

Библиотека: Ресурсный центр социально-образовательной поддержки родителей и специалистов

Серия: Особенности развития детей с синдромом Дауна

Составители: Е.А.Кобякова, А.В.Мерковская

**Методические рекомендации
по комплексному развитию детей
с нарушением интеллекта раннего возраста**



Использование материалов данного издания возможно только при наличии ссылки на источник и автора.

г. Новосибирск

2009 г.

Содержание

1. Введение	3
2. Двигательное развитие	4
3. Развитие основных навыков крупной и мелкой моторики	11
3.1. Организация и методика проведения индивидуальных занятий с детьми	12
3.2. Игры и упражнения по развитию крупной моторики	14
3.3. Игры и упражнения, способствующие развитию движений рук и ручной умелости	18
4. Развитие познавательной деятельности.....	23
4.1. Игры и упражнения, развивающие внимание и слуховое восприятие.....	24
4.2. Игры и упражнения по развитию сенсомоторной сферы у детей.....	26
4.3. Описание упражнений на развитие познавательной деятельности.....	33
5. Развитие общения, речи	35
5.1. Организация и содержание логопедических занятий.....	36
5.2. Рекомендации по развитию мимической мускулатуры лица и артикуляционной моторики	41
5.3. Игры, развивающие речевое дыхание.....	46
5.4. Игры и упражнения, развивающие силу голоса и темп речи	48
6. Развитие навыков самообслуживания.....	50
7. Литература.....	60

1. Введение

Известно, что наиболее быстро ребёнок развивается в первые три года жизни. Из-за определённых особенностей дети с нарушениями не могут следовать обычному «расписанию» развития. Их развитие идёт неравномерно и медленнее, чем у обычных детей. В связи с этим, ранняя помощь таким малышам заключается в том, чтобы подтолкнуть и ускорить развитие, наращивая силу мышц и усиливая слабые стороны во всех областях: крупной и мелкой моторики, речи, самообслуживании и когнитивном (познавательном) развитии.

Среди некоторых родителей бытует мнение, что с педагогической работой можно подождать, а ребёнок с возрастом самостоятельно научится одеваться, играть, говорить. Это ошибочная точка зрения! Детям с проблемами развития педагогическая помощь необходима с первых недель жизни. Занятие с ребёнком не только пойдут ему на пользу, но и облегчат вашу собственную жизнь, несмотря на то, что реальные результаты вы можете получить не скоро.

Из опыта нашей работы, можно точно утверждать, что раннее начало коррекционной работы приводит к эффективной компенсации несформированных когнитивных и речевых функций. Самостоятельно родителям справиться с этой задачей достаточно сложно. В первую очередь ребёнок должен пройти обследование состояния здоровья, так как различные заболевания серьёзно препятствуют развитию малыша. Затем не стоит откладывать в «долгий ящик» посещение дефектолога или логопеда, который оценит уровень развития малыша и даст рекомендации по стимуляции сенсорного и речевого развития.

В настоящем пособии родителям предлагаются конкретные рекомендации по воспитанию и обучению ребёнка с особенностями в развитии в дошкольном детстве, исходя из закономерных этапов развития ребёнка и некоторых особенностей, присущих детям с нарушением интеллекта.

2. Двигательное развитие

Двигательная активность даёт возможность познать и освоить окружающий нас мир. Уже на самых ранних стадиях развития ребёнка контакт со средой осуществляется посредством движения. Мы выражаем своё эмоциональное состояние и знание с помощью двигательной активности мышц. Движениями наших тел руководит мозг. С помощью мимики мы сообщаем друг другу о радости и горе, благодаря работе мышц разговариваем друг с другом, одеваемся и умываемся, держим карандаш и водим им по бумаге при письме или рисовании, выражая мысль или образ, печатаем, играем и т.п. Развитие, обучение и воспитание любого ребёнка теснейшим образом связано с уровнем его физического развития, т.е. состоянием здоровья и двигательной активностью. Практически всем детям с нарушениями в развитии в той или иной степени присущи определённые особенности. Например, для детей с синдромом Дауна характерно следующее:

- почти на всех стадиях развития двигательные функции формируются дольше, чем у обычных сверстников;
- в пределах синдрома существуют многочисленные индивидуальные различия;
- с возрастом всё больше и больше фиксируется отставание от своих обычных сверстников по показателям как двигательного, так и интеллектуального развития.

Последние исследования показывают, что порядок формирования двигательных навыков у этих детей несколько иной. На их двигательном развитии сказываются определённые особенности: сниженный мышечный тонус; недостаточная стабилизация положения суставов; повышенная подвижность суставов; сниженное сенсорное подкрепление позы и движений; ослабленные реакции равновесия.

С точки зрения развития деятельности ребёнка, эти особенности значительно влияют на движения, требующие вертикализации тела, т.е. преодоления силы тяжести.

Как родители могут помочь двигательному развитию ребёнка раннего возраста в домашних условиях

Развитие движений в положении лёжа на животе

Приподнимание головы

Вы можете помочь малышу, лежащему на животе, приподнимать голову, поддерживая его грудную клетку. Для этого можно, например, подложить ему под грудь свернутое валиком полотенце. Ребёнок должен видеть перед собой что-нибудь интересное. Если ребёнку очень трудно приподнять голову, вы можете помочь ему, поддерживая его подбородок рукой. Когда малыш будет приподнимать голову, следует уделить внимание его способности удерживать голову в этом положении.

Положение на животе с опорой на локти

Это хорошая поза для игры, кроме того, в этом положении развивается способность разгибать спину и ноги. Это, несомненно, очень важно для последующего двигательного развития, например, для того чтобы в дальнейшем научиться стоять.

Если ребёнок ещё не умеет удерживать свой вес, опираясь на предплечья и локти, ему необходимо помочь, поддерживая его грудь с помощью валика или свернутого полотенца. Положите перед малышом что-нибудь привлекательное. Если показать интересную игрушку, приподняв её выше уровня его глаз, то ему необходимо будет приподняться.

Побудите малыша, опираясь на один локоть, протянуть вторую руку за игрушкой. Чем выше предмет, до которого дотягивается лежащий на животе и опирающийся на один локоть малыш, тем больше стабильности потребуются от плеча его опорной руки. Добавим, что в данном случае необходимо все большее и большее разгибание спины, стабилизация и ротация корпуса.

Положение на животе с опорой на кисти рук

Сядьте на пол, выпрямите ноги и попробуйте положить малыша на живот поперёк ваших бёдер. В этом положении можно контролировать его опору на руки. Немного приподнимая или опуская свои ноги, вы сможете обеспечивать ту или иную степень поддержки для живота и бёдер ребёнка.

Положите малыша животом на большой надувной мяч, а затем осто-

рожно качните вперёд. Когда ребёнок приблизится к поверхности, на которой лежит мяч, например, к полу, помогите ему «защититься от падения», опираясь руками об пол. Теперь покачайте мяч из стороны в сторону, стимулируя асимметричную опору на одну руку. В этом положении вы даёте малышу самому почувствовать необходимую степень опоры на руки. Обратите внимание на то, что необходимо мягко и крепко удерживать ребёнка за туловище или бёдра и не позволять ему надолго опускать голову вниз. Постарайтесь использовать разнообразные положения.

Развитие движений в положении лёжа на спине

Поднимание ног

Некоторым детям, когда они лежат на спине, бывает трудно приподнять ноги и потянуться стопами по направлению к рукам, поскольку для такого движения не хватает стабильности туловища и бёдер. Подняв ноги, малыш может ухватить ручками стопы и играть с ними, изучая их. Это очень важно для последующих этапов двигательного развития, т.к., когда ребёнок поднимает ноги, он укрепляет мышцы живота, а это увеличивает стабильность тела.

Помните, что, когда вы играете с ножками малыша, лежащего на спине, его тело должно быть согнуто.

Протягивание рук

У многих детей ослаблена способность стабилизировать плечевой пояс, им бывает трудно, лёжа на спине, тянуться руками к игрушке. Впоследствии это может затруднить развитие других навыков тонкой моторики. Для развития навыков мелкой моторики и игры малышу очень важно научиться тянуться руками в разных направлениях, чтобы можно было дотягиваться до предметов и брать их.

Приподнимание головы

В течение дня вы неоднократно поднимаете ребёнка, когда берёте его на руки или перекладываете. Обязательно следите за тем, чтобы голова малыша не запрокидывалась назад. Сядьте в удобное кресло, поставив ноги на низенькую скамеечку. Положите ребёнка к себе на колени так, чтобы его

стопы располагались перед вашим животом, и вы смогли смотреть друг на друга. Возьмите малыша двумя руками за плечи и придерживайте так, чтобы туловище ребёнка чуть-чуть согнулось вперёд. Пытаясь увидеть вас, малыш будет стремиться приподнять голову.

Поставьте ноги на более высокую подставку так, чтобы ребёнок почти сидел у вас на коленях. В таком положении ему будет легче стабилизировать голову. Внимательно следите за теми двигательными реакциями, которые возникают у малыша в ответ на движение головы. Терпеливо старайтесь дождаться от ребёнка собственных двигательных реакций.

Перевороты

Тренировать ротацию (повороты) туловища можно, когда вы одеваете, раздеваете ребёнка или меняете ему подгузники. Прежде чем поднять малыша из положения лёжа на спине, переверните его на бок. Можно учить ребёнка переворачиваться, когда он лежит на полу. Чтобы стимулировать переворот со спины на живот, надо согнуть ногу ребёнка и, удерживая её за бедро и колено, перемещать вверх и по диагонали над второй ногой. Стимулировать переворот с живота на спину можно, выполняя обратное движение: согнуть ногу в колене и перемещать её назад по диагонали. При этом стоит привлечь внимание ребёнка к игрушке или какому-то интересному предмету, который захочется достать. Как только малыш потянется за игрушкой, он начнёт движение поворота.

Перевороты можно стимулировать не только с помощью ног. Вы также можете помочь ребёнку переворачиваться, начиная движение переворота с таза или рук. Но в этом случае необходимо проконсультироваться со специалистом (кинезиотерапевтом).

Развитие движений в положении сидя

Некоторым детям бывает трудно выпрямить спину и удерживать равновесие. Часто они сидят с «круглой» спиной или опираются руками о ноги или пол. Для ребёнка очень важно научиться удерживать равновесие в положении сидя, потому что в такой позе очень удобно играть.

Упражнения: Посадите малыша на пол перед низким столиком или

стулом. Положите на стол игрушку или играйте с руками малыша на столе. Можно строить башню из кубиков или разрушать. Чтобы улучшить позу, в которой сидит ребёнок, вы можете подложить ему под попку маленькую подушку. В этом случае таз наклоняется вперёд, в результате чего спина выпрямляется.

Можно посадить ребёнка на большой надувной мяч. Если при этом малыш будет наклонен вперёд, и, в результате, будут стимулировать разгибатели спины. Осторожно покачивайте мяч и стимулируете реакции равновесия. Если малыш боится сидеть на мяче, поддерживайте его тело в области таза. Можно немного сдуть мяч, тогда попка малыша «утонет», и это даст большую опору для таза. Когда малыш научится сидеть на подвижной поверхности, можно побуждать его дотягиваться до игрушки.

Передвижение вперёд по полу (ползание)

Некоторым детям бывает труднее передвигаться по полу — ползать на животе, ползать на четвереньках или ползти в положении сидя, отталкиваться ногами и скользить по полу. Основная причина этого в том, что ребёнку трудно разгибать спину и опираться на ладони и колени. Кроме того, такие дети не очень хорошо умеют отталкиваться ногами. Умение передвигаться по полу очень важно и для общего развития ребёнка. Как только малыш научится ползать, он сможет самостоятельно добираться до игрушек или исследовать окружающее пространство.

