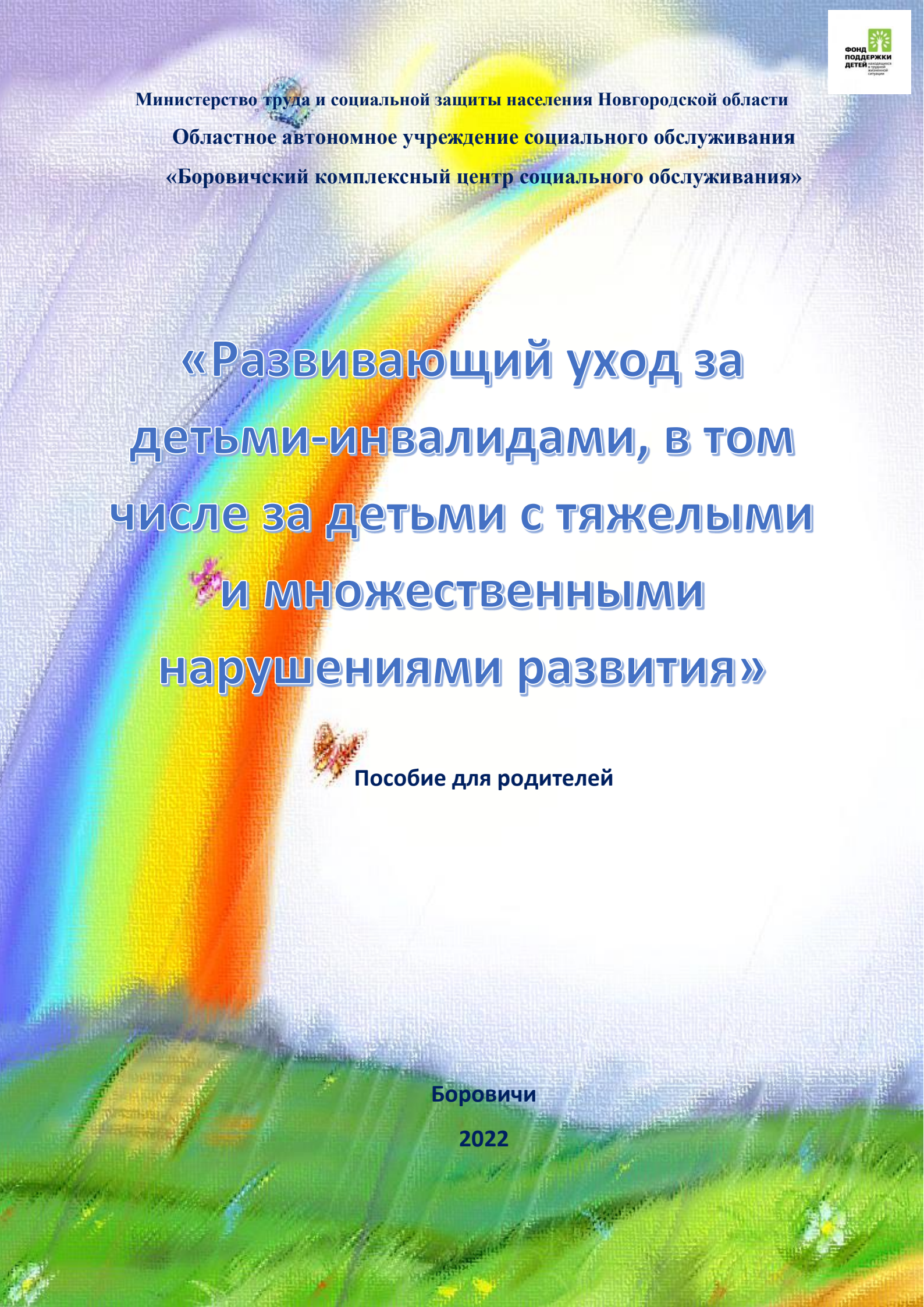


Министерство труда и социальной защиты населения Новгородской области
Областное автономное учреждение социального обслуживания
«Боровичский комплексный центр социального обслуживания»



**«Развивающий уход за
детьми-инвалидами, в том
числе за детьми с тяжелыми
и множественными
нарушениями развития»**

Пособие для родителей

Боровичи

2022

Пособие разработано в рамках проекта «Мы вместе», поддержанного финансово Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации

Составители:

Волкова А.Ф.- заместитель директора

Васильева Ю.С.- педагог-психолог отделения реабилитации несовершеннолетних с ограниченными физическими и умственными возможностями здоровья (в условиях полустационарного социального обслуживания)

Мишенкова Т.В.- медицинская сестра по массажу отделения реабилитации несовершеннолетних с ограниченными физическими и умственными возможностями здоровья (в условиях полустационарного социального обслуживания)

Иванова Т.Е. – специалист по социальной работе отделения социального обслуживания на дому «Домашний микрореабилитационный центр»

Васюкова. В.Н. – педагог-психолог отделения социального обслуживания на дому «Домашний микрореабилитационный центр»

Смирнова С.А. – учитель-логопед отделения социального обслуживания на дому «Домашний микрореабилитационный центр»

Уважаемые родители!

Чтение данного пособия и выполнение изложенных в нём рекомендаций позволит Вам приобрести опыт взаимодействия со своим ребёнком, направленный на его развитие. Предложенные игры и упражнения помогут Вашему ребёнку освоить новые умения и навыки, а ежедневное повторение позволит сформировать и закрепить их. Важно, что в этом Вы являетесь его главными помощниками и общение ребенка с Вами носит позитивный характер. В процессе игры у Вашего ребёнка будет расти чувство доверия к Вам и к окружающему миру.

Изложенные методические рекомендации позволят улучшить организацию ухода за детьми с инвалидностью, в том числе за детьми с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Эффективные методы и приемы коррекционно-развивающей работы помогут в решении проблем развития своего ребенка.

Удачи Вам в Ваших начинаниях!



Рекомендации для родителей по организации ухода и развития детей-инвалидов, в том числе детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития

Предлагаем универсальный «рецепт дня», который, безусловно, будет разным и уникальным в каждой семье. Это, прежде всего, зависит от возможностей и уровня развития ребенка.

Совет №1. Рекомендуем придерживаться режима дня.

Будет здорово, если режим дня будет представлен в виде картинок или наглядного алгоритма. Замечательно, если планирование дня Вы будете проводить вместе с ребёнком, комментировать каждый этап сегодняшнего расписания, позволять ребёнку самому выбирать любимые занятия

Совет № 2. Начинаем день с утренней гимнастики!

