

Библиотека: Служба ранней помощи

Серия: Особенности развития детей раннего возраста

Составители: Е.А.Кобякова, Т.П.Есипова

**Методические рекомендации
по комплексному воспитанию детей
с задержкой психофизического развития
раннего возраста**

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

г. Новосибирск
2009 г.

Содержание

Введение	3
Рекомендации по стимуляции и развитию ребёнка от рождения до 1 года	4
Рекомендации по развитию крупной и мелкой моторики	5
Стимуляция слухового восприятия	8
Стимуляция зрительного восприятия	9
Развитие общения, речи	10
Лист-тест. Проверка умений ребёнка к концу первого года	14
Рекомендации по развитию ребёнка от 1 года до 3—5 лет	15
Игры и упражнения по развитию крупной моторики	16
Игры и упражнения, способствующие развитию движений рук и ручной умелости	20
Развитие познавательной деятельности	29
Игры и упражнения, развивающие внимание и слуховое восприятие	30
Игры и упражнения по развитию сенсомоторной сферы у детей	32
Описание упражнений на развитие познавательной деятельности	39
Развитие речи, общения	42
Игры, развивающие речевое дыхание	42
Игры и упражнения, развивающие силу голоса и темп речи	45
Игры и упражнения, развивающие навыки общения	46
Развитие навыков самообслуживания	47
Список литературы	63

Введение

Известно, что наиболее быстро ребёнок развивается в первые три года жизни. Но из-за задержки в психофизическом развитии дети не могут следовать обычному «расписанию» формирования определённых навыков. 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 моторике, когнитивном (познавательном) развитии, речи, самообслуживании.

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 задержкой в психофизическом развитии педагогическая помощь необходима с первых недель жизни. Занятия 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.

Исходя из нашего опыта, 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 обучению и воспитанию ребёнка с задержкой в психофизическом развитии в раннем детстве, исходя из закономерных этапов развития ребёнка и его особенностей.

Рекомендации по стимуляции и развитию ребёнка от рождения до 1 года

Младенческий возраст характеризуется формированием ощущений: вкусовых, тактильных, слуховых, зрительных, осязательных.

В период до трёх месяцев у ребёнка появляются реакции на резкие звуки, яркие предметы, «социальная улыбка» при контакте с взрослыми, с близкими людьми. Ребёнок начинает удерживать голову, переворачивается со спины на бок. К концу третьего месяца у ребёнка появляется «комплекс оживления» — ребёнок «радуется», двигает ручками и ножками, издаёт «гулящие» звуки. К семи месяцам ребёнок хорошо различает «своих» и «чужих», пытается ползать, на вопрос «Где?» ищет и находит два знакомых предмета, находящихся в определённых местах. В девять месяцев ползает, ходит при поддержке взрослого, ест твёрдую пищу (печенье, сухарики), пьёт из чашки, повторяет разученные движения, по просьбе показывает жестом предметы, независимо от их местонахождения. Начинает использовать игрушки по их назначению (мяч, машинку катает, ставит кубики и т. д.). К первому году ребёнок начинает самостоятельно ходить, понимает и адекватно реагирует на команды: запреты, просьбы, легко подражает новым словам, широко использует жесты. В словаре около 10 слов.

У ребёнка с задержкой в психофизическом развитии этот этап может протекать с особенностями. Поэтому родителям нужно быть внимательными к своему малышу и применять стимулирующие приёмы по формированию тех или иных навыков у ребёнка.

Как организовать занятие с малышом

Дети учатся постоянно, и этот процесс можно определить как сочетание спонтанного (самостоятельного наблюдения и исследования окружающего мира) и организованного обучения. Для спонтанного обучения малыша с задержкой в психофизическом развитии совсем несложно создать условия: это максимальное включение малыша в жизнь семьи, оказание ему помощи в передвижении в пространстве и сопровождение понятными комментариями практически всех моментов повседневной жизни. Специальные занятия должны быть организованы в течение дня (1—2 занятия по 10—15 минут). Родителям нужно определить, чему уделить внимание, подобрать необходи-

мые игрушки и пособия, выбрать время максимальной активности ребёнка. Занятия должны проходить только в форме игры, интересной для ребёнка. Так же в игру можно превратить любой режимный момент, любую процедуру по уходу за ребёнком. Проводить игру лучше, когда ребёнок находится в хорошем настроении. Гимнастика, массаж — все эти необходимые процедуры дают возможность общаться родителям с малышом, привыкать к его особенностям характера и темперамента, а малышу — приспосабливаться к новым условиям и радоваться жизни.

Рекомендации по развитию 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 движений 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.

Крупная моторика

- назначение общего тонизирующего и укрепляющего массажа с первых недель жизни и выполнение рекомендаций по массажу;
- физическое соприкосновение (поглаживание, похлопывание, прижимание);
- смена положений во время бодрствования (в руках на весу у взрослого ребёнок лежит лицом вверх, вниз, лёжа на животе на груди у взрослого, раскачивание на руках у взрослого и в люльке, частое выкладывание на живот, ношение ребёнка впереди себя, сзади, в предназначенных для этого сумках);
- совместное купание с ребёнком, игры в воде;
- катание ребёнка на гимнастических мячах и игры с лёгкими надувными мечами;

- стимуляция передвижений с помощью игрушки (вперёд, в стороны), препятствий (диванных подушек, ваших ног);
- использование игрушек, в которые можно играть только стоя, нажимая на клавиши, кнопки;
- прикрепление к ногам ребёнка лёгких, шумовых игрушек (пусть пробует ударить по ним ногой);
- стимулирование передвижений вдоль опоры (у дивана);
- стимулирование передвижений через отверстие посредством игрушки;
- предоставление простора для самостоятельного передвижения (ползание — только вперёд, передвижение, стоя вдоль мебели и других подручных средств).