Важно, чтобы малыш научился правильно (поочерёдно) отталкиваться руками и ногами. Часто дети пытаются оттолкнуться одновременно двумя руками или ногами. Если предоставить малышу возможность ползти, карабкаясь по подушкам, вы поможете ему использовать конечности так, как нужно. Если вы ляжете на пол и побудите ребёнка перебраться через вас, то, кроме того, что ваше тело будет служить интересным препятствием для малыша, у вас будет возможность по мере надобности подталкивать его в нужном направлении.

Не удивляйтесь, если малыш будет охотнее передвигаться, скользя по полу в положении сидя, чем ползать на четвереньках. Надо сказать, что «ползание на попке» достаточно популярно и среди обычных детей. Но вы можете модифицировать такое ползание. Например, малыш может передви-

гаться, полусидя на бедре. Обратитесь за помощью к специалисту.

Развитие движений в положении стоя

Некоторым детям бывает трудно научиться переносить вес тела на ноги и, соответственно, поддерживать позу из-за недостаточной стабильности тазобедренных и коленных суставов. Когда такие малыши стоят, выпрямившись, им бывает трудно удерживать бёдра и колени в равновесии. Первое время детям необходима довольно интенсивная физическая поддержка.

Сначала малыш сможет стоять только с поддержкой или держась за что-то руками. На этом этапе хорошо использовать надувной мяч с ручками. Положите малыша животом на мяч и встаньте позади него на колени. Осторожно качните мяч по направлению к себе. В конце этого движения ребёнок может опереться ногами о ваши колени или пол. Если качнете мяч ещё, то большая часть веса малыша придется на его ноги. Удерживайте ребёнка за таз — так вы не дадите ему согнуть ноги в коленных и тазобедренных суставах. Постепенно уменьшайте вашу поддержку.

Сначала малыш учится стоять на двух ногах с опорой, что, естественно, легче, чем стоять на одной. Но для того чтобы развить чувство равновесия в положении стоя (что влияет на качество будущей походки), ему необходимо научиться переносить вес тела с одной ноги на другую. Далее всё то же самое, но без опоры.

Вставание

Когда дети учатся вставать, им бывает трудно выпрямлять ноги и удерживать равновесие, поэтому они часто используют руки, чтобы подтянуться и встать. Чтобы правильно совершить движение вставания, необходимо достаточно развитое чувство равновесия. В то же самое время обучение вставанию без опоры на руки само по себе представляет отличную тренировку равновесия.

Если малыш уже встаёт с небольшой поддержкой, например, опираясь руками на журнальный столик, то скоро он захочет вставать сам. Попробуйте сесть перед столиком на колени. Посадите ребёнка себе на колени спиной к вам и лицом к столу. Его стопы должны плотно стоять на полу, чтобы он мог вставать. Поставьте на стол игрушку. Положите руки ребёнка на стол и по-

старайтесь привлечь внимание к игрушке. Если малыш попытается встать, помогите ему, поддерживая его за область таза и бедра. Чем ниже исходно сидит ребёнок, тем труднее ему подняться. Ребёнку легче вставать, если он опирается на обе стопы и отталкивается двумя ногами одновременно. Как только малыш научится вставать, таким образом, наступает пора обучать его вставать с ассиметричной нагрузкой на ноги.

Чтобы ребёнок научился вставать без поддержки, можно играть с ним в игры, которые развивают баланс, стоя при этом на коленях или на одном колене: кидать друг другу надувной мяч, играть в волейбол воздушными шариками или отбивать шарики.

Ходьба

Многие дети с нарушениями интеллекта начинают ходить позже, чем другие дети, поскольку их двигательное развитие проходит в иные сроки из-за сложностей с поддержанием равновесия при ходьбе. Например, это очень заметно у детей с синдромом Дауна. Они ходят с широко расставленными и разогнутыми в коленных суставах ногами, а ротация туловища при ходьбе отсутствует. Чтобы научиться ходить, необходимо хорошо выпрямлять (разгибать) спину и выпрямлять ноги. Кроме того, ребёнок должен уметь переносить вес тела с одной ноги на другую, не теряя при этом равновесия.

Первые попытки ходьбы вы заметите, когда ребёнок начнет ходить приставным шагом вдоль стола, дивана или манежа, опираясь о них руками, ладонями или грудью. Как только малыш сможет стоять с поддержкой и научиться переносить вес туловища на одну ногу, выясните, может ли он передвигать вторую ногу. Для этого положите игрушку на стол на таком расстоянии, чтобы ребёнок не мог сразу достать её, и, если необходимо, помогите ему передвинуть ноги, чтобы добраться до игрушки. Когда ребёнок идет вдоль стола, постарайтесь, чтобы он делал это с минимальной помощью с вашей стороны. Ваша задача — немного отодвинуть его туловище от края стола и тем самым побудить его сильнее перенести вес тела на стопы. В конце концов, он должен научиться ходить, только немного придерживаясь ладонями за край стола. Ещё через какое-то время ему удастся придерживаться только одной рукой, а второй держать игрушку.

Как только малыш сможет самостоятельно стоять, опираясь на одну руку, вы можете попробовать стимулировать его перейти к другому столу

или, например, к стулу. В начале расстояние между опорами должно быть минимальным. Некоторые дети, к примеру, с удовольствием ходят, двигая перед собой стул. Если малыш сможет преодолевать небольшие расстояния без вашей поддержки, предложите ему игры, связанные с ходьбой, дайте ребёнку поносить легкие объёмные предметы, чтобы у него были заняты обе руки. Очень полезно предоставлять ребёнку возможность ходить там, где пространство заполнено предметами-препятствиями для ребёнка. Начинайте использовать ходьбу в самых разных ситуациях.

3. Развитие основных навыков крупной и мелкой моторики

Двигательное развитие ребёнка складывается из совокупности формируемых навыков крупной и мелкой моторики. Говоря о крупной (общей) моторике, мы имеем в виду способности сохранять равновесие и координировать движения тела. Здесь речь идёт о работе крупных мышц тела, позволяющих осуществлять движения головой, дающих возможность ходить, лазать, ползать, бегать, плавать, кататься на велосипеде и т.п. Мелкая моторика — совокупность движений мелких мышц тела, которые неразрывно связаны с развитием крупной моторики, поскольку, к примеру, мелкие движения рук требуют умения сохранять равновесие, координации и мануальной ловкости. Движение мелких мышц лица, артикуляционного аппарата и глотательной системы позволяет нам жевать, глотать и говорить. Мелкая моторика теснейшим образом связана со зрительно-двигательной координацией, т.е. способностью соотносить зрительную информацию и движение рук/тела, а также с осуществлением мыслительных процессов, позволяющих выполнять такие специфические моторные задачи, как манипулирование мелкими предметами, письмо, шитьё и т.п.

Любое развитие, в т.ч. и двигательное, это всегда процесс, и развитие движения рук невозможно рассматривать изолировано от всего тела в статике и динамике. Навыки мелкой моторики формируются в контексте общего развития ребёнка, они неразрывно связаны с другими сферами развития: подвижностью и мобильностью, когнитивным и социально-эмоциональным развитием и т.п. Очень важно, что качество навыков мелкой моторики, стабильность контролирования движений и их координации, способствуют

осмысленному исследованию окружающего мира и совершенствованию внимания.

Навыки мелкой моторики — это результат множества сложившихся умений, которые ребёнок постепенно осваивает, а они определённым образом тренируют его мышцы и нервную систему, постепенно позволяя нарабатывать всё более точные и тонкие движения.

Следовательно, уровень моторного функционирования является важным показателем не только физического, но и психического развития ребёнка. Чтобы успешно сформировать сложные и сложно-координированные навыки, ребёнку необходимо освоить базовые двигательные навыки, закладывающие фундамент на будущее. Существует общепринятая последовательность формирования навыков крупной и мелкой моторики, отражающая порядок и сроки физического развития детей. Закономерностью этого процесса является то, что навыки каждой стадии развития составляют базис для выработки навыков следующей стадии.

Последовательность формирования навыков крупной моторики, прежде всего, связана с развитием способности удерживать равновесие и противостоять земному притяжению. Развитие мелкой моторики определяется уровнем развития способности стабилизировать своё тело перерабатывать сенсорные ощущения.

3.1. Организация и методика проведения индивидуальных занятий с детьми

В процессе индивидуальной работы необходимо уделять внимание предупреждению и коррекции специфических особенностей и связанных с ними нарушений: развитию чувства равновесия, наработке силы мышц и способности чувствовать собственное тело и его положение в пространстве. Следует максимально использовать сильные стороны развития детей. При построении и проведении индивидуальных занятий нужно принимать во внимание особенности конкретного ребёнка с точки зрения его типа — быстрого и подвижного или медлительного и осторожного.

На любом занятии, направленном на развитие движений, одновременно задействуются социально-эмоциональные, когнитивные и речевые аспекты развития. Иногда занятия по развитию двигательной активности

оказываются наиболее подходящей формой работы с ребёнком, т.к. отлично стимулируют речь, общение и познание. В таких случаях именно в процессе движений ребёнок начинает активно воспроизводить слоги и слова, обретает уверенность в себе, учится соблюдать простые правила, имеет возможность выразить эмоции.

Совершенно очевидно, что ребёнку с нарушениями развития раннего возраста невозможно «выдать комплекс упражнений». Для того, чтобы индивидуальная работа шла успешно, необходим постоянный эмоциональный контакт с малышом, благодаря которому он будет чувствовать себя комфортно и уверенно. Именно поэтому первая задача, которая стоит перед педагогом, — установление положительного эмоционального контакта и поддержание его на протяжении всего занятия. Важно, чтобы малыш не только согласился на игровое сотрудничество с педагогом, но и принимал предложенные ему игры и задания. Кроме того, необходимо, чтобы ребёнок позволял педагогу оказывать ему физическую поддержку и чувствовал себя при этом комфортно, чтобы он принимал похвалу и поддержку педагога и его замечания и предложения что-то изменить в игре или усложнить её. Цели взрослого и ребёнка совпадают далеко не всегда. Игру нужно подобрать так, чтобы для достижения своей цели ребёнок выполнил нужное вам задание.

Для детей с нарушениями в развитии характерно отсроченное реагирование, поэтому следует помнить о темпе занятия и о времени, необходимом ребёнку на реакцию. Конечно, интересная игрушка отлично мотивирует ребёнка и стимулирует его совершать те или иные движения, но следует помнить, что дети ещё не очень настроены на успешность. Важно давать ребёнку почувствовать, что у него получается, что он сможет справиться с заданием, что педагог (или мама) одобряет его.

На занятиях по развитию двигательной активности широко используется подражание. Предлагая ребёнку имитировать его движения или действия, необходимо комментировать именно то, что в данный момент делается, и побуждать ребёнка сделать то же самое.

Практическая работа по развитию двигательных навыков должна быть организована так, чтобы ни крупная, ни мелкая моторика не выпадали из поля зрения, чтобы наработка навыков, присущих определённому возрасту развития, шла параллельно. Следует стремиться к тому, чтобы не возникла ситуация, когда ребёнок может автоматически выполнять какое-то задание,

связанное с использованием «щепотного» захвата, но при этом испытывает значительные трудности с сохранением равновесия, или мышцы его настолько слабы, что он не может удержать в пальцах даже нетяжёлый шарик.

Во время занятий, направленных на двигательное развитие, рекомендуется использовать простые и доступные пониманию детей стихи, считалки, песенки, потешки. Это даёт хорошие результаты, поскольку позволяет внести в занятия эмоциональную ноту, дать детям почувствовать ритм происходящего и возможность следовать этому ритму.

3.2. Игры и упражнения по развитию крупной моторики

Упражнение — знакомство со схемой тела

Учите ребёнка показывать части тела на себе, потом на маме, папе, кукле, на рисунке. Используйте песенки, потешки:

Точка, точка, вот глаза,
Нос и рот, и голова,
Шея, уши, две руки,
Туловище, ноги.
Человечек побежал бойко по дороге.

Поднимайте плечики,
Прыгайте кузнечики.
Прыг-скок, прыг-скок!
Стоп! Сели.
Травку покушали,
Тишину послушали.
Выше, выше, высоко
Прыгай на носках легко.

