**Из опыта работы по преодолению пищевой избирательности у учащихся коррекционной школы**

Рузанова Ирина Владимировна,

ГКОУ школа-интернат №2 г.Сочи,

учитель начальных классов

Эл.почта: pro.irina69@mail.ru

В 2020-2021 учебном году я взяла 1 «А» класс ,1 вариант коррекционной школы. Среди учащихся класса было 4 ребёнка, имеющих проблемы в питании, пищевую избирательность: Генрих О. Ясон Б., Владимир К., Асланбек Ч.

Что такое пищевая избирательность? Чрезмерная на фоне сверстников «привередливость» в выборе блюд, частые отказы от еды, узкий круг пищевых предпочтений, переедание отдельных (преимущественно углеводосодержащих) видов пищи и игнорирование других групп продуктов. Самостоятельно эти дети ели только хлеб, иногда пили компот или сок.

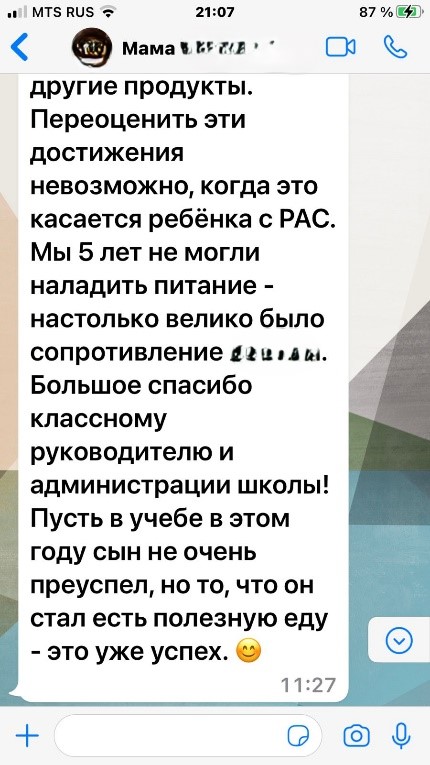
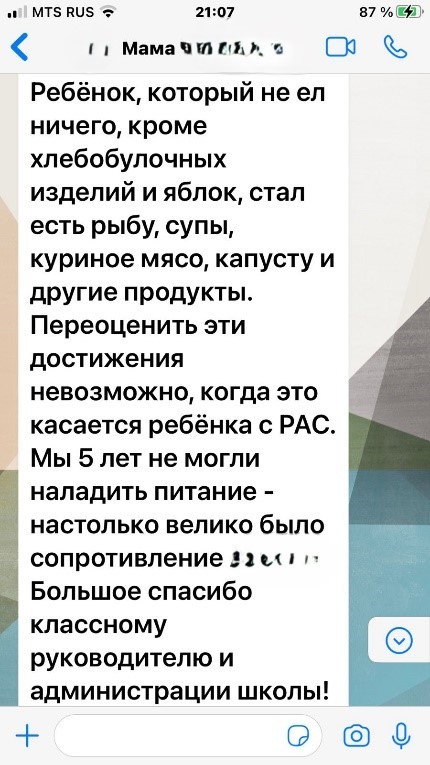
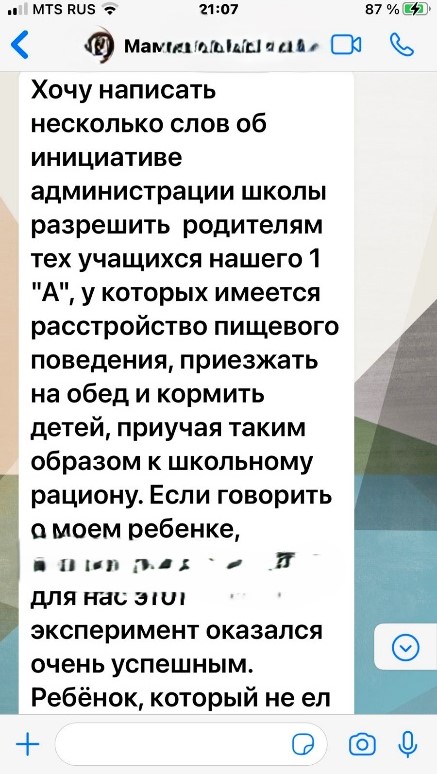
У всех перечисленных детей есть расстройства аутистического спектра. По статистике ученых 90 % детей с РАС имеют пищевые расстройства. В этой ситуации самая большая ошибка окружения ─ проигнорировать реальную проблему. Увы, волшебное «перерастет» не всегда работает. Анемия, сахарный диабет, гастрит, ожирение, слабость иммунной системы, мочекаменная болезнь, когнитивные и поведенческие нарушения ─ это лишь начало длинного списка последствий пищевой избирательности.

