

Торхова Елена Александровна, учитель-логопед,
Государственное казённое общеобразовательное
учреждение Удмуртской республики «Школа № 101»

РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА – ОСНОВА ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ В БУДУЩЕМ

Аннотация. Развитие самостоятельности у детей с НОДА и ДЦП – фундамент для того, чтобы во взрослой жизни эти дети чувствовали себя уверенно, были довольны собой и имели реальные возможности для самореализации.

Ключевые слова: Навыки, нарушения, дефициты, преодоление, планирование, воспитание.

Более двадцати четырёх веков назад древнегреческий философ Аристотель Стагиритский в своём трактате «О душе» рассматривал человека как существо общественное, политическое. Он утверждал, что человек по своей природе предназначен для жизни в обществе и несёт в себе инстинктивное стремление к совместной жизни, он не может существовать изолированно – он нуждается в других людях для удовлетворения своих потребностей.

Как классный руководитель, выпустивший за свою педагогическую деятельность три класса детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДА) и до сих пор плотно общающийся со своими выпускниками, полностью согласна с учёным – только при условии реализации своих умений и принятии и оценки их обществом ребёнок-выпускник-человек может быть счастлив. Поэтому одна из главных задач школы и родителей детей с НОДА и ДЦП – развитие самостоятельности, независимости, уверенности и активной жизненной позиции. Когда ребёнок сам справляется с задачей, он начинает верить в свои силы. Это снижает тревожность и помогает активнее включаться в жизнь, стремление что-то сделать самому, стимулирует развивать другие навыки – бытовые, коммуникативные, творческие, социальные. Навыки самообслуживания и умение брать на себя небольшие обязанности – база для того, чтобы чувствовать себя частью коллектива, успешно учиться в школе и взаимодействовать со сверстниками, чувствовать себя «своим» в школе, позже – в колледже и на работе. У детей с детским церебральным параличом часто есть сопутствующие особенности (речевые нарушения, сенсорные дефициты, нюансы эмоционально-волевой сферы), общие особенности двигательных нарушений:

- трудность (невозможность) выполнения определённых движений;
- слабость ощущения движений;
- затруднены действия с предметами;
- затруднено развитие целенаправленных действий.

Эти нарушения ограничивают практическую деятельность, затрудняют развитие самостоятельного передвижения, навыков самообслуживания, ставя ребёнка в полную зависимость от окружающих взрослых. Это способствует формированию пассивности, безинициативности, нарушает развитие мотивационной и волевой сферы.

Родителям ребёнка с НОДА прежде, чем начать работать над решением этой задачи – выработки самостоятельности у ребёнка, нужно решить проблему собственной самостоятельности, свободы, снижения нагрузки, отдыха и отвлечения т.е. нужно максимально делегировать обязанности по уходу за ребёнком. Это не просто передача задач, а целая система, которая помогает снизить нагрузку на родителей и создать для ребёнка комфортные и безопасные условия. Можно привлечь взрослых членов семьи – бабушек, дедушек, можно подключить патронажное сопровождение – специалистов социальных служб,



можно попытаться привлечь волонтеров для эпизодической помощи – прогулок, развивающих занятий, организаций каких-то мероприятий. Важно подходить к этому осознанно, учитывая индивидуальные особенности ребёнка.

Свою работу следует вести в трёх направлениях:

1. Навыки самообслуживания. Приём пищи, умывание, чистка зубов, одевание (от простых вещей к сложным застёжкам), уборка игрушек.

2. Бытовые и социальные навыки. Умение пользоваться дверными ручками, ключами, задвижками, включать/выключать свет, передвигаться из комнаты в комнату.

3. Коммуникация. Важно учить ребёнка не только действовать, но и обозначать свои желания, используя речь, при необходимости – жесты и мимику, просить о поддержке – это тоже шаг к независимости.

Разбивайте задачи на микрошаги. То, что кажется простым действием (например, поесть ложкой), для ребёнка с НОДА может быть сложной, почти непосильной задачей. Разделите её на этапы, продумав при этом подходящую посуду – ложку с утолщающейся ручкой, удобную тарелку с присосками, антискользящие коврики и др.: взять ложку, поднести ко рту, зачерпнуть пищу, сделать глоток. Так ребёнку проще добиться успеха и закрепить навык. Не стоит отчаиваться – не всякому малышу с НОДА удастся научиться есть ложкой. Научились захватывать куски твёрдой пищи – уже хорошо, уже здорово!

Вместо «одеться» выделите этапы: надеть рукав, надеть второй рукав, застегнуть пуговицу. Так ребёнку проще усвоить и закрепить каждый элемент.

Используйте принцип «минимальной помощи». Ваша задача – не сделать за ребёнка, а поддержать ровно настолько, чтобы он смог завершить действие сам: направить руку, слегка придерживать предмет. Формулировка «не вместо, а вместе» здесь ключевая. **Сначала показываете, помогаете, затем ребёнок действует сам, и только потом взрослый уменьшает свою поддержку.** **Адаптируйте среду и инструменты:** фиксаторы для одежды, липучки вместо пуговиц, подставки для устойчивости. Это инструменты, которые снимают часть физического барьера и дают ребёнку шанс проявить самостоятельность.

