

# Социальный марафон “Дорогами добра”



**«Досуг дома –  
это весело!»**

Автономная некоммерческая организация  
"Центр социальных инноваций "Вместе!"  
Город Череповец  
Тел 89315101615, e-mail:vmesteFPDZ@mail.ru  
<https://vk.com/public179289388>

Информация подготовлена в рамках реализации проекта  
“Социальный марафон “Мы - родители!”



при поддержке  
Правительства  
Вологодской области

**ПРОЕКТ**  
**«Социальный марафон**  
**«Дорогами добра»**  
направлен на оказание  
информационной  
и консультативной  
помощи родителям,  
воспитывающим  
детей с ОВЗ  
или инвалидностью,  
проживающих  
в муниципальных районах  
Вологодской области,  
а также предусматривает  
обучение специалистов  
работающих с данной  
категорией семей,  
по вопросам оказания  
консультационной  
поддержки  
и распространения  
информационно-  
методических  
материалов проекта.

*Красочные открытки с пошаговой  
инструкцией, играми и заданиями  
дадут Вам возможность организовать  
увлекательный творческий досуг  
не выходя из дома. Подробные  
пояснения с визуальными подсказками  
помогут Вам организовать  
среду для развития ребенка дома.*

*В пособии использованы  
авторские материалы  
педагога дополнительного образования  
Смирновой Александры Николаевны  
и учителя-дефектолога  
Мельниковой Ольги Николаевны.*

АНО "ЦСИ "Вместе!"  
оказывает помощь  
людям, имеющим  
ограничения  
жизнедеятельности.  
Для Вас на основе  
диагностического  
обследования наши  
специалисты разработают  
и проведут комплекс  
реабилитационных  
мероприятий  
в соответствии  
с Вашими пожеланиями.

## Открытка «Бабочка»

По авторским материалам педагога дополнительного образования  
Смирновой Александры Николаевны.

Подготовим детали:

- основа для открытки прямоугольной формы произвольного размера;
- два прямоугольника, равные по размеру половине основы;
- три бабочки разного размера, разрежем их пополам;
- два прямоугольника на створки открытки;
- ленточки 2 штуки, 2 кусочка пушистой проволоки или любой другой.



**1 шаг.** Сгибаем основу открытки из картона пополам.



**6 шаг.** Второй большой прямоугольник из бумаги приклеиваем внутрь открытки.



**2 шаг.** Разгибаем основу открытки из картона.



**7 шаг.** Два маленьких прямоугольника из бумаги приклеиваем на стороны открытки.



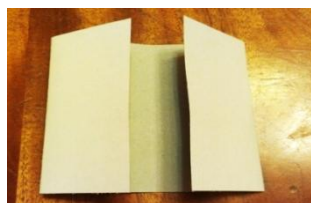
**3 шаг.** Разгибаем основу открытки из картона.



**8 шаг.** Приклеиваем по одной ленточке на каждую сторону открытки (по центру).



**4 шаг.** Сгибаем к центру одну и вторую часть открытки.



**9 шаг.** Приклеиваем крылья самой большой бабочки на обе половинки открытки.



**5 шаг.** Приклеиваем большой прямоугольник из бумаги на заднюю часть открытки.



**10 шаг.** Сверху на большие крылья приклеиваем крылья средней бабочки.



<p><b>11 шаг.</b> Самые маленькие крылья бабочки приклеиваем только наполовину.</p>		<p><b>12 шаг.</b> Приклеиваем усики бабочки, кончики закручиваем.</p>	
<p>Должно получиться так</p>		<p><b>13 шаг.</b> Украшаем открытку внутри.</p>	
<p><b>11 шаг.</b> Берем два кусочка пушистой проволоки.</p>		<p><b>14 шаг.</b> Украшаем крылья бабочек.</p>	

Надеемся, что бабочка получилась такая же яркая, как ваше настроение.  
Предлагаем поиграть, найди двух одинаковых бабочек.