Лучше всего начинать день с утренней гимнастики, которая включает упражнения для головы, рук, плечевого пояса и туловища. Это наклоны, повороты, круговые движения, одновременный подъём рук и ног из положения лёжа на спине. Если двигательные возможности ребёнка ограничены, можно сделать совместную пассивную гимнастику и массаж.

Гимнастика будет занимательной, если выполнять её с эмоциональным проговариванием стихов, потешек, прибауток. Игры с элементами массажа и пассивной гимнастики для всего тела ребёнка очень важны, ведь чем больше мы к ребёнку прикасаемся, тем больше позволяем ему ощущать себя. Здесь же можно провести пальчиковую гимнастику или массаж кистей рук.

Совет № 3. Формируем навыки гигиены. Следующим этапом в режиме дня является гигиена. У вас есть возможность спокойно, планомерно и без спешки формировать и закреплять у ребёнка навыки самообслуживания.

Очень важно в этот период научить ребёнка регулярно и качественно мыть руки мылом.

После чистки зубов целесообразно провести артикуляционную гимнастику перед зеркалом. Это могут быть элементарные упражнения: надувать щёки, растягивать губы в улыбку и вытягивать в трубочку, открывать рот, доставать язычок, выполнять языком движения.

Совет № 4. Ребёнок - помощник в хозяйственно-бытовых делах. Наибольшее внимание следует уделить формированию и закреплению в домашних условиях социально-бытовых действий. Пусть на этот период ребёнок станет Вашим первым помощником по дому!

Чтобы облегчить процесс усвоения ребёнком действий при выполнении бытового дела, разбивайте комплексные умения на отдельные шаги, маленькие операции. Ставьте перед ребёнком конкретную задачу. Для лучшего усвоения ребёнком последовательности действий целесообразно использовать картинные планы.

Совет № 5. Любое дело с пользой и радостью!

После завтрака наступает время занятий. Для детей младшего школьного возраста можно организовать развивающие игры с использованием подручных средств: крупы, пуговиц, пластиковых баночек, солёного теста. Здесь можно придумать массу игр по пересыпанию, сортировке, поиску в крупе маленьких игрушек или предметов по описанию, выкладыванию последовательностей, составлению узоров, игра «Дай такой же», игры с прищепками и другие. Конечно, нужно использовать доступные виды деятельности для ребёнка, помогать ему в случае затруднений, выполняя действия способом рука-в-руке.

Если в доме есть настольные игры, типа лото, «ходилки-бродилки», можно воспользоваться ими. Полезными будут игры на соблюдение очерёдности хода, выполнении действий по очереди. Очень важно учить ребёнка доводить начатое дело до конца: раскрасить картинку полностью, убрать игрушки в коробку после игры.)

Более старшим детям полезным занятием в первой половине дня могут стать хозяйственно-бытовые дела. Если ребёнок уже умеет выполнять простые действия, можно перейти к формированию более сложных умений по хозяйству, например, мытьё посуды, стирка и глажение белья, уход за комнатными растениями.

Совет № 6. Активность и движение. Конечно, и детям и родителям очень хочется выйти на улицу погулять, но, если нельзя и есть рекомендации ограничить контакты, то как быть? Альтернативой прогулки могут стать активности и подвижные игры в домашних условиях. Конечно, проводить их следует в хорошо проветренной комнате.

Ребенок, который может сохранять равновесие и передвигаться, ни в коем случае не должен все время играть сидя. Для игр можно использовать материалы, которые, наверняка, найдутся в каждом доме. Запускать бумажные самолётики, метать в цель (таз,

например) комочки, сжатые из газеты. Будет здорово, если эти комочки ребёнок сделает сам с вашей помощью. Можно перешагивать или перепрыгивать через верёвочку, растянутую на полу, проползать лабиринты из диванных подушек. Чтобы переключить и взбодрить ребёнка можно даже просто потанцевать вместе с ним.

Совет № 7. Отдых и дневной сон. После обеда ребёнку, да и маме, нужен отдых и дневной сон. Если ребёнок уже взрослый, во время отдыха он может полистать детский журнал, послушать расслабляющую музыку, посмотреть фильм.

Совет № 8. Совместная деятельность. Главное спланировать день так, чтобы ребёнок был в нём максимально занят и в совместной деятельности с родителями осваивал новые действия, необходимые для социальной жизни. Вечернее время лучше посвятить спокойным играм, отдыху и гигиеническим процедурам.

Пожалуйста, поощряйте любую инициативу своих детей, хвалите не только за проявление самостоятельности и за качественный результат, но и за попытку действия! Это очень важно!

Игры и упражнения для развития общей моторики

Начинаем день с утренней гимнастики:

Упражнения для головы, рук и плечевого пояса (для детей с двигательными нарушениями)

1. Приподнимание головы, из положения лежа на спине.
2. Наклоны головы в левую и правую стороны, а затем вперед и назад.
3. Движения головой по кругу.
4. Плавные движения руками вперед, вверх, в стороны.
5. Перемещение предметов из одной руки в другую перед грудью, над головой, за спиной.
6. Соединение рук перед грудью и за спиной.
7. Поднимание и опускание плеч.
8. Выполнение движений плечами и руками по кругу.

Упражнения для туловища

1. Повороты туловища в левую и правую стороны.
2. Наклоны вперед.
3. В положении лежа выполнение поворотов туловища в стороны (можно за перемещающейся игрушкой).
4. Лежа на спине, одновременный подъем и опускание обеих ног.
5. Движение ногами аналогично езде на велосипеде.
6. Лежа на спине одновременно поднимать и опускать обе руки.
7. Лежа на спине, одновременно поднимать руки и ноги.
8. Лежа на спине, выполнять перекрестные движения руками и ногами.

Гимнастика будет занимательной, если выполнять её с проговариваем стихов!

МЕДВЕЖАТА

Медвежата в чаще жили.
Головой своей крутили
Вот так, вот так, (круговые движения головой)
Головой своей крутили.

Медвежата мед искали
Дружно дерево качали (поднять руки вверх и делать
Вот так, вот так, наклоны вправо и влево)
Дружно дерево качали.
А потом они ходили (ходьба по медвежьи)
И из речки воду пили
Вот так, вот так,
И из речки воду пили, (наклоны туловища вперед)
А потом они плясали (пружинка с поворотом туловища влево и вправо)
Лапы выше поднимали (прыжки, хлопая руками вверху)
Вот так, вот так,
Лапы выше поднимали!
(Ребёнок переступает с ноги на ногу, вертит головой).



