



8. Учите ребенка самостоятельно посещать различные места

Это может быть поход в ближайший магазин, поездка на велосипеде, использование общественного транспорта.



9. Учите ребенка всегда брать с собой определенные вещи,

когда он выходит из дома. Такой список вещей может включать: важные телефонные номера, деньги, ключи от дома, мобильный телефон.



10. Учите ребенка личной безопасности

Подумайте о таких навыках, как представление о том, когда уместно обнимать и целовать другого человека, а когда можно лишь пожать руку, как не привлекать внимание к тому, где у тебя лежат деньги, и что делать, если на улице к тебе подходят незнакомые люди, или тебе кажется, что за тобой следят.

Информация подготовлена по материалам сайта

Большинство детей с аутизмом могут стать более независимыми благодаря осознанной и упорной работе именно в этих областях



Наши контакты:

*АУ «Институт развития образования»
Региональный центр
психолого-педагогической помощи
и сопровождения*

тел.: 8 (3467) 33-18-54

*Центральная ПМПК
ХМАО – Югры*

тел.: 8 (3467) 32-03-84



АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

Региональный центр
психолого-педагогической помощи
и сопровождения
Центральная психолого-медико-педагогическая комиссия
ХМАО – Югры

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ *родителям*

**Формирование
навыков
социально-бытовой
ориентировки
у детей
с расстройствами
аутистического
спектра**



Ханты-Мансийск
2018



1. Учите вашего ребенка просыпаться и вставать по будильнику

По мере взросления ребенка лучше научить его самого вставать, когда звонит будильник. Вы можете экспериментировать с разными звонками, музыкой, разной степенью громкости. Если ребенку особенно трудно проснуться, лучше установить будильник на другом конце комнаты, чтобы ему приходилось идти к нему, чтобы выключить. Впоследствии необходимо научить ребенка, как заводить будильник с вечера, правильно оценивать время, необходимое для сбора утром, на какое время нужно будет поставить будильник, чтобы успеть во время прийти в школу.

2. Учите вашего ребенка определять время по часам и/или выполнять задачу в определенный промежуток времени



Для обучения этому навыку можно использовать большой визуальный таймер. С помощью таймера ребенок может наглядно видеть, сколько времени ему еще осталось: перед каждым занятием или выполнением задачи, просите ребенка определить, сколько времени на это понадобится, а потом сравните вместе с ним, сколько времени он потратил на самом деле.



3. Учите вашего ребенка гигиене:

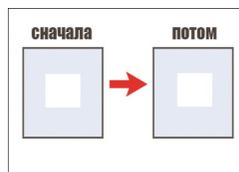
(принимать душ или ванну ежедневно, причесывать волосы, надевать только чистую одежду). Рутинная и однообразная успокаивают детей. Помогайте ребенку выработать правила гигиены на каждый день. Нужно учить детей конкретному выполнению действий, в частности, правильно мыться.

4. Учите вашего ребенка ответственно обращаться со своими вещами.



Можно начать с ответственности за игрушку, которую ребенок взял с собой в гости. Сделайте частью расписания ребенка обязанность найти свою игрушку в конце визита, а затем взять ее с собой и принести домой. Затем переходите к школьным принадлежностям и портфелю.

5. Учите вашего ребенка пользоваться визуальными подсказками, чтобы не забыть о том, что нужно сделать



Например, положить лекарство на место, или взять с собой завтрак в школу, или написать себе записку «взять завтрак» и прицепить ее к портфелю, чтобы не забыть.



6. Учите вашего ребенка готовить,

Самостоятельно делать бутерброды или ставить на стол закуски, которые не требуют приготовления. Впоследствии ребенка можно учить самостоятельно готовить по рецепту и безопасно обращаться с кухонными принадлежностями.

7. Учите ребенка пользоваться телефоном



Начинайте с обучения ребенка тому, как ответить на телефонный звонок и как узнать, записать и передать информацию другому человеку. Затем переходите к другим навыкам: как узнать нужный номер телефона, как позвонить в магазин, чтобы узнать, в наличии ли у них определенный товар, как позвонить в службу технической поддержки по поводу проблемы с компьютером, как сделать заказ по телефону.