**Рекомендации педагога**

Начинать обучение самостоятельности в еде тифлопедагоги советуют с обучения **питью из кружки**. Научите ребенка держать кружку сначала двумя руками, а затем за ручку. Помогайте малышу пить, слегка поддерживая кружку снизу. Научите ребенка сначала найти свободную площадь стола и только потом ставить кружку.

Обучение самостоятельности в еде ложкой – более сложный, процесс. Первый урок начните с небольшой порции вязкой пищи (например, каши – ее легко зачерпнуть, она хорошо удерживается на ложке). Сядьте сзади ребенка или посадите его к себе на колени. Вложите ему в правую руку ложку. Возьмите его руку в свою. Зачерпните кашу, немного и помогите направить ложку в рот. Дайте возможность ребенку самостоятельно повторить действие. Понадобится не один урок для выработки правильных координированных движений.

Иногда из-за боязни пронести ложку мимо рта, расплескать пищу, дети сильно наклоняются к тарелке. Следите за этим. Приучайте ребенка не наклоняться низко над тарелкой во время еды, подносить ложку ко рту осторожно, не спеша, чтобы не расплескать пищу.

Учите ребенка начинать еду с самого маленького кусочка, чтобы удостовериться, что пища не горячая. Эта привычка к осторожности поможет ребенку в дальнейшем не попадать в затруднительное положение.