ИНДЮК

Ходит по двору индюк (*шаги на месте*)
Среди уток и подруг.
Вдруг увидел он грача, (*остановиться, удивленно посмотреть вниз*)
Рассердился сгоряча.
Сгоряча затопал, (*потопать ногами*)
Крыльями захопал, (*руками, словно крыльям, похлопать себя по бокам*)
Весь раздулся, словно шар (*руки на поясе*)
Или медный самовар, (*сцепить округленные руки перед грудью*)
Затряс бородою. (*помотать головой, приговаривая «бала – бала – бала»*)

ЧАСЫ

Тик-так, тик-так,
В доме кто умеет так?
Это маятник в часах,
Отбивает каждый такт, (*Наклоны влево-вправо*)
А в часах сидит кукушка,
У неё своя избушка. (*Ребёнок приседает*)
Прокукует птичка время,
Снова спрячется за дверью, (*Приседания*)
Стрелки движутся по кругу.
Не касаются друг друга. (*Вращение туловищем вправо*)
Повернёмся мы с тобой
Против стрелки часовой. (*Вращение туловищем влево*)
А часы идут, идут, (*Ходьба на месте*)
Иногда вдруг отстают. (*Замедление темпа ходьбы*)
А бывает, что спешат,
Словно убежать хотят! (*Бег на месте*)
Если их не заведут,
То они совсем встают. (*Ребёнок останавливается*)

Если двигательные возможности ребёнка ограничены, можно сделать совместную пассивную гимнастику и массаж.

Игры с элементами массажа и пассивной гимнастики для всего тела ребенка очень важны, ведь чем больше мы к ребенку прикасаемся, тем больше позволяем ему ощущать себя. Массаж можно сопровождать эмоциональным проговариванием детских потешек, прибауток, стихов или включать песни, например, Екатерины Железновой («Давай вставай», «Массаж», «Пальчики на ногах» и др.), возмещающая таким образом физическое и музыкальное развитие ребенка.

МАССАЖ

С помощью массажа можно расслабить ребёнка и простимулировать ослабленные группы мышц. Противопоказаниями являются повышенная температура, высыпания на коже, обострение хронического заболевания, негативное настроение ребенка.

В массаже используются следующие движения: поглаживание, пощипывание, вибрация, катание, потряхивание и растирание. Не бойтесь прикасаться к ребёнку, движения должны быть уверенными, но мягкими.

Массаж нужно делать ежедневно, через 40 минут после еды или за 25-30 минут до еды. Одного сеанса в день вполне достаточно. Продолжительность массажа может быть от 5 до 20 минут.

Поглаживание.

Поглаживание подготавливает кожу ребёнка к массажу, улучшает кровообращение, расслабляет мышцы и успокаивает. Поглаживание производится ладонью, плавными движениями по направлению лимфотока к ближайшим лимфоузлам.

Растирание.

Растирание снижает повышенный тонус, улучшает кровообращение и питание мышц, успокаивает нервную систему, а также разогревает мышцы и сухожилия. Растирание производят по часовой стрелке, тремя пальцами или всей ладонью, движения должны быть более интенсивными, чем при поглаживании.

Разминание.

Разминания похоже на растирание, но его воздействие более глубокое. Прием осуществляется тремя пальцами руки (средним, безымянным и указательным) круговыми и поступательными движениями.

Вибрации.

Вибрации обладают легким тонизирующим действием, обладают обезболивающим и спазмолитическим действием, улучшают обмен веществ в организме малыша. Выполняется пальцами или ладонью, движения должны быть достаточно интенсивными, но ни в коем случае не травмирующими.

1. *Выполните несколько непрерывных поглаживающих движений. Поглаживайте поверхность кожи, не смещая ее (6-8 раз).*

2. *Задействуйте большую мышечную группу. Двумя руками возьмите мышцу, переваливая ее из одной руки в другую.*

3. *На крупных мышцах спины, бедер и ягодиц выполните растирание (опираясь на большой палец). На спине или бедрах прием можно производить основанием ладони или тыльной стороной фаланг согнутых пальцев.*

4. *Слегка поколотите и пощипывайте мышцы ног, рук и плеч.*

5. *Выполните катание на мышцах конечностей. Лежащую на опоре ногу или руку прижмите и плавно перемещайте от себя и к себе.*

6. *Разомните все крупные мышцы спины, живота, рук, ног (в том числе бедра, ягодицы и голеностопный сустав).*

ПАССИВНЫЙ МАССАЖ (массирующие движения выполняются взрослым)

1. Солнышко

Прямолинейное поглаживание тыльной и ладонной поверхности кисти руки подушечками пальцев – это «лучи солнца».

Солнышко лучами гладит нас, ласкает.

Солнце, как и мама лишь одно бывает.

2. Сорока белобока

Спиралевидное поглаживание тыльной и ладонной поверхности кисти руки подушечками пальцев.

Сорока – сорока, где была? Далеко.

Дрова рубила, печку топилла, воду носила.

Кашку варила, деток кормила.



3. Метели

Зиззагообразное поглаживание.

Свистели метели, летели снега

Стелила постели большая пурга.

И было метелям совсем не до сна.

Мы утром взглянули на сад – сугробы в саду как подушки летят.

4. Улитка

Щипцеобразное разминание края ладони.

Толстушка – ползушка, дом завитушка. Ползи по дорожке,

Ползи по ладошке. Ползи, не спеши - рога покажи.

5. Паук

Пиление (продольное и поперечное) ладони пальцами.

Диво дивное – паук. 8 ног и 8 рук.

Если надо наутек, выручают 8 ног.

Сеть сплести за кругом круг, выручают 8 рук.

6. Пила

Пиление (продольное и поперечное) ладони ребром ладони.

Принялась она за дело. Завизжала и запела.

Ела, ела, дуб, дуб, поломала зуб, зуб.