## Дары осени

### Открытка «Баночка с вареньем»

По авторским материалам педагога дополнительного образования  
Смирновой Александры Николаевны.

**1 шаг** Вырезаем из бумаги детали:

- баночку,
- два прямоугольника по размеру банки без крышки,
- один прямоугольник поменьше,
- «шапочку» на крышку,
- одну цветную деталь, повторяющую форму баночки,
- «стекло» банки делаем из прозрачного материала.



**2 шаг** Приклеиваем на баночку разные картинки (овощи, фрукты, ягоды).  
Наполняем баночку.



**3 шаг.** Берем пленку, чтобы сделать баночку стеклянной. Наносим клей на края банки, приклеиваем прозрачную деталь.



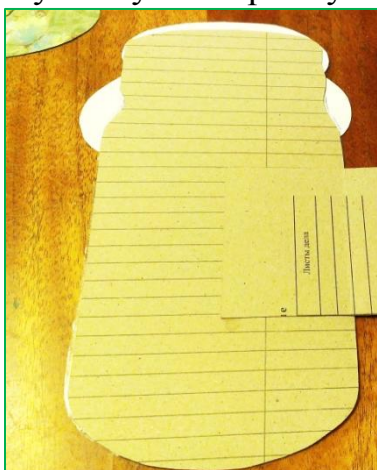
**4 шаг.** Сверху на крышку банки приклеиваем «шапочку».



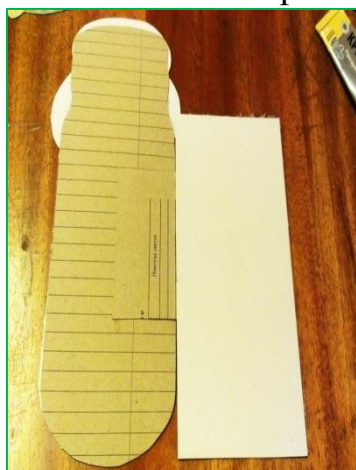
**5 шаг.** Берем прямоугольник, складываем пополам.



**6 шаг** Переворачиваем банку, приклеиваем к ней посередине половинку согнутого прямоугольника.



**7 шаг.** На вторую половину согнутого прямоугольника приклеиваем большой прямоугольник белой стороной к себе.



**8 шаг** Приклеиваем на обратную сторону банки цветную деталь.



**9 шаг.** Закрываем открытку и приклеиваем прямоугольник из бумаги на заднюю часть открытки.



**10 шаг.** Завязываем на шапочке банки ленточку. Все готово!  
Приятного «чаепития»!



## Открытка с зонтиком для солнечного настроения

По авторским материалам педагога дополнительного образования  
Смирновой Александры Николаевны

Подготовим детали:

Основа открытки( картон) – 1 шт.

Основа открытки ( картон) -1 шт.

Декор ( бумага в размер основы) – 1 шт.

Зонтик ( квадратики из бумаги) – 5 шт.

2 зубочистки и кусок плотной проволоки, нитки, маленькая палочка, бантик.

**1 шаг.** Склеиваем основу (картон) и декоративную бумагу, ее цвет вам подскажет настроение.



**2 шаг.** Сгибаем и склеиваем квадраты из бумаги для зонтиков в кулечки.



**3 шаг.** Делаем 5 таких кулечков – из них мы будем складывать зонтик.



**4 шаг.** Приклеиваем кулечки на открытку в форме раскрытого зонтика.



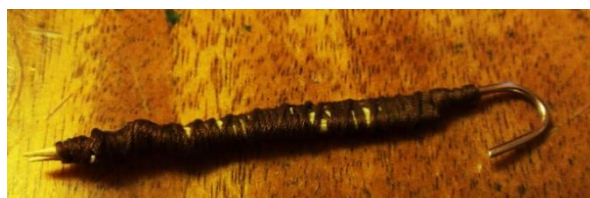
**5 шаг.** Склеиваем две зубочистки для ручки зонтика и берем проволоку.