Мелкая моторика

- массаж кистей рук и пальчиков с использованием всевозможных ворсовых щёток (мягкой щёткой — по наружной поверхности кулака от кончиков пальцев к запястью; жёсткой (зубной) щёткой — по подушечкам пальцев);
- касания ручками (это делает взрослый) губ, век (если у ребёнка при сближении рук и губ появляются сосательные движения, то руки некоторое время удерживаются около губ, с тем, чтобы ребёнок попытался захватить их губами);
- вкладывание круглых предметов в разжатые кулачки ребёнка, затем добавление игрушек различной формы и с различной поверхностью (губка, тряпочки, морковка, колечки и т. п.);
- совместные действия с предметами (толкание мяча, машинки, установка кубиков друг на друга, сжимание резиновых мячиков и пищалок, разрывание бумаги, салфеток);
- «пальчиковый бассейн» (руками взрослого перебирать пальцы ребёнка в гречке, горохе, орешках, вкладывать в пальчики сыпучие материалы);
- игры с бытовыми предметами (сковородки, крышки от кастрюль и т. п.);
- побуждение ребёнка подавать вам руку, «здороваться», хлопать в ладоши, играть в «ладушки», махать «пока» (преимущество отдавать правой

руке);

- игры с нанизанными на нить предметами (мелкие игрушки, крупные бусы, пуговицы);

- пальчиковые игры и упражнения (катать пальчиками шарики, мять бумагу, стучать и ходить пальчиками по столу, махать всеми пальчиками с использованием потешек, песенок, напевов).

В этот период учим ребёнка ладонному захвату, потом переходим к щепотному.

Стимуляция слухового восприятия

- массаж ушной раковины несколько раз в день (по внешней части уха сверху вниз — стимуляция акупунктурных точек);

- подношение шумовых игрушек то к одному, то к другому уху ребёнка (звенеть игрушкой в разных направлениях: вверх-вниз, в стороны);

- подвешивание звенящих игрушек на расстоянии 25—30 см от глаз ребёнка, затем по разные стороны;

- включение аудиокассет с шумом леса, воды, а также детских песенок (звуки должны быть негромкими);

- пение ребёнку (изображая, о чём поёте);

- проговаривание с ребёнком своих желаний, действий (задавайте вопросы с разной интонацией);

- обращение внимания ребёнка на «домашние звуки» и, гуляя, на «уличные»;

- использование игрушек с заводом (курочка, клюющая «зёрнышки», машинка, медведь, котик и т. п.);

- повторение звуков ребёнка, придумывая на определённый звук песенку;

- частое называние ребёнка по имени (полным и уменьшительно-ласкательным именем);

- «знакомство» ребёнка с другими членами семьи (как зовут, кем приходится) и с хорошо знакомыми, близкими к семье ребёнка;

- артикулирование гласных звуков А, О, У, И, губных согласных П, Б, М при закрытых ушах ребёнка и затем открытых, произнося эти звуки «сочным» распевным голосом;

- использование простых музыкальных инструментов (колокольчик, погремушки с разным звучанием, пищалки, бубен, барабан);
- использование музыкальных неваляшек, игрушечного телефона (например, поговорите с ребёнком по телефону).

Стимуляция зрительного восприятия

- приближайте и удаляйте своё лицо от лица младенца, медленно покачивайте из стороны в сторону, чтобы ребёнок проследил за вашим лицом (ласково позовите, улыбнитесь);
- при кормлении подносите грудь или соску с разных сторон — стимуляция глаз;
- подвешивайте яркие цветные игрушки, ленты, фольгу, лоскутки материи с разных сторон кровати (не перенасыщайте, меняйте каждые 2—5 дней);
- используйте музыкальные подвесные модули (например, крутящаяся карусель с подвешенными к ней игрушками, что позволит ребёнку следить глазами за движущимися предметами);
- поместите в кроватке ребёнка зеркало (небольшое), чаще подходите с ребёнком к большому зеркалу, гримасничайте, «играйте» с отражением;
- нарисуйте смешную рожицу на своём указательном пальце (можно из теннисного мячика), пусть ребёнок следит за движениями вашего пальца, то же и с игрушкой;
- фиксируйте взгляд ребёнка «глаза в глаза» (закрывать глаза, открыть — игра «ку-ку»);
- составьте альбом самых важных людей в жизни вашего ребёнка — смотрите альбом с фотографиями вместе с ребёнком;
- время от времени переносите ребёнка в другие помещения, на прогулке поместите ребёнка так, чтобы у него был широкий обзор происходящего вокруг;
- давайте ребёнку большие, лёгкие в стирке вещи (одежду), чтобы он изучал и играл с ними;
- бросайте, катайте предметы, чтобы ребёнок наблюдал траекторию их полёта;
- вырабатывайте чувство высоты (безопасности), играя с ребёнком и показывая, как можно упасть («поехали-поехали в лес за орехами — с горки бух»).

Развитие общения, речи

В период младенчества ребёнок вступает в общение с помощью мимики и экспрессивных движений. Он проявляет эмоциональную реакцию на ласковое обращение к нему знакомого взрослого, он положительно реагирует на появление близких взрослых, а также откликается на своё имя в уменьшительно-ласкательной форме. Поэтому главными задачами в этот период являются организация правильного общения с ребёнком, подготовка артикуляционного аппарата к речи, стимуляция речевой активности. Самым значимым в этот период для ребёнка является общение с взрослым, который относится к малышу с любовью и нежностью. Помимо правильной организации общения необходимо проводить простой массаж органов речи и речевых зон.

Выполняйте следующие рекомендации:

- имитируйте поведение младенца: повторяйте его звуки, выражение лица;
- используйте «детскую речь» (высокий распевный голос);
- говорите медленно, с длинными паузами;
- используйте монолог в форме диалога: обращайтесь к малышу и, хотя ответные сигналы пока отсутствуют, ведите себя так, будто они есть;
- разговаривая с ребёнком лицом к лицу, сохраняйте «особое» выражение (брови подняты, глаза широко открыты, рот приоткрыт — выражение любви, внимания, радости, готовности уловить любой отклик ребёнка);
- повторяйте за ребёнком любые вокализации, слоговые цепочки и т. п.;
- чётко произносите звуки с выделением («б-б-б», «а-па»);
- тормошите ребёнка, чаще поглаживайте, прижимайте к себе, пощипывайте губки, щёчки, называйте части тела, касаясь их губами и поглаживая;
- произносите имя ребёнка с разной интонацией и с разных сторон кроватки;
- обучайте слоговым дорожкам с чётким выделением артикуляции, движений перед лицом ребёнка («ба-ба-ба», «па-па-па», «ма-ма-ма»);
- учите узнавать предметы на вопросы «Что это? Кто это? Где находится?»