Игры и упражнения для развития мелкой моторики

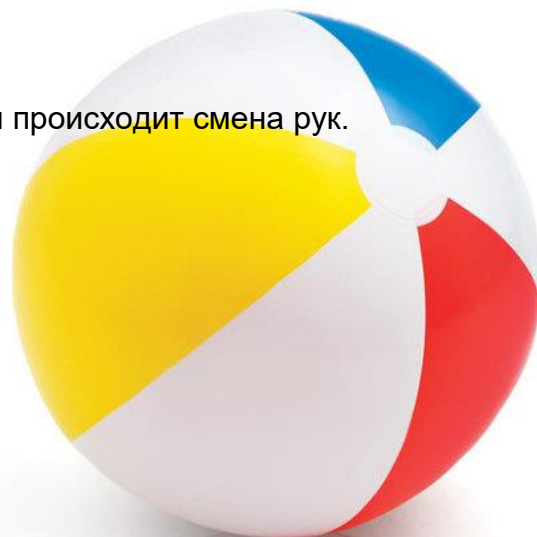
ГИМНАСТИКА

1. Сжать пальцы в кулак и сделать круговые движения кистью влево, затем вправо. 4 - 5 раз.
2. С силой сжимать и разжимать пальцы. 5 - 6 раз.
3. Выпрямить пальцы, большой палец отвести в сторону и проделать им круговые движения сначала влево, затем вправо. 4 - 6 раз.
4. Выпрямить пальцы, одновременно сгибать и разгибать две первые фаланги. 5 - 6 раз.
5. Развести прямые пальцы, последовательно, веерообразным движением, начиная с мизинца, согнуть все пальцы в кулак. Затем, начиная с большого пальца, вернуться в исходное положение. 3 - 4 раза.
6. Сжать пальцы в кулак. Попробовать разгибать и сгибать отдельно каждый палец. Стремиться к тому, чтобы другие оставались собранными в кулак. Упражнения выполняются сидя, поставив локти на стол. Постепенно довести количество повторений до 10 - 15 раз. Закончив гимнастику, следует потрясти расслабленными кистями и сделать массаж.

ЗВЕРИ

Массаж подушечек пальцев. После пятой строчки происходит смена рук.

Дети любят всех зверей: (большой палец)
Птиц, и ящериц, и змей, (указательный палец)
Пеликанов, журавлей, (средний палец)
Бегемотов, соболей, (безымянный палец)
Голубей и глухарей, (мизинец)



И клестов, и снегирей, *(большой палец)*
Любят горного козла, *(указательный палец)*
Обезьянку и осла, *(средний палец)*
Дикобраза и ежа, *(безымянный палец)*
Черепашу и ужа. *(мизинец)*

ЩЕЛЧКИ

Ладонь прижата к столу, пальцы разведены. Другая рука поднимает пальцы по одному (лежащая рука с силой прижимается, сопротивляясь подъему). Затем палец отпускают, и он со стуком резко падает на стол. На каждую строку поднимают один палец. После 5 строчки – смена рук.

Поднял ушки бурундук. Он в лесу услышал звук:
- Это что за громкий стук, тук, да тук, тук да тук?
- А пойдем, - сказал барсук, сам увидишь этот трюк:
Это дятел сел на сук, и без крыльев, и без рук
Ищет он, где спрятан жук, вот и слышен перестук!

МЯЧИК

Массаж пальцев и кистей рук с помощью массажного шарика.

Я мячом круги катаю,
(катаем мячик между ладонями круговыми движениями)
Взад вперед его гоняю,
(гоняем мячик между ладонями по столу)
Им поглажу я ладошку,
(гладим одну ладошку мячиком)
Будто бы сметаю крошку,
(гладим другую ладошку мячиком)
И помну его немножко,
(сжимаем мячик одной рукой)
Как сжимает лапу кошка.
(меняем и сжимаем мячик другой рукой)

ДРУЖБА

Дружат в нашем классе девочки и мальчики.
(Пальцы рук соединяются ритмично в замок).
Мы с тобой подружим маленькие пальчики.
(Ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук).
Раз, два, три, четыре, пять.
(Поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинцев).
Начинай считать опять.
Раз, два, три, четыре, пять.
Мы закончили считать.
(Руки вниз, встряхнуть кисти).

ПРОГУЛКА

(Ребёнок ритмично, поочередно, передвигает по поверхности стола от себя к его противоположному краю пальцы обеих рук).
Пошли пальчики гулять,



(пальцы сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу).

А вторые - догонять,

(ритмичные движения по столу указательных пальцев).

Третьи пальчики - бегом,

(движение средних пальцев в быстром темпе).

А четвертые - пешком.

(медленное движение безымянных пальцев по поверхности стола).

Пятый пальчик поскакал

(ритмичное касание поверхности стола мизинцами).

И в конце пути упал.

(стук кулаками по поверхности стола)

Лечебная физкультура для детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития.

Дети с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) – это дети с особыми потребностями, жизнь которых наполнена большим количеством ограничений. Они затрудняются самостоятельно свободно передвигаться, удовлетворять личные потребности, воспринимать и перерабатывать информацию, приобретать опыт деятельности, подражать социальному поведению, инициировать и поддерживать социальное взаимодействие. Как правило, мало подвижны.

Ограничение или полное отсутствие движений является причиной нарушений физиологического воздействия организма с внешней средой и влечёт за собой временные функциональные нарушения или глубокие патологические изменения (снижение силы и тонуса мышц, насыщения крови кислородом, снижение иммунитета).

Поэтому следует верить не только в силу лекарств, операций и новых методов диагностики, но и в необходимость и важность лечебной гимнастики. Для детей с ТМНР физические упражнения -это профилактика развития вторичных осложнений с одной стороны, с другой – оптимальная двигательная активность ребенка. Каждый ребенок должен быть активным!!! Ежедневное выполнение упражнений лечебной гимнастики даёт силы бороться с недугом и жить дальше. Комплексы упражнений можно выполнять находясь в различном физическом состоянии. Главное помнить – занятия должны быть регулярными и умеренными.



Предлагаем Вам комплекс специальных упражнений для детей с ТМНР

- **Обведение контура тела массажным мячиком.**



- **Поглаживание различных частей тела с их названием.**



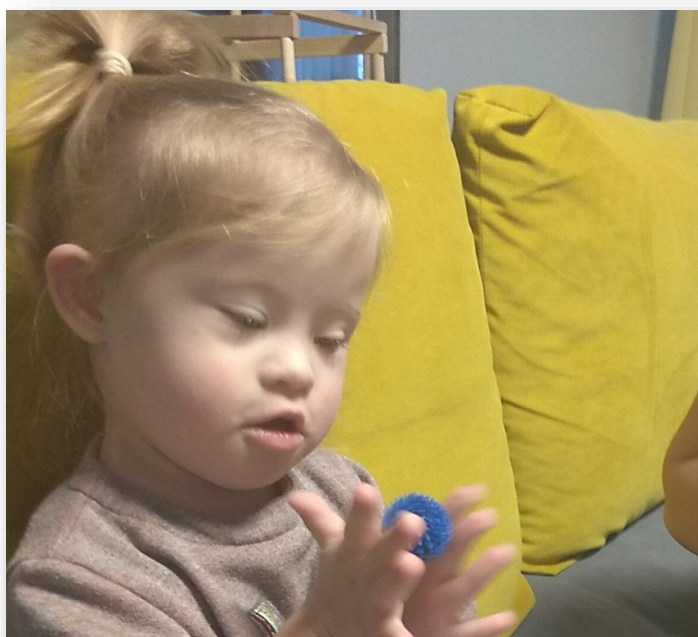
- **Постукивание, похлопывание различных частей тела ребёнка, в том числе и его руками.**



