



Нижегородская региональная общественная организация
родителей детей-инвалидов по зрению «Перспектива»



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

ISBN 978-5-6041725-1-3



*Информационно-методическое пособие по обучению школьников с
инвалидностью по зрению навыкам самообслуживания и ориентировки*

По дороге в самостоятельную жизнь

Электронное пособие выпущено в рамках проекта «Дорога в самостоятельную жизнь» с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов.



Нижний Новгород, 2020

УДК376.1-056.262

ББК74.53

П41 Электронное пособие «По дороге в самостоятельную жизнь» / под ред. Липиной Г.Ю., Сумароковой И.Г. – Нижний Новгород, НРООРДИЗ

«Перспектива», 2020 - 50 с.

ISBN 978-5-6041725-1-3

Пособие адресовано родителям, воспитывающим детей школьного возраста с нарушением зрения, а также специалистам (социальным работникам, педагогам по социально-бытовой адаптации и ориентировке в пространстве), работающим с такими детьми.

В пособии собраны практические рекомендации специалистов по обучению незрячих и слабовидящих детей навыкам самообслуживания. рассматриваются вопросы, касающиеся вовлечения родителей в процесс формирования навыков повседневной жизни у детей, предлагаются основные приемы, которые помогут научить детей выполнению домашних дел,

Материалы пособия содержат описание технологий проведения обучающих мастер-классов и конкретные примеры обучающих методик, применяемых на таких мастер-классах для обучения в малых группах.

Авторский коллектив настоящего пособия надеется, что оно внесет вклад в дальнейшее развитие самостоятельности незрячих и слабовидящих детей и поможет им стать более независимыми

Коллектив авторов

Венедиктова Марина Васильевна, учитель-дефектолог высшей категории ГКОУ НОС(к) школы- интерната для слепых и слабовидящих детей

Липина Галина Юрьевна, социальный педагог Нижегородской

региональной общественной организации родителей детей-инвалидов по зрению «Перспектива», г. Нижний Новгород

Рудакова Зинаида Алексеевна – учитель технологии ГКОУ НОС(к) школы- интерната для слепых и слабовидящих детей

Сумарокова Ирина Германовна, к.п.с.н., доцент кафедры адаптивной физической культуры ННГУ им. Лобачевского, председатель правления Нижегородская региональная общественная организация родителей детей-инвалидов по зрению «Перспектива», г. Нижний Новгород

Усачева Т.В., тифлопедагог, преподаватель ЦРС ВОС

Содержание

Предисловие	6
Некоторые размышления об особенностях воспитания ребёнка с проблемами зрения, тифлопедагог, преподаватель ЦРС ВОС Усачева Т.В.	7
Рекомендации для родителей к.п.с.н., председатель правления НРООРДИЗ «Перспектива» Сумарокова И.Г.	18
Формирование навыков ведения домашнего хозяйства у детей с нарушением зрения, учитель-дефектолог высшей категории Венедиктова М.В.(методические рекомендации для педагогов и родителей)	21
Формирование общетрудовых умений и навыков у обучающихся с нарушением зрения через систему коррекционных приемов при изучении предмета «Технология» Рудакова З.А., учитель технологии ГКОУ НОС(к) школы- интерната для слепых и слабовидящих детей.....	31
Учимся выполнять домашнюю работу – обучающие мастер-классы для школьников с инвалидностью по зрению, к.п.с.н., председатель правления НРООРДИЗ «Перспектива» Сумарокова И.Г.....	39
Библиография	48

Предисловие

Уважаемые читатели!

Перед Вами электронное пособие «По дороге в самостоятельную жизнь», которое адресовано тем, кто хочет научить своих незрячих или слабовидящих детей быть максимально самостоятельными в каждодневной жизни.

Часто родителям незрячих детей свойственно недооценивать значение их независимости в быту. А между тем умение самостоятельно и качественно выполнять разные домашние дела – важный аспект реабилитации незрячих и слабовидящих. Если эти навыки несформированы, человек испытывает большие сложности в повседневной жизни. Есть немало примеров, когда молодые люди, получив хорошее образование, не смогли реализовать себя в профессиональной деятельности и устроить личную жизнь только потому, что не умели правильно и рационально наладить свой быт и зависели от помощи других людей.

В то же время многие незрячие и слабовидящие успешно справляются с домашней работой: содержат в чистоте и надлежащем порядке свое жилище, умеют приготовить вкусную еду, всегда выглядят опрятно. Сформированные навыки самообслуживания для людей с нарушениями зрения расширяют их социальные связи с окружающими людьми, способствуют преодолению изоляции незрячих, что весьма ценно в плане их адаптации к условиям современной жизни.

Ребенок с нарушениями зрения – это, прежде всего, ребенок. Основное для развития ребенка - чтобы он действовал самостоятельно, приобрел такой же жизненный опыт, какой накапливается у его зрячих сверстников. Мы надеемся, что данное пособие поможет родителям и специалистам сделать так, чтобы незрячие дети были максимально самостоятельными в соответствии со своим возрастом.

Некоторые размышления об особенностях воспитания ребёнка с проблемами зрения, тифлопедагог, преподаватель ЦРС ВОС Усачева Т.В.

Случается так, что в семье появляется долгожданный ребёнок, но сразу после рождения или со временем выясняется, что малыш плохо видит или вовсе слепой. Что делать и как жить дальше в этом случае? Вот об этом я и предлагаю поговорить.

Кто-то может подумать, говорить о чужой беде легко, а как жить дальше малышу, его родителям и близким?.. Вслепую, считаю, что и жить можно и даже неплохо жить, а не просто существовать.

Значимость зрения никто не отрицает, но, например, меня абсолютно слепую более пятидесяти лет, в жизни чаще подводит отсутствие чувства юмора, чем слепота.

Помогают же мне следующие установки и девизы:

- 1) «Всё хорошее, друзья, даётся нам не дёшево» (С. Маршак).
- 2) Если хочешь что-то получить, приложи усилия.
- 3) «Бережёного бог бережёт».
- 4) «На бога надейся, а сам не плошай»
- 5) И, конечно же, такие черты характера, как целеустремлённость, упорство и нежелание решать свои проблемы чужими руками, постоянно зависеть от кого-то.

Конечно же, живя в обществе, мы не можем быть независимы от него, но это вовсе не значит, что все проблемы незрячих ложатся на плечи окружающих.

Всем выше перечисленным посылам, я обязана маме. Не смотря на её всего лишь начальное образование и слабое зрение, она смогла воспитать во мне целеустремлённость, пробудить интерес к обучению, научила меня ещё в дошкольном возрасте складывать из спичек буквы и цифры, что позволило мне в дальнейшем самостоятельно расписываться, считать мелочь,

распознавать номера и названия кабинетов, если надписи на них прощупываются.

Отвлечёмся немного от меня и проанализируем, какие желания чаще всего возникают у родственников, узнавших, что у ребёнка проблемы со зрением.

В первую очередь начинаются бесконечные поездки в глазные клиники, поиски знахарей и подобных им кудесников. Некоторые семьи тратят на это всю жизнь. В других заканчиваются финансовые возможности, а в третьих ребёнок вырастает и начинает бунтовать: «хочу жить, а не только лечиться и надеяться на призрачную возможность обретения зрения».

На мой же взгляд, в первую очередь после поставленного малышу диагноза необходимо изучить установленное заболевание и понять, какие перспективы развития заболевания существуют, и жизнь ребёнка строить так, чтоб исключить дальнейшее ухудшение здоровья малыша. Так, если родители ребёнка с сахарным диабетом не будут уделять внимания контролю сахара крови, у него могут достаточно быстро развиваться серьёзные проблемы со зрением. Или, если ребёнок с остаточным зрением и риском отслойки сетчатки будет не осторожно кататься на велосипеде и часто с него падать, то, скорее всего, его ожидает полная слепота.

В качестве примера взбунтовавшейся и сумевшей убедить родственников оставить бесполезные попытки вылечить неизлечимое, хочу рассказать о своей одношкольнице. Проблемы со зрением начались у неё в 9 лет. К этому времени у девочки, рано начавшей интересоваться астрономией, уже был телескоп. Она наблюдала за звёздами и мечтала быть астрономом. Во время одной из подвижных дворовых игр у девочки возникло ощущение, что что-то попало в глаз. Казалось бы, мелочь, но с этого дня бывшее до этого безупречным зрение стало стремительно ухудшаться. 13 лет возила ребёнка по врачам воспитывающая её сестра.

Частые поездки в клиники прерывали обучение в школе, поэтому способная девочка окончила среднюю школу только к 23 годам. Получив

аттестат, девушка объявила сестре, что лечиться она устала и в дальнейших поездках к врачам не видит никаких перспектив. Вместо очередного бесполезного визита в глазную клинику она поедет поступать в кисловодское медицинское училище. Окончив училище, вместе со старшей сестрой девушка переехала на черноморское побережье, где купили дом, часть комнат которого сдают отдыхающим. В качестве предоставляемых услуг присутствует и медицинский массаж.

