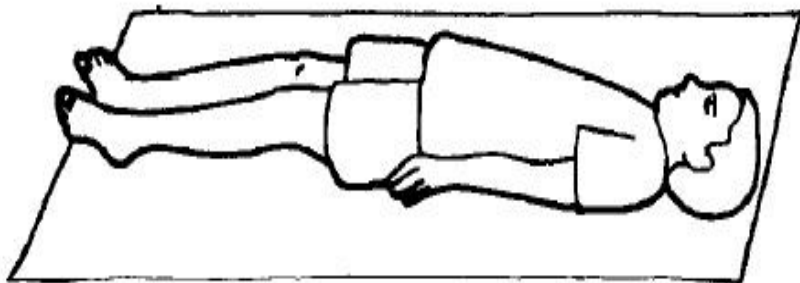


Как обучать человека переворачиваться и садиться

■ Возможно, что человек, которого вы обучаете, не может самостоятельно стоять или вставать из положения сидя по одной из следующих причин:

Он никогда не учился делать это.

Он забыл, как это делается.



Он не может делать этого, потому что у него слабые ноги, или его ноги напряженные, скованные и тугоподвижные, или они деформированы. Он не может управлять движениями ног.

Виды деятельности, которые необходимо выполнять такому человеку

■ Человеку необходимо уметь выполнять следующие виды деятельности:

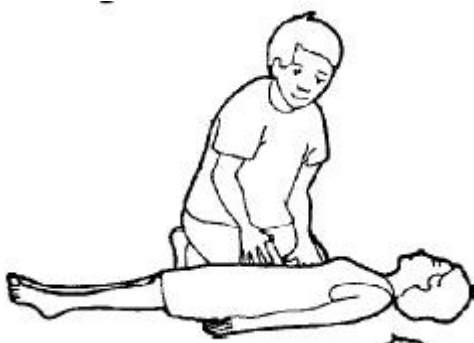
Переворачиваться с боку на бок.

Садиться из положения лежа.

Сидеть без поддержки.

■ Обучайте человека тем видам деятельности, которыми он не владеет. Вначале учите его выполнять их с вашей помощью. Затем, если это возможно, учите человека выполнять их самостоятельно.

Как учить человека переворачиваться с боку на бок с посторонней помощью



■ Присядьте или встаньте на колени рядом с ним с той стороны, куда он будет переворачиваться.

■ Помогите ему повернуть голову и посмотреть на вас.

■ Если человек, которого вы обучаете, не может самостоятельно перевернуться с

боку на бок, помогайте ему делать это.



Помогите ему повернуть голову и посмотреть на вас.

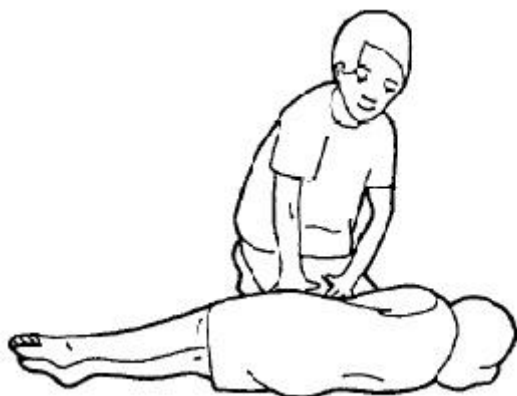
■ Если человек, которого вы обучаете, не может самостоятельно перевернуться с боку на бок, помогайте ему делать это.

■ Начинайте, когда человек лежит на спине на полу или на кровати.

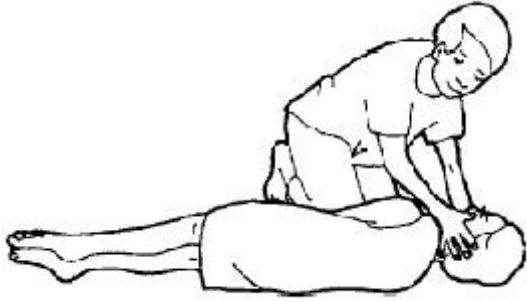
■ Теперь помогите человеку передвинуть противоположную от вас руку и верхнюю часть тела по направлению к вам.



■ Затем помогите ему передвинуть по направлению к вам ногу и нижнюю часть тела.



■ Теперь человек будет лежать на боку. Если он не может самостоятельно удерживать это положение, для поддержки положите позади него подушки.

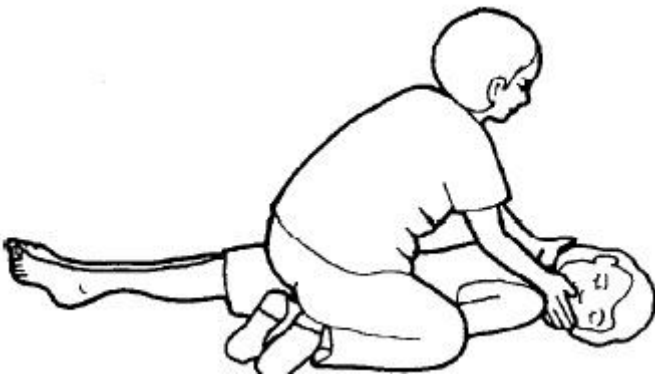


■ Чтобы помочь человеку повернуться обратно на спину, выполните действия, описанные ниже:

Сначала помогите человеку, которого вы обучаете, повернуть голову лицом вверх.



Затем положите руки на его бедро и плечо, которые находятся сверху, и помогите человеку перекатиться на спину.



Помогайте человеку, которого вы обучаете, повернуться на другой бок. Делайте это точно так же, как описано выше.

■ Выполняйте эти действия каждый день.

Просите человека делать как можно больше без вашей помощи. Каждый раз оказывайте ему все меньше помощи. Таким

способом вы сможете учить человека переворачиваться с боку на бок без посторонней помощи.