**6 шаг.** Закручиваем проволоку вокруг зубочисток, конец загибаем дугой.



**7 шаг.** Обматываем нитками ручку зонтика.



**8 шаг.** Приклеиваем ручку зонтика по центру – напротив третьего кулечка.



**9 шаг.** На конец зонтика приклеиваем палочку, бантик.





## Сладости для радости Кекс из бумаги на магните

По авторским материалам педагога дополнительного образования  
Смирновой Александры Николаевны

Необходимые материалы: маленькие кусочки фетра, цветной бумаги, гофрированной бумаги, ленточка, бисер или бусины, клей, магнитная полоска.

**1 шаг .** Подготовим детали:

- 2 разноцветные заготовки для кекса, назовем их детали «Кекс»;
- основу для кекса из гофрированной бумаги по формату кекса, назовем ее «Корзинка для кекса»;
- деталь «Крем» вырезаем из бумаги по формату верхней части кекса;
- глазурь вырежем из фетра свободной формы.



**3 шаг.** Склеиваем детали «Кекс».



**4 шаг.** Приклеиваем корзинку из гофрированной бумаги снизу.



**5 шаг.** Приклеиваем деталь «Крем» сверху кекса.



**6 шаг.** Приклеиваем деталь «Глазурь» на деталь «Крем».



**7 шаг.** Приклеиваем с обратной стороны магнитную полосу.



**8 шаг.** Приклеиваем «посыпку» бисер и продолжаем украшать, можно добавить ленточку с бантиком.



Таким кексом можно украсить свой холодильник, а можно подарить его своим друзьям и знакомым! Радуйась, творите!

Приношу я людям радость,  
Нежность им дарю и сладость.

Собираешься пить чай?

Так со мной гостей встречай!

Хоть я и родня пирожных,

Но испечь меня не сложно.

Полчаса и – Рекс! Фекс! Пекс! –

Из духовки вышел кекс.



## *Такие разные деревья мы предлагаем Вам создать!*

Развиваем мелкую моторику рук и творческое воображение.

### «Разноцветная палитра» (дерево из тыквенных семечек)

Шаги изготовления Вы видите на фото, чтобы дерево получилось разноцветным, нужна предварительная работа. Вам необходимо прокрасить семечки красками и дать просохнуть, выбранная цветовая гамма зависит от Вашей фантазии.



Немного устали – отдыхаем! Берем в руки осенний листочек и играем.

#### *Упражнение для глаз*

Жёлтый - красный

Красный – жёлтый

Разный красный.

Жёлтый разный.

Это ветер листья носит.

Звонкий ветер.

Это осень...

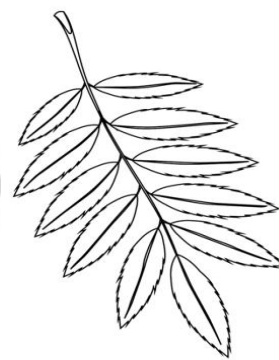
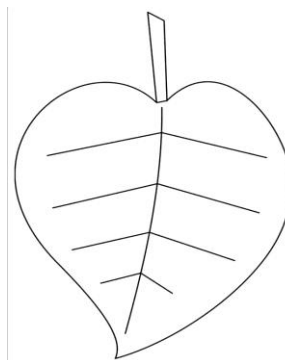
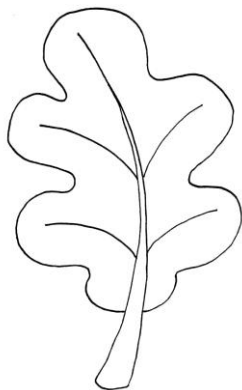
-прослеживание глазами за движением листочка  
вверх – вниз, вправо – влево 6-8 раз.

- движение глазами по кругу в одну и другую  
стороны 4-6раз.

- поморгать и закрыть глаза.

*Дополнительные задания для самых внимательных:*

- ✚ Какие листочки ты видишь на открытке? Назови их (рябиновый, кленовый, березовый, дубовый). Можешь раскрасить их.
- ✚ Есть ли на открытке листочки красного, зеленого, желтого цвета? Найди и покажи их.
- ✚ Сколько всего листочков рассыпалось на открытке, посчитай.



