что поставили посередине. Если необходимо, возьмите руку Ольги, чтобы поставить ее кубик на первый. Когда она правильно разместит свой кубик, возьмите следующий и поставьте на строящуюся башню. Затем покажите на второй кубик Ольги и повторите: "Поставь его сюда!". Действуйте, подобным образом, пока все кубики не будут сложены в правильной последовательности. Если Ольга попытается поставить свой кубик вне очереди, то задержите ее руку и поставьте свой кубик на башню, а затем пусть она продолжает. Когда она начнет понимать правила взаимообмена, обратите внимание на ее речевые и моторные сигналы, чтобы установить, понимает ли она сама, когда ее очередь.

### **Упражнение 11. Взаимодействие между куклами**

*Социальные отношения: взаимодействие, 3-4 года*

*Язык, беседа: 2-3 года (по выбору)*

**Учебная цель:** улучшение социальной способности взаимодействия, ролевой игры и выборочно также улучшение способности вести беседу

**Задание:** изобразить контакт куклы с куклой другого лица

**Материал:** 2 театральные куклы

Наденьте куклу на руку и поиграйте ею с Олегом. Пощекочите Олега куклой и заговорите с ним измененным голосом, будто это говорит кукла. Побудите его ответить Вам таким же образом. Попытайтесь сделать так, чтобы он смотрел на лицо куклы, а не на Вас. Когда он начнет понимать смысл игры с куклами, дайте ему другую куклу и покажите, как ее можно использовать. Научите Олега организовать игру его куклы с Вашей. Пусть, например, Ваша кукла пощекочет куклу Олега и пусть его кукла на это отреагирует. Следите за тем, чтобы он щекотал Вашу куклу, а не Вас. Сначала занятия должны быть краткими, но удлиняйте их, если он начнет понимать игру с куклами.

## Упражнение 12. Ролевая игра

*Социальные отношения: взаимодействие, 3-4 года*

*Имитация: моторная, 2-3 года*

**Учебная цель:** развитие игры на воображение

**Задание:** в течение 2 минут как максимум демонстрировать игровые эпизоды

**Материал:** отсутствует

Попытайтесь каким-то образом побудить Николая к ролевой игре. Сначала эпизоды должны быть краткими и чрезвычайно простыми, возможно 1-2 кратких предложения, которые сопровождаются указывающими действиями. Большая их часть должна выполняться Вами, но пытайтесь заинтересовать Николая тем, что Вы делаете. Ему нужна будет помощь, чтобы сделать то, что от него ожидают, поэтому будьте особенно терпеливы. Не имеет значения, каким образом Вам удастся втянуть его в игру. Сначала он, видимо, только механически будет подражать Вашим движениям, не понимая смысла игры. Повторяйте эти действия так часто, пока он не начнет с Вами активно сотрудничать. Примеры простых эпизодов:

а) сделайте так, как будто бы Вы оба деревья. Скажите: "Коля, давай будем деревьями!". Расставьте руки, как ветви, и велите ему подражать Вам. Затем скажите: "Сейчас начнется ветер" - и дуйте ртом, покачивайте руками, как будто бы ветер покачивает ветки. Конец эпизода;

б) сделайте так, как будто бы Вы водители. Сядьте с Николаем на диван, вытяните руки вперед и крутите воображаемый руль. Произносите при этом "ту-ту". Пусть Николай повторяет это. Встаньте с дивана и сделайте вид буд-то Вы закрыли дверь автомобиля. Конец эпизода.

Не забывайте говорить просто и ясно о том, что нужно делать.

