

Социальный марафон "Дорогами добра"



**«Умный
малыш –
это просто!»**

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.

Материалы буклета познакомят Вас с практическими рекомендациями, играми, упражнениями по развитию ребенка в домашних условиях.

Пользуясь ими, Вы сможете помочь своему ребенку двигаться вперед по увлекательному пути развития!

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.

Организация развивающей среды для занятий с ребенком дома

Воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья требует от родителей определенных знаний, навыков, условий. Для достижения динамики в развитии ребенка требуется достаточно времени и сил. Многие элементы занятий, игры и упражнения можно выполнять в домашних условиях. Самое главное - правильно организовать развивающую среду для занятий с ребенком в вашем доме.

В понятие «**развивающая среда**» включается все то, что непосредственно окружает ребенка: помещение, игрушки, вещи. Очень важны организация пространства, времени, цвета, формы, а также растения, люди и психологическая атмосфера, которые окружают вашего малыша.

Рекомендации родителям по организации развивающей среды в домашних условиях

✓ Важен подбор, количество, расположение игрушек, а также разнообразие их материала. Игрушки должны быть из разных материалов: дерева, ткани и др. Игрушек нужно не слишком много, они должны быть разными и регулярно меняться.

✓ Ребенку необходимо свое рабочее место, пространство, в котором он был бы действительно хозяином.

✓ Все материалы должны быть сгруппированы на соответствующих полках для ориентировки детей и лежать всегда на определенном месте. Каждый развивающий материал можно разместить в отдельной зоне, например, для рисования, чтения, работы с конструктором.

✓ Для ребенка с особенностями в развитии очень важное значение имеет сенсорная зона. В ней располагаются материалы, помогающие малышу в развитии чувств. Поставьте на полочку в этой зоне башню из кубиков, пирамиды с цветными кольцами, купите разные доски для сортировки с учетом цвета, формы и размера предметов, положите в коробку предметы, разные на ощупь.

✓ Из самых обычных предметов можно создать очень полезные развивающие материалы для своего ребенка. Сделайте из прозрачных флаконов «блоки с цветной водой», чтобы изучать разнообразие форм, а из непрозрачных – «шумящие коробочки», чтобы слушать разнообразие звуков. Цветную воду можно сделать с помощью синей, желтой и красной акварельных красок, а «шумящие коробочки» наполнить горохом, песком, крупой.

✓ Обязательно слушайте с малышом звуки окружающего мира. Сначала научите узнавать и различать их, а затем называть.

✓ Соберите коробочку под названием «Семена», чтобы научить ребенка сортировать предметы, разные по форме, размеру и тактильным ощущениям. Положите в нее косточки персика, хурмы, финика, вишни, добавьте фасоль, горох. Ребенок сначала рассматривает и ощупывает их, затем перекладывает, захватывая горстью или щепотью. Детям очень нравится пересыпать горох из кувшина в кувшин или из стакана в стакан. Затем нужно научить раскладывать «семена» по форме, размеру, цвету.

✓ Особый интерес вызывает у детей «Коллекция крышек и запахов». В коробку сложите разные по форме и запаху флаконы, тюбики, баночки, коробочки, пакеты. Дети самостоятельно рассматривают, раскручивают и закручивают их, открывают и закрывают, нюхают, пытаются достать спрятанные в коробочке маленькие игрушки.

✓ Развитию детей помогает самостоятельная художественная деятельность. Краски, кисти, баночки для воды, коробки с глиной и пластилином, клей, цветная и белая бумага, восковые мелки, карандаши, фломастеры должны лежать на полке и в любое время быть доступными для ребенка.

Дома и стены помогают

Стены - один из самых удобных способов размещения информации. Для ребенка стены лучше украшать крупными яркими картинками. Под картинками можно сделать подпись – название предмета, изображенного на картинке (фотографии и картинки людей, растений, овощей-фруктов, животных, предметов домашнего быта, плакаты и т.д.) По мере взросления малыша картинки сменяются: можно повесить географические карты, карты животного и растительного мира, алфавит, цифры, геометрические фигуры.