- учите находить 1—2 предмета (уже знакомых), находящихся в определённых местах — соотношение слева, справа;
- формируйте указательный жест;
- повторяйте действия взрослых и смешанные движения;
- используйте в общении с ребёнком жесты, заменяющие слова (учит обязательно взрослый): «Дай! На! Спасибо», — кивок головой, «Нет», — головой влево-вправо и т. д.);
- работайте с книгой и альбомом с фотографиями;
- развивайте выдох (дуть на кусочек ватки, бумажную бабочку, салфетки, в дудочку, задувать свечку и т. д.);
- рисование палочек, линий с обязательным комментированием («Это забор, за забором собачка живёт: «Ав-ав», на заборе петушок кричит: «Ку-ка-ре-ку», и т. д.);
- стимулируйте речевую активность в бытовых ситуациях (при одевании, кормлении, купании, приготовлении пищи — «параллельный разговор»).

Подготовка артикуляционного аппарата к активной речи, массаж

- *массаж лица перед кормлением*: поглаживание одним пальцем вокруг угла рта — движение направлено сверху вниз и огибает уголки рта; поглаживание лица от щёк ко рту, наружное поглаживание гортани сверху вниз, осторожное потирание одним пальцем дёсен и нёба от передней до задней части, поглаживание кусочком льда вокруг рта, собирание губ ребёнка в «трубочку»);
- *массаж при кормлении с ложки*: пища должна быть мягкая, ровная по консистенции, ложку с пищей нужно аккуратно положить на язык и слегка надавить его вниз и внутрь ротовой полости — обязательно соблюдать паузу, давать ребёнку время вытянуть вперёд губы и снять пищу с ложки;
- *питьё из чашки*: начинать лучше с густого питья, например с густого сока или кефира: положить край чашки малышу на нижнюю губу и влить немного жидкости в рот; если ребёнок не поймёт, что нужно закрыть рот, нажмите под подбородком вверх — рот закроется, и он рефлекторно сделает плоток);

- *развитие навыков жевания пищи* (начинать нужно с песочного печения типа «курабье»: положите небольшой кусочек за верхнюю челюсть в районе жевательных зубов, стараясь передвинуть еду в привычное место в центре языка, — малыш просто вынужден будет начать двигать языком из стороны в сторону — не забывайте класть кусочки пищи то слева, то справа).

Массаж ротовых мышц и языка ребёнка

1. От середины верхней губы к уголкам губ.
2. От середины нижней губы к уголкам губ.
3. Несколько раз нажать пружинящими движениями указательного и большого пальцев на точки в уголках рта. Затем свести губы ребёнка, имитируя их положение при произнесении звука «у» (произносит взрослый).
4. Поместить указательный палец под нижнюю губу и подбивать её вверх до смыкания с верхней губой. Произносить при этом «ба-ба-ба».
5. Смыкать губы малыша и произносить «м-м-м».
6. Обёрнутый бинтом палец поместить в рот ребёнка, расположив его с внутренней стороны щеки, и совершать вращательные движения.
7. «Перетирать» изнутри мышцы обеих щёк. Указательный палец с бинтом во рту малыша, большой палец снаружи.
8. Пальцем поднять кончик языка ребёнка к бугоркам за верхними зубами и произносить «та-та-та», «да-да-да».
9. Пальцем, обёрнутым бинтом, поглаживать язык от кончика до корня по центру.
10. Ритмичные надавливания из стороны в сторону.
11. Язык задвинуть в рот и указательным пальцем помочь малышу удерживать рот закрытым — «поза закрытого рта».

Активизация мышц лица

Упражнения

Для выполнения этих упражнений используются «рубящие» и скользящие движения ребром указательного пальца, поглаживание, похлопывание ладонями и кончиками пальцев (как по часовой стрелке, так и против).

Упражнение № 1

Потрите каждую щёчку по кругу варежкой из махровой ткани. Движение равномерные и энергичные: поглаживание лба от середины к вискам, поглаживание щёк от носа к ушам и от подбородка к ушам, разминание скуловой и щёчной мышцы.

Упражнение № 2

Похлопывание пальцами по лицу ребёнка: «Дождик мелкий — крупный», пройтись по губам.

Упражнение № 3

Похлопывание по щекам ребёнка ладонями. Основание кистей взрослого соединены под подбородком малыша, а его щёки охвачены ладонями. Хлопать энергично, но не очень сильно.

Упражнение № 4

Похлопывание указательным и средним пальцами по губам ребёнка и произношение звука «м-м-м».

Упражнение № 5

Игра «Звонок». Произносите нараспев: «Стенка, стенка...» (упражнение № 3), «Потолок...» (прикоснуться ко лбу), «Две ступеньки...» (указательным и средним пальцами похлопать по подбородку и верхней губе), «И — звонок: «Дзинь!» (нажать указательным пальцем на кончик носа малыша).

Упражнение № 6

Скользящие (бреющие) движения боковой стороной указательного пальца от висков ко рту ребёнка.

Упражнение № 7

Рубящие движения ребром указательного пальца в направлении от висков ко рту.

Лист-тест

Проверка умений ребёнка к концу первого года

1. Передвигается по поверхности любыми доступными способами.
2. Ходит у опоры, иногда отрываясь от неё.
3. Долго играет, самостоятельно сохраняя позу сидя.
4. Оживляется, «радуется» на звучание музыки.
5. Настораживается на команду «нельзя».
6. Различает близких среди остальных.
7. Самостоятельно пьёт из чашки.
8. Ест с ложки с помощью взрослого, сосёт кусочек печенья, сухарик, зажав его в кулаке.
9. Пытается рвать бумагу, тянет в стороны.
10. Учится помещать предметы в определённое место.
11. На вопрос «Где?» ищет 1—2 знакомых предмета и «приносит» взрослому.
12. По просьбе взрослого показывает на действия, совершаемое на сюжетной картинке (собачка спит, мишка на машинке), может показать это действие сам.
13. Использует в речи простые лепетные слова: ав-ав, ба-ба.
14. По подражанию, по просьбе взрослого, а потом и самостоятельно выполняет действия с бытовыми предметами.
15. Поворачивается, когда его зовут по имени.