- **Ощупывание тела ребёнка его руками.**



- **Контакт с игрушками различных температур.**



- **Вкладывание в руку контрастных предметов различной формы, веса, фактуры.**



- **Манипулирование предметами одной или двумя руками.**



- **Толкание предметов руками, ногами ребёнка.**



- **Удержание вибрирующих игрушек.**



- **Выполнение пассивных движений различными частями тела ребёнка.**



- **Ползание, передвижение по мягкой, шершавой, бугристой, теплой поверхности.**



- **Покачивание на большом мяче.**



Упражнения с крупой

Прячем ручки

Оборудование и материалы: миска, крупа (гречка, рис или пшено)

Возьмите большую миску, высыпьте в нее крупу - гречку, рис или пшено, опустите в нее руки и пошевелите пальцами. Можно играть в прятки с ручками: «Где мои ручки? Спрятались. Давай и твои ручки спрячем?!». Можно потереть ладошкой о ладошку: «Так приятно!».



Пересыпаем крупу

Оборудование и материалы: разные крупы (рис, горох, манка), миска, стакан.

Пересыпайте крупу при помощи стакана, ложки, совочка, а может даже ладошек из одной ёмкости в другую. Пересыпайте над миской крупу из руки в руку. Используйте разные крупы – рис, горох, манка... Обратите внимание, что звук от каждой крупы свой, уникальный: от гороха - звонкий, от риса – приглушенный, от манки – практически беззвучное шуршание.



Дождик

Оборудование и материалы: крупа, 2 тарелки.

Пересыпайте крупу из одной тарелки в другую. В процессе покажите ребенку, что можно поднимать тарелку выше и ниже. Послушайте, как она шумит. Поиграйте в игру «Дождик»: пусть ребенок наберет в горсть крупу, поднимет ручку и высыпает крупу, имитируя то, как капает дождик. Для нее лучше взять фасоль или горох, чтобы легче было убирать.



Выкладывание фигурок

Оборудование и материалы: фасоль, пинцет.

Из фасоли, например, можно делать дорожки – короткую и длинную, выкладывать различные рисунки – геометрические фигуры, буквы, домики и т.д. Дайте ребенку пинцет и предложите ему захватывать им фасолины. Эта игра развивает усидчивость, и, естественно, моторику.



Детский ресторан

Оборудование и материалы: ложки, черпачки, миски, тарелки, стаканы, формочки для льда, кукла.

Вам понадобится крупа и разнообразные ложечки, черпачки, мисочки, тарелочки и стаканчики. Отлично подойдет набор детской посуды, а также подставка для яиц и формочки для льда. Разложить все эти сокровища перед ребенком и произнести ключевую фразу: «Давай готовить обед для куклы» (ребенок будет пересыпать крупу пальчиками и ложкой в различные емкости – это отлично развивает мелкую моторику рук).



Найди в крупе

Оборудование и материалы: крупа, мелкие предметы, например, фигурки животных из киндер-сюрприза.

У этой игры есть несколько вариаций. Можно просто спрятать предметы в крупе и попросить ребенка их найти. Если Вы изучаете какую-то тему с ребенком, можно усложнить задание. Например, если вы закрепляете названия домашних животных, то в крупе можно прятать маленькие фигурки собаки, коровы, лошади и др. Попросите ребенка найти животное и назвать его.



Упражнения с пуговицами

Пуговичное ожерелье

Оборудование и материалы: нитка или веревка, пуговицы разной формы, размера и цвета.

Возьмите толстую прочную нитку (лучше веревку). Ребенок должен надеть на нее много пуговиц, различающихся по форме, размеру и цвету (каждую пуговку надеть на веревку при помощи иглы только в одно отверстие). Крепко завяжите нитку. Ожерелье готово.



Разноцветные пуговицы

Оборудование и материалы: пуговицы разной формы, цвета и размера.

Взрослый предлагает ребенку:

- разобрать пуговицы по цветам: жёлтые, синие, зелёные; по форме и т. д.;
- положить красную пуговицу, затем – жёлтую, зелёную, синюю (составляем цепочки);
- рассортировать пуговицы по размеру на 2 баночки: большие – маленькие;
- сгрести в кучу, пересыпать из руки в руку, насыпать в стакан и погременуть, как погремушка; - взять одну пуговицу – много пуговиц, положить пуговицу далеко – близко, вверх – вниз.



Упражнения с соленым тестом

Отщипываем и приклеиваем

Оборудование и материалы:
кусочек соленого теста.

Очень полезно научиться отщипывать маленькие кусочки теста от большого куска.

Просто покажите, как вы это делаете, ребенок непременно попытается повторить.

Уже позже эти маленькие кусочки можно учиться приклеивать на лист бумаги. Можно обыграть процесс - взять цветной картон и приклеивать на него "мух", "звезды", "снег", "корм птицам" - все, что подскажет вам фантазия.



Упражнения с прищепками

№1 «Рыбалка»

Оборудование и материалы: игрушечная удочка, тазик с водой, прищепки, магнит

Сделайте удочку - к палочке привяжите шнурок с магнитом на конце, или купите игрушечную удочку. Налейте в тазик воду, бросьте в нее прищепки и ловите их магнитом.



№ 2 «Солнышко»

Оборудование и материалы: солнышко из картона, прищепки.

Вырежьте из картона солнышко, предложите ребенку надеть "Лучики".

(тучкам- дождик, утенку- крылья)



№ 3 «Сушилка»

Оборудование и материалы: веревка, кукольная одежда, прищепки.

Натяните веревку (в коробке, между ножками стола или стула), пусть ребенок повесит кукольную одежду, платочки, закрепит их прищепками



№ 4 «Ловкие пальчики»

Оборудование и материалы: прищепки.

Надо прикреплять прищепки на одежду взрослого, стараясь сделать это, как можно быстрее.



Упражнения с пособиями с использованием крышек пластиковых бутылок

№ 1 «Коробка крышками»

Оборудование и материалы: пластиковые бутылки с пластмассовыми крышками.

Пусть ребенок упражняется откручивать и закручивать крышки на бутылках. Для этого можно воспользоваться непосредственно пластиковыми бутылками.



№ 2 «Крышки по размеру»

Оборудование и материалы: пластмассовые крышки разных размеров и цветов.