Игрушки для развития ребенка

Предлагаем вам список игрушек, который поможет сориентироваться в том многообразии игровых пособий, которые продаются в детских магазинах:

- звучащие игрушки: погремушки, пищалки и другие, издающие звуки разной частоты;
- игрушки и предметы из различных материалов: деревянные, пластмассовые, меховые, тканевые, вязаные, металлические и т. п.;
- наборы игрушек животных и птиц (корова, гусь, кошка, собака, курица, утка и т. д.);
- мыльные пузыри;
- большие и маленькие мячи;
- сборные бочонки, наборы банок с крышками разных размеров и др.
- книжки-раскладушки, звучащие книжки;
- заводные игрушки;
- маленькие зеркала;
- музыкальные инструменты (барабан, дудки, ксилофон и т. п.);
- детское лото, разрезные картинки;
- "цветовые фоны" (для изучения основных цветов: синего, красного, зеленого и желтого);
- пластилин и формочки для создания фигурок;
- шнурки, крупные бусы из различных материалов: пластмассовые и деревянные;
- "центры активности": плоские и объемные, на поверхности которых расположены звонок, зеркало, колечко, вращающийся шарик и др.;
- мягкие игрушки, игрушки, надевающиеся на руку (варежка) и на палец (пальчиковые игрушки);
- набор коробок или ящичков без крышек и с крышками.
- разноцветные кубики разных размеров;
- ящик с отверстиями разной формы для опускания фигурок;
- игрушки на установление причинно-следственных связей (потянул, нажал и получил результат, например, каруселька над кроватью);
- деревянные молотки и доски с прорезями;
- большие и маленькие конусообразные и квадратные пирамидки;

- машинки различных размеров и моделей: легковые, грузовые, пожарные краны;
- машинки разборные типа "Лего" с небольшим количеством деталей;
- конструкторы;
- краски пальчиковые;
- куклы, кукольная мебель, посуда;
- набор формочек для игры с водой и песком;
- игрушки с веревочкой, за которую можно тянуть;
- игрушечный телефон;
- прозрачные пластиковые банки с крышками;
- лабиринт и труба для лазания;
- кукольные коляски;
- матрешки;
- набор "медицинских" игрушек;
- "страшные звери": динозавры, тигры, акулы, змеи, пауки и т.п.;
- погремушки в форме булавы и гантели, которые удобно держать в руке;
- контрастные черно-белые игрушки;
- игрушки, издающие различные звуки: пищалки, свистки;
- светящиеся предметы или игрушки (фонарики, лампы, светильники);
- домики-палатки с пластмассовыми шариками внутри;
- елочная мишура или другие блестящие предметы и игрушки.

Сенсорная стимуляция

Для детей, имеющих нарушения в развитии, очень важно освоение богатства самых разнообразных ощущений, поэтому занятия должны быть направлены не только на развитие слуховых и зрительных, но и вкусовых, обонятельных и тактильных ощущений. Очень важно, чтобы у ребенка заработало осязание (кожная чувствительность). Стимуляция кожной чувствительности пробуждает *ощущение собственного тела*, что будет основой для формирования схемы тела, целевой координации движений, установления контакта с помощью движений у ребенка с нарушениями в развитии. Для сенсорной стимуляции можно использовать любые неопасные материалы (фасоль или другую крупу или камушки). Хорошо заниматься сенсорной стимуляцией не только ручек, но и ножек малыша.

Сенсорная стимуляция рук

✓ Насыпать в тазик фасоль (или другой материал) и вместе с ребенком, запустив в тазик руки, перебирать ее, прятать в ней руки, пересыпать из руки в руку, прятать в ней мелкие предметы (ракушки, мелкие игрушки и т.д.).

✓ Очень полезно играть с водой, несколько раз за занятие меняя ее температуру.

✓ Полезно рисовать пальчиковыми красками или гуашью, но не кисточкой, а руками и даже пальчиками. Здесь важен не рисунок, а ощущения рук, поэтому можно просто закрашивать краской весь лист или оставлять на бумаге следы ладоней.