## Упражнение 13. Вытереть влажной тряпкой стол

*Социальные отношения: самостоятельность, 3-4 года*

**Учебная цель:** вести себя осмотрительно и внимательно, придерживаться правил

**Задание:** после каждого занятия вытирать стол влажной тряпкой

**Материал:** поднос, губка, бумажная салфетка

Материал, необходимый для этого упражнения, держите на постоянном месте. Проверяйте перед каждым занятием, в достаточном ли он количестве и готов ли к использованию. Каждый раз, после того как Вы поработали с Геннадием за столом, подойдите вместе к подготовленному подносу, велите ему отнести поднос к рабочему месту и поставить на стол. Сначала нужно будет, видимо, помочь Геннадию нести поднос. Когда он станет достаточно ловким, чтобы пронести на подносе миску с водой, не проливая много, наливайте миску до половины. Если он еще не достаточно ловок, то пусть носит на подносе пустую миску, в то время как Вы несете маленький кувшин с водой, чтобы наполнить миску у стола. Возьмите затем его руку и покажите, как вытереть стол влажной губкой. Продуманно выполняйте шаг за шагом, чтобы он не запутался. Покажите ему, как вытирать стол от угла к середине, затем пусть Геннадий положит губку на поднос и повторит процесс бумажной салфеткой, чтобы вытереть стол насухо. Наконец, пусть он отнесет поднос на место. Когда поднос находится на своем месте, занятие заканчивается и Геннадий может делать то, что хочет.

## Упражнение 14. Давать и брать

*Социальные отношения: взаимодействие, 3-4 года*

*Речь: выразительные возможности языка, 2-3 года*

**Учебная цель:** осознать понятия "брать" и "давать", находить в этом удовольствие

**Задание:** дать предмет другому человеку, получить взамен что-то и сказать "спасибо"

**Материал:** большая коробка, маленькие игрушки, сладости или что-нибудь еще в качестве вознаграждения

Для этой игры нужен еще один человек, возможно, сестра Евгения Даша, его отец или соученик. Поставьте на пол коробку с игрушкой. Сядьте с Женей и Дашей вокруг коробки на пол. Попросите Дашу взять из коробки игрушку и дать ее Вам. Поблагодарите ее. Пусть Даша возьмет еще один предмет, лучше всего любимую игрушку Жени и подаст ее ему. Следите, чтобы Женя взял игрушку и сказал "спасибо". Если он говорит "спасибо" или произносит слово, которое звучит подобно "спасибо", попросите Дашу улыбнуться и сказать "пожалуйста", погладить брата. Затем помогите Жене взять из коробки игрушку и подать ее Даше. Пусть Даша ответит, как договорились. Продолжайте игру, пока кто-то кому-то что-то дает и соответственно берет, пока коробка не будет пустой. Когда игра закончится, пусть Женя играет с игрушками, которые он получил, а в качестве вознаграждения дайте ему что-нибудь поесть. Сначала Жене нужно будет много подсказывать, ему будет трудно говорить слово "спасибо". Удовлетворяйтесь сначала любым ответом, но постепенно добивайтесь лучшего звучания слова.

### **Упражнение 15. Накрывать стол: поставить приборы**

*Социальные отношения: самостоятельность, 3-4 года*

**Учебная цель:** ознакомление с ведением ежедневных дел по домашнему хозяйству, научиться быть полезным по дому

**Задание:** правильно разложить приборы на столе

**Материал:** столовый прибор, тарелки

Начните с того, что научите Алексея раскладывать на столе один вид столовых приборов. Сами накройте стол, но не кладите ложки. Поднимите ложку и скажите: "Смотри, Алексей, ложка!". Дайте ему в руку необходимое количество ложек. Обойдите с ним стол и покажите ему каждое место, где нет ложки со словами: "Положи сюда ложку!". Если он не соображает, что делать, помогите ему положить ложку на нужное место. Продолжайте, пока все ложки не будут лежать на столе. Каждый раз, когда он кладет ложку на нужное место, хвалите его. Если он каждый раз правильно кладет ложку, то после того как Вы укажете на место и дадите ему указание, откажитесь от указывания, а говорите лишь: "Положи ложку!". Наблюдайте, правильно ли он находит нужное место без Вашей помощи. Следите, чтобы все другие приборы лежали правильно. Если он может самостоятельно разложить ложки, то тренируйтесь далее в раскладке ножей и вилок. Если он может положить другие приборы к уже лежащим на столе, то научите раскладывать два прибора одновременно.