Помните – малышу с ОВЗ требуется гораздо больше времени на освоение навыка, чем у типично развивающихся детей. Не спешите – это главный враг самостоятельности. **Повторяйте.** Навыки при таких нарушениях формируются долго, требуется многократное повторение. И старайтесь включать в занятия элемент игры – это поддерживает интерес и снижает напряжение.

Давайте право на ошибку. Разлитая вода или криво застегнутая рубашка – это часть обучения. Не переделывайте за ребёнком на его глазах: иначе он решит, что его усилия бессмысленны.

Создавайте ситуации для выбора и инициативы. Предлагайте варианты: «Ты хочешь надеть синюю маечку или зелёную?», «Сначала уберём игрушки или помоем руки?». Так закладывается основа ответственности – ребёнок учится принимать решения и видеть их результат.

Поощряйте инициативу и отмечайте прогресс. Хвалите за усилия, а не только за идеальный результат. Постепенно уменьшайте свою помощь. Ваша роль – направлять, подстраховывать, но не выполнять действие за ребёнка. Пусть сначала он сделает сам то, что точно получится, а вы поддержите. Не делайте за ребёнка то, что он в силах сделать сам. Старайтесь избегать критики – постоянные замечания могут отбить желание пробовать.

Очень важно не пытаться «втискивать» ребёнка в общие возрастные нормы – ориентируйтесь на его личный темп и возможности.

Главное – сохранять баланс: давать достаточно поддержки, чтобы ребёнок не разочаровался, но и не лишать его шанса проявить себя. Цель не в том, чтобы добиться «нормы», а в том, чтобы ребёнок освоил **максимально возможные** для него навыки и



чувствовал себя увереннее. **Работайте над осознанностью.** Обсуждайте с ребёнком последствия его действий: «Если ты не уберёшь игрушки, можно споткнуться», «Если не помыть руки перед едой, можно заболеть». Это развивает понимание связи «действие – результат», то есть базу для ответственности.

Сформируйте мотивацию. Понаблюдайте, что ребёнку действительно интересно. Используйте эти интересы как рычаг: например, если малыш любит рисовать, включите рисование в задачу (держат толстый маркер, смешивать краски). Если ничто не вызывает у ребёнка интерес, значит нужно его медленно, постепенно и осторожно развивать в комфортных условиях, с минимизацией света, шума, посторонних людей. Создавайте ситуации, где самостоятельное действие выгодно или необходимо.

Применяйте современные методы. Эрготерапия целенаправленно учит навыкам самообслуживания в реальных условиях. Также могут быть полезны системы биологической обратной связи (БОС), которые помогают ребёнку «почувствовать» своё тело и научиться им управлять.

К 7-8 годам ребёнок должен быть готов к школе. Но важно понимать: готовность – это не просто умение читать, считать или знать все буквы алфавита. Это комплексное состояние, при котором ребёнок психологически, эмоционально, физически и социально созрел для новой роли и нагрузки.

Обычно готовность рассматривают через несколько ключевых аспектов:

Интеллектуальная готовность. Ребёнок должен уметь сравнивать, обобщать, устанавливать причинно-следственные связи, понимать и выполнять инструкции, запоминать информацию и пересказывать её. Также важен базовый кругозор: знание своего адреса, имён родителей, времён года, основных животных и профессий.

Эмоционально-волевая готовность. Ребёнок должен уметь контролировать свои эмоции, справляться с разочарованиями, доводить дело до конца, даже если сразу не получилось. Он должен понимать, зачем идёт в школу, проявлять интерес к знаниям, а не только к внешним атрибутам. Важна и волевая готовность: способность выполнять не очень увлекательные задания, проявляя усидчивость и настойчивость.

Социальная готовность. Это умение взаимодействовать с другими детьми и учителем: договариваться, уступать, соблюдать правила, адекватно реагировать на замечания, просить о помощи.

Физическая (физиологическая) готовность. Ребёнок должен быть здоров, вынослив, уметь длительно сидеть за партой, правильно держать ручку, координировать движения руки и глаза, ориентироваться в пространстве. По возможности, чтобы он мог сам себя обслуживать: одеваться, аккуратно есть, собирать вещи.

Главное – ориентироваться на индивидуальные особенности ребёнка: его уровень самостоятельности, эмоциональное состояние, способность справляться с нагрузкой и желание идти в школу. В школе дети не только осваивают образовательную программу, учатся взаимодействовать со сверстниками и взрослыми. Школа в свою очередь, как и родители, прилагает немало усилий для формирования уверенной, самостоятельной, всесторонне развитой личности, ответственной за своё поведение, здоровье, выбор жизненного пути, готовит ребёнка с ОВЗ к поступлению в высшие и средние учебные заведения и к активному участию в социальной жизни.

Список литературы:

1. Аристотель «О душе» / Издательство АСТ, 2020 г.
2. Бадалян Л.О. «Детская неврология» / Издательство «Медицина», 1984 г.
3. Васильцова Виктория «ДЦП. Пошаговый план для родителей» / Издательство «Ridero», 2025 г.