«Никогда не жалеете о том, что случилось.

Иль о том, что случиться не может уже.

Лишь бы озеро вашей души не мутилось

Да надежды, как птицы, парили в душе» (А. Дементьев).

Второе по значимости «благое» намерение выражается в следующих формах: «мы его (её) не оставим, не бросим, будем всю жизнь заботиться о ней (нём)».

Также говорили и мамина мама и мамина тётя, когда после войны по деревням ездили и выявляли детей с ослабленным зрением для зачисления в школу-интернат для слепых и слабовидящих. Тогда мама не смогла уговорить родственников отпустить её учиться. Но после совершеннолетия уехала работать на учебно-производственное предприятие, но время ушло, и получить ей среднее образование так и не удалось.

Несомненно, родственники или близкие, возлагающие на себя все заботы и проблемы незрячих и не желающие, во избежание возможных бед, отпускать их от себя, исходят из лучших побуждений, не понимая, что не обретших навыков самостоятельности, привыкших к круглосуточной опеке слепых, в конечном итоге, в лучшем случае, ждёт дом престарелых или дом инвалидов. Зачастую, от воспитанных в тепличных условиях инвалидов по зрению можно услышать: «если с родственниками что-то случится, я покончу с собой».

Не думаю, что кто-то из вас желает, чтоб ваш любимый незрячий ребёнок оказался никому не нужен и не смог, когда вам будет плохо, помочь вам. Если так, то набирайтесь терпения, и ко всему, чем занимаетесь сами, привлекайте ребёнка с проблемами зрения.

*«А может просто встать с другой ноги,
И вместо кофе взять и выпить соку...
И повернуть свои привычные шаги
В ту сторону, где будет больше проку...
И в этот день проделать всё не так:
Поставить от конца к началу числа,
И самый незначительный пустяк
Наполнить добрым и высоким смыслом.
И сделать то, чего никто не ждёт,
И рассмеяться там, где столько плакал,
И чувство безнадежности пройдёт,
И солнце встанет там, где дождик капал.
Из круга, заведённого судьбой,
Возьми и выпрыгни на станции безвестной...
Ты удивишься - мир совсем иной,
И неожиданнее жизнь, и интересней» (Наталья Гондарь).*

Это будет возможно, если сможете отказаться от убеждения, что слепой ребёнок ничего не сможет сделать самостоятельно, а также от безосновательных страхов за дитя. Но просто так отказаться от беспокойства не возможно и не рационально, а вот познакомить с опасными предметами и пространствами и объяснить, в чём их опасность, и в каких ситуациях она может проявиться. ВАЖНО! Ваш рассказ должен убедить ребёнка не подвергать себя опасности, и ни в коем случае не стать посылком к воплощению. Недостаточно ребёнку что-то запретить, необходимо объяснить, почему этого делать не стоит.

Если ребёнок видит, то зрительное восприятие окружающей среды может побудить его к какой-либо активности, а если ребёнок совсем не видит, то его активность, скорее всего, вам придётся пробуждать самим. Возможно, вам в этом смогут помочь звуки.

Занимайтесь с ребёнком, а не балуйте его. Учите его тому, что позволит его развитию. Это не должны быть только сидячие игры.

Мама нам с младшим братом читала много сказок. Прослушали мы сказку и начинали в неё играть. Сначала нам мама помогала, произносила слова автора; подсказывала, что и как лучше и в какой части нашего дома сделать; помогала придумать костюмы героев.

На следующем этапе мама становилась зрителем, а всю сказку с братом мы играли вдвоём. Мне кажется, что мне доставалось всегда больше действий.

Мы очень любили играть в «Лисичку со скалочкой». Возможно потому, что долго тренировались. Сначала у меня не получалось убежать от брата достаточно быстро и спрятаться под стол, оставив на виду только «хвост». И это, по-моему, нравилось ему, а когда я научилась, он долгое время всё ещё лелеял надежду поймать меня раньше с помощью какой-нибудь хитрости.

Не оставляйте надолго ребёнка без внимания, до тех пор, пока у него не появится свой внутренний мир, свои увлечения, когда ему не будет скучно одному – самому с собой. На мой взгляд, именно у скучающих детей появляются навязчивые движения, бессмысленные действия. Так в нашей школе был мальчик, который мог часами ходить слева направо и справа налево около открытой двери, держась за её ручки. Теперь я понимаю, что он не умел ориентироваться в пространстве, боялся его, а силы девать куда-то нужно было.

Ваша задача знакомить ребёнка, если возможно, со всеми предметами, о которых рассказываете, читаете, и, конечно же, со всеми, что издают звуки и запахи. Если предмет слишком большой или слишком маленький или опасный для непосредственного знакомства ребёнка, то такой предмет

можно рассмотреть в игрушечном варианте или изготовить из конструктора. Когда у ребёнка уже будет достаточно представлений и знаний о предметах, можно будет что-то незнакомое сравнивать с уже известным.

Как можно раньше начинайте учить ребёнка самостоятельно одеваться, раздеваться, заправлять кровать, Аккуратно располагать свои вещи на стуле, спинке кровати, убирать свои игрушки. Понятно, что вам быстрее будет это сделать самим, но тогда ваш ребёнок никогда этому не научится.

Ваш ребёнок не должен быть изолированным от общества, а значит, вы должны не стесняться его и научить его делать всё то, что умеют его сверстники и даже больше, а именно безопасно передвигаться самостоятельно по квартире и на детской площадке. Для своей безопасности ребёнок может сначала катить перед собой какую-нибудь игрушку (на мой взгляд, лучше бесшумную), например, лошадку на колёсиках, или обруч, а затем начать использовать трость.

Всё выше описанное могут использовать не только абсолютно слепые дети, но и те, кто не всегда замечает все препятствия перед собой.

Чем раньше ребёнок попадёт в коллектив сверстников, тем проще они его примут, но при условии, что все дети на одинаковом положении, на равных, и никто никому ничем не обязан

Вы должны научиться сообщать ребёнку нужную информацию о встречающихся опасностях на его пути таким образом, чтобы не привлекать излишнего внимания окружающих.

Научите незрячего ребёнка, по возможности, днём ходить с открытыми глазами и закрывать их, когда он ложится спать.

Научите ребёнка поворачиваться к собеседнику лицом во время разговора, адекватно выражать свои эмоции. Показывайте ему жесты, которые используются в мультфильмах и его сверстниками, тогда его кажущаяся внешняя не эмоциональность не будет бросаться в глаза.

Воспитывая ребёнка, не забывайте строки Андрея Дементьева, правда, я бы в вашем случае заменила в них слово «любви» на «мечты», но может кому-то захочется употреблять строки с обоими словами:

*«Никогда, никогда ни о чём не жалеете –
Поздно начали вы или рано ушли.
Кто-то пусть гениально играет на флейте.
Но ведь песни берёт он из вашей души.
Никогда, никогда ни о чём не жалеете –
Ни потерянных дней, ни сгоревшей любви.
Пусть другой гениально играет на флейте,
Но ещё гениальнее слушали вы».*

Рассказывайте ребёнку о пространстве, по которому гуляете. Считаю, что именно это помогло мне научиться ощущать препятствия, и это упрощало моё передвижение в нём.

Следует заметить, что я чаще говорю о совершенно незрячих, просто это мне ближе и понятнее. Все плохо видящие люди видят по-разному. Зависеть это может от времени суток, освещённости, солнечно или пасмурно на улице, также зрительное восприятие зависит и от самочувствия ребёнка. Немаловажную роль играет и умение использовать зрение. Этому чаще всего тоже нужно учить, проще это делать в игровой форме.

Возможно, вам поможет понять, как видит ваш ребёнок, приложение для смартфонов SeeMyWorld – это система виртуальной стимуляции глазных болезней в реальном времени.

Наблюдая за ребёнком, анализируя его поведение, да ещё учитывая опыт использования выше указанного приложения, полагаю, вы вместе сможете найти эффективные пути преодоления возникающих трудностей.

Важно научить слабовидящих детей реально оценивать свои возможности, а также, не стесняясь, сообщать, что что-то не увидел или не рассмотрел. Так

один мальчик рассказывал: «вчера мы с Димкой не рассмотрели рисунки, что показывала воспитательница в садике. Я предложил ему подойти и попросить разрешить рассмотреть их поближе. Димка побоялся, а я подошёл и всё рассмотрел. Правда, я молодец?!!»