Сейчас я очень маленький,
К коленочкам прижмусь.
Когда я вырасту большим,
До неба дотянусь.



Большие ноги шли по дороге.
Маленькие ножки бежали по дорожке.
Громадные ноги шли по дороге.
Малюсенькие ножки бежали по дорожке.

Упражнение — «Что чем делают?»

Что делаем ногами, руками, носом и так далее.

Упражнения на различение левой и правой стороны:

- Знать и показывать на себе левую и правую ногу, руку, плечо и т.д.
- Объяснить ребёнку, что когда человек находится к нам лицом, то напротив нашей правой руки находится его левая рука, а напротив нашей левой руки — его правая.

При этом используются следующие упражнения:

- «Пойдём с куклой на прогулку» (оденем, возьмём за правую руку и т.д.).
- «Покажи правой рукой левое ухо, глаз т.д.»
- «Покажи где у куклы (у мамы, на рисунке) правая рука, левая, плечо, нога и т.д.»
- «Автопортрет» (нарисуй себя и покажи, где у тебя правая и левая сторона, глаз и т.д.).

Используйте в играх песенки и потешки:

Любопытная Варвара
Смотрит влево, смотрит вправо,
А потом вперёд, вперёд!
Начинай на оборот.

Левая и правая, строят города.
Левая и правая, водят поезда.
Большие ямы роют, рвут сорняки,
И друг друга моют.



Игра с флажками

Правой вверх, левой вверх,

В стороны — накрест, в стороны — вниз.

Подвижные игры на развитие координации, ловкости, бега, обучение прыжкам, развитие чувства равновесия, игры с мячом, игры-пляски имеют цель научить ребёнка:

- спускаться по лестнице шагом, а затем небольшими прыжками;
 - стоять попеременно на правой (левой) ноге;
 - подпрыгивать на двух ногах, затем на правой (левой) ноге;
 - ходить в определённом направлении (по прямой, по кругу);
 - приседать, вставать под звук бубна, затем под счёт;
 - поднимать руки вверх, вперёд, в стороны, на пояс, вытягивать руки вперёд.
- отставить ногу в сторону, опустить голову вниз, наклоны вперёд, в сторону, назад, левую руку к плечу, правую — на голову; выставить правую ногу вперёд, на пятку, на носок;
 - ловить мяч после удара по полу, по стене;
 - передачам мяча с небольшого расстояния;
 - перешагивать через препятствие (верёвочку, скамейку);
 - кружиться, изображая «самолётик»;
 - выполнять движения под музыку вместе с взрослым и одному.

При этом можно использовать следующие песенки:

Выпал беленький снежок,
Собираемся в кружок.
Мы потопаем, мы потопаем!
Будем весело плясать,
Будем ручки согревать.
Мы похлопаем, мы похлопаем!
Будем прыгать веселей,
Чтобы было потеплей.



Через мост перейти надо нам, ребята.
В дальний лес мы пойдём,
Там грибы — маслята.

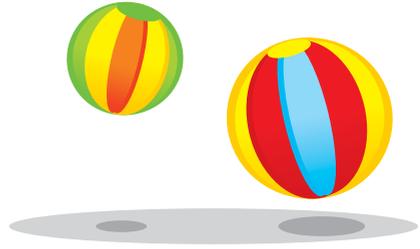
Мой весёлый звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь?
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой!

Ты поймай мой яркий мяч
И отдай его, не прячь!
Мячик, прыгай, не спеши
И детишек посмеши.

Села птичка на окошко.
Посиди у нас немножко,
Посиди, не улетай.
Улетела — ай, ай, ай!

Еле-еле, еле-еле,
Завертелись карусели,
А потом, а потом,
Все бегом, бегом, бегом!
Тише, тише, не бегите,
Карусель остановите.
Раз и два, раз и два,
Вот и кончилась игра!

Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп.
Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп.
Если нравится тебе, то и другим ты покажи.
Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп.
Если нравится тебе, то делай так: шлёп-шлёп.
Если нравится тебе, то делай так: шлёп-шлёп.



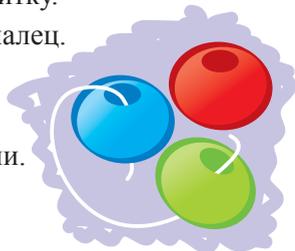
Если нравится тебе, то и другим ты покажи.
Если нравится тебе, то делай так: шлёп-шлёп.
Если нравится тебе, то делай так: тук-тук.
Если нравится тебе, то делай так: тук-тук.
Если нравится тебе, то и другим ты покажи.
Если нравится тебе, то делай так: тук-тук.
Если нравится тебе, то делай так: ай-ай.
Если нравится тебе, то делай так: ай-ай.
Если нравится тебе, то и другим ты покажи.
Если нравится тебе, то делай так: ай-ай.



3.3. Игры и упражнения, способствующие развитию движений рук и ручной умелости

Упражнения для развития ручной умелости

1. Запускать пальцами мелкие волчки.
2. Разминать пальцами пластилин, глину.
3. Катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусинки, шаррики.
4. Сжимать и разжимать кулачки (утром цветочек проснулся и открылся, а вечером заснул — закрылся, спрятался).
5. Ходить пальцами по столу. Упражнение проводится сначала правой, а потом левой рукой.
6. Барабанить всеми пальцами обеих рук по столу.
7. Махать в воздухе только пальцами.
8. Хлопать в ладоши тихо и громко, в разном темпе.
9. Собирать все пальцы в щепотку.
10. Рвать, комкать бумагу.
11. Нанизывать крупные бусы, пуговицы на нитку.
12. Наматывать тонкую проволоку, нитку на палец.
13. Закручивать-откручивать крышки.
14. Складывание матрёшек.
15. Игры с конструктором, мозаикой, кубиками.
16. Заводить механические игрушки.
17. Завязывать узлы на толстой веревке.



18. Рисование в воздухе.
19. Мять поролоновые мячи, губку.
20. Резать ножницами.
21. Игры с песком, водой.

Пальчиковая гимнастика

Знакомство с пальчиками:

Пять да пять — родные братцы,
Так все вместе и родятся.
Если вскапываешь грядку —
Держат все они лопатку.
Не скучают, а играют
Вместе все в одни игрушки.
А зимою всей гурьбою
Дружно прячутся теплушки.
Вот такие «пять да пять»
Угадайте, как их звать?

Вот большой смешной толстяк,
Любит хвастать просто так.
«Как дела?» — спроси его.
Он подпрыгнет, крикнет: «Во!»

Если ослик мой не спит,
Указательный грозит.
Всем он всё указывает,
Всем на всё показывает.

Средний палец — злой малыш
Щёлкнет по лбу (щелчки) —
Сразу шишка,
А потом сам ревёт,
Больно! Больно!
Дайте йод!



Это я (безымянный, можно придумать какое-нибудь имя).
Имя всё ищу с утра,
Всё уж было сотый раз,
Солнце село, спать пора,
Лучше выберу с утра.

А мизинец мой любимей,
Поведу его в зверинец.
Эскимо ему куплю,
Очень маленьких люблю.

Первый пальчик он большой,
Указательный — второй,
Третий пальчик — средний,
Четвёртый — безымянный,
А пятый мизинчик — маленький, румяный.



Пальчиковые игры

Ай, туки-туки-туки,
Застучали молотки.
Застучали молотки,
Заиграли локотки.
Тук-ток, тук-ток,
Мы скуём себе замок!

Наша-то хозяйюшка сметлива была,
Всем в избе работишку к празднику нашла:
Чашечку собачка лижет язычком,
Мышка собирает крошки под окном,
По столу котище лапою скребёт,
Половичку курочка веничком метёт.



Раз, два, три, четыре, пять!
Будем пальчики считать.
Вот кулак, а вот ладошка,
На ладошку села кошка,
И крадётся потихоньку,
Видно мышка там живёт,
Кошка мышку найдёт!

Мама, мама! (пальцы «целуются» друг с другом)
Что, что, что! Гости едут. Ну, и что!
Здравствуйте, здравствуйте!
Здравствуйте, здравствуйте!

Дом стоит с трубой и с крышей,
На балкон гулять я вышел.
Бабушка очки надела и внучонка разглядела.
Лодочка плывёт по речке, оставляя на воде колечки.
Пароход плывёт по речке и пыхтит он словно печка.
Ножка, спинка и сиденье — вот вам стул на удивленье.
У стола четыре ножки, сверху крышка, как ладошка.
Листья в саду, я граблями их смету.
У козы торчат рога, может забодать она.
Я в руке флажок держу и ребятам им машу.
Пальчики перебираем и замочек получаем!

Сидит белка на тележке, раздаёт она орешки:
Лисичке-сестричке, воробью, синичке,
Мишки толстопятому, зайньке усатому,
Песику мохнатому, котику лохматому.
Кому в зубок, кому в лапочку.

Ай, тату, тату, тату,
Пожалуйста решета —
Мучки посеять, пирожки затеять.



А для нашей лапушки затеем оладушки,
Испечем блинка, накормить сынка!

Ивану-большаку — дрова рубить.
А Ваське-указке — воду носить.
А Мишке-среднему — печку топить.
А Гришке-сиротке — кашку варить.
А крошке-Тимошке — песенки петь.
Песни петь и плясать, родных братьев потешать!

Раз, два, три, четыре, пять!
Вышли пальчики гулять!
Этот пальчик — гриб нашел,
Этот пальчик — чистит стол,
Этот — резал, этот — ел,
Ну, а этот — всё глядел!

Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик — прыг в кровать,
Этот пальчик прикорнул,
Этот пальчик уж заснул.
Встали пальчики: «Ура!»
Заниматься нам пора!

Мы капусту рубим-рубим,
Мы морковку трём-трём,
Мы капусту солим-солим,
Мы капусту жмём-жмём.

Руки в стороны, в кулачок,
Разожми и на бочок.
Руки вверх, в кулачок,
Разожми и на бочок.
Руки вниз, в кулачок,
Разожми и на бочок.



4. Развитие познавательной деятельности

Дети с нарушениями интеллекта обладают различным исходным уровнем, колеблющимся от значительной задержки интеллектуального развития до уровня, близкого к возрастной норме. Темп их развития может также существенно отличаться. Кроме того, можно выделить специфические особенности, которые влияют на их когнитивное развитие. К ним относятся:

1. Медленное формирование понятий и становление навыков — снижение темпа восприятия и замедленное формирование ответа, снижение памяти и необходимость большого количества повторений, низкий уровень обобщения материала, утрата тех навыков, которые оказываются недостаточно востребованными.

2. Низкая способность оперировать несколькими понятиями одновременно — трудности, возникающие при необходимости объединить новую информацию с уже изученным материалом, нарушение переноса усвоенных навыков из одной ситуации в другую, трудности при выполнении заданий, связанных с оперированием несколькими признаками предмета или выполнением цепочки действий.

3. Неравномерность развития ребёнка и зависимость когнитивного развития от уровня развития других сфер (двигательной, речевой, социально-эмоциональной).

4. Необходимость использования нескольких анализаторов одновременно для создания целостного образа (зрение, слух, тактильная чувствительность).

Все программы разрабатываются исходя из вышеперечисленных особенностей. Т.е. учитывается темп развития каждого ребёнка, специфика усвоения им отдельных заданий и предполагают переход к заданиям следующего уровня только после реального усвоения заданий предыдущего уровня. Задания, направленные на отработку конкретных понятий и навыков, повторяются многократно с использованием различного дидактического материала.

Учитывая сложности, возникающие с интеграцией новых знаний, и утрату ранее приобретенных навыков, если они не востребованы, программа для ребёнка должна быть построена таким образом, чтобы задания более высокого уровня включали в себя навыки, приобретенные при выполнении более простых заданий.

4.1. Игры и упражнения, развивающие внимание и слуховое восприятие

Способность человека слышать звуки окружающей действительности и речь людей и есть слуховое восприятие.