Разложить крышки сначала по размеру, затем по цвету.



Как организовать место для игр?

Семьи живут в различных бытовых условиях. Имеют разные материальные возможности. Но тем не менее, желательно, постараться по максимуму создать такую обстановку, в которой бы ребёнок более активно и быстрее познавал окружающий мир во всём его взаимодействии.

У него должно быть своё пространство, оборудованное с учётом психофизических особенностей и возможностей. Для ребёнка очень важно, как организована среда, которая его окружает, насколько доступна его пониманию, восприятию, удовлетворяет его потребности, как часто трансформируется и не мало важно – безопасна.

Главное, надо помнить, что игровой уголок – личное пространство, которым он владеет полностью, для его самореализации.

Как сделать развивающие занятия наиболее эффективными

Многие родители, занимаясь с ребенком, допускают ряд ошибок, которые могут привести к затруднениям в проведении занятий и освоении новых навыков и знаний. Ниже описаны ошибки, которые, возможно, препятствуют Вам и вашему ребенку достигнуть тех результатов, которых Вы так ждете.

«Не правильно!» Не эффективно

Например, ребенок сортирует фигуры по форме и цвету, он берет зеленый кубик и кладет его к красным. Какой будет Ваша реакция?

Что говорят родители: «Нет!», «Не правильно!», «Не сюда!».

К чему это приводит: ребенок теряется, прекращает деятельность, сам не ищет правильного решения, а ждет его от взрослого, не формируется самостоятельность мышления и критичность к своей деятельности.

Что можно сделать: взять зеленый кубик, поднести его к другим зеленым и сказать: «Этот кубик зеленый, положим его к этим кубикам, они зеленые», взять красные кубики: «Это красные». Дать ребенку зеленый кубик, который вы держали в руках: «Куда его положить?» - если ребенок теряется – показать правильное направление (другой зеленый кубик). Если, например, ребенок складывает разрезную картинку и 2 детали лежат верно, а 2 – нет, можно сказать: «вот эти две ты положил правильно», затем просто отодвинуть от них 2 неправильно лежащие и сказать: «Подумай, как их можно положить».

Давайте обратную связь: «ты положил зеленый кубик к красным, куда его нужно положить?»

Можно спросить ребенка: «Ты правильно сделал?», «Подумай хорошенько, правильно ли ты положил эту деталь».

Что в результате: 1) обращайтесь внимание на то, что сделано верно; 2) избегайте критических замечаний: если Вы их делаете, то ребенку может быть тяжело понять сложную конструкцию: «это неправильно, правильно вот это»; 3) вместо осуждения, говорите, что нужно сделать и показывайте ребенку правильный способ решения задачи («Нужно сделать вот так»).

«Правильнее сделать так!»

Ребенок не может справиться с заданием: разложить по размеру фигурки, определить последовательность событий на картинках, самостоятельно одеться и т.п.

Что делают родители: родитель может потерять терпение или захотеть помочь ребенку и в результате делает всё за него.

К чему это приводит: ребенок не приобретает необходимый навык, не учится самостоятельности, начинает манипулировать взрослыми, побуждая их делать всё за него.

Что можно сделать: дайте только минимальную подсказку (например: если ребенок не может определить последовательность событий, обсудите с ним каждую картинку по отдельности, при помощи вопросов («что случилось со снеговиком?», «почему он растаял?») обратите внимание ребенка на те детали картинок, которые помогут ему верно сделать задание. Если вы показываете способ действия, то объясняйте, что вы делаете, а потом обязательно дайте ему выполнить задание самостоятельно (например, вы показали как сложить мозаику, конструкцию из кубиков – разберите или дайте ему такой же материал и попросите ребенка сделать как вы).

Что в результате: меняем подход «вот как надо было сделать» на «делай как я», либо вовсе ограничиваемся небольшими подсказками и наводящими вопросами - ребенок будет учиться думать самостоятельно, не будет нуждаться в постоянной помощи взрослого.

Молчаливое присутствие.

Ребенок играет в развивающие игры, выполняет задание.

Что делают родители: сидит рядом и тихо наблюдает, включаясь в работу только, если у ребенка что-то не получается.

К чему это приводит: занятие становится менее эффективным.

Что можно сделать:

1. Описание деятельности является мощным фактором, способствующим ее закреплению, обеспечивает развитие речевой экспрессии, обогащению словарного запаса («ты кладешь игрушки на стол», «это красный кубик», «ты рисуешь круг»). Комментируйте то, что делает ребенок: не упускайте возможности повторить цвета, формы, пространственные отношения (вверху, внизу, спереди, сзади), понятия большой-маленький, домашние-дикие животные и их голоса, фрукты-овощи и т.п.

2. Отражение - это более развернутое повторение того, что ребенок только что произнес (ребенок: «упало», родитель: «да, башня упала и кубики рассыпались»; ребенок: «синий», родитель: «да, это синий кубик»). Отражения учат ребенка понимать и принимать то, что он говорит, способствуют развитию его речи.

3. Похвала может быть связана или не связана с обозначением конкретных действий (молодец!, здорово!, ты - хорошая девочка, ты – хороший мальчик, посадил дядю в машину, как удобно ты устроился за столом!). Дети часто радуются тому, что у них получилось сложное задание – эмоционально поддержите ребенка («ура! у тебя получилось!», «молодец, справился с таким сложным заданием!»).

4. Постарайтесь сделать занятия с ребенком систематическими, чтобы он привыкал к постоянству.

5. Дозируйте занятия по времени, исходя из самочувствия ребенка, начинайте с нескольких минут, постепенно увеличивайте время

6. Помните, что важно соблюдать принципы корректности, внимательности, доступности информации в общении с детьми

7. Не стремитесь выполнять за ребенка задания, дайте ему время и возможность самостоятельно действовать в игре и при выполнении задания

8. Применяйте наглядный пример

9. Говорите четко, доступно, используйте понятные ребенку фразы и слова

10. Постарайтесь быть эмоциональными и заинтересованными, так как дети чувствуют настрой родителей

11. Чередуйте режим занятий и отдыха при обучении ребенка дома.

Релаксационные упражнения

Порой нужно успокоить ребенка, дать ему возможность отдохнуть, скорректировать гиперактивное поведение. В этом Вам помогут релаксационные упражнения.

Релаксационное упражнение «Волшебный сон»

Родитель обращается к ребенку: «Мы немножечко устали, давай отдохнем. Представь, что ты находишься в лесу на цветочной поляне, вокруг летают красивые бабочки, такие же, каких мы сегодня делали, поют птички, ярко светит солнышко. Располагайся по удобнее и слушай мой голос».