Рекомендации по развитию ребёнка от 1 года до 3—5 лет

До года деятельность ребёнка носила только предметно-ознакомительный характер. После года ребёнок начинает ходить, увеличивается объём его перемещений в пространстве и, как следствие, расширяется его деятельность. Теперь ребёнок не только задаётся вопросом «Что это?», но и «Что делать с этим?». Деятельность ребёнка приобретает наглядно-действенный характер. Особую значимость приобретает совместная деятельность с взрослыми. Из наблюдений за действиями взрослого ребёнок узнаёт, что и как делать, пытается повторить действия, одновременно малыш волнуется и реакция взрослого на его собственные действия. В этот период ребёнок начинает обращать внимание на то, что делают другие дети. Если ребёнка привлекать к совместным играм с другими детьми, то к концу данного этапа можно развить способность самостоятельной игры со сверстниками.

При развитии наглядно-действенной деятельности родителям следует соблюдать одну и ту же последовательность:

- обязательно назвать предмет;
- дать представление его формы, цвета, вкуса, величины;
- как с этим предметом можно действовать.

Очень важно, чтобы ребёнок и смотрел, и слушал, и действовал с предметами. В процессе совместной деятельности развивается диалог взрослого и ребёнка. Взрослый сопровождает свою речь облегчёнными словами и жестами, ребёнок использует любые доступные ему сигналы.

Также родители должны помнить, что не надо превращать игру в урок. Всё должно проходить весело и непринуждённо. Обучение не сводится к проведению специальных развивающих занятий.

Гуляя в лесу или парке собирайте шишки, жёлуди, каштаны, птичьи перья и прочее. Этот материал пригодится для развития моторики, для счёта, для создания оригинальных композиций. А ваш рассказ о том, как из маленького жёлудя прорастает большой дуб или почему у клёна семена с крылышками, расширит кругозор любознательного малыша.

Развивающие игрушки не обязательно покупать в магазине. Коробки, катушки, пластиковые стаканчики и бутылки, которые являются для

взрослых бытовым мусором, для детей настоящие сокровища. Для игрушек-самоделок используйте тонкую проволоку в цветной пластиковой изоляции. Дети любят конструировать такие игрушки, потому что поделки гнутся в разные стороны.

Игры и упражнения по развитию крупной моторики

Игра «Кошечка крадётся»

Взрослый становится на четвереньки и ползает по полу, приглашая ребёнка сделать то же самое, приговаривая:

Котик по двору идёт,
Ищет мышек Васька-кот.
Тихо мышка сидит,
На кота она глядит,
На кота она глядит.

Ползание можно усложнить переползанием через диванную подушку (препятствие).

Игра «Крокодильчики»

Взрослый берёт ребёнка за ноги, поддерживая его руками под коленями. Пусть ребёнок сделает несколько шагов на руках. Если ребёнок затрудняется, поддерживайте его в области таза. Стимулируйте движения вперёд стоящей игрушкой.

Игра «Дотянись до игрушки»

Взрослый на верёвочке развешивает 2—3 игрушки на большом расстоянии друг от друга и предлагает ребёнку достать игрушку. Аналогично можно сделать, разложив игрушки на стульях, на диване.

Игра «Поздоровайся с мышкой»

Взрослый «обозначает» дорожку (лучше всего по обеим сторонам разложить подушки, чтобы ребёнок не сворачивал ни влево, ни вправо). В кон-

це дорожки положите игрушку.

Катя, Катя маленькая,
Катенька удаленька,
Пройди по дороженьке,
Топни, Катя, ноженькой!

Игра «По маленькой дорожке, по большой дороге»

Взрослый предлагает пройти ребёнку по доске («большой» — длинной, «маленькой» — короткой) и приговаривает:

По большой дороге идут наши ноги.
По маленькой дорожке идут наши ножки.

Аналогично можно провести игру, взяв клеёнку (гладкая дорожка) и специальный коврик с шипами (шершавая дорожка). Это можно заменить и специально сшитой дорожкой с разными наполнителями (гречка, поролоновые шарики и т. п.):

По ровненькой, гладенькой дорожке
Шагают наши ножки.
Раз, два, три, четыре.
По шершавой дороге
Шагают наши ноги
Раз, два, три, четыре.



Дайте ребёнку потрогать «шершавую» дорожку из разных материалов. Очень полезно играть с ребёнком в такие игры как баскетбол (забросить мячик в корзинку — ведро, таз, коробку, в специально привешенную на стенке баскетбольную корзинку).

Игры по перешагиванию (верёвочки, палки, небольшая скамеечка, ходьба через диванные подушки, валики).

Игры-упражнения на знакомство со схемой тела

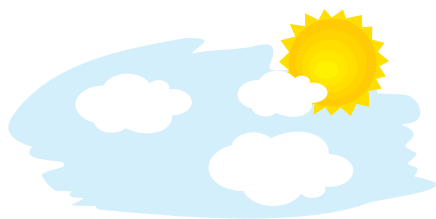
Учите ребёнка показывать части тела на себе, потом на маме, папе, кукле, на рисунке. Используйте песенки, потешки:

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.



Упражнения на различение левой и правой стороны

Имеют целью научить ребёнка различать и показывать на себе левую и правую ногу, руку, плечо и т. д.

Объясните 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.



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

- спускаться по лестнице шагом, а затем небольшими прыжками;
- стоять попеременно на левой-правой ноге;
- подпрыгивать на двух ногах, затем на левой-правой ноге;
- ходить в определённом направлении (по прямой, по кругу);
- приседать, вставать под звук бубна, затем под счёт;
- поднимать руки вверх, вытягивать вперёд, в стороны, класть на пояс;
- отставить ногу в сторону, отпустить 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.

Игры и упражнения, способствующие развитию движений рук и ручной умелости

Необходимо обратить внимание на следующие аспекты:

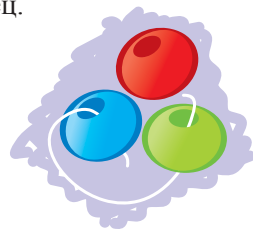
- формирование шепотного захвата;
- формирование пинцетного захвата;
- развитие стабильности запястья.

Формирование захвата происходит при возможности использовать различные по величине и форме предметы. Для развития шепотного захвата (большой, средний и указательный вместе) и пинцетного захвата (когда предмет берётся большим и указательным пальцами) ребёнку нужно иметь возможность брать в руки мелкие предметы.

Упражнения для развития ручной умелости

1. Запускать пальцами мелкие волчки.
2. Разминать пальцами пластилин, глину.
3. Катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусинки, шарики.
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 верёвке.
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 рождаются.
 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!