Умение сосредоточиться на звуке — очень важная особенность человека. Без неё нельзя научиться слушать и понимать речь. Способность улавливать и различать звуки не возникает сама собой, её нужно развивать с первых лет жизни ребёнка. Лучше всего делать это в играх.

1. Игра «Кто что услышит?»

Взрослый за ширмой стучит в молоточек, звенит колокольчиком, стучит в бубен и предлагает ребёнку отгадать, каким предметом произведён звук.

Предварительно ознакомить ребёнка со звучанием предметов, постепенно увеличивая количество звучащих предметов.

2. Игра «Узнай по звуку»

В данной игре используются бытовые предметы: ложка, бумага, карандаш, книжка и т.д. Взрослый садит ребёнка спиной к себе, и производит звуки бросанием их на пол или стучит об стол, рвёт, мнёт бумагу и т.д.

3. Игра «Кто внимательный?»

Взрослый шёпотом даёт задание ребёнку, который сидит к нему спиной:

- Возьми мяч;
- Покатай машину;
- Покатай куклу в машине; и т.д.

4. Игра «Солнце или дождик?»

Взрослый выставляет картинку с изображением солнышка и говорит ребёнку: «Сейчас светит солнышко, погода хорошая, дождя нет, можно гулять. Ты гуляй, а я буду бубном звенеть, но если начнётся дождь, я буду в бубен стучать, тогда беги домой».

5. Игра «Беги на носочках»

Взрослый стучит в бубен тихо, громко и очень громко. Соответственно звучанию бубна ребёнок выполняет движения: под тихий звук идёт на носочках, под громкий — полным шагом, под очень громкий — бежит.

6. Игра «Где позвонили?»

Ребёнок закрывает глаза, а взрослый встаёт от ребёнка слева, справа, сзади и звенит в колокольчик. Ребёнок, открыв глаза должен показать направление, откуда доносится звук.

7. Игра «Угадай, что делать?»

У ребёнка в руках мяч, флажок, платочек. Взрослый говорит: «Если бубен будет сильно звенеть, ты поднимай мяч, а тихо, отпуская».

8. Игра «Цапли и воробушки»

Взрослый показывает ребёнку картинку с цаплями и говорит: «У цапли ноги длинные, она ходит важно, медленно, как зазвучит сейчас бубен». Взрослый медленно стучит в бубен, ребёнок подражает медленной походке цапли. Потом взрослый показывает картинку, где нарисован воробей, и говорит, что воробей прыгает так быстро, как зазвучит сейчас бубен. Он быстро стучит в бубен, а ребёнок скачет, как воробушек. Затем темп меняется на медленный и т.д.

9. Игра «Угадай, на чём играю?»

Взрослый поочерёдно показывает ребёнку музыкальные инструменты и спрашивает их название (если ребёнок говорит). Затем знакомит с их звучанием и убирает за ширму. Взрослый повторяет игру на разных музыкальных инструментах и просит ребёнка назвать «чья песенка слышна».

10. Игра «Воспроизведение заданного ритма»

— Хлопни столько же раз, сколько и я;

— Отстучи линейкой, карандашом столько раз, сколько это сделаю я.

11. Игра «Угадай, кто сказал?»

По сказке «Три медведя». Взрослый говорит голосами Михайлы Ивановича, Настасьи Петровны и Мишутки, ребёнок угадывает, чей это «голос».

4.2. Игры и упражнения по развитию сенсомоторной сферы у детей

Привлекательные предметы малыши обязательно пытаются взять в руки, но обычные их действия с предметами (зажимание в руке, перекалывание с места на место, постукивание друг о друга и т.д.) не приводят к восприятию формы.

Непонимание пропорций, формы предметов, может задерживать развитие ребёнка. Его руки действуют неловко, с трудом удерживают предметы, малыш часто роняет их. Когда ребёнок научится определять форму и величину предметов, как существенные признаки, он быстро овладеет действиями с этими предметами, что поможет ему в рисовании, конструировании, лепке.

Игры и упражнения, предложенные в методических рекомендациях, помогут родителям организовать обучение в игровой форме, что доставит ребёнку радость общения с взрослым, научит его сосредотачиваться и быть внимательным.

1. Игра «Что катится?»

Взрослый предлагает ребёнку докатить до игрушечных ворот кубик и шарик. Что легче катится? Почему? Потому, что у кубика острые углы, а шарик гладкий. Нарисуйте с ребёнком круг и квадрат.

2. Игра «Сверни ленту»

Взрослый предлагает ребёнку свернуть ленты на стержне (разная длина). Какую ленту быстрее сворачивать (длинную или короткую)? Развернуть ленты, наложить друг на друга и сравнить их по длине.

3. Игра «Большие и маленькие»

Взрослый говорит, что к ним в гости пришла кукла и просит сделать для неё бусы. Даёт ребёнку большие бусинки и маленькие (можно заменить пуговицами) и просит нанизать сначала большую бусинку, потом маленькую и т.д.

4. Игра «Собирание пирамиды»

Взрослый просит ребёнка собрать пирамиду с учётом величины колец.

5. Игра «Какой мяч больше?»

Несколько мячей разной величины. Взрослый просит ребёнка принести сначала самый большой мяч, потом поменьше, потом самый маленький.

6. Игра «Круг, квадрат»

По пять картонных кругов и квадратов одного цвета. Взрослый просит ребёнка разложить в разные стороны круги и квадраты (действуя методом наложения круга на круг, квадрата на квадрат).

7. Игра «Светофор»

Взрослый и ребёнок «переходят» улицу. Светофор — кружки с красным, жёлтым, зелёным цветом:

Красный — ясно, путь опасный.

Жёлтый — тоже подожди!

А зелёный впереди — проходи!



8. Игра «Поручение»

Взрослый даёт ребёнку следующие задания (используются игрушки разного цвета, размера). Взрослый говорит ребёнку, что нужно сделать, например:

- Большую собаку напои водой с большой миски;
- Поставь матрёшку рядом с красным мячиком;
- Потанцуй вместе с большой куклой;
- Возьми маленькую собачку и посади её на ковёр.

9. Игра «Одень свою куклу»

Взрослый рассаживает на стульчиках кукол с разными бантами (красным, белым, синим). Предлагает одеть кукол на прогулку. Для этого надо каждой кукле выбрать свою одежду (вся одежда перемешана).

10. Игра «Подбери цветок»

В одной вазе стоят цветы разных цветов. Взрослый предлагает ребёнку расставить по вазам цветы соответствующей окраски, например: взять из общего букета красный цветок и поставить его в красную вазу и так далее.

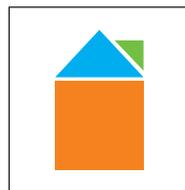
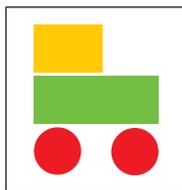
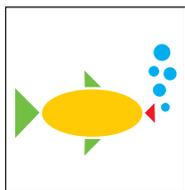
11. Игра «Принеси столько же»

Научить ребёнка отсчитывать, выкладывать, приносить определенное количество предметов по образцу или названному числу:

- отсчитать столько же грибков, сколько положено карандашей и т.д.;
- отсчитать и принести столько кружков, сколько палочек на столе и т.д. (целесообразно использовать природный материал: шишки, цветы, листья и т.д.)

12. Игра «Сделай узор»

Взрослый предлагает ребёнку сделать узор из геометрических фигур: квадратов, треугольников, кругов, овалов, прямоугольников. Предъявляется образец-аппликация. Чтобы облегчить ребёнку выполнение задания, заранее нарисовать в нужных местах контуры фигур, которые ребёнку нужно будет приклеить.



13. Игра «Матрёшки»

Взрослый предлагает ребёнку разобрать матрёшку (трёхмерную), показывает большую, среднюю и маленькую. Потом взрослый поёт песенку, а ребёнок производит с матрёшками танцевальные движения.

Мы — матрёшки, все мы крошки,
Поплясать хотим немножко.
Мы — матрёшки, все мы крошки,
Побежать хотим немножко.
Мы — матрёшки, все мы крошки,

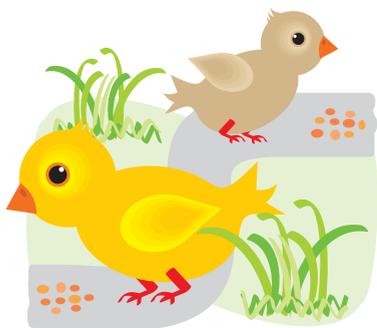
Погоуляем по дорожке.
Мы — матрёшки, все мы крошки,
Ах, устали наши ножки!
Мы — матрёшки, все мы крошки,
Снова пляшут наши ножки!
Мы — матрёшки, все мы крошки,
Всем поклонятся матрёшки.



14. Игра «Птички прилетали»

Взрослый раскладывает перед ребёнком карточки с изображением птичек в геометрической фигуре, отдельно лежат геометрические фигуры: овал, квадрат, прямоугольник, треугольник, круг. Взрослый поёт песенку, ребёнок выполняет движения под слова песенки:

Прилетали птички,
Птички-невелички,
Летали-летали,
Крыльями махали.
Так они летали,
Крыльями махали.
На дорожку прилетали,
Зернышки клевали.
Спать захотели,
Спрятались в домике.



Ребёнок должен помочь птичкам укрыться в своих домиках. Ребёнок закрывает карточки с птичками соответствующими геометрическими формами.

15. Игра «Зайки-попрыгайки»

Взрослый раскладывает большие карты с изображением зайчиков, карта определённого цвета, и отдельно кладёт маленькие цветные карточки. Взрослый и ребёнок вместе делают движения под песенку:

Зайка серенький сидит
И ушами шевелит.
Вот так, вот так!
Он ушами шевелит!
Зайке холодно сидеть,
Надо лапочки погреть.
Вот так, вот так!
Надо лапочки погреть!
Зайке холодно стоять,
Надо зайке поскакать.
Вот так, вот так!
Надо зайке поскакать!
Зайку волк испугал!
Зайка в домик убежал!

Ребёнок берёт маленькие цветные карточки и закрывает зайчиков соответствующим большой карте цветом.

16. Игра «Воздушные шары»

На листе бумаги нарисованы ниточки от воздушных шаров, ребёнку даются карточки — шары разных цветов. Нужно разложить к ниточкам шар определённого цвета.

17. Игра «Осенний букет»

Игра проводится осенью. Взрослый и ребёнок собирают букет из осенних листьев, напевая песенку:

Падают, падают листья,
В нашем саду листопад.
Жёлтые, красные листья,
По ветру тихо летят.

18. Игра «Построим башню»

Взрослый и ребёнок строят башню. Взрослый даёт ребёнку возможность убедиться на собственном опыте, что для того, чтобы башня была

устойчивой, внизу должен быть самый большой кубик, выше — меньше, а ещё выше — совсем маленькие. Для сравнения по величине кубики надо прикладывать друг к другу.

19. Игра «Разрезные картинки»

Взрослый предлагает ребёнку составить предмет сначала из двух частей, затем из трёх частей, в дальнейшем из четырёх частей (разрезные картинки).

20. Игра «Покажи по-разному»

«Высокий — низкий» — ребёнок идет под звук бубна по кругу вместе со взрослым. Взрослый говорит: «Сейчас мы будем проходить ворота. Если скажу, что ворота высокие, ты продолжаешь идти так же, как сейчас, а если я скажу, что ворота низкие, то нужно наклониться.

«Быстро — медленно» — ребёнок под разное звучание бубна идёт то медленно, то быстро.

«Лево — право» — взрослый предлагает ребёнку:

Влево пойдёшь, под стулом игрушку найдёшь,

Вправо пойдёшь, за шкафом игрушку найдёшь.