**Отдыхаем- весело играем!**

**"Мы – листики осенние"**

Мы, листики осенние,  
На веточках сидели.  
Ветер дунул, полетели.  
Мы летели, мы летели.  
И на землю тихо сели.  
Ветер снова набежал.  
И листочки все поднял.  
Повертел их, покружил.  
И на землю опустил

Ребенок имитирует действия «листочков» в соответствии с текстом стихотворения: садится на корточки, «летает» по комнате, вновь тихо садится, поднимается, кружится и снова садится.)

**Делаем развивающие игры сами**  
**По авторским материалам специалиста по реабилитации инвалидов**  
**Мельниковой Ольги Николаевны**

**Пособие «Сенсорный куб»**

*Для чего создан Сенсорный куб?* Он поможет развить у ребенка мелкую моторику, умение обследовать предметы, сенсорное восприятие и много другое. Каждая сторона кубика в зависимости от того, что на ней размещено, может решать разные задачи и обучать ребенка в различных областях.

*Для детей какого возраста можно использовать?* Сенсорный куб подойдет для детей раннего и младшего дошкольного возраста.

**Описание:** пособие представляет собой куб из шести граней-решеток для раковины, соединенных при помощи атласных лент/шнурков, которые имеют развивающие задания, носящие игровой характер. С кубом могут одновременно заниматься несколько детей.

*Что понадобится для его создания?*

- Обязательными элементами куба являются 6 решеток для раковины, которые можно приобрести в любом хозяйственном магазине.
- Для того, что бы их скрепить, необходимы ленты или веревочки, которые продеваются между отверстиями решетки, сплетая их между собой.
- Остальные элементы зависят от ваших возможностей. На каждой стороне можно разместить различные бусины, ленты, шнурки, звучащие предметы и т.д. Внутри куба можно положить пластмассовые шары разной величины, формы и цвета (для развития мелкой моторики, памяти, внимания, речи).

**Оформление граней куба**

*Вариант 1 с перышком*

*Как играть?*

Пуховки и перышки можно сдувать, формируя длительный речевой выдох (вдох носом, выдох ртом через сложенные трубочкой губы, дуем как можно дольше); перышками можно гладить маленькие пальчики и ладошку.

**✚ Тактильный массаж со стишками**

На малышку глядя,  
Пальчик мама гладит.  
Этот пальчик хочет спать.  
Этот хочет танцевать.  
Этот хочет кашку кушать.  
Этот хочет сказку слушать.  
Этот хочет погулять.  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Будем пальчики считать,  
И конечно называть!

(галдим пальчики перышком, следуя тексту стихотворения, предлагаем пальчики посчитать и назвать)

**✚ Дыхательная гимнастика**

Дуем на перышко,  
Дуем длинней,  
Дуем на перышко,  
Станем сильней!



### *Вариант 2 с ленточками*

#### *Как играть?*

Шнурочки и ленточки можно вплетать между отверстиями; заплетать косички; завязывать бантики; нанизывать на них бусины и колечки; их можно считать; находить длинные и короткие, сравнивая их между собой; показывать и определять цвета.



### *Вариант 3 с бусами*

Для игры подойдут любые подручные материалы из которых можно сделать бусы, это могут быть и резинки для волос разных цветов, фактур и размеров. Главное требование- безопасность игровой деятельности, важно, чтобы используемые материалы нельзя было оторвать и проглотить.

#### *Как играть?*

Самый простой вариант: исследовать и манипулировать, а еще считать, называть цвета, определять фактуры (гладкий, шероховатый), самому нанизывать. Следуйте в игре за ребенком, он сам подскажет, что для него интересно!



### *Вариант 4 с геометрическими фигурами*

Прикрепляем ленточками/веревочками к стороне кубика геометрические фигуры.