Понятно, что дети с достаточно неплохим остаточным зрением могут учиться чему-то, подражая вам. С детьми с плохим зрением или его отсутствием дело обстоит сложнее, но есть несколько вариантов:

- 1) Вы говорите, что должен делать ребёнок, он делает под вашу диктовку, вы контролируете, при необходимости вносите коррективы.
- 2) Вы делаете нужное руками ребёнка, действия проговариваете словами. Если ребёнок всё понял, то выполняет нужные действия самостоятельно под вашим контролем, в противном случае, повторяем этот пункт ещё раз или предлагаем ребёнку выполнить предыдущий пункт.
- 3) Можно предложить ребёнку положить руки на ваши и медленно выполнить нужное действие, чтобы он понял и не травмировался, а затем перейти к предыдущим пунктам.

Ещё одна проблема, с которой могут столкнуться родители и их дети с проблемами зрения – дразнилки типа «слепой», «очкарик» и т.п. Как же решается эта проблема? Одни стараются скрывать информацию о плохом зрении ребёнка, но шило в мешке не утаишь, а любая констатация этого факта будет, скорее всего, травмировать, как ребёнка, так и его близких. Но, если вы сможете посмотреть на проблемы со зрением, как на какую-то особенность, например, рост. Знаем мы, что и это может быть поводом для обзывалок, но и знаем, что высоким проще что-то достать, а маленьким проще спрятаться. Если не обращать внимания на дразнящих, то им это быстро надоедает.

На мой взгляд, в качестве алгоритма действий для решения выше описанной проблемы можно использовать строки Солнечной Котёнки с сайта stihi.ru:

«Полюби себя любой

И весь мир тебя полюбит

И несчастья отступят

Пред любимую тобой...»

Будьте внимательны к своему ребёнку, не полагайте, что предел его желаний тепло, мягкий диван, минимум действий и обильная пища. Всё названное может привести только к дополнительным заболеваниям, что, полагаю, не порадует ни вас, ни вашего ребёнка.

Многие считают, зачем куда-то везти или вести ребёнка, узнать о чём-то он может из телевизора или компьютера, да и не устанет...

Когда обращаюсь к детским своим годам, ярко всплывают в памяти с подробностями походы в лес или парк, как в компании родственников, так и одношкольников, игры, в которых нужно было бегать, прятаться и искать, а абсолютно слепа я с четырёх лет.

В 8 – 9 классах было у нас по воскресеньям такое увлечение: играли те, кому зрение не позволяло свободно ориентироваться в пространстве, в какую-нибудь игру карточную или «балду», проигравший шёл потом в магазин за чем-нибудь к чаю. После школы открылась тайна, когда школьник со слабыми навыками ориентировки выходил на улицу, за ним кто-то наблюдал из работников школы или хорошо видящих учеников, но об этом не знал, ни один слепой или практически слепой из моих одношкольников.

С удовольствием вспоминаю те времена, когда было больше возможностей ездить на концерты, спектакли, - это и годы учёбы в крупных городах и те времена, когда последняя электричка из Москвы уходила так, что по окончанию спектакля или концерта можно было успеть на неё.

Во время учёбы в вузе у меня даже было любимое место в драмтеатре, его для меня оставляли кассиры. Оно находилось в центре первого ряда партера, с него мне были отлично слышны все действия со сцены.

Не раз во время учёбы на дневном отделении математического факультета, по пути в театр, в салоне трамвая слышала следующие фразы: «интересно, все слепые ходят в районе вокзала, а эта куда-то едет. Интересно куда и

зачем?» Порой я просто слушала эти разговоры, молча, а порой и вступала в них, рассказывала, куда и зачем еду.

В начале воспитания ребёнка со слабым зрением, вашим девизом могут стать строки Алёны Карасенко:

*Все нужно пережить на этом свете,
Все нужно испытать и оценить...*

Важно, чтобы вы не только вовлекали ребёнка в различные мероприятия, но и понимали и узнавали его мнение об этом. Необходимо всё объяснять ребёнку, что, на мой взгляд, будет ставить перед ним цели и помогать делать выбор.

Вам, уважаемые родители и родственники, необходимо помнить, что вы никогда не сумеете решить проблемы своего чада в детском коллективе, а, попытавшись сделать это, можете пробудить у ребёнка желание не всегда быть откровенным с вами. Ваша задача научить ребёнка получать нужную информацию, задавать вопросы, выслушивать ответы, находить способы решения возникшей проблемы, не надеясь только на доброго волшебника. Мнение родителей, пока ребёнок маленький, пусть наслаждается беззаботной жизнью, подрастёт, тогда всему научится, - ошибочно. Чем раньше ребёнок начинает учиться, тем быстрее он осваивает жизненные премудрости, но важно учить так, чтобы потом не пришлось переучивать.

Нужно ли ребёнку с проблемами зрения ходить в детский садик? А почему нет? Выше я говорила о мальчиках, посещавших обычный, не специализированный детский сад, раньше таких и не было.

Прежде, чем начать ребёнка оформлять в садик, необходимо его научить умываться, одеваться, раздеваться, обуваться, разуваться, заправлять свою постель, самостоятельно кушать и, конечно же, аккуратно ходить в туалет.

*«Все ищут счастья на земле,
Купаться каждый в нем мечтает.
Но не найти его вовне –*

Внутри оно произрастает!

Растет в гармонии любви

В согласии с собой и миром,

Ведь для того и жизнь дана:

Чтоб научиться быть счастливым!..» (Ирина Артлис)

Сделайте девизом вашей семьи, и каждого её члена в отдельности, строки
Леонида Ильича:

«Какое это счастье – просто жить!

И свой корабль, опять снимая с мели,

Хотеть чего-то, и куда-то плыть,

И верить, что плывёшь к заветной цели!»

Рекомендации для родителей к.п.н., председатель правления НРООРДИЗ «Перспектива» Сумарокова И.Г.

1. Никогда не торопитесь, обучая ребенка домашним делам! У Вас должно быть достаточно времени, чтобы все спокойно объяснить и показать ребенку, а при необходимости и повторить объяснение. Помните о том, что ребенку с плохим зрением надо больше времени, чтоб освоить то или иное домашнее дело по сравнению с нормально видящим ребенком. Иногда ребенку какое-то действие надо попробовать выполнить не один раз, прежде чем он окончательно поймет, как оно выполняется.
2. При выполнении домашних дел Вашим ребенком не забывайте о его безопасности! Вы должны хорошо представлять каким образом выполнить безопасно то или иное домашнее дело. Объясните это ребенку и убедитесь, что он понимает, в чем именно состоит опасность. Примите возможные меры предосторожности, чтобы ребенок не нанес себе травму и не получил негативный опыт. Последствия негативного опыта бывает очень сложно искоренить.
3. Не пытайтесь научить ребенка сразу всем домашним делам. Обучение должно быть постепенным и постоянным! Для начала следует поручать ребенку отдельные операции, например: порезать картофель для супа, поломать вермишель и др. Затем постепенно расширяйте участие ребенка в том или ином процессе: пусть он сам почистит и порежет овощи для супа. Наконец, ему можно поручить приготовить суп полностью.
4. Приобретая бытовую технику, подумайте, насколько она будет доступна и удобна в использовании для Вашего слабовидящего или незрячего ребенка. Если есть выбор, отдавайте предпочтение более доступным для ребенка моделям. Если в доме будет доступная техника, ребенок быстрее научится ей пользоваться и будет проявлять интерес к домашним делам.
5. Приучите ребенка, а за одно и себя к тому, чтобы каждая вещь в доме располагалась на своем месте, которое он должен четко знать. Тогда ребенку

не придется тратить много времени на поиски чего-то нужного. При этом хрупкие предметы лучше размещать в безопасном месте.

6. Приучите ребенка, работая с моющими и чистящими средствами, пользоваться резиновыми перчатками. Первое время в перчатках незрячему ребенку неудобно выполнять любую домашнюю работу. Отсюда родился миф о том, что незрячему лучше перчатками не пользоваться. Мы не разделяем такую точку зрения. Следует беречь свои руки от вредного воздействия химикатов, и надо просто привыкнуть к перчаткам. Можно на первых порах использовать более тонкие медицинские перчатки.
7. Обязательно учите ребенка выполнять еще одно несложное правило: если он что-то испачкал, просыпал или пролил, следует убрать (подмести или вымыть) это сразу.
8. Если у Вашего ребенка есть остаточное зрение, позаботьтесь о том, чтобы было хорошее (комфортное) освещение. Для этого можно использовать более мощные лампочки, лампы дневного освещения или сделать дополнительную подсветку, например на кухне, чтобы свет падал на рабочую поверхность. Однако источники света не должны быть резкими и слепить глаза.
9. При наличии у ребенка остаточного зрения используйте цветовые контрасты. Обучая ребенка домашним делам, используйте инвентарь, который ему хорошо виден. Продумайте интерьер квартиры так, чтобы мебель и другие предметы обихода были также хорошо видны ребенку.
10. При выполнении домашних дел учите ребенка пользоваться информацией от сохранных анализаторов (слуха, обоняния, вкуса). Учите ребенка по звуку определять момент закипания воды, уровень наливаемой в емкость жидкости; определять позапаху когда еда готова и т.п.
11. Приучайте ребенка контролировать качество выполненной домашней работы. Если проконтролировать качество ребенку затруднительно, учите его обращаться за помощью к другим людям
12. Приучая ребенка к работе по дому, не экономьте на инвентаре и расходных материалах (моющих и чистящих средствах, салфетках и др.). Известная

пословица о том, что скупой платит дважды, особенно актуальна для людей с плохим зрением.