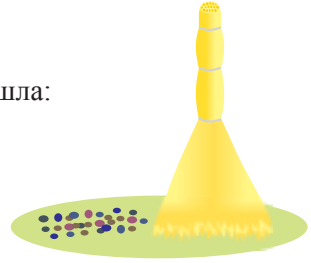


Наша-то хозяйюшка сметлива была,
Всем в избе работишку к празднику нашла:
Чашечку собачка лижет язычком,
Мышка собирает крошки под окном,
По столу котище лапою скребёт,
Половичку курочка веничком метёт.

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 пытит 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,
Мишке толстопятому, зайнке усатому,
Пёсику мохнатому, котику лохматому.
Кому в зубок, кому в лапочку.

Ай, тату, тату, тату,
Пожалуйте решета —
Мучки посеять, пирожки затеять.
А для нашей лапушки затеем оладушки,
Испечём блинка, накормить сына!

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 братцев потешать!

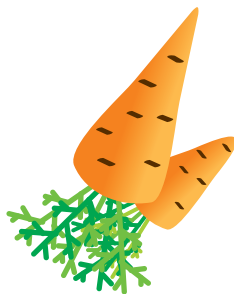
Раз, два, три, четыре, пять!
Вышли пальчики гулять!
Этот пальчик — гриб нашёл,
Этот пальчик — чистит стол,
Этот — резал, этот — ел,
Ну, а этот — всё глядел!

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.



Игра «Все захлопали в ладошки»

Взрослый берёт ручки ребёнка и хлопает в ладошки, приговаривая:

Все захлопали в ладошки
Дружно, веселее.
Застучали наши ножки
Громче, веселее

Сделать движение взрослому, либо, если ребёнок может, пусть сделает это самостоятельно.

Игра «Тихо мы в ладошки ударим, громко мы в ладошки ударим»

Взрослый берёт руки ребёнка и сначала тихо, а потом громко хлопает руками ребёнка в ладоши:

Тихо мы в ладоши ударим,
Тихо мы в ладоши ударим,
Люли-люли, ударим,
Люли-люли, ударим.

Потом также со словами «громко».

Игра «Вьюга»

Взрослый в начале кружит руками ребёнка и поёт:

Вьюга, вьюга, вьюга
Вью-у-у-у!

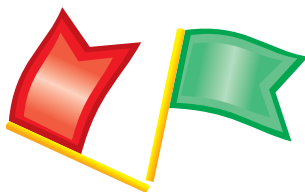
Затем сжимает руки ребёнка в кулачки, стучит друг о друга и поёт:

Колотушки колочу.
Приколачиваю, приколачиваю,
Заколачиваю!

Игра «Флажки»

У взрослого и ребёнка по флажку. Ребёнок подражает действиям взрослого, либо ребёнок с помощью взрослого производит различные движения с флажками:

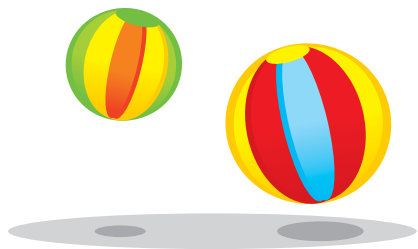
Вот я флажки качаю
Вот так, вот так!
Флажок я поднимаю
Вот так, вот так!



Затем слова «машу», «спрячем за спину», «вперёд», «опустим вниз».

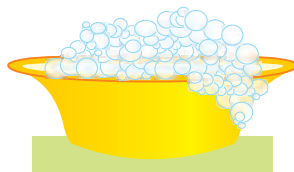
Игры с мячиками разной формы, величины, и фактуры:

Мы идём, идём, идём
С песнями, с флажками.
Мы поём, мы поём
Песенку о маме.
Мы мячик поднимаем,
Мы мячик опускаем,
Мы мячик подаём,
И кружимся кругом.



Игры с водой

Стираем, стираем, стираем мы бельё,
Стираем, стираем, стираем мы бельё.
Смотрите наши ручки,
Смотрите тут и там (*повертеть кистями рук*).
Окончена работа,
Теперь мы спляшем вам (*потопать ногами*).
Хлюп-хлюп ручками, хлюп-хлюп ручками,
Тут водичка булькает, тут водичка пенится,
Ручки насухо вытираются.
(*учим ребёнка вытираться полотенцем*).



Игра «Моем овощи и фрукты»

Для этой игры можно взять мелкие игрушки овощей и фруктов, а можно кусочки льда, специально замороженного в кубиках — это очень хорошая тактильная стимуляция.

Огурец — раз,
Яблоко — два,
Помидор — три.
Очень медленно сперва,
А потом бегом, бегом, бегом.

Если вы взяли работу с кубиками льда, то обязательно нужно рядом поставить тазик с тёплой водой. Переложив кубик льда, нужно опустить руки ребёнка в тёплую воду, затем продолжить работу.

Также **для развития стабильности запястья** хорошо использовать следующие упражнения:

- перекладывание предметов (различных по величине, фактуре) с места на место;
- открывание, закрывание коробочек;
- открывание дверей, поворот ручки;
- расстёгивание застёжек-липучек;

- катание карандашей в ладошках;
- катание между ладонями грецких орехов, специальных шариков (с шипами).

Для развития щепотного и пинцетно захватов можно давать ребёнку следующие задания:

- брать кусочек печенья, сухарик;
- зубочисткой накалывать кусочки еды;
- вытягивать ленту, кончик которой торчит из коробки;
- нанизывать предметы (например, на шарики пластилина пусть ребёнок наколет палочки, кольца — на пирамидку или верёвочку);
- рисовать руками в воздухе, крупой в коробке;
- наматывать тонкую проволоку, нитку на палец;
- игры с конструктором, мозаикой.

Для развития ручной умелости очень полезны занятия ручным трудом:

Лепка.

Прежде всего, научите ребёнка правильно работать с пластилином, удобно располагать и двигать руками, поставив локти на стол. Помогите ребёнку:

- разминать пластилин;
- раскатывать пластилин выпрямленными ладонями;
- раскатывать пластилин кругообразными движениями (делать «мяч»);
- вдавливать углубление на поверхности шара («лепёшки»);
- делить пластилин на две части, а потом их соединять («баранки»);
- отщипывать кусочки пластилина пальчиками.