(звучат звуки природы)

Реснички опускаются

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем *(2 раза)*

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко,

Напряженье улетело

И расслаблено все тело *(2 раза)*

Будто мы лежим на травке,

На зеленой мягкой травке.

Греет солнышко сейчас

Ноги теплые у нас

Жарче солнышко сейчас

Тело теплое у нас

Дышится легко, ровно, глубоко

(длительная пауза)

Мы спокойно отдыхали

Сном волшебным засыпали

Хорошо нам отдыхать

Но пора уже вставать.

Реснички поднимаются

Глазки открываются.

Релаксационное упражнение «Тихое озеро».

Ляг в удобное положение. Вытянись и расслабься. Теперь закрой глаза и слушай меня. Представь себе чудесное солнечное утро. Ты находишься возле тихого, прекрасного озера. Слышно лишь твое дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставляет чувствовать себя все лучше и лучше. Ты чувствуешь, как солнечные лучи согревают тебя. Ты слышишь щебет птиц и стрекотанье кузнечика. Ты абсолютно спокоен. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Ты ощущаешь всем телом тепло солнца. Ты спокоен и неподвижен, как это тихое утро. Приятная истома охватывает тебя, ты чувствуешь себя спокойным и счастливым, тебе лень шевелиться. Каждая клеточка твоего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Ты отдыхаешь...

Релаксационное упражнение «На полянке»

Представь себе лесную полянку, на которой растет мягкая травка-муравка. Ты лежишь на ней, как на перине. Вокруг все спокойно и тихо, ты дышишь ровно и легко. Над тобой склоняется полевой цветок, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков, Ты чувствуешь, как нежные лучики солнца гладят твой лоб, щеки, дотрагиваются до рук, гладят все твое тело... *(пауза - поглаживание ребенка)*. Лучики гладят... *(имя)*,

ласкают... . Тебе хорошо, приятно... А теперь потянись и на счет «три» открой глаза. Ты чудесно отдохнул.

Релаксационное упражнение «Воздушный шарик»

Представь себе, что ты – воздушный шарик, очень красивый и весёлый. Тебя надувают, и ты становишься всё легче и легче. Все твое тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушный шарик поднимается всё выше и выше. Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает шарик ... (пауза – поглаживание ребенка). Обдувает шарик ..., ласкает шарик ... Тебе легко, спокойно. Ты летишь туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Ты снова в этой комнате. Потянись и на счёт «три» открой глаза. Улыбнись своему шарик.

Релаксационное упражнение «Облака»

Представь себе тёплый летний вечер. Ты лежишь на траве и смотришь на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, тебе тепло и уютно. С каждым вдохом и выдохом ты начинаешь медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Твои ручки лёгкие, лёгкие, твои ножки лёгкие, все твое тело становится лёгким, как облачко. Вот ты подплываешь к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот ты уже лежишь на этом облаке, чувствуешь, как оно нежно гладит тебя, это пушистое и нежное облако ... (пауза – поглаживание ребенка). Гладит ..., поглаживает ... Тебе хорошо и приятно. Ты расслаблен и спокоен. Но вот облачко опустило тебя на полянку. Улыбнись своему облачку. Потянись и на счёт «три» открой глаза. Ты хорошо отдохнул на облачке.

Упражнение на релаксацию с сосредоточением на дыхании “Задуй свечу”.

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дую на свечу, при этом длительно произносить звук “у”.



Артикуляционная гимнастика. Играем дома.

Для чего нужна артикуляционная гимнастика? Звуки речи образуются в результате сложного комплекса движений артикуляционных органов. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата. Таким образом, произношение звуков речи - это сложный двигательный навык. Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляционно-мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно.

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических. Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объём и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую для произнесения того или иного звука. Цель артикуляционной гимнастики – выработка полноценных движений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков и объединение простых движений в сложные артикуляционные уклады. Необходимо вырабатывать следующие качества у детей: точность, чистоту, плавность, силу, темп, переключаемость движений. Постановка звуков – искусственный процесс, с физиологической точки зрения – это создание нового речевого рефлекса. Работу по автоматизации звука следует рассматривать как торможение старых стереотипов и выработку новых. Эта работа трудна для детской нервной системы, поэтому необходимо соблюдать следующие принципы: - постепенность - доступность - систематичность

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

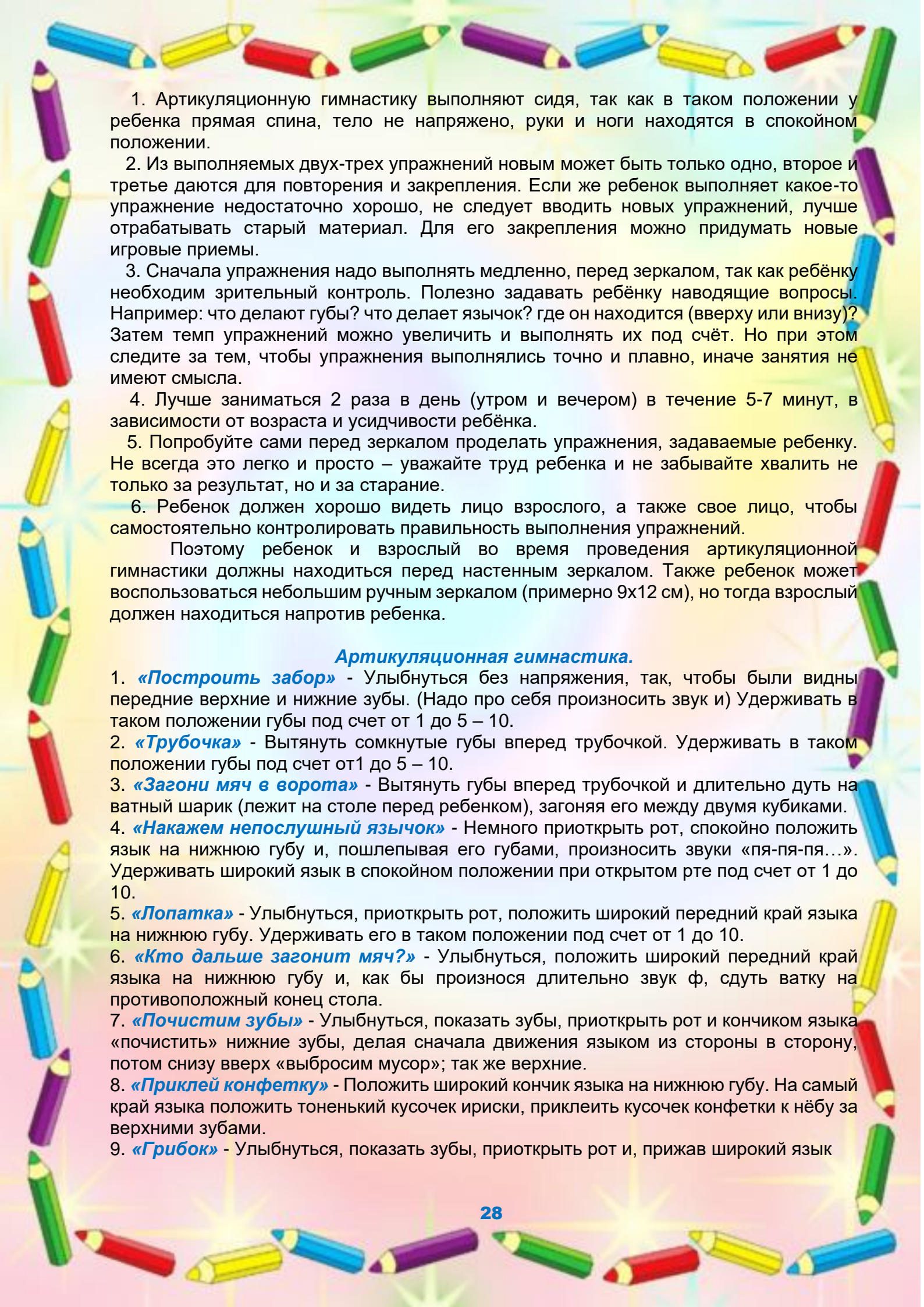
1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.