Формирование навыков ведения домашнего хозяйства у детей с нарушением зрения, учитель-дефектолог высшей категории Венедиктова М.В.(методические рекомендации для педагогов и родителей)

Систематическому формированию навыков повседневной жизни у детей должно уделяться внимание с дошкольного возраста. К сожалению, среди слепых и слабовидящих, окончивших даже специальную школу, имеется немалое количество людей, недостаточно владеющих навыками самообслуживания и ведения домашнего хозяйства.

В семьях инвалидов по зрению часто наблюдается неудобная расстановка мебели, загроможденность, разбросанность вещей. Двери (особенно около ручек), ванна, раковины, унитаз бывают грязными. Поэтому, формируя навыки ухода за жильем, очень важно объяснить учащимся, в каких именно местах сильно пачкаются перечисленные предметы и с помощью каких приспособлений и средств их можно отмыть и вычистить. В школе достаточно научить отмывать захватанные двери, стены, подоконники, парты. Дома родители могут поручить ребенку ответственность за чистоту одного или нескольких выше перечисленных объектов.

При нарушении зрения люди часто не замечают пыль в тех местах которые не попадают им непосредственно под руки: перекладины на стульях, кроватях, оконных рамах, потолке (паутина), шкафах и т.д. Поэтому очень важно объяснить детям, где накапливается пыль, показать эти места, дать возможность ребенку хорошо почувствовать эту пыль самому, научить вытирать ее без зрительного контроля или практически без него (для слабовидящих).

Вытираем пыль.

Необходимо научить детей вытирать пыль по определенному плану:

- мысленно разделить всю поверхность на полоски, слегка заходящие одна на другую, в направлении «на себя» или по горизонтальным линиям;
- при вытирании пыли правая рука непосредственно вытирает пыль с помощью тряпки, а левая рука контролирует качество работы;
- слабовидящие дети должны тоже пользоваться этим приемом, не склоняться сильно над вытираемой поверхностью и не пропуская загрязненные участки.

Прием уборки пола

При нарушении зрения удобно убирать пол (мыть, подметать) также по плану, т. е. участками, которые можно выделить какими-нибудь ориентирами (стулья, парты, стол, кровать и т.д.).

Часто дети моют пол скомканной тряпкой, Это неудобно и снижает качество работы. Необходимо использовать специальный показ действий, сопровождая его словами. Например, «опускаем тряпку в ведро с водой, несколькими движениями как бы споласкиваем ее, чтобы смыть мусор, пыль, грязь. Затем слегка отжимаем тряпку, чтобы вода сильно не стекала на пол, далее подносим тряпку к полу, расправляем и ведем по полу полосами. И, наконец, опять опускаем тряпку в ведро, полощем ее в воде, хорошо отжимаем, расправляем над ведром; слегка встряхиваем и расправленной на полу тряпкой вытираем вымытый участок досуха».

Ведро с водой для мытья пола лучше приучить ребенка ставить в одно определенное место, чтобы он не искал его, если комната небольшая. Если же площадь достаточно большая, то надо приучать детей на каждом участке ставить ведро в удобное опять-таки определенное место, где не наткнешься на него и не опрокинешь, но в то же время ребенок всегда сможет легко найти ведро.

В тех случаях, когда ребенку противопоказано поднятие тяжестей, учите его наливать воды меньше ($\frac{1}{2}$, $\frac{1}{3}$, $\frac{1}{4}$ часть ведра), но менять ее чаще.

Детям следует дать сведения о ежедневной, периодической и генеральной уборке. Они должны усвоить, что надо ежедневно поддерживать чистоту на кухне: протирать плиту, мыть раковину и посуду, подметать или протирать пол, убирать все вещи на свои места. Не реже одного раза в неделю необходимо делать периодическую уборку, т.е. тщательно мыть полы, отодвигая мебель, вытирать пыль, мыть раковину, ванну, чистить плиту. Генеральную уборку надо делать один раз в месяц, перед праздниками, при смене сезона (мытьё окон, уборка на балконах и т.п.). Генеральная уборка включает в себя: мытьё дверей, стен, окон, уход за мебелью, коврами, стеклянными поверхностями, зеркалами. Во время уборки особенно внимательно следует отнестись к местам вокруг дверных ручек, ручек холодильника, вокруг выключателей, раковин, обмести пыль с потолков.

Учить незрячих и слабовидящих детей выполнять уборку надо с детства, чтобы во взрослой жизни они могли рассчитывать на себя.

Чистим одежду.

Показателем самостоятельности является внешний вид учащихся, умение содержать в чистоте и определенном порядке свои вещи, свое рабочее место и предметы домашнего обихода. Дети должны уметь надевать и носить одежду аккуратно, в соответствии с сезоном, назначением, цветом, фасоном. Ребенку необходимо осознавать, как важно быть хорошо, опрятно и со вкусом одетым.

Ученики должны хранить одежду в шкафах в строго определенном порядке: слева костюмы, за ними юбки, блузки, платья и т. д. Все вещи должны быть рассортированы, развешены на плечики и храниться строго на своих местах, тогда любую вещь можно найти быстро.

Приемы сухой чистки одежды щеткой:

- сверху вниз, полосами (полосы слегка должны заходить одна на другую);

- воротник, манжеты, карманы, низ изделия требуют особенно тщательной чистки;
- влажную чистку наиболее загрязненных мест удобнее всего делать влажной губкой.

При стирке белья детям следует напомнить о последовательности действий, указать на места, которые наиболее загрязнены.

Учимся гладить

В процессе обучения глажению одежды ребенка следует познакомить с утюгом:

- каким образом утюг включается в розетку,
- как регулируется температура;
- как включаются режимы отпаривания,
- как работает увлажнитель белья.

Начинать обучение следует с «легких» вещей: носовых платков, кухонных или махровых полотенец, наволочек. Глажка простыней и пододеяльников также не требует особых умений, но в этом случае необходимо научить ребенка складывать или передвигать белье на гладильной доске. Следующим усложнением является глажка маек, футболок, трусов.

Брюки и юбки, платья, блузки и рубашки – самые сложные вещи. Следует показать ребенку как можно «надеть» изделие на гладильную доску для удобства. Кроме того, следует рассказать, какие вещи нуждаются в отпаривании.

Ребенок должен запомнить правила безопасности:

1. Перед началом глажки следует убедиться в том, что вилка и шнур утюга не имеют внешних повреждений.
2. Гладильную доску следует расположить таким образом, чтобы шнур утюга не мешал его движению по гладильной доске.
3. Утюг следует располагать безопасно (на металлическую подставку, либо на заднюю поверхность так, чтобы ручка слегка выступала за край стола). Скользя рукой по краю стола, незрячий может находить утюг, не обжигаясь;
4. Приступая к глаженью, надо вещь тщательно расправить.
5. Необходимо соблюдать последовательность глажения: от одного шва к другому, от одной стороны к другой, с тем, чтобы не оставалось не проглаженных мест.
6. Гладить надо двумя руками. Левая рука движется перед правой, расправляя ткань. Когда правая рука уходит с утюгом вправо, левая рука следит за ней,

одновременно контролируя результат работы на только что проглаженном участке

7. Платья и рубашки начинают гладить с воротника и рукавов.
 8. При глажении утюг следует передвигать все время по ткани, нельзя задерживаться на одном месте, т.к. могут образоваться подпалины.
- При необходимости надо помочь ребенку выбрать оптимальный способ для отпаривания одежды, которая в этом нуждается.

Способы отпаривания изделия:

1. При глажке включают режим «пар». Этот способ не подходит, если ткань лоснится от горячего утюга.
 2. Отпариваемое изделие раскладывают на гладильной доске, накрывают предварительно смоченной хлопчатобумажной тканью или сложенной в два ряда марлей и перемещают утюг, добиваясь высыхания мокрой ткани.
 3. Отпариваемое изделие смочить все целиком и гладить через сухую ткань.
- Полезно знать безопасные способы проверки степени нагретости утюга:
- провести утюг несколько раз по гладильной доске, затем проверить ее поверхность и по температурным ощущениям делать вывод о степени нагретости утюга;
 - на гладкую доску положить влажную ткань, дотронуться до нее утюгом, если утюг горячий, то послышится шипение;
 - быстро коснуться утюга предварительно смоченным пальцем.