Работа с бумагой:

- мять и разглаживать лист ладонью;
- разрывать его произвольно;
- отрывать от листа небольшие кусочки;
- сгибать в любом направлении.

Развитие познавательной деятельности

Дети с задержкой психофизического развития 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 переход к заданиям следующего уровня предполагается 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 приобретённых навыков, если они не востребованы, программа для ребёнка должна быть построена таким образом, чтобы задания более

высокого уровня включали в себя навыки, приобретённые при выполнении более простых заданий.

Положительная динамика возможна только при соблюдении педагогом следующих условий:

- 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.

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 — отпускай».

8. Игра «Цапли и воробушки»

Взрослый показывает ребёнку картинку с цаплей 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 поочередно показывает ребёнку музыкальные инструменты и спрашивает их название (если ребёнок говорит). Затем знакомит с их зву-

чанием 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.

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, переключивание 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 разной длины на стерж-

не. «Какую ленту быстрее сворачивать (длинную или короткую)?» Разверните ленты, наложите друг на друга и сравните 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).

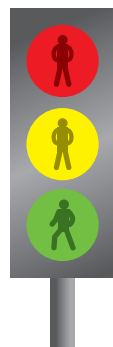
7. Игра «Светофор»

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 задания с использованием игрушек разного цвета, размера. Взрослый говорит ребёнку, что нужно сделать, например:

— Большую собаку напои водой из 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 т. д.

11. Игра «Принеси столько же»

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

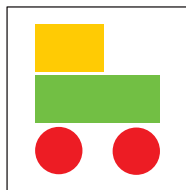
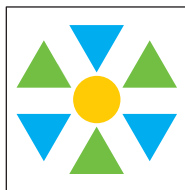
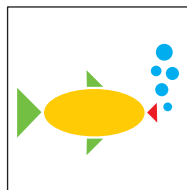
- отсчитать столько же грибков, сколько положено карандашей;
- отсчитать и принести столько кружков, сколько палочек на столе и

т. д.

Целесообразно использовать природный материал: шишки, цветы, листья и т. п.

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 матрешками 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.

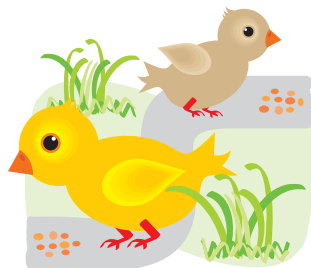


14. Игра «Птички прилетали»

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 — закрывает карточки с птичками соответствующими геометрическими формами.

15. Игра «Зайки-попрыгайки»

Взрослый раскладывает большие карты с изображением зайчиков, каждая 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.

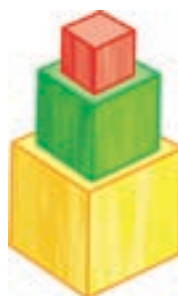
17. Игра «Осенний букет»

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 — поменьше, 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 идёт под звук бубна по кругу вместе с 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 — 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

а) «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!»

б) «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 везут.
Белые гуси вышли на луга,
Крикнули гуси: «Га-га-га!»

в) «Ёлочки и грибочки»

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

22. Игра «Огород»

а) Взрослый и ребёнок «едут на огород», взрослый даёт ребёнку задание собрать в огороде овощи по цвету.

б) 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 иль 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:
Картошка, капуста, морковка, горох,
Петрушка и свёкла.
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?»

Описание упражнений на развитие познавательной деятельности

Сортировка

Используются 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 ма-

лыша 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, что 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 вместе с малышом, потом предлагает ребёнку попробовать самому.

Выделение величины

Для этого можно использовать: стаканчики-вкладыши, матрёшек, 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.

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 у ребёнка создаёт рисунок, комментируя свои действия. Можно пойти от рисунка ребёнка. Например, ребёнок начеркал 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 вот 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.

Развитие речи, общения

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 задержкой в психофизическом развитии существуют трудности, которые обязательно должны учитываться в процессе формирования речи, и которые возможно преодолеть совместными усилиями логопеда, родителей и ребёнка.

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 лёгкие игрушки в воде, сдувание 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 пузырёк. Взрослый говорит: «Сейчас мы с тобой будем дуть в пузырёк, 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 его 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.

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 прогул-

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

6. Игра «Вьюга»

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

Игры и упражнения, развивающие навыки общения

1. «Мы друг друга понимаем»

Взрослый предлагает отвечать действиями на просьбы. Попросите малыша: «Поцелуй маму» и потянитесь щекой к его губам. Дети быстро понимают, чего от них хотят, и с удовольствием целуются. Или «Покажи какой ты большой». Сначала взрослый показывает, что нужно делать, потом поднимает ручки малыша — пусть потянется.

2. «Шустрый мячик»

Игры с мячами развивают не только двигательную сферу, но и умение общаться, договариваться.

Взрослый вместе с малышом толкает мяч, потом догоняет, объясняя: «Смотри, как здорово — мячик покатился! Ну-ка, догони его! Вот я его сейчас догоню! Ой, он опять от нас убегает!» Можно катать мяч друг другу по полу: ребёнок, сидя на полу, ловит мяч двумя руками, взрослый предлагает толкнуть мяч в свою сторону: «Твоя очередь катить мячик!»

3. «Хочу всё знать!»

Как только малыш начинает произносить отдельные слова, взрослый дополняет его высказывания, превращая их в предложения, например: «Ав

-ав!» — сообщает малыш, показывая на собаку. «Да, — отвечает взрослый, — собака побежала! Она говорит «Ав-ав!»

Комментируйте все действия: «Сейчас мы умоемся, потом переоденемся, а после этого пойдём спать!»

Играйте в звукоподражание: «Что говорит кошка?», «Как бибикает машина?» и так далее.