2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.

3. Очень часто ребенок не может произнести звук из-за слабых мышц губ, щек и языка. Тогда нужны укрепляющие упражнения.

4. Некоторые дети не могут быстро перейти с одного звука на другой. Для них тоже есть специальные упражнения на переключения.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики.



1. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

2. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

3. Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу)? Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.

4. Лучше заниматься 2 раза в день (утром и вечером) в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка.

5. Попробуйте сами перед зеркалом проделать упражнения, задаваемые ребенку. Не всегда это легко и просто – уважайте труд ребенка и не забывайте хвалить не только за результат, но и за старание.

6. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений.

Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка.

Артикуляционная гимнастика.

1. **«Построить забор»** - Улыбнуться без напряжения, так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. (Надо про себя произносить звук и) Удерживать в таком положении губы под счет от 1 до 5 – 10.

2. **«Трубочка»** - Вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении губы под счет от 1 до 5 – 10.

3. **«Загони мяч в ворота»** - Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребенком), загоняя его между двумя кубиками.

4. **«Накажем непослушный язычок»** - Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки «пя-пя-пя...». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 10.


5. **«Лопатка»** - Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от 1 до 10.

6. **«Кто дальше загонит мяч?»** - Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук ф, сдуть ватку на противоположный конец стола.

7. **«Почистим зубы»** - Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх «выбросим мусор»; так же верхние.

8. **«Приклей конфетку»** - Положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфетки к нёбу за верхними зубами.

9. **«Грибок»** - Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык



всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. (Язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная связка - его ножку.)

10. **«Вкусное варенье»** - Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение сверху вниз, но не из стороны в сторону.

11. **«Гармошка»** - Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к нёбу и, не опуская язык, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошка, так растягивается подъязычная уздечка). Губы находятся в положении улыбки. При повторении упражнения надо стараться открывать рот шире и все дольше удерживать язык в верхнем положении.

12. **«Фокус»** - Улыбнуться, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

13. **«Пароход гудит»** - Приоткрыть рот и длительно произносить звук ы (как гудит пароход).

14. **«Индюк»** - Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы – как бы поглаживая её. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл(как индюк болбочет).

15. **«Качели»** - Улыбнуться, показать зубы, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5. Потом поднять широкий язык на верхнюю губу и удерживать под счет до 5. Так поочередно менять положение языка 4-6 раз.

16. **«Лошадка»** - Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).

17. **«Маляр»** - Улыбнуться, открыть рот и «погладить» кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед-назад.

18. **«Барабанщик»** - Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук д: д-д-д. Сначала звук д произносить медленно, постепенно убыстрять темп.

Полезная литература и источники информации

1. Ахтямова Ю.А., Липес Ю.В. "Развивающий уход за детьми с тяжелыми и множественными нарушениями развития" (<http://kcsoborovichi.ru/node/1649>)

2. Брызгунов И. П., Касатикова Е. В. «Непоседливый ребёнок, или всё о гиперактивных детях» (http://kcsoborovichi.ru/sites/default/files/neposedlivyy_rebenok.pdf)

3. Визель Т.Г. Аномалии речевого развития. (В помощь родителям)

4. Заширинская Оксана Владимировна, Анисимова Татьяна Игоревна, Сурушкина Светлана Юрьевна. Нарушения поведения и развития у детей. Книга для хороших родителей и специалистов.

5. Михаэль Брамбринг «Ребенок с врожденной слепотой в семье: ранняя помощь и развитие в первые годы жизни» (http://kcsoborovichi.ru/sites/default/files/mihael_brambring.pdf)

6. Нонна Кицмаришвилли «С самого начала. Простая история непростого ребенка»

7. Сайт «Всероссийское общество инвалидов» <http://www.voi.ru>

На сайте освещается деятельность Всероссийского общества инвалидов. Целями ВОИ являются защита прав и интересов инвалидов, обеспечение инвалидам равных с другими гражданами возможностей участия во всех сферах жизни общества, интеграция инвалидов в общество.

8. Сайт «Особое детство». Проект Региональной благотворительной общественной организации «Центр лечебной педагогики» <http://www.osoboedetstvo.ru>

Сайт предназначен для родителей, воспитывающих детей с нарушениями развития. Он имеет множество различных рубрик, в том числе: правовая защита детей с особенностями в развитии, подкреплённая законодательными актами.

9. Библиотека сайта «Особое детство» <http://www.osoboedetstvo.ru/library>



Последовательность мытья рук








Последовательность действий в туалете



Последовательность чистки зубов



Последовательность мытья лица

 <p>ОТКРОЙ КРАН</p> <p>1</p>	 <p>НАБЕРИ ВОДЫ</p> <p>2</p>	 <p>ПРОТРИ ЛИЦО</p> <p>3</p>
 <p>ЗАКРОЙ КРАН</p> <p>4</p>	 <p>ВЫТРИ ЛИЦО</p> <p>5</p>	



Материал для игр с прищепками