#### *Как играть?*

Называем фигурки, определяем их цвет, считаем уголки, совершенствуем ориентировку в пространстве (назови/покажи фигурку, которая расположена в верхнем правом углу и т.д.).



### *Вариант 5 с крупными бусами*

#### *Как играть?*

Называем и показываем бусины основных цветов, по возможности их считаем. Такой вариант удобен на начальных этапах обучения, а также для детей с нарушениями мелкой моторики, так как размер бусин удобен для обследования.



## Пособие «Кот и мыши»

*Для чего можно использовать пособие?*

- учить называть цвета и некоторые оттенки (радуга);
- учить соотносить предмет с заданным цветом;
- закрепление названия цвета и оттенков в речи ребенка.

*Для детей какого возраста можно использовать?* Игра «Кот и мыши» подойдет для детей раннего и младшего дошкольного возраста.

**Описание:** пособие представляет собой набор, состоящих из карточек разного цвета, фигурок мышей аналогичных цветов, фигурки кошки черного цвета.

*Что понадобится для его создания?*

Сделать игру можно в разных вариантах. Для долговечности использования карточки можно изготовить из фанеры, обклеить их фетром разных цветов, мышки и кошка также изготавливаются из фетра. Самый простой вариант исполнения из цветного картона, в этом случае мастером может выступать сам ребенок, вырезая по контуру заготовки.

Основные цвета можно использовать на начальных этапах обучения, а затем добавить оттенки в соответствии с 7 цветами радуги (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый).

*Как играть?*

*Игровое задание:* «Помоги каждой мышке спрятаться от кошки на своем коврик».

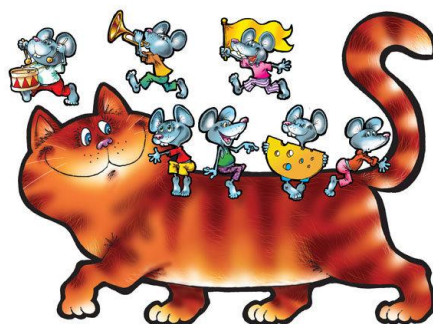
Перед ребенком раскладываем мышек и коврики, называем вместе цвета, пробуем вместе спрятать мышку на коврик аналогичного цвета.

Обращаем внимание ребенка, что спрятать мышку можно только на коврик одинакового в ней цвета (желтую мышку на желтый коврик). Если возникли трудности – помогите, возьмите руку ребенка в свою и сделайте в первый раз задание вместе.

Начать игру можно со стихотворения:

*Я— красивый серый кот.  
У меня — пушистый хвост.  
Мышек очень я люблю,  
Быстро всех я их ловлю.  
Ах, как мыши надоели!  
Всё погрызли, всё поели.*

Стихотворение послужит командой к началу игры.



## Пособие «Пальчиковые зверята»

*Для чего предназначено пособие:* пособие направлено на развитие речи и мелкой моторики детей, формирование и совершенствования чувства ритма, развитие глазомера, ориентировки в пространстве, обогащение активного и пассивного словаря.

*Для детей какого возраста можно использовать?* Дошкольного и раннего возраста.

**Описание:** пособие состоит из семи животных, с прорезями для надевания на пальцы.

*Что понадобится для его создания?* Материалом для изготовления фигурок может послужить фетр или плотный цветной картон, необходимо также изготовить дорожки и пуговицами различными по цвету и месторасположению.

**Как играть?**

Играть очень весело и просто: одеваем на пальчики ребенка фигурку понравившегося зверька и «ходим» пальчиками по дорожке. Можно усложнить: «наступаем» только на красные пуговицы, маленькие или большие пуговицы, «идем» по геометрической фигурке из пуговиц.

Помоги зайчику прискакать в огород.

«Проскачи» пальчиками левой/правой руки по пуговицам.



*Предполагаемая инструкция  
Зайчик, зайчик, поскачи,  
И морковку поищи,  
Поищи капустку - будет очень вкусно!*

## Пособие «Ленточный коврик»

*Для чего предназначено пособие:* направлено на развитие мелкой моторики, формирование восприятия цвета.