Как научить ребенка заправлять постель

Учить застилать постель целесообразно с 6 –8 лет. На первоначальном этапе все действия взрослый выполняет вместе с ребенком, беря его руки в свои, стоя за его спиной.

Для начала ребенок должен понимать как устроена его кровать. Обследуйте кровать: длину, ширину, форму, прогладьте руками ребенка вместе со своими руками покрывало, подушку; покажите ему верх и низ кровати.

Сначала научите ребенка расстилать кровать:

- снимите подушку и положите ее на стульчик рядом с кроватью
- возьмите левый верхний угол покрывала одной рукой, а нижний левый другой и соедините его с противоположной стороной покрывала (сложите его пополам). Еще раз сложите покрывала таким же образом (получится четырехкратное сложение);
- возьмите покрывало двумя руками за низ и соедините его с верхней частью так, чтобы нижний левый угол соединился с верхним левым, а правый нижний с правым верхним углом покрывала. Повести покрывало на спинку стула;
- двумя руками откиньте одеяло до половины, положите подушку на головной конец кровати.

Заправка кровати:

- снимите одеяло и подушку и положите на стульчик;
- расправьте простыню руками и стряхните с нее пыль;
- возьмите одеяло и положите на кровать (важно совместить длину одеяла с длиной кровати), последовательно соединив верхний левый угол одеяла с верхним левым углом кровати, а верхний правый угол одеяла с верхним правым углом кровати; разгладьте одеяло руками и сложите пополам снизу вверх, соединив углы одеяла; разгладьте одеяло еще раз руками;

- возьмите покрывало и положите на середину кровати так, чтобы первое разложение было влево, а затем от середины вправо. Нужно следить, чтобы покрывало свешивалось с обеих сторон кровати (кровать должна стоять неплотно к стене); последовательно расправьте покрывало влево и вправо и разгладьте его. Проверьте руками, чтобы покрывало свисало ровно по всей длине кровати и закрывало одеяло;
- положите подушку, выровняв углы и стороны.

Учимся готовить еду. Рекомендации общего характера

Научите ребенка определять готовность еды. Определять готовность пищи можно разными способами: смотреть на цвет продукта, пробовать на вкус, проверять инструментально (вилкой, ножом, ложкой), фиксировать время. Для людей с нарушением зрения самым безопасным и доступным способом является последний. Поэтому учите детей запоминать (в случае необходимости записывать) время приготовления различных продуктов.

Для определения на слух закипание воды можно использовать чайник со свистком, прием неплотно закрытой крышки, ориентировку на характерное клокотанье кипящей воды. Кроме того, о кипении воды можно судить по шуму, который исходит от сосуда (чайника, кастрюли), когда температура повышается до 70°C. Начало шума означает, что через несколько минут вода закипит и шум перейдет в клокотанье. Современные чайники имеют автоматическое отключение при закипании.

Научите ребенка наливать жидкость в нужном количестве. Для того, чтобы аккуратно налить жидкость в посуду, нужно одной рукой фиксировать край емкости, а другой наливать.

Степень наполнения посуды жидкостью можно определить следующими способами:

- с помощью пальца, который следует держать у верхнего сечения посуды;
- по весу (для этого посуду необходимо время от времени поднимать);
- по звуку, так как по мере наполнения посуды жидкость издает характерный звук, тон которого меняется, когда жидкость подходит к краю;
- с помощью деревянной ложки, которая по мере наполнения посуды всплывает, отчего угол, образуемый ложкой и краем сосуда, уменьшается (по величине угла можно судить о степени наполненности сосуда);
- С помощью индикатора уровня жидкости, который можно купить в магазинах тифлотоваров. Когда жидкость достигает края посуды, прибор подает звуковой или вибросигнал. Если к Вам пришли гости, то предпочтительнее последний способ!

Подберите вместе с ребенком наиболее удобные способы приготовления еды. Полезно и безопасно готовить блюда на пару. Специальная пароварка может быть электрической или в виде обычной кастрюли, в которую вставляется посуда с мелкими отверстиями для прохождения пара. В ней можно готовить котлеты, пельмени, вареники, мясо, рыбу, овощи.

Также легко запекать мясо или рыбу в духовке на листе, в фольге или готовить блюда в горшочках. Для запекания можно использовать посуду с высокими бортами, что не позволит жидкости вытекать через край.

Безопасно для незрячего готовить мясо, курицу или рыбу в микроволновой печи в стеклянной специально предназначенной для этого посуде. При использовании микроволновки, фактически, нет риска обжечься.

Формирование общетрудовых умений и навыков у обучающихся с нарушением зрения через систему коррекционных приемов при изучении предмета «Технология» Рудакова З.А., учитель технологии ГКОУ НОС(к) школы- интерната для слепых и слабовидящих детей

Научной базой в работе с обучающимися с проблемами зрения явились работы следующих авторов:

-**Вопросы личностно** ориентированного подхода к учебно-воспитательному процессу, способствующего раскрытию творческих способностей личности очень хорошо освещены следующими авторами :Л.С.Выготским , И.Ю Левченко , У.В.Ульенковой ,В.Л.Ермаковым.

-**Вопросы психического** развития и социального становления личности отражены в работах Л.С.Выготского Л.Ф. Обуховой, У.В.Ульенковой,А.Н. Леонтьева.

-**Вопросы закономерности** развития психики слепых и их познавательной деятельности,определения их компенсаторных возможностей описаны Л.С.Выготским, А.Г.Литвак, Л.И.Солнцевой, А.И.Зотовым.

-**Вопросами основ** трудового обучения и профориентации слепых и слабовидящих школьников занимались :В.Л. Ермаков., Денискина В.З., Б.К. Тупоногов, Е.Н. Подколзина, Л.И. Плаксина.

-**Вопросы системно-деятельностного** подхода, определяющего характер учебной деятельности обучающегося рассмотрены в теоретических положениях концепции В.В. Давыдова, Д.Б.Эльконина.

Анализ научно-методической литературы показал, что существует:

- недостаточность разработок дидактического материала по предмету Технология;
- недостаточная сформированность умений и навыков у обучающихся с нарушением зрения при выполнении разных видов деятельности

Практические пути решения проблемы

- создание дидактического материала на основе развивающей и личностно ориентированной образовательных технологий;
- использование коррекционных приемов при реализации предметно-практической деятельности для обучающихся с нарушением зрения.

Поэтому данная тема педагогического поиска является актуальной, своевременной и необходимой для развития практики образования, социально значимой для обучающихся с нарушением зрения.

Научить человека плавать можно только в воде, действовать только в процессе деятельности.

Изучение предмета «Технология» основано на **деятельностном методе обучения** (выполнение практических и лабораторных работ) . Включение обучающегося в разные виды деятельности через коррекционные приемы обучения с **опорой на сохранные анализаторы: слух, осязание, обоняние, вкус, температурную чувствительность-** способствует исправлению и восстановлению нарушенных функций, сглаживающих недостатки познавательной деятельности, способствующих развитию потенциальных возможностей личности слепых и слабовидящих детей.

Основной целью педагогической деятельности является: формирование общетрудовых умений и навыков у обучающихся для выполнения разных видов деятельности через разработанную систему коррекционных приемов, необходимых для ведения домашнего хозяйства, для дальнейшей социализации и адаптации в обществе.

Для этого необходимо решить следующие задачи:

- обучить учащихся правилам безопасной работы, обеспечивающим охрану здоровья и гигиену зрения;
- обучить учащихся доступным трудовым умениям с использованием различных специальных и универсальных инструментов и приспособлений;
- обучить использовать приобретенные знания и умения для решения практических задач;

- способствовать формированию гармонично развитой личности, востребованной обществом.

Коррекционно-развивающие и воспитательные задачи

- **развивать** мелкую моторику в результате освоения трудовых навыков при работе с ручными инструментами;
- **развивать** связную речь при выполнении практической работы в группе;
- **развивать** творчество, воображение, эстетический вкус при выполнении учебно-практических работ;
- **использовать** знания и умения по предмету в различных жизненных ситуациях;
- **воспитывать** самостоятельность, аккуратность ответственность при выполнении заданий.

Каждая практическая работа подразумевает самостоятельное выполнение разного вида действий: пришивание пуговицы, вдевание нитки в иголку, завязывание узелка на нитке, чистка и нарезка овощей, выпечка изделий из теста, приготовление бульонов и т.п. Для большинства учащихся это трудная и сложная работа, для выполнения которой он должен овладеть специальными приемами.