✓ Очень полезно играть с глиной или соленым тестом (массой для лепки). Если ребенок не умеет лепить, можно шлепать по глиняной лепешке ладонями, пальчиками делать в ней ямки.

✓ Соберите коллекцию мячиков с разной фактурой поверхности. Например, теннисный мячик (мохнатый), резиновый (гладкий). Очень полезно эти мячики трогать, перебирать, подбрасывать, катать друг другу. И обязательно обсуждать, какой мячик: тяжелый, гладкий, шершавый, пушистый.

Сенсорная стимуляция ног

✓ В первую очередь необходимо начать ходить босиком дома или во дворе. Во время игры на пути ребенка должны встречаться разные по фактуре поверхности: ковер, голый пол, резиновый массажный коврик, полиэтиленовая пленка, ткань – все, что придет вам в голову.

✓ В пластмассовый тазик с плоским дном (или на лист фанеры, у которого по краям прибиты рейки-бортики) насыпать гречку и потоптаться по ней босыми ногами. На следующем занятии можно насыпать рис, фасоль, макароны.

✓ Можно придумать историю про ножки и, рассказывая ее, пощипывать их, катать по ним шишку или массажный мячик. Важно, чтобы все эти игры проходили при обоюдном удовольствии и с точки зрения ребенка выглядели не как занятие, а были похожи на шалости.

Игры на сенсорное развитие

«Ах, как пахнет!»

Ребенка с раннего возраста нужно учить привыкаться к различным запахам – приятным и неприятным. «Ах, как пахнет цветочек» или «Фу, как неприятно пахнет».

«Растопим лёд»

Положите в ложку лед и дайте малышу потрогать, какой он холодный. Подержите ложку над огнем конфорки или над пламенем свечи. Понаблюдайте вместе с ребенком, как тает лёд. Когда он превратится в воду, предложите малышу потрогать теперь воду.

«Достань камушки»

Вместе с ребенком положите на дно миски сухие камушки, присыпьте их песком и залейте водой. Предложите малышу доставать по камушку, промывать его от песка в воде и выкладывать на тарелку или поднос.

«Цветная водичка»

Приготовьте четыре прозрачные пластиковые бутылки, наполните их до половины водой. Внутрь крышек (пока малыш не видит) положите гуашевую краску одного цвета (примерно половину чайной ложки) и закройте бутылку. Скажите малышу: «Смотри, вода чистая и прозрачная. А теперь (потрясите первую бутылку) - вода стала красная». То же самое сделайте с остальными бутылками с водой.

«Два медвежонка»

Покажите малышу двух медвежат одного размера, из пластмассы – твердого, а из плюша – мягкого. Расскажите, что твердый громко стучит и не сминается, а мягкий - не стучит и легко сминается. Затем дайте ребенку небольшую коробку и пусть он попробует положить в неё пластмассового медведя (не получится) и мягкого (получится).

«Волшебный мешочек»

Положите в тряпичный мешок предметы, которые легко различить на ощупь: помпон из шерстяных ниток, зубную щетку, маленький мячик с пупырышками, кусочек меха, шарик из фольги,

губку для посуды, грецкий орех и т.д. Малышу надо опускать руку в мешок, и, прежде чем доставать предмет, называть его.

«Игры с фольгой»

Дайте ребенку небольшой кусочек фольги. Покажите, как можно её смять, сделав шарик, а затем опять расправить. Можно завернуть внутрь фольги сюрприз – картинку или мелкую игрушку.

«Тяжелее – легче»

Положите на одну ладонь ребенка тяжелый предмет (металлическую машинку, мыло, небольшую книжку в плотной обложке), а на другую легкий предмет (маленький шарик, кубик, матрешку и т.п.). Спросите ребенка, в какой руке предмет тяжелее, а в какой легче.

«Что спряталось?»

Разложите на столе различные объемные игрушки или небольшие предметы (погремушка, мячик, кубик, мыло, книга и др.). Накройте сверху матерчатой салфеткой. Ребенку нужно через салфетку на ощупь определить предметы и назвать их.

«Из чего сделан этот предмет?»