21. Игры с мозаикой

«Курочка с цыплятками»

Ребёнок кладёт одну белую фишку — курочка, и за нею жёлтые фишки — цыплятки (дорожка должна быть ровной). Вместе с взрослым считают количество цыплят, и читают стишок:

Вышла курочка гулять,
С нею жёлтые цыплятки.
Квохчет курочка «Ко-ко»
Не ходите далеко.

«Гуси с гусятами»

Взрослый показывает ребёнку синие фишки и говорит, что такого цвета бывает речка. По речке плывут гусь (белая фишка) и гусенок (жёлтая фишка). Затем предлагает ребёнку самостоятельно выложить гусей и гусят,

читает стишок:

Белые гуси на ручку идут,
Белые гуси гусятки ведут.
Белые гуси вышли на луга,
Крикнули гуси: «Га-га-га!».

«Ёлочки и грибочки»

Ребёнок чередует фишки «ёлочка — грибочек — ёлочка — грибочек» и так далее. Ёлочка — зелёные фишки, грибочек — жёлтые фишки.

22. Игра «Огород»

- Взрослый и ребёнок «едут на огород», взрослый даёт ребёнку задание собрать в огороде овощи по цвету.
- Взрослый читает ребёнку стихотворение:

Хозяйка однажды с базара пришла,
Хозяйка с базара домой принесла:
Картошку, капусту, морковку, горох,
Петрушку и свёклу. Ох!
Вот овощи спор завели на столе —
Кто лучше, вкусней и нужней на земле:
Картошка? Капуста? Морковка? Горох?
Петрушка или свёкла? Ох!
Хозяйка тем временем ножик взяла
И ножиком этим крошить начала:
Картошку, капусту, морковку, горох,
Петрушку и свёклу.
Накрытые крышкою в душном горшке.
Кипели, кипели в крутом кипятке:
Картошку, капусту, морковку, горох,
Петрушку и свёклу.
И суп овощной оказался не плох!

- Разложить овощи по форме. «Что на что похоже?» (огурец — овал,

капуста — круг, морковь — треугольник и т.д.). «Что можно приготовить из овощей?»».

4.3. Описание упражнений на развитие познавательной деятельности

Сортировка

Используется две группы предметов, различающиеся только по одному признаку.

Игра «Большие и маленькие»

Взрослый говорит, что к ним в гости пришла кукла Маша и просит сделать для неё бусы. Большую бусину нанизываем на нить, потом маленькую. Эта игра может быть предложена на различение по цвету, например, взять только синие бусинки, а жёлтые пусть останутся в коробочке. Взрослый должен использовать в своей речи слова: «разные», «такой же», «одинаковые».

Подбор пар

Используются различные варианты подбора пар: парные игрушки, парные картинки, игрушка с изображением этой же игрушки. Вначале малышка учат класть рядом одинаковые игрушки или картинки без необходимости сделать выбор. Затем взрослый кладёт перед собой 2 — 3 — 5 картинок и такие же лежат у ребёнка. Взрослый показывает картинку и говорит: «У меня мяч. А у тебя есть мяч? Положи рядом с моим».

Выделение формы

Игра «Построим башню»

Взрослый и ребёнок строят башню из кубиков. Взрослый даёт возможность ребёнку убедиться на собственном опыте, например, чтобы башня была устойчивой, внизу должен быть самый большой кубик, выше — меньше, а ещё выше — совсем маленькие. Для сравнения кубики надо прикладывать друг к другу.

Игра «Построим дом»

Из разных кубиков (кубик, кирпичик, треугольник) строим домик. Вначале взрослый делает это с малышом, потом предлагает ребёнку попробовать самому.

Выделение величины

Для этого можно использовать: стаканчики-вкладыши, матрёшку, пирамидку, игрушки различной величины.

Игра «Какой мячик больше?»

Необходимо несколько мячей различной величины. Взрослый просит ребёнка принести сначала самый большой мяч, потом поменьше, потом самый маленький. Обязательно использовать слова: «самый большой», «поменьше», «больше», «самый маленький» и т.п., обозначающие величину.

Выделение цвета

Игра «Светофор»

Взрослый и ребёнок переходят улицу. Светофор — кружки с красным, жёлтым, зелёным цветом:

Красный — ясно, путь опасный!

Жёлтый — тоже подожди!

А зелёный впереди — проходи!

Взрослый предлагает ребёнку различного рода сортировки по цвету, например, возьми только красные кубики, носочки, стаканчики и т.д. Постоянно используйте слова, обозначающие цвет.

Начальные навыки счёта и чтения

Взрослый и ребёнок идут по лестнице:

Ступенька первая — один —

здесь мы постоим.

Ступенька — два —

зажмурим-закроем мы глаза.

В быту, в игре, на прогулке используем числительные «один», «два» (просьба: «Дай, пожалуйста, одно яблоко»; «Возьми на прогулку один мяч» и т.д.).

Повесьте в комнате ребёнка музыкальный алфавит с картинками на каждую букву. Периодически подходите к нему и играйте: «Где машинка?

Правильно! Это буква «м». Молодец!» Буквы написаны, а мы их произносим звуками, поэтому говорим ребёнку только звуком: «м», «п», «с» и т.д.

Комментированное рисование

Взрослый на глазах ребёнка создаёт рисунок, комментируя свои действия. Можно пойти от рисунка ребёнка. Например, ребёнок начиркает палочки, взрослый их выровнял: «Это забор, а за забором курочка спряталась, вот её лапки, их две, у всех птичек две ноги. А наверху, видишь, голова курочки? Она кричит: ко-ко-ко. Кому она это кричит, как, малыш? А цыпляток своих зовёт, вот они к маме бегут».

Не надо обладать какими-то художественными способностями, это могут быть простые схематичные рисунки, но польза от такой работы огромная — развивается речь, ведь только что вы рисуете, тут же комментируете, развивается воображение, перед ребёнком демонстрируется цепочка событий, ребёнок внимателен: а что же будет дальше? И, конечно, развивается память, потому что после окончания работы можно вернуться к рисунку и пережить произошедшее событие вместе с ребёнком.

5. Развитие общения, речи

Все дети уже в раннем возрасте, как правило, готовы к обучению и хотят общаться. Поэтому их необходимо учить различным способам общения с окружающими людьми, чтоб не затормозить их дальнейшее развитие. Для того, чтобы речь служила средством общения, необходимы условия, побуждающие ребёнка осознанно обращаться к слову, формирующие потребность быть понятым сначала взрослыми, а потом и сверстниками. Такие условия возникают, прежде всего, в процессе самого общения и деятельности, организуемой взрослыми с ребёнком. При правильной организации деятельности ребёнка его речь уже в раннем возрасте может стать основным средством общения. Конечно, у детей с нарушениями интеллекта существуют трудности, которые обязательно должны учитываться в процессе формирования речи и которые возможно преодолеть совместными усилиями логопеда, родителей и ребёнка.

Положительная динамика возможна только при правильном построении коррекционной программы. Эффективность коррекционных упражне-

ний зависит от того, как будут соблюдаться следующие условия:

- систематичность их проведения;
- распределение в порядке от простого к сложному;
- чётко поставленная цель и подчиненность ей заданий;
- разные варианты упражнений и их чередование;
- выработка постоянного внимания к речи.

5.1. Организация и содержание логопедических занятий

Логопедическая работа с детьми с нарушениями интеллекта обычно строится поэтапно, и на каждом этапе необходимо искать эффективные пути и средства для преодоления дефекта ребёнка. Как лучше и продуктивнее осуществлять коррекцию речевых и неречевых отклонений, чему отдать предпочтение на первоначальной ступени логопедического воздействия? Можно рассмотреть три пути решения этой проблемы, но по какому из них пойти логопеду, он должен решать, принимая во внимания индивидуальные особенности ребёнка.

Первый путь предполагает, что сначала ведётся работа по преодолению определенных неречевых нарушений, и только при достижении определённых положительных результатов следует переходить к преодолению речевых нарушений. Этот путь основывается на положении о зависимости речи от развития других процессов: анализа, синтеза, внимания, восприятия и других психических процессов, являющихся фундаментом для развития речи.

Второй путь, дополняющий первый, — от преодоления речевых нарушений к преодолению неречевых. Речь здесь рассматривается как средство формирования разных психических процессов и собственно самой речи.

Третий путь предполагает одновременную коррекцию речевых и неречевых отклонений, параллельную работу над стимулированием развития различных психических процессов.

На каждом этапе логопедического воздействия можно отдать предпочтение какому-то из этих путей, не отрицая возможность использовать и другие пути, т.к. нет единого подхода из-за многообразия индивидуальных особенностей детей. По какому бы пути не пошёл логопед, он должен четко

представлять, какими речевыми и неречевыми действиями должен овладеть ребёнок в конце концов и на данном этапе в частности. Поэтому, важнейшей задачей логопеда при составлении программы обучения является координация и отбор соответствующего коррекционного материала и расположения его в определенной последовательности, соответствующей возможностям и перспективам развития каждого конкретного ребёнка.

Индивидуальные логопедические занятия должны начинаться с трёх лет и должны строиться с учётом ведущей деятельности ребёнка. Занятия должны быть чётко структурированы, так они легче усваиваются малышом, а метод, который использует логопед, нужен в первую очередь игровой. Он включает показ, пояснения, вопросы с ведущей ролью логопеда. Игровой метод проведения занятий быстро организует и активизирует деятельность детей. В логопедических занятиях очень важна систематичность. Только многократное повторение ребёнком заданий даёт желаемый результат. Так, в результате систематического выполнения артикуляторных упражнений создаются предпосылки для постановки звука, правильного его произношения.

Развитие фонетико-фонематической стороны речи

Упражнения, предлагаемые детям, должны быть направлены на дифференциацию различных речевых и неречевых звуков, формирование правильного произношения гласных и некоторых согласных, выработку правильного речевого дыхания, голоса нормальной громкости, воспитание устойчивости слухового внимания. Развитию слухового внимания придаётся особое значение, т.к. под его контролем осуществляется формирование произносительной стороны речи. Работу по улучшению произношения можно проводить путём вызывания звуков, звукосочетаний и уточнения их произношения по подражанию.

Развитие речевого дыхания

Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает правильность произношения звуков, слов и фраз. Для того, чтобы научиться произносить многие звуки, ребёнок должен делать достаточно сильный выдох через рот. Упражнениям на формирование целенаправленного длительного ротового выдоха, умение сочетать произнесение звука с началом выдоха придаётся

большое значение в логопедических занятиях с детьми с трёх — пяти лет. Также следует включать упражнения на развитие силы голоса, учить детей пользоваться голосом различной громкости.

Формирование навыков правильного произношения

Дефекты звукопроизношения встречаются довольно часто и плохо поддаются коррекции. Чаще всего отмечаются нарушения свистящих звуков. Наряду с искажением звуков отмечается большое количество замен. Часто можно наблюдать «проглатывание» согласного звука в конце слова. У одних детей образование всех звуков происходит в передней части рта, у других — в задней. Они испытывают большие трудности при использовании в самостоятельной речи правильных артикуляционных установок. Но, несмотря на все названные трудности, работу по формированию правильного произношения необходимо включать в каждое логопедическое занятие и планировать её исходя из результатов индивидуального обследования.

Развитие лексико-грамматической стороны

Импрессивная речь. Развитие понимания речи. Основная задача логопедического воздействия в раннем возрасте заключается в накоплении пассивного словарного запаса. Логопед должен помочь ребёнку запомнить, как называются его игрушки, предметы одежды, продукты, части тела, предметы гигиены и домашнего обихода и т.п.