За прошедший период был наработан достаточно богатый методический материал, который содержит подробное описание выполнения коррекционных приемов по предмету «Технология» и позволяет решать поставленные задачи. В работе с незрячими и слабовидящими детьми применяются коррекционные приемы, выбор которых зависит от цели и содержания учебного материала, при этом учитываются индивидуальные особенности обучающегося. К коррекционным приемам относятся следующие приемы:

- тактильное обследование учеником предмета по словесному описанию учителя;
- показ выполнения каждого действия с подробным словесным объяснением;

- наложение рук педагога на руки ученика и наоборот для выполнения действия;
- использование сохранных анализаторов;
- ориентировка в макро и микропространстве.

При демонстрации практического приема предоставляется возможность и незрячим и слабовидящим ученикам весь процесс контролировать руками

Примеры освоения приемов выполнения обще-трудовых действий.

Приготовление котлет

Перед выполнением практической работы говорим о **правилах по технике безопасности и правилах санитарно-гигиенических требований**. Как включить плиту, как установить небольшой режим нагрева плиты.

Нагрев определяем ладонью руки, поднеся ее над поверхностью плиты на расстоянии 25-30 см. Для работы используем дальние комфорки, ручки сковородки или кастрюли поворачиваем вправо от себя, чтобы случайно не задеть.

Сырой фарш пробуем на вкус, на ощупь, на запах- используются сохранные анализаторы (обоняние, осязание, вкус)

С помощью ложки и рук формируем объемную форму котлеты. (Руки предварительно смачиваем водой или слегка смазываем растительным маслом), исправляя при этом недостатки восприятия объемного предмета. Большую ложку взять в правую руку и почерпнуть порцию фарша с горкой. Перехватить ложку в левую руку, сформировать ладонь правой руки в виде лодочки и похлопывающими движениями сформировать котлету на ложке. Получившуюся котлету можно обвалить в сухарях.

Котлету выложить на разогретую и смазанную маслом сковороду. Начинать выкладывать котлеты с дальнего края сковороды. Между котлетами необходимо оставлять зазор, для удобства переворачивания котлет.

Для переворачивания использовать лопатку или вилку при этом левой рукой придерживаем сковородку за ручку.

Качество приготовления определяем по появлению корочки на котлете. Для этого нужно слегка постучать по ней вилкой, а также попробовать кусочек котлеты на вкус.

При приготовлении котлет также учитывается время приготовления и изменение запаха блюда.(используем звуковой таймер 7-8 мин)

Более безопасным способом приготовления котлет для незрячих является способ запекания в духовке или приготовление котлет в микроволновой печи в специально предназначенной для этого стеклянной посуде.

Отрывание нитки от катушки

При выполнении данного упражнения используются приемы: наложения рук учителя, показ выполнения данного действия, используются тактильные анализаторы, происходит ориентировка в макро и микро пространстве.

Конец нитки взять в левую руку большим и указательным пальцем, катушка располагается в правой руке. Затем правой рукой, с катушкой обогнуть локоть левой руки, сматывая нитку с катушки. Катушку с нитками приблизить к пальцам левой руки, перехватить нитку с катушки свободными пальцами левой руки (средним, безымянным и мизинцем) и резким движением оторвать нитку от катушки или отрезать ножницами. При выполнении данного упражнения исправляются недостатки двигательных и тактильных навыков.

Завязывание узелка на конце нитки

При выполнении данного упражнения используются приемы: наложения рук учителя, показ выполнения данного действия с подробным словесным объяснением, используются тактильные анализаторы, происходит ориентировка в макро и микро пространстве.

Два конца нитки взять в левую руку указательным и большим пальцем, затем большим и указательным пальцами правой руки намотать нитку на первую фалангу (подушечку) указательного пальца левой руки 3-4 раза. Затем поступательными движениями среднего пальца левой руки (или большим пальцем левой руки) скрутить нить с фаланги пальца и удерживая скрученную нитку тремя пальцами левой руки, правой рукой потягивать за нить, затягивая узел.

Прием проутюживания изделия

При выполнении этого упражнения используются следующие приемы: наложения рук учителя на руки уч-ся, показ выполнения каждого действия с подробным словесным описанием, тактильное обследование учеником предмета, используются сохранные анализаторы: осязание, обоняние, слух, температурные анализаторы, ориентация в макро и микропространстве. Данный прием способствует развитию слухового, тактильного, температурного восприятия и двигательного навыка.

Перед началом выполнения работы необходимо проверить нагрев утюга. Можно проверить, проведя утюгом по влажной ткани, при этом послышится шипение или просто провести утюгом по поверхности стола, а затем проутюженное место погладить ладонью. Рекомендуется сразу установить небольшую температуру нагрева платформы утюга, чтобы не сжечь изделие (на 1-2 деления).

Сначала утюжат все изделие по краям, затем полочку и спинку, затем рукава.левой рукой расправляем изделие на столе, а правой следуем с утюгом за левой. Белье утюжат с изнаночной стороны, а все остальные вещи можно проутюживать с лицевой стороны через намоченную марлю

Обще-трудовые действия

При приготовлении фруктового салата изучаем фрукты, которые входят в состав салата: банан, яблоко, свити, киви.

С целью развития **осязательной** чувствительности руками исследуем форму фрукта (круглый, продолговатый), величину, мягкий или твердый, гладкий или шероховатый. Этот прием позволяет исправлять недостатки восприятия объемного предмета.

Для развития **обонятельных представлений** нюхаем, как пахнут фрукты. Сравниваем запахи.

Для чистки яблока используем специальное приспособление (чистим как картошку). Берем яблоко в левую руку, а правая рука ведет овощечистку по яблоку. Одновременно левая рука поворачивает яблоко, а большой палец левой руки скользит рядом. Этот палец, передвигаясь, должен искать линию, разделяющую очищенную и неочищенную части поверхности яблока. Таким образом, он выполняет функции поиска неочищенной поверхности и контроля за качеством работы.

Обязательно пробуем каждый фрукт отдельно на вкус, сравниваем вкусы- кислый, сладкий, пресный.

Данные приемы способствуют развитию обонятельной, осязательной чувствительности, ориентации в макро и микропространстве.

Понятые и отработанные до автоматизма приемы переходят в разряд .

Для выполнения приемов используются специальные и универсальные приспособления: лупы, уровнемер для определения уровня воды в кружке или кастрюле, кружка-дозатор, нож с ограничительным устройством, приспособления для нарезки и чистки овощей, лекала - все то, что может скорректировать действие слепого обучающегося. Именно использование специальных коррекционных приемов обеспечивает адаптацию общедидактических методов к специальным образовательным потребностям слепых и слабовидящих.

Современная система личностно ориентированного образования требует, чтобы школьник состоялся не просто как носитель определённой суммы знаний, а как гармонично развитая личность, как человек будущего, который в состоянии определить и оценить свой гражданский статус и

результаты своей деятельности, реализовать задачи самосовершенствования и саморазвития. Слепой или слабовидящий выпускник специальной школы, кроме того, должен быть подготовлен к жизни и труду, успешно интегрирован в общество и ему необходимо завоевать там позицию социальной значимости.

Учимся выполнять домашнюю работу – обучающие мастер-классы для школьников с инвалидностью по зрению, к.п.н., председатель правления НРООРДИЗ «Перспектива» Сумарокова И.Г.

Мастер-класс – один из методов практического обучения, направленный на совершенствование мастерства в той или иной области деятельности у обучающихся. В рамках проекта «Дорога в самостоятельную жизнь» на базе НРООРДИЗ «Перспектива» опробованы технологии проведения мастер-классов по социально-бытовой адаптации для школьников с инвалидностью по зрению (незрячих и слабовидящих). Содержанием мастер-классов стало обучение школьников навыкам каждодневной жизни - правильному выполнению разных домашних дел (мытьё посуды, уборка квартиры, уход за обувью и одеждой, стирка, приготовление еды и др.).

Метод мастер-классов для обучения незрячих и слабовидящих школьников выбран неслучайно. В отличие от индивидуальных коррекционных занятий мастер-класс позволяет организовать обучение как творческий процесс в форме групповой работы, что создает возможность для развития навыков общения между школьниками в естественной обстановке и стимулирует интерес детей и подростков к освоению новых навыков и умений. Мастер-класс предполагает одновременное обучение на одной площадке от 4 до 15 – 20 обучающихся. В нашем случае количество обучающихся не превышало 6 – 7 человек в соответствии с рекомендациями по обучению незрячих и слабовидящих детей.