### **Упражнение 16. Выполнять работу по дому**

*Социальные отношения: самостоятельность, 4-5 лет*

*Познавательная деятельность: сочетание, 1-2 года*

**Учебная цель:** самостоятельно выполнять простую работу по дому

**Задание:** выполнять полезные действия по домашнему хозяйству без помощи и контроля

**Материал:** салфетки, прибор, коробка для столовых приборов

Подберите простые задания по дому, которые может выполнить Сергей, чтобы научиться самостоятельно работать и быть полезным в ведении домашнего хозяйства. Если нужно, то приведите в беспорядок салфетки и столовый прибор в коробке, разумеется, чтобы он этого не заметил, так как он должен думать, что действительно выполняет полезную работу. По этим заданиям Сергей должен сложить салфетки, рассортировать приборы или вытереть пыль. Выдумывайте самые разнообразные задания, но следите за тем, чтобы они были простыми и приносили ему радость. Сначала Вы должны быть рядом с ним, чтобы вовремя оказать ему помощь. Постепенно уменьшайте помощь, если он привыкнет работать самостоятельно. Подготовьте ряд картинок, по которым он мог бы узнать, что он должен делать, и какое вознаграждение его ожидает, когда он выполнит работу. Когда начнется его "рабочая смена", покажите ему картинки, которые лучше всего повесить на кухне, и покажите ему, что он должен делать. Добавьте, возможно, и второе задание, чтобы увидеть, начнет ли он его выполнять, когда справится с первым. Похвалите его, когда он сделает работу, и поощрите его, как изображено на рисунке. Предлагайте ему лишь такие задания, которые он знает и может выполнить без помощи.

## Упражнение 17. Совершенствование игры на воображение

*Социальные отношения: взаимодействие, 4-5 лет*

*Познавательная деятельность: понимание речи, 3-4 года*

**Учебная цель:** развитие игры на воображение и улучшение социального взаимодействия

**Задание:** принимать активное участие в 5-минутной игре

**Материал:** мягкая игрушка

Если Дима начал принимать участие в краткой игре на воображение (см. упр. 256), то развивайте с помощью своей фантазии и знаний его заинтересованность в более разнообразной сцене продолжительностью 5 мин, которую можете разыграть с ним вместе. Так, можете пойти с ним на "медвежью охоту". Спрячьте где-нибудь в доме игрушку и отправляйтесь с Димой на "медвежью охоту". Идите с ним на цыпочках по дому, как будто бы хотите обнаружить медведя. Пусть он заглядывает за различные предметы и под них в поисках медведя. Когда найдете его, быстро убегайте и спрячьтесь, будто медведь гонится за Вами. Выдумайте другие истории, которые можно разыграть с Димой. Следите, чтобы он активно участвовал в игре.

## Упражнение 18. "Что мне нужно?"

*Социальные отношения: взаимодействие, 4-5 лет*

**Учебная цель:** улучшение социального взаимодействия и понимания функций предметов

**Задание:** понять потребности другого человека и подать ему предмет, в котором тот нуждается

**Материал:** бумажная салфетка, куртка, расческа

Положите все 3 предмета на стол. Мимикой покажите, что Вам нужен один из предметов. Обнимите себя руками и дрожите, имитируя холод, чтобы показать, что Вам нужна куртка. Скажите: "Смотри, Анна!" Сделайте так, будто Вам холодно, и спросите: "Что мне нужно?". Повторите соответствующие движения и укажите на три предмета. Если Анна не реагирует, то еще раз повторите движения, покажите на куртку и скажите: "Дай мне куртку!". Если она даст Вам нужный предмет, то используйте его соответственно и поблагодарите. Если Вы дрожите, например, от холода, и Анна подала Вам куртку, то наденьте ее. Если у Вас насморк и Анна подала Вам платок, высморкайтесь. Или Ваши волосы в беспорядке, то Анна дает Вам расческу и Вы причешиваетесь. Повторяйте это упражнение, пока Анна не поймет, какую потребность Вы изображаете, и не даст Вам нужный предмет.