Познакомьте ребенка с материалами, из которых сделаны различные предметы: стакан – из стекла, кубик – из дерева, вилка – из металла, деталь конструктора – из пластмассы, игрушка – из меха, мяч – из резины, ваза – из глины и т.д.

«Парные лоскутки»

Приготовьте парные кусочки ткани: велюр, лён, ситец, мех, атлас и т.п. Малышу надо закрыть глаза и на ощупь найти одинаковые лоскутки.

Развитие зрительного восприятия

Рекомендации для развития зрительного восприятия у ребенка

1. В помещении, где находится ребенок, должно быть хорошее освещение. Это способствует нормальному развитию цветового восприятия у малыша.
2. Игрушки, которые рассматривает ребенок, должны быть больших размеров и ярких цветов.
3. Не рекомендуется располагать игрушки ближе, чем на расстоянии 30-40 см от глаз ребенка.
4. Нельзя держать игрушки все время перед лицом ребенка. Постоянная фиксация взгляда на них способствует быстрому утомлению глаз малыша. Рекомендуется вывешивать их на 20-25 минут, с перерывом – 20-30 минут.

Игры и упражнения для развития зрительного восприятия

Разрезные картинки

Для игры нужны два одинаковых изображения, одно – целое, другое – разрезанное на части. Ребенку предлагают собрать из частей целую картинку, сначала – по образцу, потом – без него.

Какого кусочка не хватает на картинке?

Ребенку предлагается изображение с недостающим фрагментом и несколько фрагментов (либо различной формы, либо с различными изображениями), он должен определить, какой фрагмент «подходит» к картинке.

Домики для фигурок

Для игры нужны карточки с изображением простейших геометрических фигур: квадрат, круг, треугольник. Фигуры на карточках должны быть разных цветов и размеров. Можно просто вырезать фигурки из цветной бумаги. Также понадобится три листа с крупным изображением тех же фигур: квадрат, круг, треугольник – это «домики» для фигурок. Малыш должен «расселить» фигурки по домикам: квадраты в квадрат, круги в круг и т.д.

«Угадай, что исчезло»

Для игры понадобятся 3-4 разные игрушки. Выложите перед ребенком игрушки, попросите его посмотреть внимательно и назвать, какие игрушки он видит. Затем попросите его отвернуться: «Игрушки хотят поиграть с тобой в прятки, отвернись, пожалуйста». Когда ребёнок отвернется, надо убрать одну игрушку и попросить ребёнка угадать, какая игрушка спряталась.

«Очередь»

Для игры понадобятся 3-4 разные игрушки. Предложите ребенку поиграть в очередь к врачу, парикмахеру, в банк или еще куда-нибудь. Расставьте вместе с ребенком игрушки по порядку, как будто они сидят в очереди. Попросите ребёнка отвернуться и уберите какую-нибудь игрушку. Спросите ребёнка: «Кто убежал из очереди?». Ребёнок должен назвать исчезнувшую игрушку. Верните ее на место, затем снова попросите ребёнка отвернуться и поменяйте две игрушки местами. Спросите: «Кто перепутал очередь?».

«Подбери пару по цвету»

Для игры понадобятся 5-6 предметов (например, кубики, шарики или детали мозаики) разного цвета и 5-6 ленточек или кусочков ткани таких же цветов в пару к каждому предмету. Разложите выбранные предметы и попросите ребенка подобрать к каждому из них подходящую по цвету ленту (к красному - красную, к жёлтому - жёлтую и так далее). Потом попросите ребенка отвернуться и переложите все пары неправильно. Ребенку надо найти все ошибки и исправить их.

«Игра с карточками»

Для игры понадобятся 3-7 карточек с изображением разных животных или предметов. Разложите перед ребёнком карточки и обсудите с ним все изображения. Пусть ребёнок назовет рисунок на каждой карточке, например: «Это ведерко», «Это слоник», «Это мячик», «Это собачка». Затем переверните карточки и спросите: «Где ведерко? Где слоник? Где мячик? Где собачка?» С трёхлетним малышом начинать играть надо с 3-х карточек и постепенно их увеличивать. Если играть в эту игру регулярно, к пяти годам ребёнок легко справится с семью карточками.