Экспрессивная речь. В логопедической работе трёх — пяти лет одной из основных задач является формирование потребности подражать слову взрослого. Подражательные речевые реакции могут выражаться в любых звуковых комплексах. В этот период дети могут называть игрушки, знакомые предметы, действия, выражать свои желания в доступной им звуковой форме. В период активизации речевых реакций не стоит исправлять самостоятельные высказывания детей. Но как только у ребёнка появляется возможность воспроизводить по подражанию некоторые слова или хотя бы части слов, необходимо переходить к обучению словесным комбинациям под руководством логопеда. Развитие речевого подражания должно быть связано с игровой и практической деятельностью, с наглядной ситуацией. Чтобы активизировать речевую подражательную деятельность ребёнка, надо начинать с развития подражания вообще, надо научить ребёнка подражать действиям с

предметами, движениями рук, ног. После усвоения отдельных слов следует обучать детей строить синтаксически и грамматически правильно простые предложения. Они должны уметь воспроизводить ритмико-слоговую структуру двух-, трёхсложных слов.

Развитие связной речи

После того, как ребёнок научиться подражать словам взрослого, необходимо учить его выражать свои чувства и желания не только с помощью жестов, аморфных слов или существительных в именительном падеже, но и использовать глаголы в повелительной форме. На этом этапе работы дети должны объединять два слова в одно предложение. Поэтапно объём предложений нужно довести до 3 — 4 слов. Активный словарь должен пополняться новыми словами, как по изученным темам, так и из обиходно-разговорного лексикона.

Работа по развитию связной речи ведётся по нескольким направлениям:

- накопление и обогащение словарного запаса;
- обучение составлению рассказа по серии сюжетных картин с опорой на вопросы;
- пересказ сказок и коротких рассказов;
- умение вступать в диалог;
- разучивание стихотворений.

Задания и упражнения, которые на этом этапе предлагаются детям, рассчитаны на то, что ребёнок уже владеет простой разговорной речью и его словарный запас включает достаточное количество слов обиходно-разговорной лексики. В работе над связной речью нет деления заданий по возрастам, т.к. приступить к ней можно лишь с учётом сформированной речевой активности ребёнка в процессе логопедических занятий, где их учат связно и последовательно излагать свои мысли, рассказывать о событиях из окружающей жизни. Т.е. критерием перехода к работе над связной речью является не возраст, а готовность ребёнка строить связные высказывания.

Совершенствование грамматического строя речи

Совершенствование должно осуществляться постоянно, поскольку это необходимо для овладения речью в целом: для накопления словаря и для

развития звуковой стороны. Необходимо основное внимание уделять активизации слов ребёнка, а для этого все слова, которыми пользуется ребёнок, и те, которыми он только овладеет, полезно включать в уже сформированные грамматические модели. Давать конкретные задания по развитию грамматического строя речи рекомендуется с четырёх — пяти лет, когда у детей сформирована готовность усваивать грамматические формы существительных, глаголов и прилагательных:

- «один — много»;
- употребление существительных в косвенных падежах;
- употребление предложно-падежных конструкций;
- «назови маленький предмет»;
- согласование прилагательных с существительными единственного числа в роде;
- согласование числительных (2 и 5) с существительными;
- образование глаголов движения с помощью приставок при-, у-, пере-, вы.

Особая роль в воспитании и обучении ребёнка принадлежит семье. Отметим основные моменты, которые должны учитывать родители при формировании речевой функции:

- развитие понимания речи происходит путём установления связи между произносимыми взрослыми словами и предметами, окружающими ребёнка в домашней обстановке;
- необходимость закрепления умений и знаний, полученных на логопедических занятиях;
- поощрение любых инициативных обращений ребёнка к взрослому;
- организация домашней жизни ребёнка таким образом, чтобы он ежедневно, в одно и то же время, в специально отведенном месте имел возможность заниматься закреплением и отработкой речевых знаний и навыков, полученных на логопедических занятиях;
- ведение речевого дневника ребёнка, в котором отражается накопление им активного словаря;
- подбор игрушек и пособий с учётом их влияния на развитие речи;
- не стоит перегружать ребёнка усвоением трудных для произношения и малопонятных слов;

- родителям необходимо овладеть теми жестами, с помощью которых общается ребёнок, чтобы понять его и вступить в диалог с ним ещё до того, как он научится общаться при помощи речи;
- родители должны следить за своей речью и контролировать произношение ребёнка;
- не стоит ограничиваться только домашним общением, т.к. лучшим стимулом и образцом для подражания для ребёнка является речь его обычных сверстников.

5.2. Рекомендации по развитию мимической мускулатуры лица и артикуляционной моторики

1. Массаж языка и работа по развитию артикуляционной моторики поможет развить правильные движения органов речи, что станет хорошей базой для активизации звукопроизношения.

2. Укрепление мышц лицевой мускулатуры позволит частично снять амимичность лица, подготовить лицевые мышцы к выразительным движениям.

При выраженной вялости лицевой и язычной мускулатуры проводят специальные приёмы массажа, направленные на укрепление мышц этой зоны. Укрепление лицевой и язычной мускулатуры проводится путём поглаживания, растирания, глубокого разминания, вибрации.

Укрепление лицевой мускулатуры осуществляется путём проведения следующих упражнений:

- поглаживание лба от середины к вискам;
- поглаживание щёк от носа к ушам и от подбородка к ушам;
- разминание скуловой и щёчной мышцы.

При этом рекомендуется выполнять *упражнение «Улитка»*:

Поместив указательные и средние пальцы обеих рук в нижней части виска, производят спиралевидные движения по скуловой и щечной мышцам, к подбородку. После 4 — 5 легких движений, сила движений нарастает. Они становятся надавливающими, но не болезненными. Движения повторяют 8 — 10 раз два — три раза в день.

Укрепление губной мускулатуры.

С этой целью проводят поглаживание, растирание, вибрацию губ:

- от середины верхней губы к уголкам губ;
- от середины нижней губы к уголкам губ;
- поглаживание носогубных складок к крыльям носа;
- пощипывание губ.

Движения повторяются 8 — 10 раз два — три раза в день.

Укрепление язычной мускулатуры.

Способы:

1. Шпателем или концом ложки массируют язык то середины к кончику, путём поглаживания;
2. Ритмичные надавливания из стороны в сторону;
3. Разминание языка руками (с помощью чистого носового платочка):

а) Большим и указательным пальцами производить щипково-образные движения по краям языка (при этом напевая):

Вышли гуси погулять,
Свежей травки пощипать.
В гору медленно пешком,
А с горы бегом-бегом.

б) Большим, указательным и средним пальцами обеих рук производить ритмичные движения по краям языка (при этом напевая):

Мы бельё стираем сами,
Помогаем нашей маме.
Постираем чисто-чисто,
Постираем быстро-быстро.

в) Большим, указательным, средним пальцами обеих рук производить растягивающие движения языка (при этом напевая):

На гармошке мы играем,
Песни весело поём,
Песни весело поём
Очень дружно мы живём.

г) Большим, указательным, средним пальцами производить ритмичные движения вверх-вниз (при этом напевая):

Шла коза по мостику,
И виляла хвостиком,
Зацепилась за перила,
Прямо в речку покати́лась.
Бух! (надавливание указательным пальцем на середину языка «в ямку»).

д) Большим, указательным, средним пальцами одной руки (другой рукой придерживаем голову ребёнка, чтобы она не запрокидывалась назад) поднимаем язык вверх — к носу, вниз опускаем к подбородку (при этом напевая):

Вышли мыши как-то раз,
Посмотреть, который час.
Раз-два, три-четыре,
Мышки дернули за гири.
Вдруг раздался страшный гром,
Убежали мышки вон!

е) Упражнение «Часики». Большим, указательным, средним пальцами одной руки (другой рукой придерживаем голову ребёнка сзади) берем кончик языка и производим движения от одного уголка губ к другому (при этом напевая):

Часовщик, прищури́в глаз,
Чинит часики для нас.
Тик-так, тик-так,
Тик-так, тик-так.

После массажа лица, губ, языка следует перейти к развитию выразительным движениям мимики лица. В начале, если ребёнок не может выполнить упражнение самостоятельно, взрослый помогает ребёнку растянуть губы в «улыбку», нахмурить брови и т.п.

Предлагается следующая песенка «про облака»:

По небу плыли облака,
А я на них смотрел.
И два похожих облачка
Найти я захотел.
Я долго всматривался ввысь
И даже шурил глаз,
(прищуривание одного глаза, потом другого)
А что увидел я, то вам
Все расскажу сейчас.

Вот облачко весёлое
Смеётся надо мной:
— Зачем ты шуришь глазки так?
Какой же ты смешной!
Я тоже посмеялся с ним:
— Мне весело с тобой!
И долго-долго облачку
Махал я вслед рукой.

А вот другое облачко
Расстроилось всерьёз:
Его от мамы ветерок
Вдруг далеко унёс.
И каплями-дождинками
Расплакалось оно ...
И стало грустно-грустно так,
И вовсе не смешно.



И вдруг по небу грозное
Страшилище летит.
И кулаком громадным
Сердито мне грозит.
Ох, и испугался я, друзья,
Но ветер мне помог:
Так дунул, что страшилище
Пустилось наутёк.



А маленькое облачко
Над озером плывет,
И удивленно облачко
Приоткрывает рот:
— Ой, кто там, в глади озера
Пушистенький такой,
Такой мохнатый, мягенький?
Летим, летим со мной!



Так очень долго я играл
И вам хочу сказать,
Что два похожих облачка
Не смог я отыскать.

Можно наклеить на кубик изображения разных эмоций (радость, гнев, печаль, удивление, состояние покоя). Поворачивая кубик, показывать ребёнку соответствующую картинку. При этом ребёнка просим показать изображение, учим различать эмоции. Затем обучаем ребёнка произвольным (самостоятельным) движениям:

- прищуривание, закрытие глаз;
- сжатие губ («поза закрытого рта»);
- имитация игры на музыкальных инструментах;
- надувание и втягивание щёк («щёчки-яблочки», «щёчки-толстушки, худышки»);
- оттопыривание нижней губы («обиделся»);

- губы «трубочкой», втягивание воздуха в себя («слоник хоботком водичку пьёт»).

Переходить от одного этапа к другому нужно только тогда, когда ребёнок хорошо усвоил словесную инструкцию взрослого, понял, как выполняется то или иное движение.

Артикуляционная гимнастика

Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики. Цель артикуляционной гимнастики — выработка полноценных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, в течение трёх — пяти минут. Взрослый и ребёнок сидят друг перед другом. Взрослый рассказывает, какое упражнение они сейчас будут выполнять, показывает это упражнение ребёнку и прост ребёнка, выполнить упражнение вместе.

5.3. Игры, развивающие речевое дыхание

Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает правильное произношение звуков, слов и фраз. Работа по выработке речевого выдоха занимает длительное время. Поэтому эту работу следует начинать с раннего возраста.

1. Предложить ребёнку через трубочку подуть на воду в стакане.
2. Пускание мыльных пузырей, дутьё на легкие игрушки в воде, карандашей со стола.
3. Игра на дудочке, губной гармошке.
4. *Игра «Чей одуванчик улетит дальше?»*. Взрослый предлагает ребёнку подуть на одуванчики, чтобы слетели пушинки (игра проводится на воздухе).
5. *Игра «Подуй на ушибленное место»*. Подуть на ушибленный пальчик, руку.
6. *Игра «Водичка»*. Взрослый открывает кран с водой и обращает внимание ребёнка на то, как «поёт» водичка (с-с-с), затем показывает картинку, где умываются дети, читает потешку:

Водичка, водичка,
Умой мое личико,
Чтобы губки были сладки,
Чтобы щёчки были гладки,
Чтоб смотрел глазок,
Умывался роток.

Взрослый предлагает ребёнку «спеть» песенку водички. Песенка должна быть длинной, т.е. ребёнок произносит звук «с» протяжно.

7. *Игра «Пузырь»*. Взрослый и ребёнок растягивают руки в стороны и произносят:

Раздувайся пузырь, раздувайся большой,
Да не лопайся, фу-ууу.

8. *Игра «Чей пароход лучше гудит?»*. Ребёнку даётся чистый пузырек. Взрослый говорит: «Сейчас мы с тобой будем дуть в пузырек, гудеть, как пароход. У кого пароход гудит сильнее: у тебя или у меня?».