## Упражнение 19. Самостоятельно рисовать

*Социальные отношения: самостоятельность, 5-6 лет*

*Координация глаз-рук: рисование, 5-6 лет*

*Познавательная деятельность: понимание речи, 2-3 года*

**Учебная цель:** самостоятельное выполнение работы и более умелое рисование

**Задание:** самостоятельно нарисовать простой рисунок

**Материал:** бумага, карандаши

Прежде чем начать занятие, подготовьте простые рисунки предметов, которые Игорь рисовал в последнее время. Рисуйте на одном листе лишь один рисунок, например простой дом, дерево или человека. Дайте Игорю лист бумаги, карандаш и Ваш рисунок, например, дома. Укажите на Ваш рисунок и скажите: "Нарисуй дом!". Пообещайте ему хорошее вознаграждение, если он нарисует дом. Помогите ему начать и отвлекитесь, чтобы заняться другими домашними делами. Посматривайте лишь на него, чтобы убедиться, что он не отвлекается. Если он начнет рисовать каракули или прекратит рисование, когда Вы отходите от него, верните его к рисунку, говоря: "Рисуй дом!" - и напомните ему о поощрении. Дайте ему его лишь тогда, когда он закончит рисунок. Будьте довольны вначале любым сходством с оригиналом, но когда он станет рисовать лучше, обратите его внимание на детали, которые он упустил, и велите ему усовершенствовать рисунок, прежде чем дать вознаграждение.

## Упражнение 20. Самостоятельно рисовать, следуя письменным указаниям

*Социальные отношения: самостоятельность, 5-6 лет*

*Координация глаз - рук: рисование, 5-6 лет*

*Познавательная деятельность: чтение, 6-7 лет*

**Учебная цель:** самостоятельно выполнять работы, следовать простым письменным указаниям

**Задание:** читать простые письменные указания и самостоятельно по ним рисовать

**Материал:** бумага, карандаши

Напишите на бумаге простые указания, из которых следует, какие предметы Саша должен нарисовать. Сформулируйте их так, чтобы Саша мог их прочитать и понять. Он должен понимать каждое отдельное слово и уметь нарисовать каждый названный предмет. Такое указание может звучать следующим образом: "Нарисуй папу!" или "Нарисуй дом!". Думайте о том, что каждое непонятное слово может его запутать и сделает задание бессмысленным. Написав указания, дайте Саше лист бумаги, карандаш и ряд заданий. Помогите ему прочитать вслух первое указание и пусть он начинает рисовать. Когда Саша начнет, потихоньку отойдите от него. Поглядывайте на него, чтобы убедиться, что он не отвлекается. Когда увидите, что он почти закончил, вернитесь к нему и похвалите Сашу за то, что он нарисовал, и за то, что выполнил Ваши указания. Когда он привыкнет рисовать по указаниям, дайте ему лист бумаги, 3 карандаша и 3 указания. Пообещайте ему особенное поощрение, если он выполнит все 3 задания. Повторяйте это упражнение, пока он не сможет самостоятельно рисовать в течение 20-30 минут.

## Упражнение 21. "Я играю со своими вещами"

*Социальные отношения: взаимодействие, 5-6 лет*

*Познавательная деятельность: понимание речи, 2-3 года*

*Речь: языковые выразительные возможности, 3-4 года*

**Учебная цель:** различать "мое" и "твое"

**Задание:** учитывать собственность всех членов семьи и пользоваться ими только с разрешения

**Материал:** предмет, который точно принадлежит определенному члену семьи, коробка из-под обуви, фотографии членов семьи