В рамках акции «Плохоежка» администрацией школы для исправления данной ситуации было дано разрешение на привлечение родителей этих детей к кормлению в обеденное время в школьной столовой. Родители поддержали инициативу школы, стали приходить на обеды, пытаться кормить детей. Меню школьной столовой максимально сбалансировано по содержанию белков, жиров, углеводов, витаминов, исключает нездоровые формы приготовления блюд. У родителей была возможность познакомиться со школьным меню и готовить аналогичные блюда домадля закрепления результатов. К сожалению, не все родители согласились с этим.

Положительную роль для кормления детей родителями в школьной столовой играет присутствие за столом не только родителей, но и других детей, не имеющих проблем в питании. Всегда со стороны родителей и учителя использовалось положительное подкрепление, если ребенок соглашался съесть что-то новое. Ребёнка хвалили, какой он молодец! Родителям рекомендовалось продолжать использовать метод позитивного усиления не только в школе, но и дома несмотря на нежелательное поведение ребенка, то есть игнорировать крики, разбрасывание еды, убегания, требования того продукта, который ему привычен.  
Если ребенок своими негативными действиями не добивается желаемого (той еды, которую хочет или отказа от попытки его накормить), то его нежелательное поведение ослабевает без подкрепления со стороны родителей.

Хочу отметить маму Ясона Б. Она очень ответственно отнеслась к решению проблемы пищевой избирательности своего сына Ясона: она оставалась докармливать сына даже тогда , когда класс уходил из столовой, обещала сыну, что дома он не будет обедать, что надо сейчас есть и выполняла обещание, готовила блюда школьной столовой дома. Была очень настойчива по отношению к ребёнку. В итоге, лучшие результаты по преодолению пищевого расстройства были у Ясона.

У Асланбека Ч. со слов мамы расширился домашний рацион блюд: дома он стал есть супы, рыбу. До этого не ел их совсем. У него стал снижаться вес (был лишний). Но в школьной столовой самостоятельно до конца учебного года так и не ел.



В заключение, хочу предложить следующие рекомендации для педагогов и родителей:

* Не заставлять, не настаивать, сохранять исключительно позитивный настрой во время еды.
* Следовать строгому режиму питания. Исключить перекусы.
* Привлекать к процессу приема пищи любимых героев ребенка,

создавать игровые ситуации («Машина (ложка) едет, открывай быстрее ворота (рот)» и т.д.

* Совместно с ребенком готовить еду.
* Познакомить родителей со школьным меню и готовить аналогичные блюда дома.
* По возможности при введении нового блюда делать это в присутствии других детей, не имеющих пищевых расстройств, в позитивной обстановке. Дети едят и нахваливают еду.
* Все члены семьи должны придерживаться единых правил питания по отношению к ребёнку.
* Подводить новые вкусы к привычным — подмешивать незнакомый продукт к любимому или начинать расширение рациона со вкусов наиболее близких к предпочитаемым.
* Воздействовать на визуальную восприимчивость ребенка, кормить маленькими кусочками и небольшими порциями, постепенно увеличивая.
* Использовать красивую посуду.