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

Этапы формирования у детей навыков самообслуживания

<i>Возраст</i>	<i>Приём пищи</i>	<i>Одевание, раздевание</i>	<i>Гигиена тела, навыки туалета</i>
12—18 мес.	Самостоятельно ест любую пищу, пьёт из чашки, которую держит двумя руками. С 12 месяцев учится самостоятельно есть густую пищу. Пользуется салфеткой при помощи взрослого.	Снимает носки и ботинки, учится снимать колготки. Надевает шапку. Помогает одевать и раздевать себя соответствующими движениями рук и ног.	Обращает внимание на грязные руки. С помощью взрослого моет и вытирает руки. Реагирует на мокрые штанишки. Когда хочет в туалет, даёт знать об этом взрослому, проявляя беспокойство.
18—24 мес.	Держит чашку одной рукой. Пьёт из чашки, не проливая содержимого. Ест ложкой, ничего не роняя. Пользуется салфеткой, если попросить вытереть рот.	Снимает расстёгнутые штанишки, куртку, пальто. К двум годам частично надевает на себя одежду с небольшой помощью взрослого.	С небольшой помощью взрослого моет руки, вытирает их полотенцем. Контролирует свой стул, снимает штанишки, когда садится на горшок. В течение дня регулярно остаётся сухим. Чистит по подражанию зубы.
24—36 мес.	Совершенствует навыки приёма пищи. Ест неразмолотую пищу. Сам аккуратно ест ложкой и вилкой. Пьёт жидкость через соломинку. Самостоятельно пользуется салфеткой, говорит «Спасибо».	Надевает штанишки, носки, ботинки. Снимает рубашку, футболку, платье. Расстёгивает молнию, крупные пуговицы. Аккуратно, в определённом порядке складывает одежду на стул. Вешает пальто.	Самостоятельно моет руки с мылом и вытирает полотенцем. При напоминании вытирает нос. Показывает жестом или сообщает словом, что хочет в туалет, снимает, надевает штанишки. Помогает мыть себя в ванне: трёт тело губкой или рукавичкой, моет руки, ноги.

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 напряжённости 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 выполнение действий продолжает требовать к себе внимания и зрительного контроля. При закреплении навыка наблюдается чёткость, 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 отрицательных эмоций.

✓ 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 глаз, 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, объединяющихся 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 у ребёнка 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 неправильными. Для того чтобы ребёнок приобрёл необходимые навыки самообслуживания, его нужно специально обучать, учитывая сенсорные и моторные трудности.

Прежде всего, показ приёмов 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 его проанализировать. В процессе выполнения того или иного действия внимание ребёнка останавливается на элементах анализа. Например, ребёнок учится мыть руки: сначала ему показывается, как надо мыть ладони, затем 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 — и соотнести 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, потом намылить их и, наконец, смыть мыло. Помимо этого, ребёнок должен увидеть, а затем усвоить порядок действий при самом намыливании руки: увидеть, что мыло кладётся на ладони, растирается в ладонях, а затем, после того как сам кусок будет положен на место, намыливаются определёнными движениями тыльные стороны рук. Не менее сложным является и вытирание рук полотенцем. Дети, как правило, почти не держат полотенце. Они прикладывают к нему руки либо ладошками, либо тыльной стороной, либо кулачками, как бы «примакивают» их. У ребёнка обязательно 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 обнаруживаются во время приёма 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 расплёскивается. Твёрдой пищи захватывается много, но при этом дети помогают себе второй рукой (попросту накладывают на неё 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, поэтому необходимо приучать ребёнка садиться к столу опрятным, причёсанным, обязательно с чистыми руками. За столом ребёнок должен сидеть правильно, хорошо владеть ложкой и вилок. Малыш должны привыкнуть есть опрятно, не торопясь, хорошо пережёвывать пищу; не крошить и не ронять хлеб, брать его с тарелки руками, но не мять взятый кусочек; не брать пищу руками. У 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 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 и помогать ему. Таким образом, действие формируется как совместное, а позднее ребёнок сможет выполнять его 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 приходят 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 задержкой в психофизическом развитии 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 напряжённости при реализации этих действий.

Необходимо приучить малыша складывать вещи 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 определённом 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 совершенствуется.

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 значи-

тельных усилий со стороны родителей. Однако, в семье идут, как правило, по линии наименьшего сопротивления: родители сами одевают, раздевают, кормят ребёнка. Хотя, 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, развивается внимание и память, необходимые для прослушивания и самостоятельного повторения произведения. Ребёнок повторяет за взрослым отдельные слова, и здесь ещё рано говорить о понимании им содержания всего произведения и даже отдельных слов. Это понимание придёт 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 организывает его поведение.

Умывание

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

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

Тёпую 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 днём,
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 подошёл,
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 достаёт платок)*
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 неё смотреть приятно.
Если мальчик аккуратный, будет он всегда опрятный.

Рекомендации по воспитанию навыков самообслуживания

Учимся одеваться

Покажите ребёнку какой-либо из предметов одежды, говорите ему при одевании: «Смотри, какие красивые голубые носочки». Побудите ребёнка к тому, чтобы он тоже принимал участие в одевании, и во время этого говорите: «Держи ножку повыше, чтобы можно было подтянуть носочек». При этом улыбайтесь и шутите с ним. Сделайте так, чтобы одевание стало для вас весёлым делом!

Мы идём гулять!

Надеваем пальто, куртку

Надевание верхней одежды и координация движений при этом чрезвычайно затруднительны для ребёнка. В качестве образца наденьте на ребёнка пальто или куртку и застегните её почти до конца, но не высоко. Затем попросите ребёнка: «Надень куртку». Ребёнок должен обеими руками взять пальто за воротник передом к себе, набросит пальто на плечи, и застегнуть его спереди. Если у него это получается, постепенно прекращайте помогать ему при засовывании левой руки в рукав.

В качестве следующего шага побудите ребёнка самостоятельно искать левый рукав и просовывать свой левый кулак внутрь рукава, крепко держа в кулаке край рукава джемпера или рубашки, чтобы он не завернулся.

Если ребёнок овладел этим шагом, тренируйте с ним надевание пальто, держа его левой рукой от воротника до плеч так, чтобы правая рука могла, будучи свободной, проходить в рукав. В заключении тренируйте с ним начало этой цепочки, где вы постепенно прекращаете помогать ребёнку при поддержке пальто за воротник и при засовывании правой руки в правый рукав.

Различаем понятия «левый» и «правый»

Понятия «левый» и «правый» могут быть освоены ребёнком только в конкретной ситуации, после долгих упражнений и тренировок. В результате

ребёнок сможет стать более самостоятельным при надевании вещей, обуви.

При обувании ребёнок должен научиться различать левый и правый ботинок. Пометьте левый и правый ботинок, например, разными цветными нитками, или яркими небольшими аппликациями, которые ребёнок легко найдёт. Объясните ребёнку, что мишка будет на левой ножке, а зайка на правой. Делайте на этом акцент каждый раз, как будете собираться на улицу. Упражнять ребёнка необходимо до тех пор, пока он не научится правильно определять разницу в понятиях «левый» и «правый».