9. *Игра «Снежинки»*. Взрослый даёт ребёнку кусочки ваты и говорит, что это «снег», поёт песенку:

Снег, снег кружится,
Белая вся улица,
Встали, встали мы в кружок,
Завертелись, как снежок.

Вместе с ребёнком с ладошек сдувают кусочки ваты.

10. *Игра «Паровоз»*. Взрослый показывает ребёнку паровозик или картинку, напоминает, как гудит паровоз (протяжно произносит звук «у») и предлагает так же протяжно и громко повторить этот звук.

Загудел паровоз
И вагончики повёз.
Чох-чих, чу-ууу!
Я далеко укачу-ууу!

11. *Игра «Задуи свечу»*. Ребёнок держит в руке цветную полоску бумаги в виде свечи. Взрослый говорит: «Давай с тобой задуем свечу сильно-пресильно (ф-ф-ф)».

12. *Игра «Трубач»*. Взрослый предлагает ребёнку поиграть на трубе. Сжатые кулачки подносятся ко рту и ребёнок «играет» на трубе (ту-ту-ту).

13. *«На чём поедем?»*. Взрослый предлагает ребёнку поиграть в игру:

На чём поедем?
На машине!
Качаем шины:
Ш-ш-ш-ш
Открываем бачок,
Наливаем бензин:
С-с-с-с
Заводим мотор:
Тр-тр-тр-тр
Поехали! Шофёр кричит:
Би-би-би-би
Вот поле, вот речка,
Вот лес густой,
Приехали дети!
Машина, стой!

14. *Игра «Чья птичка (бабочка) дальше улетит?»*. Взрослый ставит на стол двух птичек, вырезанных из тонкой бумаги. По сигналу: «Птички полетели!», взрослый и ребёнок дуют на птичек.

5.4. Игры и упражнения, развивающие силу голоса и темп речи

1. Игра «Громко-тихо»

Взрослый показывает ребёнку двух собачек и говорит: «Бежит большая собака, громко лает: «Ав-ав!» Как лает большая собака?» Ребёнок повторяет за взрослым, как лает большая собака. «А маленькая собачка лает

тихо: «Ав-ав!» Как лает маленькая собачка?». Ребёнок тихо произносит «Ав-ав!»).

2. Игра «Идите с нами играть»

На небольшом расстоянии от ребёнка взрослый расставляет игрушки: мишку, зайку, лису и других зверей. Говорит: «Мишке, зайке и лисичке скучно сидеть одним. Позовём их играть вместе с нами? Чтобы они услышали нас, надо звать громко, вот так: «Мишка, иди!». Ребёнок вместе с взрослым зовут мишку, зайку, лисичку и играют с ними.

3. Игра «Не разбуди куклу»

Взрослый и ребёнок вместе играют с куклой: кормят её, одевают, гуляют, укладывают спать. Взрослый шёпотом говорит: «Наша куколка устала, пусть спит, давай будем тихо-тихо убирать игрушки».

4. Игра «Кто как кричит»

Взрослый показывает коробку, в которой лежат маленькие игрушки уточки, собачки, лягушки, птички и т.д. и говорит: «В этой коробке лежат животные и птицы, но они потеряли свой голос, забыли свои песенки. Помоги им, скажи, кто из них как кричит» (птичка кричит тоненьким голосом пи-пи-пи, собака грубо лает «Ав-ав» и т.д.).

5. Игра «Дует ветер»

Взрослый рассказывает ребёнку: Пошли мы летом в лес на прогулку. Идём, светит солнышко, дует лёгкий ветерок, колышет травку цветочки (показывает картинку). Он дует тихо, вот так: «у-у-у-у-у» (тихо и длительно произносит взрослый, ребёнок повторяет). Пришли в лес, набрали ягод, собрались идти обратно. Вдруг подул сильный ветер (показывает взрослый картинку) загудел «у-у-у-у-у» (громко и длительно произносит взрослый этот звук, ребёнок повторяет)»

6. Игра «Вьюга»

По аналогии с предыдущей игрой, но тут дует ветер при вьюге, то тихо, то громко.

6. Развитие навыков самообслуживания

Навыки самообслуживания — это система знаний, умений и навыков, позволяющих ребёнку самостоятельно поддерживать себя и личные вещи в состоянии, соответствующем принятым санитарно-гигиеническим и бытовым нормам. Для того чтобы у ребёнка выработался, какой либо навык самообслуживания, у него должен сложиться образ составляющих действие операций и условий, в которых оно протекает. При формировании навыков ребёнок учиться удерживать цель деятельности, не отвлекаться.

Обязательным условием для формирования навыка является систематическое упражнение, повторение одних и тех же действий в определённой последовательности. Вначале выполнение необходимых действий требует от ребёнка устойчивого внимания, физической напряженности и вследствие процесса возбуждения сопровождается лишними ненужными движениями. Но путём постоянных и последовательных упражнений, появляется значительная координация движений, устраняется их скованность. Однако и в этот период выполнения действий продолжает требовать к себе внимания и зрительного контроля. При закреплении навыка, наблюдается четкость, согласованность действий рук.

- *Необходимо, чтобы, упражняясь, ребёнок понял, какие действия его правильны и в чём заключаются ошибки.*

- *Новые требования следует предъявлять к детям постепенно, чтобы не вызывать отрицательные эмоции.*

Формируя навыки самообслуживания важно не стеснять детской самостоятельности, т.е. не делать за ребёнка то, что он уже умеет.

- *В ходе обучения навыкам самообслуживания важно формировать координацию руки и глаза, а также учить ребёнка оценивать пространственное расположение предметов по отношению к своему телу.*

- *Прежде всего, детей учат самостоятельно умываться, вытираться полотенцем, одеваться, есть.*

Внешне эти навыки очень простые, но они на самом деле состоят из целого ряда операций, объединяющих в определённые способы действия и требующих от ребёнка довольно высокого уровня восприятия и развития движений.

При развитии навыков самообслуживания следует большое внимание

уделять развитию моторики (дифференцированных движений руки в целом и особенно пальцев, выполнению движений по словесной инструкции, а также учить переходу от одного движения рукой к другому).

В ряде случаев нет понимания последовательности и логики всех действий, входящих в навык. Страдает характер каждого отдельного взятого действия, входящего в состав навыка. Из-за ослабленности регулирующей функции мышления дети часто не обдумывают своих действий, не предвидят результатов. Они редко замечают ошибки, даже не предполагая, что их действия могут быть ошибочными. Для того чтобы ребёнок приобрел необходимые навыки самообслуживания, его нужно специально обучать, учитывая сенсорные и моторные трудности.

Прежде всего, показ приемов самообслуживания связанных с использованием предметов, должен быть поэтапным, нужно обязательно обратить внимание ребёнка на все этапы действия и словесно обозначить их.

Приступая к показу повседневного бытового навыка, необходимо предварительно тщательно проанализировать. В процессе выполнения того или иного действия внимание ребёнка останавливается на элементах анализа. Например, ребёнок учиться мыть руки: сначала ему показывается, как надо мыть ладони, тыльные поверхности, большие пальцы и, наконец, запястья. Весьма сложный навык в процессе его выполнения раскладывается на элементы, и ребёнок упражняется в выполнении их. Важно, чтобы элементы установленные анализом не были сложны и, чтобы цепь элементов не была длинна. Сначала ребёнок работает по прямой инструкции взрослого. Когда прямая инструкция усвоена, взрослый только следит за тщательностью её выполнения, в нужные моменты, подкрепляя её повторением прямой инструкции. Постепенно элементарные умения складываются в более сложные акты поведения.

Чтобы вымыть руки с мылом, ребёнок должен выделить из среды два объекта — мыло и воду, соотносить их с собой, со своим положением в пространстве, рассчитать расстояние между собой и мылом, собой и водой. Затем он должен усвоить порядок действий — сначала намочить руки, затем намылить и, наконец, смыть мыло. Помимо этого, ребёнок должен увидеть, а затем усвоить порядок действий при самом намыливании руки, увидеть, что мыло кладется на ладони, растирается в ладонях, а затем, после того как сам кусок будет положен на место, намыливаются определёнными движе-

ниями тыльные стороны рук. Не менее сложным является и вытирание рук полотенцем. Дети, как правило, почти не держат полотенце. Они прикладывают к нему руки либо ладонками, либо тыльной стороной, либо кулачками, как бы «примакивают» их, у ребёнка должно быть своё полотенце.

Таким образом, те умения и навыки, которые кажутся нам чрезвычайно простыми, на самом деле оказываются сложными. Взрослому человеку, у которого эти навыки уже автоматизировались и совершаются без всякого затруднения, зачастую не возможно себе представить, какие трудности испытывает при выполнении тех же действий ребёнок. Поэтому взрослый очень часто относит плохое овладение навыками самообслуживания за счёт невнимания и нежелания ребёнка подчиняться требованиям родителя.

Ещё более ощутимые трудности во время приема пищи, при самостоятельном действии с ложкой. Многие дети не используют при еде всей площади ложки. Они набирают пищу либо её узким концом, самым началом ложки, либо её широким концом. Такая неэффективность использования ложки связана с трудностями моторики и с плохим учётом пространственных отношений. Моторные трудности находят своё выражение в том, что дети неправильно держат ложку. Если дети попадают ложкой в тарелку, то захват пищи удаётся им очень плохо. Как правило, дети с трудом набирают жидкую пищу, её попадает на ложку мало, и она расплескивается. Твёрдой пищи захватывается много, но при этом дети помогают себе второй рукой (попросту накладывают ею пищу на ложку). После того как пища набрана на ложку, ребёнок должен донести её до рта, при этом учитывая расстояние между ртом и тарелкой и, соответственно, размах своего движения. Особое место должно занять обучение орудийным действиям.

Для овладения действием ложкой необходимо проводить не только очень чёткий расчленённый показ, но и ряд подготовительных упражнений, способных подготовить руку и глаз ребёнка. Нужно отдельно учить ребёнка набирать сыпучие и жидкие вещества в чашечку, движением кисти перекладывать предметы из коробочки в коробочку. Все орудийные действия следует формировать поэтапно. Только такая работа, построенная на формировании полноценного восприятия и компенсации моторных трудностей, может привести к более быстрому и правильному усвоению детьми навыков самообслуживания.

• *По мере взросления дети приучаются есть самостоятельно, но*

многие делают это торопливо и неаккуратно.

Их необходимо приучать садиться к столу аккуратными, причёсанными, обязательно с чистыми руками. За столом ребёнок должен сидеть правильно, хорошо владеть ложкой и вилкой. Дети должны привыкнуть есть опрятно, не торопясь, хорошо пережевывать пищу; не крошить и не ронять хлеб, брать его с тарелки руками, но не мять взятый кусочек; не брать пищу руками. У каждого ребёнка должна быть салфеточка, которой он вытирает рот в процессе еды и после её окончания. Также салфетка защищает одежду ребёнка и приучает его к опрятности. Обязательно следует обращать внимание и напоминать как надо вести себя за столом, чтобы не проливать пищу на скатерть. Очень важно, чтобы обстановка во время обеда была спокойной, необходимо создание у детей во время еды ровного и сдержанного настроения.

- *Серьёзная проблема для ребёнка — научиться самостоятельно одеваться.*

Чтобы научить застёгивать и расстёгивать пуговицы, шнуровать ботинки, необходима длительная тренировка. В процессе одевания необходимо поощрять малейшее самостоятельное движение ребёнка, но также помогать ему. Таким образом, действие формируется как совместное, а позднее ребёнок сможет выполнять самостоятельно. Трудность для детей представляет усвоение последовательности действий. Взрослый в свою очередь должен сокращать своё непосредственное участие, переходя к напоминанию о порядке выполнения действий.