Преимущественно обучение проходило в малых группах по 4 – 6 реже 7 обучающихся. Работа в малых группах позволила реализовать принцип индивидуально-дифференцированного подхода при обучении – один из основополагающих принципов коррекционной педагогики. Кроме того, этот метод позволяет, наряду с незрячими и слабовидящими детьми и подростками, включать в группу обучающихся ребенка (подростка) со

сложной структурой дефекта (например, отсутствие зрения плюс нарушение интеллекта), поскольку в режиме мастер-класса педагог может найти для каждого ребенка сильное, доступное для него занятие, исходя из его ограничений здоровья и уровня сформированности базовых навыков.

При проведении мастер-классов использовался метод «круговой тренировки». Одновременно организовывалось обучение на нескольких (в зависимости от возраста обучающихся, двух или трех) «параллельных» рабочих площадках, и каждый участник мастер-класса, работая в малых группах, поочередно посещают со своей группой каждую площадку. Для детей младшего школьного возраста обычно достаточно двух обучающих площадок. Для школьников средних и старших классов можно организовать три площадки, и они пройдут последовательно три разных мастер-класса. При этом содержание работы на параллельных площадках подбирается таким образом, чтобы малая группа пребывала на площадках одинаковое время, т.е. для всех запланированных видов работ должно затрачиваться одно и то же время.

Важно, чтобы мастер-классы отличались по сложности: один из трех может быть сложным, предусматривающим обучение совершенно новым навыкам, остальные два должны быть более легкими, нацеленными на совершенствование уже знакомых навыков. Включение в программу мастер-классов кулинарной площадки всегда повышает мотивацию школьников к участию в обучении. К тому же совместная трапеза является хорошим итогом пройденных мастер-классов, и позволяет в непринужденной обстановке обсудить положительные моменты и недостатки проведенных мастер-классов, исходя из обратной связи, полученной непосредственно от участников мастер-классов.

Проиллюстрируем сказанное выше на конкретных примерах.

Для участия в мастер-классе приглашены 18 незрячих и слабовидящих подростков в возрасте 13 – 15 лет. Организовано три параллельные площадки: 1) Кулинария - приготовление сырников; 2) уход за обувью; 3)

учимся гладить. Участники разделены на три группы по шесть человек в каждой. Каждый участник мастер-классов в составе своей малой группы побывает на каждой из трех площадок, т.е. пройдет три мастер-класса. Расчетное время выполнения работы на каждой площадке – 40 – 45 минут.

Содержание работы на площадках.

1. Приготовление сырников (площадка №1).

Необходимы инвентарь: сито для муки, мензурка и плоская палочка, большая миска, три разделочных доски, три ножа, большая глубокая сковорода, кисточка для масла, лопатка (лучше с зажимом), силиконовая форма для выпекания сырников, столовая ложка, чайная ложка, вилка, стакан, блюдо для готовых сырников.

Работа на площадке начинается с теоретической части. Теоретическая часть включает знакомство с рецептурой сырников, обсуждение необходимых продуктов и инвентаря, инструктаж по технике безопасности. При этом акцентируем внимание детей на самой «опасной» на данном мастер-классе операции – обжаривание сырников на сковороде.

Практическая часть состоит из трех этапов: приготовления теста, изготовления сырников, обжаривание сырников на сковороде или в духовке. Важно организовать практическую часть таким образом, чтобы каждый участник участвовал в каждом из трех этапов.

Приготовление теста условно делим на 6 индивидуальных заданий, чтобы каждый участник группы принял участие в этом процессе, при этом участник обеспечивается инвентарем, необходимым для выполнения задания:

- 1) Подготовить необходимое количество муки, просеяв ее через мелкое сито;
- 2) Погасить нужное количество чайной соды. Лучше использовать рюмку или мензурку, поместив в нее нужное количество чайной соды и добавить сок лимона, выдавив его в емкость с содой; перемешать маленькой ложечкой или плоской палочкой;
- 3) Растереть нужное количество творога в миске;
- 4) Размешать яйца и сахар;

- 5) Добавить все ингредиенты в миску с творогом;
- 6) Замесить некрутое тесто.

Следует заметить, что первые четыре задания выполняются четырьмя участниками одновременно, а пятый и шестой участники выполняют свои операции последовательно друг за другом после завершения выполнения заданий четверыми участниками.

Далее педагог или кто-то из участников делит приготовленное тесто на три приблизительно равные части. Участники работают в парах, каждая пара со своей частью теста, выполняя следующие действия:

- насыпать на чистую сухую поверхность небольшое количество муки,
- сформировать из теста колбаску,
- разделить колбаску с помощью опсыпанного мукой ножа на порционные куски,
- сформировать сырники из каждого кусочка теста, обваливая их мукой.

Затем сырники обжаривают на сковороде, работая в парах. Для удобства ориентировки на сковороде, чтобы сырники располагались равномерно, можно использовать силиконовую форму с отверстиями (для выпечки сырников). Перед переворачиванием сырников такая форма убирается. Если сырники готовятся в духовке, такая форма поможет сохранить форму каждого сырника.

2. Уход за обувью (площадка №2).

Необходимый инвентарь и расходные материалы: Щетки для мытья обуви 2 шт., щетки для чистки обуви 2 шт., губка с пропиткой 2 шт., крем обувной под цвет обуви, воск для обуви, спрей для замши, образцы обуви из разных материалов, моющее средство, миска для мытья обуви.

Работа на площадке начинается с теоретической части. На теоретической части учащихся знакомят с основными принципами ухода за обувью. Обсуждаются вопросы, касающиеся хранения обуви, мытья, чистки, ремонта. Целесообразно продемонстрировать обувь из разных материалов (натуральная и искусственная кожа, замша, нубук, текстиль и др.), подробно

разобрав какого ухода требует тот или иной материал. Следует показать учащимся различные щетки для чистки и мытья обуви, средства ухода (крем, воск, спрей, губки с пропиткой и др.).

Практическая часть нацелена на освоение навыков ухода за обувью каждым участником. Подростки учатся мыть обувь, чистить ее обувным кремом, обрабатывать замшевую обувь водоотталкивающим спреем. В данном случае удобно разделить обучающихся на три пары с тем, чтобы каждая пара отрабатывала поочередно все три навыка. При такой организации достаточно иметь инвентарь и средства ухода в двух экземплярах. Образцы обуви для мытья и чистки можно приготовить заранее, а можно и использовать обувь участников мастер-классов, особенно для чистки.

3. Учимся гладить (площадка №3).

Оборудование и инвентарь: гладильная доска, утюг, удлинитель (при необходимости), бутылка с чистой водой 0,5 литра, одежда для глажки.

Работа на этой площадке начинается со знакомства с рабочим местом, оборудованием и инструктированием по технике безопасности, поскольку горячий утюг является источником повышенной опасности. При неправильном обращении с утюгом незрячий может получить ожог! Учащимся без зрения или с с низкой остротой зрения следует обследовать гладильную доску и утюг. Им необходимо поупражняться на холодном утюге правильно ставить его на специально предназначенное для этого место на гладильной доске и безопасно брать утюг с гладильной доски, находя его ручку.

Помимо этого теоретическая часть включает информирование обучающихся о тканях и температурных режимах глажки, о целесообразности увлажнения белья при глажке и использовании режима отпаривания. Необходимо научить обучающихся самостоятельно переключать на утюге все необходимые температурные и другие режимы.

Практическая часть предполагает овладение конкретными навыками глажки разных изделий. Для подростков 13 – 15 лет подойдут достаточно сложные изделия, например рубашка. Перед началом глажки необходимо познакомить учащихся с изделием, показать его части. В данном случае это полочки, спинка, рукава, манжеты, воротник. Определяется последовательность глажки разных частей изделия. Подростку демонстрируется как правильно раскладывать изделие на гладильной доске, чтобы качественно прогладить все его части. После демонстрации каждый участник под руководством или контролем педагога проглаживает свое изделие. После глажки важно научить участников правильно складывать изделие.

На практической части можно опять работать в парах: гладить вдвоем одну рубашку, при этом один участник попробует выгладить полочку, рукав, спинку, а другой – полочку, рукав, воротник. Участники будут учиться контролировать качество не только своей глажки, но и работу своего товарища.

На следующем примере рассмотрим организацию мастер-класса для младших школьников – дети 8 – 10 лет.

Для участия в мастер-классе приглашено 10 детей. Организовано две параллельные площадки: 1) кулинария – приготовление фруктового салата; 2) помогаем в уборке. Участники разделены на две группы по пять человек в каждой. Расчетное время работы на каждой площадке – 30 – 40 минут.

Содержание работы на площадках

1. Приготовление фруктового салата (площадка №1).

Необходимый инвентарь: разделочные доски и ножи 5 шт., большая миска, ложка.

Работа на площадке начинается с теоретической части. Теоретическая часть включает знакомство с рецептом фруктового салата, определение количества фруктов и других ингредиентов. Участников инструктируют относительно первичной обработки фруктов (мытьё и очистка), приемов

безопасной работы с ножом, а также знакомят с разными способами нарезки фруктов.