Развитие слухового восприятия

Развитие слухового восприятия у детей состоит из двух этапов: вначале ребенок учится различать звуки окружающего мира, а затем понимать речь людей. Умение слышать, понимать и отличать звуки помогает детям ориентироваться в окружающем мире, а также становится базой для развития речевых навыков.

Стимуляция слухового восприятия

- массаж ушной раковины несколько раз в день;
- подношение шумовых игрушек то к одному, то к другому уху ребенка (звенеть игрушкой в разных направлениях: вверх-вниз, в стороны);
- подвешивание звенящих игрушек на расстоянии 25-30 см. от глаз ребенка в начале по центру, затем по разные стороны;

- включение музыки со звуками природы (пение птиц, шум моря);
- пение ребенку (старайтесь изображать то, о чем поете);
- проговаривание с ребенком своих действий, желаний (задавайте вопросы с разной интонацией);
- обращение внимания ребенка на различные звуки дома и на улице;
- использование заводных игрушек (курочка, клюющая зернышки, машинка и пр.);
- повторение звуков ребенка, придумывая на определенный звук песенку;
- частое называние ребенка по имени (полным и уменьшительно-ласкательным именем);
- использование простых музыкальных инструментов (погремушки, колокольчик, бубен, барабан, дудка);
- использование музыкальных игрушек (неваляшка, телефон и пр.)

Рекомендации для развития слухового восприятия

- Важно как можно чаще разговаривать с ребенком, петь ему песенки, рассказывать стихи и сказки.
- Стараться использовать в речи разные интонации.
- Во время бодрствования ребенка включать на 10-5 минут тихую музыку.
- Вешать над кроватью звучащие игрушки, которые не должны издавать громких пугающих звуков.

Как развивать слуховое восприятие

При изучении звуков специалисты рекомендуют придерживаться следующей последовательности:

- звуки природы (шелест листьев, шум дождя, журчание воды);
- звуки, которые издают животные (мяуканье кошки, лай собаки);
- звуки, которые издают предметы или материалы (звон бокалов, тиканье часов, шорох пересыпаемой крупы);
- транспортные шумы (скрип тормозов, сигналы автомобилей);
- звуки музыкальных игрушек (барабан, колокольчик, гармошка).

Варианты игр своими руками

- банки из-под кофе, чая, соков, наполненные горохом, косточками, камешками, щепочками, фантиками, песком, скрепками и пуговицами;
- шуршащие метелки из нарезанных полосок гофрированной бумаги;
- погремушки из нанизанных на проволоку пуговиц, пластмассовых и металлических косточек, бусин, колокольчиков;
- перевернутые детские формочки, кастрюли, ведра, по которым можно ударять;;
- свистки и дудочки из глины и дерева.

Игры и упражнения на развитие слухового восприятия

«Угадай, на чем играют?»

Мама знакомит ребенка со звучащими игрушками: например, погремушкой, дудочкой,

колокольчиком. Ребенок отворачивается и на слух отгадывает, какая игрушка звучит.

«Где колокольчик?»

Ребенок закрывает глаза, а взрослый тихо в стороне от ребенка (слева, справа, сзади) звенит в колокольчик. Ребенок, не открывая глаз, должен рукой указать направление, откуда доносится звук.

«Кто кричит?»

Познакомить ребенка с игрушечными уточкой, пчелкой, кошечкой. Потом имитировать крик утки, жужжание пчелы, мяуканье кошки. Ребенок должен догадаться, кто кричит.

«Солнышко и дождик»

Взрослый говорит ребенку: «Сейчас мы пойдем с тобой на прогулку. Дождика нет, погода хорошая, светит солнышко. Ты гуляй, а я буду бубном звенеть, и тебе будет веселее гулять. Если начнется дождь, я перестану звенеть в бубен (или начну стучать бубном), а ты сразу беги в дом». Игра повторяется несколько раз.

«Кто внимательный?»