- *Не следует торопить ребёнка, досадовать на медлительность или, напротив излишнюю поспешность.*

Нарекания приведут к тому, что у ребёнка появится негативное отношение к тому или иному навыку, возникнет стремление уклониться от него. Корректная помощь, поддержка без акцента на неумелость, без унижения достоинства своевременная и незаметная, закрепляют в структуре личности ребёнка первый элемент подлинной самостоятельности, а это предпосылки развития настойчивости, усидчивости, способности к самоконтролю. По мере овладения определёнными действиями ребёнок ищет новые способы решения трудовой задачи. Но на этом этапе ему необходимы внимание взрослого, эмоциональная поддержка, дополнительная информация о том, как лучше сделать.

Здесь главное соблюдать разумное соотношение меры взрослой и детской активности, не выполнять за ребёнка то, чему он уже научился. Бесконечные опасения со стороны взрослого, излишняя осторожность, недостаток терпения и дефицит времени рождают в ребёнке беспомощность.

- *Навыки и умения, сноровка и аккуратность придут постепенно.*

На первых порах необходимо, прежде всего, вызвать стойкий интерес к деятельности, настойчиво и терпеливо добиваясь поставленной цели, и тогда дети вполне овладеют навыками самообслуживания.

- *При систематическом обучении навыки самообслуживания складываются в привычку.*

Это важно, потому что привычки являются для ребёнка с нарушением интеллекта компенсаторными механизмами в адаптации к условиям окружающей среды. Приобретая привычки, ребёнок чувствует необходимость умываться перед едой, после загрязнения, есть в установленные часы. Привычки формируются в процессе неоднократного выполнения действия на той стадии его освоения, когда при исполнении не возникает каких-либо трудностей волевого или познавательного характера. Автоматизированные действия имеют большое значение в дальнейшей жизни ребёнка. Они помогут сэкономить его силы, освободят от напряженности при реализации этих действий.

Необходимо приучить малыша складывать предметы в определённое место, иначе возникнет, и укрепится привычка разбрасывать их. Все необходимые индивидуальные предметы туалета (мыло, расчёска, зубная щётка, мочалка, кружка для полоскания рта) должны храниться в определенном доступном месте, чтобы ребёнок без затруднений сам мог взять и положить их. Ребёнок, не приученный своевременно к ограничениям, привыкает хватать всё, что ему вздумается. Систематически предъявляемые требования помогут воспитать положительные привычки, со временем он в определённой степени приспособится к окружающей жизни.

Контроль и проверка обязательны, прекращать их следует, когда навыки станут достаточно прочными. Этому способствует склонность детей к подражанию. Повторяя за взрослым те или иные действия, ребёнок через некоторое время сам в состоянии справиться с заданием и достигнув определённых результатов, он откажется от помощи. Сформировавшийся навык выполнения определённого задания постепенно упрочивается и совершен-

ствуется.

Навыки самообслуживания необходимо воспитывать с раннего возраста, чем раньше начинается их формирование, тем быстрее они вырабатываются.

Ребёнок, достигая под воздействием взрослого успеха в овладении культурно-гигиеническими навыками, становится более умелым, более независимым от взрослого, уверенным в своих возможностях. Если гигиенические процедуры никогда не причиняли ребёнку неприятных ощущений, то навык чистоты закрепляется быстро и прочно.

Воспитание культурно-гигиенических навыков можно успешно осуществлять лишь при условии сознательного отношения и активной помощи родителей.

Процесс формирования навыков самообслуживания требует значительных усилий со стороны родителей. Однако, в семье идут, как правило, по линии наименьшего сопротивления — родители сами одевают, раздевают, кормят ребёнка. Несомненно, положительная оценка взрослого выступает как важнейшее условие формирования навыков и привычки.

Каждый из режимных процессов должен проходить на фоне игры, протекать без суеты, не причиняя детям неприятных ощущений, взрослый должен сопровождать свои действия неторопливой, спокойной речью. Необходимо создание у детей предварительной установки на данный процесс.

Рекомендуется читать стихи при подходящем случае, чтобы образы, которые даются в живом слове, опирались на конкретные представления детей, были им знакомы и связаны с их личными воспоминаниями, переживаниями.

Слушая и повторяя за взрослым слова потешки или простого по структуре стихотворения, предназначенного для маленьких слушателей, ребёнок учиться восприятию ритма, правильному произношению слов, усваивает новые слова. Кроме того, развиваются внимание и память, необходимые для прослушивания и самостоятельном повторении произведения. Ребёнок повторяет за взрослым отдельные слова, и здесь ещё рано говорить о понимании им содержания всего произведения и даже отдельных слов. Это понимание придет позже. Чтение народных песенок, потешек, сопровождаемое показом наглядного материала, более глубоко воздействует на чувства ребёнка. Знакомство с малыми фольклорными формами расширяет кругозор

детей, формирует отношение к окружающему миру. Это не только забавляет и радует ребёнка, но и организует его поведение.

Умывание

Кран, откройся, нос, умойся.
Мойтись, уши, мойся шейка,
Шейка, мойся хорошенько!
Мойтись сразу оба глаза.
Мойся, мойся, умывайся,
Грязь смывайся, грязь сдавайся!

Чище мойся, воды не жалея.
Будут ладошки, снега белей.

Тёплой водою ручки чисто мою.
Кусочек мыла я возьму, и ладошки им потру.

Тёплая водичка умоет Тане личико,
Пальчики — Антошке, Сашеньке — ладошки.

Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем,
Перед каждою едою,
После сна и перед сном.

Наберём водичку в рот, пусть фонтанчик оживёт!

Ротик, ротик! Где ты ротик?
Зубки, зубки! Где вы зубки?
Щёчка, щёчка! Где ты щёчка?
Будет чистенький ребёнок!!!

Одевание

Раз, два, три, четыре, пять — собираемся гулять.
Завязали Катеньке шарфик полосатенький.

Надели на ножки валенки-сапожки,
И пойдём скорей гулять, прыгать, бегать и скакать.

Вот они сапожки:

Этот с правой ножки,

Этот с левой ножки.

Если дождик пойдёт, наденем колошки:

Этот с правой ножки, этот с левой ножки.

Приём пищи

А у нас есть ложки

Волшебные немножко.

Вот тарелка, вот еда.

Не осталось и следа.

Бери ложку, бери хлеб

И скорее за обед.

Час обеда подошел,

Сели деточки за стол.

Причёсывание, навык опрятности

Расти, коса, до пояса, не вырони ни волоса.

Расти, коса, до пят, все волоски в ряд.

Носовой платок в кармашке (взрослый достает платок из кармана),

Будем нос им вытирать (показывает действие с платком),

Чтобы носик, наш курносик

Снова чистым был опять (убирает платок в карман).

Мы не любим неопрятных, нерасчёсанных ребят,

С ними даже поросята подружиться не хотят!

Если девочка опрятна, на нее смотреть приятно.

Если мальчик аккуратный, будет он всегда опрятный.

Чистим зубки чисто-чисто

Откройте вместе с ребёнком краны, чтобы установить желаемую температуру воды. Возьмите свою зубную щётку, смочите её под струей воды и побудите ребёнка сделать тоже самое; ведите по возможности его руку (сначала можно учить чистить зубы без зубной пасты). Затем, отложив свою и его щётки в сторону, начинайте отвинчивать колпачок у тюбика с зубной пастой. Возьмите руку ребёнка и вместе со своей рукой отвинтите колпачок у тюбика с зубной пастой. Покажите ребёнку, как выдавливают пасту и как закрывают отверстие, имеющееся на тюбике. Держите его руки и проведите эту процедуру вместе с ним. Ведите его руку с зубной щёткой ко рту, откройте рот и попросите ребёнка сделать тоже самое. Пусть он наблюдает в зеркале то, что он делает. Почистите вместе с ним его зубы в следующей всегда одинаковой последовательности: спереди, по обе стороны, внутренние поверхности челюсти. Заставляйте ребёнка сплевывать излишки зубной пасты, иначе он может проглотить их. Ребёнок должен наблюдать чистящие движения в зеркале. Возьмите ваш стаканчик и наполните его водой, попросите ребёнка сделать тоже самое с его стаканчиком. Затем покажите ему, как берут воду в рот, полощут, а затем сплевывают. Покажите ребёнку, что у него весь рот перемазан пастой и предложите ему умыться, помыть лицо. Помогите ребёнку завинтить колпачок в тюбике с зубной пастой, сполоснуть щетку под струей воды и положить на свои места все принадлежности.

Вся цепочка «чистить зубы» очень сложна, и обучение длится довольно долго. Поощряйте ребёнка за любое даже самое маленькое достижение. Старайтесь сразу же прекращать помощь там, где ребёнок выполняет хотя бы отдельные звенья цепочки самостоятельно.

Как научиться намазывать масло, варенье на хлеб с помощью ножа

Ребёнок должен постепенно учиться осторожно обращаться с ножом. Например, распределение слоя масла, наносимого на хлеб, требует сноровки и оценки своих действий при размазывании масла по поверхности хлеба.

Положите масло перед ребёнком. Намажьте хлеб наполовину и объясняйте ребёнку медленно, что вы делаете. Дайте ребёнку нож (нож должен быть тупой и с длинной рукояткой), объясните ему, как его правильно держать, и предложите ему намазать кусок хлеба. Если это не удаётся, то возь-

мите руку ребёнка в свою и ведите её от масла к хлебу. Помогите ему распределить масло по поверхности куска. Постепенно прекращайте помогать ребёнку, если он выполняет задание.

Этот вид деятельности может разучиваться ежедневно во время еды.

Завязывание шнурков

Предложите ребёнку надеть свою одежду. Похвалите за каждый успешно надетый предмет одежды. Побудите ребёнка завязывать шнурки на ботинках. Понаблюдайте за тем, насколько это ему удаётся. Начните с того, чтобы он научился вдевать шнурок в отверстия на ботинке. Затем предложите ему зашнуровать крест на крест. Покажите это ему на одном ботинке, попросите его повторить ваши действия на другом. Покажите ему, как один шнурок накладывается на другой. Свяжите оба шнурка, чтобы сделать первую часть узла. Сделайте петли и предложите ребёнку их завязать. Очень важно, чтобы ребёнок сделал сам последний шаг в цепочке действий (узел — делать петлю — делать вторую петлю — связывать — стягивать завязанные петли).

• *Хвалите ребёнка каждый раз, как только он полностью выполнил задание.*

Во время упражнения располагайтесь так, чтобы сидеть позади ребёнка и помогать ему в шнуровке ботинок, чтобы обувь была у него перед глазами в правильном положении. Не надо садиться перед ребёнком, чтобы показывать ему, как шнуровать ботинок, т.к. это будет представляться ребёнку в зеркальном отражении, а значит затруднительно для подражания.

7. Литература

1. Медведева Т.П., Панфилова И.А., Поле Е.В. Комплексное развитие детей с синдромом Дауна: групповые и индивидуальные занятия. Методическое пособие. Москва, 2004 г. Благотворительный фонд «Даунсайд Ап».
2. Жиянова П.Л. Социальная адаптация детей раннего возраста с синдромом Дауна. Методическое пособие. Москва, 2002 г. Благотворительный фонд «Даунсайд Ап».
3. Петер Луатеслагер. Двигательное развитие детей раннего возраста с синдромом Дауна.
4. Мерковская А.В. Рекомендации по комплексному развитию детей с синдромом Дауна раннего возраста. Новосибирск, 2007 г. ГООИ «Общество «ДАУН СИНДРОМ».
5. Мерковская А.В. Методические рекомендации по развитию детей с синдромом Дауна раннего и дошкольного возраста. Новосибирск, 2003 г. ГООИ «Общество «ДАУН СИНДРОМ».
6. Теленчи В.И., Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет. Москва, Просвещение, 1987 г.
7. Зебзеева В.А. Организация режимных процессов в ДООУ. Москва. ТЦ «Сфера», 2006 г.
8. Кинаш Е.А. Игры и упражнения по формированию культурно-гигиенических навыков, самообслуживания у глубоко умственно отсталых детей, 2002 г.
9. Русакова Е.В. Режим дня в детском саду и организация жизни детей. Москва. Просвещение, 1964 г.