Надеваем носки и обувь

Ребёнок должен научиться проявлять больше самостоятельности при одевании, особенно сноровку при обувании.

Малышу легче научиться надевать носки после того, как он научится снимать их. Наденьте ребёнку один носок, но только до щиколотки, и затем скажите ему: «Надень носок!». Подведите руки ребёнка к краю носка — большие пальцы внутри, остальные снаружи и затем заставьте его подтянуть носок повыше. На втором этапе натяните носки только на пальцы. Ребёнок должен учиться натягивать носки до пяток. На третьем этапе ребёнок должен научиться попадать пальцами ноги в носок, при поддержке со стороны. Наконец, ребёнок должен научиться держать носки, направляя их так, чтобы мыски носков были впереди.

Ребёнок быстрее научится обуваться, если это делать в правильной последовательности.

Сначала ребёнок должен научиться вставлять полностью стопы в обувь. На следующем этапе ребёнок учится большими пальцами обеих рук держать открытыми края обуви. Наконец, ребёнок должен полностью обуться и затянуть шнурки.

Различение понятий «спереди» и «сзади»

Понятия «спереди» и «сзади» могут быть освоены ребёнком только в конкретной ситуации, после долгих упражнений и тренировок. В результате ребёнок сможет стать более самостоятельным при одевании.

В одежде ребёнок должен научиться различать переднюю и заднюю части. Если на предмете одежды есть этикетка на обратной стороне, как у большинства купленных вещей, объясните это ребёнку. Пометьте обратную сторону одежды цветными нитками, которые ребёнок легко найдёт. Вечером, перед отходом ко сну, положите одежду в правильном положении, что бы на следующее утро ребёнок мог бы, по возможности, самостоятельно одеться.

Упражнять ребёнка необходимо каждый раз, когда он будет одеваться, пока не научится правильно определять разницу в понятиях «спереди» и «сзади».

Как застёгивается пуговица?

У ребёнка должны совершенствоваться моторные навыки застёгивания одежды на пуговицы, он должен понять смысл застёгивания. Сначала покажите ребёнку пуговицу, дайте её в руку. Поговорите с ребёнком о качествах этой пуговицы, какая она круглая, гладкая, черная или белая. Далее покажите ребёнку материал и предложите нащупать петлю для пуговицы. Продемонстрируйте, как пуговица подходит к петле; объясните ребёнку, что он должен внимательно смотреть. После нескольких демонстраций предложите ребёнку самостоятельно попытаться вставить пуговицу в петлю. Ребёнок должен держать пуговицу между указательным и большим пальцами.левой рукой он держит материал рядом с петлей для пуговицы и растягивает её. Наконец, он должен попытаться вставить пуговицу. Если он вставил пуговицу наполовину, можно отпустить материал и левой рукой полностью вставить пуговицу. Обязательно помогайте ему при этом. Навык в застёгивании закрепляется тогда, когда ребёнок застёгивает пуговицы на своей одежде.

Завязывание шнурков

Ребёнка следует постепенно подготавливать к сложному действию — такому, как 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, затруднительным для подражания.

Проводите упражнения с различными разноцветными шнурками, прикреплёнными к плотному картону или фанере.

Самостоятельно кушаем, никого не слушаем

Здесь речь пойдёт о совершенствовании полученных ранее навыков еды. Если ребёнок уже может обращаться с ложкой и вилкой, то добивайтесь аккуратности во время еды, при этом стремитесь к тому, чтобы ребёнок не ронял пищу и капли жидкости. Возьмите пищу, которую легко можно есть с помощью ложки (суп, мюсли), покажите ребёнку, что набирать в ложку необходимо умеренное количество пищи и подносить ложку ко рту плавными движениями. Возьмите пищу, которую легко можно есть с помощью вилки (кусочки колбасы, картофеля), покажите ребёнку, что накалывать на вилку нужно аккуратно, необходимое количество пищи и подносить вилку ко рту также плавными движениями; пищу есть не торопясь, хорошо и тщательно пережёвывая.

Если ребёнок знает, как надо обращаться со столовыми приборами, то это ежедневное упражнение поможет ему совершенствоваться в этом умении.

Учимся 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, медленно объясняя, что вы делаете. Дайте ребёнку нож (он должен быть тупой и с длинной рукояткой), объясните, как его правильно держат, и предложите намазать кусок хлеба. Если ребёнку это не удаётся, то возьмите его руку 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.

Как научиться чисто-чисто чистить зубки

Откройте вместе с ребёнком краны, чтобы установить желаемую температуру воды. Возьмите свою зубную щётку, смочите её под струей воды и побудите ребёнка сделать то же 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. Покажите ребёнку, как выдавливают пасту и как закрывают отверстие тюбика. Держите его руки и проведите эту процедуру вместе с ним. Ведите его руку с зубной щёткой ко рту, откройте рот и попросите ребёнка сделать то же самое. Пусть он наблюдает в зеркале то, что 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 то же самое с его стаканчиком. Затем покажите ему, как берут воду в рот, полощут, а затем сплёвывают. Покажите ребёнку, что у него весь рот перемазан пастой и предложите ему умыться, помыть лицо. Помогите ребёнку завинтить колпачок тюбика с

зубной пастой, сполоснуть щётку 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.



Список литературы

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. Теленчи В.И., Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет. Москва. Просвещение, 1987 г.
6. Зезбеева В.А. Организация режимных процессов в ДООУ. Москва. ТЦ «Сфера», 2006 г.
7. Кинаш Е.А. Игры и упражнения по формированию культурно-гигиенических навыков, самообслуживания у глубоко умственно отсталых детей, 2002 г.
8. Русакова Е.В. Режим дня в детском саду и организация жизни детей. Москва. Просвещение, 1964 г.
9. Жиянова П.Л. Малыш с синдромом Дауна. Книга для родителей. Москва, 2007 г. Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»
10. Галанова Т.В. Развивающие игры с малышами до трёх лет. Пособие для родителей и педагогов. Ярославль. «Академия развития», 1998г .
11. Малер А.Ф. Помощь детям с недостатками в развитии. Книга для родителей. Москва, 2006 г.

Заметки