Ребенок сидит на расстоянии от взрослого, на столе лежат игрушки. Взрослый предупреждает ребенка: «Сейчас я буду давать тебе задания, говорить буду шепотом, поэтому сидеть надо тихо, чтобы было слышно. Будь внимательней! Затем говорит:

- Возьми мишку и посади в машину.
- Возьми мишку из машины.
- Посади в машину куклу.
- Покатай куклу в машине.

Ребенок должен услышать, понять и выполнить эти команды.

«На стол! Под стол! Стучать!»

Предложите ребёнку поиграть в игру, в которой он будет правильно выполнять ваши команды. Вы будете давать словесные команды, и при этом стараться запутать ребёнка. Для этого сначала говорите команду, и сами её правильно выполняйте, малыш будет повторять всё за вами. Затем начинаете путать ребёнка – говорить одну команду, а делать что-то другое. Например, вы говорите: «Под стол!» и руки прячете под стол, ребёнок прячет руки, повторяя всё за вами. «Стучать!» и начинаете стучать по столу, ребёнок за повторяет. «На стол!» – руки кладёте на стол, ребёнок делает то же самое и так далее. Когда ребёнок привыкнет повторять движения за вами, начинайте его путать: говорить одну команду, а выполнять другое движение. Например, говорите: «Под стол!», а сами стучите по столу. Ребёнок должен делать то, что вы говорите, а не то, что выполняете.

«Нос - пол - потолок»

Договоритесь с детьми, что когда вы скажете слово «нос», детям надо показать пальцем на свой нос. Когда скажете слово «потолок», дети должны направлять палец на потолок, а когда они слышат слово «пол», то показать пальцем на пол. Детям надо объяснить, что поддаваться на провокацию нельзя; выполнять надо те команды, которые вы произносите, а не те, которые показываете. Затем начинайте говорить слова: «нос», «пол», «потолок» в разной последовательности, а показывать при этом либо правильно, либо неправильно. Например, называйте нос, а показывайте на пол. Дети же должны всегда показывать в правильном направлении.

«Тихо - громко»

Договоритесь с ребенком, что когда вы говорите тихо, он должен ходить тихо на носочках. А когда вы говорите громко, он должен громко маршировать. Объясните ребенку, что реагировать надо

не на слова, а на звук голоса. То есть, что бы вы ни говорили тихим голосом, малыш всё равно должен ходить тихо на носочках. И также, чтобы вы ни говорили громким голосом, он всё равно должен маршировать. Начинать игру. Сначала говорите шёпотом: «Ходим на носочках», а громким голосом: «Теперь маршируем». Когда ребенок привыкнет к смене команд, начинайте усложнять игру, добавляя разные команды, например, «прыгаем» - говорите вы тихим голосом, или «машем руками» - громким голосом. Затем ещё больше усложняйте игру: «маршируем» - говорите шёпотом, «ходим на носочках» - говорите громко. Старайтесь запутать ребенка, меняйте команды и громкость голоса неожиданно.

«Угадай, по какому предмету я стучу»

Для игры понадобится металлическая палочка или карандаш и несколько разных предметов, например: стакан, чашка, деревянный кубик, пластмассовый кубик, кастрюля. Главное, чтобы все предметы издавали разный звук. Предложите ребёнку послушать, какие звуки издают предметы, и постучите по каждому. Затем попросите ребёнка отвернуться и угадать, по какому предмету вы будете стучать. Потом поменяйтесь ролями, пусть ребёнок стучит, а вы угадываете.

Развитие движений

Стимуляция общей моторики

- массаж кистей рук и пальчиков с использованием всевозможных ворсовых щеток (мягкой щеткой – по наружной поверхности кулака от кончиков пальцев к запястью, жесткой (зубной) щеткой – по подушечкам пальцев;
- касания детскими ручками (их двигает взрослый) губ и век малыша;
- вкладывание погремушки и других предметов в разжатые кулачки ребенка (губка, тряпочка, морковка, колечко и пр.);
- побуждение ребенка тянуть к вам ручки, подавать руку, «здороваться», хлопать в ладоши, махать «пока» и пр.

Упражнения на фитболе

Фитбол – интересный и полезный тренажер. Первые занятия можно начинать уже с 2-х недельного возраста. Занятия на фитболе рекомендуется проводить не ранее чем через 40 минут – 1 час после еды.