Наклейте на каждую коробку фото члена семьи. Покажите Тане каждую коробку и скажите: "Эта коробка для вещей мамы, эта - для вещей Тани, эта - для вещей Пети". Дайте Тане в руку один предмет и скажите ей, чей он. Например: "Это мамы". Помогите ей положить его в нужную коробку, повторяя имя и указывая на фото. Не позволяйте ей играть с предметом, так как он не ее. Если она попытается играть с предметом другого члена семьи, то прервите ее словами: "Это мамин!" - и подведите ее руку с предметом к соответствующей коробке. Если она начнет играть с ее предметом, то скажите: "Да, он твой!" - и позвольте ей поиграть с ним несколько минут. Когда Таня поймет задание, научите ее просить разрешения поиграть с другим предметом. Дайте ей при выполнении одного задания вещь брата и скажите: "Это вещь Пети!". Возьмите ее за руку и подведите ее к Пете. Помогите ей показать предмет брату и спросить: "Можно Тане поиграть?". Если Петя ответит "да", то пусть Таня поиграет. Если он скажет "нет", то отведите ее с вещью к коробке, чтобы она положила ее в коробку и не играла с ней. Если она овладеет этим примером поведения в рамках упражнения, то перенесите это на другие ситуации. Если она опять проявляет намерение взять себе что-то, что ей не принадлежит, то прерывайте ее, ведите с этой вещью к тому, кому она принадлежит, и пусть она просит разрешения. Поощряйте ее всегда, когда она просит разрешения.

## Упражнение 22. Отвечать на телефонный звонок

*Социальные отношения: взаимодействие, 5-6 лет*

*Речь: беседа, 5-6 лет*

**Учебная цель:** улучшение социальной способности к взаимодействию

**Задание:** самостоятельно ответить на телефонный звонок и позвать к телефону

**Материал:** игрушечный телефон (если есть)

Обучайте Бориса этому действию, прежде чем позволить ему ответить на настоящий телефонный звонок. Лучше всего для этой цели подходит игрушечный телефонный аппарат. Сначала научите Бориса поднимать трубку и говорить "Алло!". При этом весьма полезно наклеить рисунки уха и рта на соответствующие части трубки, чтобы он легче понял, как держать трубку. Когда он научится поднимать трубку и говорить "Алло!", научите его говорить: "Одну минутку!" - и звать к телефону того, кого спрашивают. Обучайте его этому, вызывая к телефону каждого члена семьи. Когда он этим основательно овладеет, начинайте обучать его обращению с настоящим телефоном. Попросите родственника или знакомого позвонить в определенное время, чтобы Борис мог ответить. Оговорите, что должен сказать звонящий, чтобы не запутать Бориса. Повторяйте это многократно, а когда Борис станет ловчее и увереннее, попросите вызывающего разнообразить Ваше поручение, чтобы Борис учился реагировать на множество различных ситуаций. Когда он будет хорошо себя чувствовать при приеме любого звонка, пусть подходит к телефону, когда хочет, но будьте поблизости, на случай, если он не справится.

### **Упражнение 23. Самостоятельно следовать письменным указаниям**

*Социальные отношения: самостоятельность, 5-6 лет*

*Познавательная деятельность: чтение, 6-7 лет*

**Учебная цель:** самостоятельное выполнение работы, улучшение чтения

**Задание:** читать и следовать простым письменным указаниям, тихо и самостоятельно выполнять поставленные задания

**Материал:** коробка из-под обуви, бумага, карандаши

Изготовьте несколько "рабочих пакетов" для Андрея, положив в обувную коробку материал для упражнений, над которым он в данный момент работает (одна коробка для одного задания). Напишите для каждого задания краткое и простое указание и положите в коробку сверху на учебный материал. Поставьте все коробки в ряд на определенном месте, где Андрей может их легко взять, например, на полку этажерки. Покажите ему, где хранятся коробки. Скажите ему: "Принеси одну коробку!". Сначала помогайте ему найти коробку, принести ее к столу, прочитать указание и выполнить задание. Затем пусть он положит учебный материал в коробку и отнесет ее на полку. Поощрите его, когда он справится. Выбирайте упражнения, которые Андрей может выполнить. Важно сформулировать указания ясно, чтобы он понимал каждое отдельное слово, например:

- не говори!
- составь кубики!
- положи кубик в коробку!
- поставь коробку назад!
- возьми у мамы кекс!