На *практической части* участники рассаживаются за столом таким образом, чтобы педагог мог свободно подойти сзади к каждому участнику. У каждого есть разделочная доска и нож. Все участники чистят фрукты и режут их в соответствии с инструкцией педагога. Целесообразно продемонстрировать участникам форму и размер кусочков, на которые следует резать фрукты. В центре стола размещена миска, в которую участники выкладывают порезанные фрукты.

Двум детям по выбору доверяют самую ответственную и почетную работу:
1) заправить салат йогуртом, 2) перемешать салат.

2. Помогаем в уборке (площадка №2).

Необходимый инвентарь: тряпки для вытирания пыли 5 шт., тряпки для мытья пола 2 шт., щетки и совки для подметания пола по 2 шт.

В ходе *теоретической части* педагог обсуждает с детьми вопросы, касающиеся уборки: что включает уборка квартиры; как часто в квартире делают уборку; чем отличается генеральная уборка от периодической и пр. Определяется последовательность разных операций при уборке. Обсуждается личный опыт детей, связанный с участием в уборке своей квартиры. Детям демонстрируется инвентарь, который используется во время уборки.

На практической части детей учат вытирать пыль и подметать пол. Необходимо познакомить детей с приемом вытирания пыли и подметанием пола и научить их контролировать качество выполненной работы.

Традиционно все мастер-классы завершаются совместной трапезой. Для этого необходимо иметь большую комнату, оснащенную столами и стульями для размещения всех участников мастер-классов.

Совместная трапеза – это не только время вкусной еды, но и своеобразная площадка для обмена впечатлениями и мнениями. Во время совместной трапезы подводятся итоги проведенных мастер-классов. Педагоги рассказывают о достижениях детей. Дети рассказывают о своих

впечатлениях о новых навыках, что понравилось, а что вызвало затруднения? Что было легко? Закрепляются сведения о рецептах приготовленных блюд. Обсуждаются их вкусовые качества: достоинства и недостатки. Детей просят высказать свои пожелания о содержании следующих мастер-классов: чему бы они хотели научиться? Какое блюдо приготовить? И т.п.

Методические рекомендации по организации кулинарных мастер-классов

1. Перед приготовлением еды участники мастер-класса должны тщательно вымыть руки.
2. Если готовится блюдо не проходящее термическую обработку (салаты, холодные закуски, десерты и др.), участники работают в тонких медицинских перчатках.
3. Волосы участника мастер-класса должны быть полностью убраны под головной убор. Рекомендуем использовать банданы как универсальный головной убор для девочек и мальчиков.
4. Готовясь к мастер-классу, продумывайте его так, чтобы дети были максимально заняты на всех этапах приготовления блюда: в параллельных операциях, работая в парах или индивидуально.
5. Если на мастер-классе готовится одно блюдо, предполагающее выполнение разных операций, организуйте мастер-класс таким образом, чтобы каждый участник попробовал выполнить хотя бы по две операции.
6. При работе ножом учить детей приему безопасного использования ножа при нарезке: ставить пальцы руки, придерживающей нарезаемый продукт, вертикально, опираясь на кончик ногтевой пластины; тщательно следить за выполнением этого правила во избежание порезов.
7. При работе с теркой учить детей правильно (безопасно) держать продукт, который натирается, для избегания травмы.
8. Для перемешивания ингредиентов лучше использовать глубокие миски.
9. Выбирая посуду для варки или жарки, позаботьтесь о том, чтобы она устойчиво стояла на плите и минимально нуждалась в дополнительной фиксации рукой.

10. В качестве нагревательных приборов лучше использовать индукционную плиту, так как на ней меньше возможность получить ожог: она не нагревается вокруг поставленной на нее емкости вне зависимости от ее диаметра.
11. Необходимо учить детей регулировать степень нагрева электроплиты или огонь газовой комфорки.
12. Выкладывать продукты на сковороду для обжарки (котлеты, сырники, куски рыбы, курицы и др.) всегда начинают с дальнего края сковороды.
13. Для переворачивания продуктов при жарке (котлеты, курица, печень, рыба, сырники и пр.) незрячим предпочтительнее использовать лопатки-щипцы, позволяющие зафиксировать переворачиваемый кусок.
14. Следует учить детей использовать безопасные гаджеты, такие как микроволновая печь и специальная посуда или мультиварку, для приготовления блюд из мяса, рыбы, курицы.

Библиография

1. Буткина, Г. А. Условия формирования активной жизненной позиции слепого ребенка в семье / Г. А. Буткина // Воспитание ребенка с нарушением зрения в семье. - Л., 1979. - С. 36-49.
2. В.П.Ермаков, Г.А.Якунин. Основы тифлопедагогики. / Развитие, обучение и воспитание детей с нарушением зрения/.- Москва, «Просвещение»,2000 г.
3. Виленская, А. М., Курбанов Р.А. Некоторые особенности личности учащихся старших классов школ слепых / А. М. Виленская, Р. А. Курбанов // 10-я научная сессия по дефектологии. - М., 1990. - С. 37-45.
4. Вопросы обучения и воспитания слепых и слабовидящих детей : сб. науч. тр. / под ред. А. Г. Литвака. – Л. : [б. и.], 1981. – 122 с.
5. Головина, Т. П. Критерии оценки положения слепого в семье в модели реабилитированности / Т. П. Головина, Э. М. Стернина // Дефектология. – 1993. - № 1. - С. 43-50.
6. ГондарьН. А может просто встать с другой ноги. Stihi.ru
7. Гудонис, В. П. Основы и перспективы социальной адаптации лиц с нарушением зрения / В. П. Гудонис. - М. : Моск. психол.-социал. ин-т ; Воронеж : МОДЭК, 1999. – 288 с.
8. Денискина В. З. Особенности обучения социально-бытовой ориентировке детей с нарушением зрения. – Уфа, 2004.
9. Денискина В.З. Особенности обучения социально-бытовой ориентировке детей с нарушением зрения. - Уфа: Изд-во Филиала МГОПУ им. М.А. Шолохова, 2004. - 62 с.
10. Денискина В.З. Формирование неречевых средств общения у детей с нарушением зрения.-Верхняя Пышма,2000 г.

11. Ермаков В.П. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения: справ.-метод. пособие для учителя / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин. – М. : Просвещение, 1990. – 223 с.
12. Ермаков В.П., Земцова М.И., Куличева Н.И. Трудовое обучение и воспитание слабовидящих школьников. - М., 2000г.
13. Ермаков В.П., Якунин Г.А. Основы тифлопедагогики: Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. - 240 с.
14. Зрительная нагрузка на уроках труда в школе слепых и слабовидящих детей \$e\$ Метод. рекомендации для студентов дефектол. фак., мед.-пед. состава школ слепых и слабовидящих детей, инж.-техн. состава УПП ВОС \$f\$ Ленингр. гос. пед. ин-т им. А. И. Герцена \$g\$ [Авт.-сост. В. П. Жохов, Т. З. Особова] Выготский Л. С. Основы дефектологии. - СПб.: Лань, 2003.
15. Л.И.Плаксина. Теоретические основы коррекционной работы для детей с нарушением зрения.-М. Город, 2000г.
16. Литвак А. Г. Психология слепых и слабовидящих : учеб.пособие. - СПб. : Каро, 2006.
17. Литвак, А. Г. Путь реабилитации и интеграции инвалидов по зрению: коррекция или профилактика / А. Г. Литвак // Дефектология. - 1991. - № 6. - С. 81-85.
18. Озеров В. Д. Беседы с родителями незрячих детей: практическое пособие / В. Д. Озеров. – М.: АРКТИ, 2007. – 192 с.
19. Особенности проведения занятий со слепыми детьми в часы коррекции. /Учебно-методическое пособие. Под ред. Л. И.Солнцевой/ М.; ВОС, 2002.8.
20. Психология в стихах. Полюби себя любой (Солнечная котёнка). Stihu.ru.

21. Психология воспитания детей с нарушениями зрения / под ред. Л. И. Солнцевой и В. З. Денискиной; авт. Солнцева и др. - М.: Налоговый вестник, 2004.
22. Сборник по реабилитации слепых / под ред. А. Г. Литвака. - М. : ВОС, 1983. - 123 с.
23. Силкин Л.Н. Психологическое обеспечение элементарной реабилитации слепых. - М.: ВОС, 1983. - 76 с.
24. Формирование социально-адаптивного поведения у учащихся с нарушением зрения в начальных классах / В.З. Денискина, Р.Д. Максютлова, И.В. Новичкова, Е.Н. Подколзина; Под ред. Л.И. Плаксиной. - Калуга: Изд-во Адэль, 1998. - 140 с.