При выборе мячей для детей стоит помнить, что их оптимальным размером для ребенка раннего возраста является диаметр 45 см.

Первое занятие на фитболе должно быть непродолжительным. Сначала вы сами должны привыкнуть к мячу. Сядьте на стул или на диван, поставьте мяч перед собой. Накройте его пленкой и осторожно положите малыша на животик по центру мяча. Раздевать его при этом сначала не обязательно, но специалисты считают, что одетый малыш держится на мяче менее устойчиво.

Во время занятий на мяче нельзя удерживать или тянуть детей за ладони (кисти) или стопы. Голеностопные и лучезапястные суставы ещё не готовы к работе с весом малыша – велик риск травматизма.

Упражнение «Часики». Малыш лежит на мяче спинкой. Двумя руками удерживаем ребёнка за грудь и покачиваем его на мяче, совершая круговые движения (по часовой стрелке и против неё) в правую/левую сторону.

Упражнение «Туда-сюда на животе» отлично тренирует вестибулярный аппарат. Во время него малыш лежит на мяче животиком вниз, мама или папа кладут руку ему на спинку, удерживая кроху и покачивая его на фитболе вперед-назад, вправо и влево. Потом по кругу. Это упражнение помогает справиться с газиками. Повторяйте, пока вам или малышу не надоест.

Упражнение «Туда-сюда на спине» – переверните малыша и положите его на спинку. Вы сразу увидите, как он напрягает пресс и пытается встать. Покачайте ребенка в разные стороны, расслабляя мышцы спины. Это необходимо для расслабления и профилактики микросмещений позвоночника.

Упражнение «Пружинка». Ребёнок лежит животом вниз на мяче. Пружинящие движения вниз/вверх (короткие, мягкие, толчкообразные надавливания ладонями на попку и спинку крохи). Здесь понадобится правильный захват ножек – такие захваты вилочкой применяются в динамической гимнастике. Лодыжку зажимаете между указательным и средним пальцем, а большой палец замыкает кольцо вокруг ножки ребенка. Если описание захвата кажется слишком сложным, просто возьмите кроху за лодыжки, и ждите, когда он распрямит ножки, отталкиваясь от ваших ладоней. Получаются прыжки-пружинки. Пружинку можно делать и на спине, тогда полугодовалый малыш обычно стремится подняться - в результате работают нужные мышцы.

Игры на развитие движений

«Иди ко мне»

Взрослый отходит от ребенка в другой конец комнаты и зовет малыша по имени. Например: «Ванечка, иди ко мне, смотри, что у меня есть. У меня собачка есть». Имитирует звуки собачьего тявканья – «тяв-тяв». Затем говорит за собачку: «Иди ко мне, Ванечка, я – маленькая собачка, я пришла к тебе в гости, тяв – тяв». Взрослый делает зовущие движения, когда ребенок подойдет, отдает ему игрушку.

«Поздоровайся с мишкой»

Выложите из клеенки дорожку или обозначьте ее мелом, начертив две параллельные линии. В конце дорожки усадите плюшевого мишку. Предложите малышу пойти к мишке в гости. В этом и подобных упражнениях учите ребенка сохранять направление движения, ходить по прямой.

«По дороге едут машины»

Выложите из клеенки или обозначьте шнурами или линиями две длинные дорожки — широкую и узкую. Предложите малышу провезти по ним машины, держа их за веревочку. Скажите: «Вот широкая дорожка — машины по ней поедут быстро. Поехали: би-би-би».

«Игра в веревочку»

Натяните веревку так, чтобы малыш мог проползти под ней, не задев ее. Натяните веревку так, чтобы малыш мог перешагнуть через нее.

Развитие движений у детей

с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Существует много вспомогательных средств, которые помогают подобрать позу для занятий с ребенком, а также помочь принять ему положение сидя или стоя. Подбором позы для ребенка с тяжелыми двигательными нарушениями занимаются специалисты по движению, но многие варианты могут искать и пробовать родители самостоятельно.