*Для детей какого возраста можно использовать?* Игра может быть использована для детей раннего возраста.

**Описание:** пособие изготовлено из решетки для раковины и лент разных цветов

**Как играть?**

Предлагаем сделать коврик для какого – либо игрового персонажа, например любимой куклы. Учим продевать ленточки:

- ✚ ленточка «подныривает» под ребро сеточки и вновь «выныривает» до противоположного конца сетки, при этом ребенок прослеживает путь каждой ленты.



## Пособие «Раз платочек, два платочек»

*Для чего предназначено пособие:* с его помощью можно развивать речь, моторные функции, мышление ребенка.

*Для детей какого возраста можно использовать?* Игра может быть использована для детей раннего и дошкольного возраста.

**Описание:** пособие изготовлено в виде книжки из носовых платочков разных рисунков, фактур и размеров.

**Как играть?**

Варианты игры самые разные: вы можете с ребенком называть героев, их части тела; назвать цвета и формы; находить разные геометрические формы в рисунке; составлять предложения и краткие рассказы по сюжету. Перелистывание такой самодельной книжки подарит радость общения с мамой и позволит создать условия для развития ребенка.





## Математический планшет «Геометрик» (с резинками): простой и сложный.

*Для чего предназначен:* планшет «Геометрик» может способствовать познавательно – математическому развитию, формированию исследовательской деятельности ребенка, а также развитию творческих способностей.

*Для детей какого возраста можно использовать?* Игра может быть использована для детей дошкольного возраста.

**Описание:** пособие представляет собой «планшет» на деревянной основе, на который предварительно нанесен рисунок и набиты цветные гвоздики.

*Что понадобится для его создания?*

- деревянная основа;
- цветные канцелярские гвоздики, которые набиваются по предварительной разметке карандашом;
- тонкие канцелярские резиночки разных цветов.

### Пошаговая инструкция к изготовлению

1 шаг. Из бумаги в клеточку вырежьте квадрат, исходя из размеров планшета (+ поля по периметру игрового поля).

2 шаг. Вырежьте квадрат из деревянного листа равный размеру квадрату из бумаги. По желанию можно нанести фоновый рисунок из любой детской раскраски и привлечь к творческому процессу ребенка.

3 шаг. Прикрепите квадрат из бумаги поверх планшета. Нанесите разметку для установки кнопок, по углам квадратов.

4 шаг. Снимите лист бумаги, набейте кнопки. Для долговечности покройте игровое поле лаком.

Помните, что количество кнопок = уровню сложности планшета, чем их больше, тем сложнее будет игра. Цвета кнопочных дорожек могут быть разными, используя разноцветный вариант, вы получите возможность закрепления названия цветов в игровой деятельности ребенка.

Простой вариант



Сложный вариант



## Как играть?

- ✚ Сначала предлагаем познакомиться с планшетом, посчитать штырьки, поиграть с резинками. Затем взрослый натягивает резинку и от штырька к штырьку и просит повторить действие ребенка.
- ✚ Показываем, что сначала резинка цепляется за штырек, а после нужно потянуть ее в нужном направлении, тянуть можно не только вверх-вниз или в стороны, но и в диагональном направлении, а также в форме фигур.
- ✚ «Длинный – короткий» натягиваем разные по длине дорожки сначала вместе, потом ребенок делает это самостоятельно. Не забываем сравнивать и обозначать в речи понятия «длинная» и «короткая» дорожка.
- ✚ «Рисование» предметов на планшете с использованием готовых схем.
- ✚ «Рисование» геометрических фигур.
- ✚ Рисование заданным цветом, использование в игре резиночек определенных цветов с прокладыванием дорожек аналогичной цветовой гаммы.
- ✚ «Буквы» и «Цифры» выкладываем знакомые ребенку буквы и цифры с помощью резиночек.
- ✚ Даем волю фантазии, то есть предлагаем ребенку придумать самому свой вариант изображения, а потом пробуем повторить и наоборот.