Какие функциональные позы может принимать ребенок?

- положение на спине с приподнятой головой и согнутыми в ногах коленями;
- положение на животе с опорой на предплечье;
- положение на боку;
- положение на четвереньках;
- положение сидя с вытянутыми ногами.

Всегда помните:

- ✓ кладите ребенка как можно безболезненнее и удобнее;
- ✓ правильно меняйте его положение;
- ✓ обращайте внимание на ограничения ребенка;
- ✓ обеспечивайте безопасность ребенка;
- ✓ обращайте внимание на оборудование помещения и освещение;
- ✓ время пребывания в одном положении в среднем 2-3 часа.

При действиях с ребенком принимайте во внимание:

- всегда разговаривайте с ним, объясняйте, что вы с ним будете делать;
- всегда поворачивайте голову ребенка в направлении движения его тела;
- вращения производите всегда медленно, через плечо или таз;
- никогда не тяните за пораженную руку.

Развитие речи.

Как помочь ребенку заговорить?

✓ У неговорящих детей речевой выдох резко укорочен, поэтому прежде всего тренируйте дыхание: научите ребенка сдувать ватку с книги; дуть на кораблик в тазу с водой, чтобы привести его в движение; играть на дудочке; надувать шары.

✓ Протяжное произношение гласных с разведением рук в стороны также стимулирует развитие голоса и выдоха. Вы произносите звук и объясняете его артикуляцию: «Смотри, я широко открываю рот и пою песенку «а-а». Теперь я делаю губы колесом и пою песенку «у-у». Я улыбаюсь, показываю зубы и пою песенку «и-и». А теперь давай вместе со мной споем эти песенки».

✓ Прежде чем перейти к отработке артикуляции согласных, перед зеркалом проделайте с ребенком упражнения для развития подвижности языка и губ: смыкайте и размыкайте зубы (открывайте и закрывайте «домик»); смыкайте и размыкайте губы, произнося при этом звуки «п» и «м»; языком проделывайте движения, подобные тем, которые делает кошка, когда пьет («полакаешь, как кошка»); приподнимайте язык ложечкой.

✓ Тренировку в произнесении согласных свяжите с определенными образами: «с-с-с» — так льется вода, «з-з-з» — пищит комар, «ж-ж-ж» — это жужжит жук, «ш-ш-ш» — шипит гусь, «ф-ф-ф» — фырчит ежик, «в-в-в» — звук далеко летящего самолета и т. п. Конкретное воплощение звуков дает возможность связать каждый из них с соответствующей картинкой.

✓ Для того, чтобы малыш научился понимать обращенную к нему речь, как можно чаще называйте интересующие его предметы, яркие игрушки, движущиеся машины и связанные с ними действия, имена окружающих людей.

✓ Если вы заметили, что ребенок внимательно смотрит на какой-либо предмет, тянется к нему, обращается с лепетом к кому-либо из взрослых, не упустите возможность, пообщайтесь с малышом, расскажите об интересующем его предмете, задайте ему простые вопросы, попытайтесь получить от него ответ.

✓ Во время одевания научите малыша показывать пальчиком предметы одежды.

✓ Приучайте детей выполнять ваши просьбы, ориентироваться в окружающей их обстановке: «покажи, где шкаф», «принеси из кухни чашку» и т. п.

✓ Иногда случается так, что вы не понимаете ребенка. Что бы он ни говорил, с вашей стороны малыш должен встречать только поддержку и поощрение, постоянно стимулируйте его речевую активность.

✓ Если вы вышли вместе с ребенком на прогулку, старайтесь все время разговаривать с ним. Постоянно возвращайтесь к опыту ребенка, к тому, что он уже видел, чему он радовался.

✓ Научите малыша называть нарисованный предмет и соотносить его с реальным объектом. Со временем ваш ребенок должен уметь классифицировать картинки и пользоваться обобщающими словами. Вашего ребенка может заинтересовать игра «В огороде». Попросите малыша собрать в корзинку картинки с изображением того, что растет в огороде, и назвать группу предметов одним словом («овощи»).

✓ Теперь вы приступаете к работе с простыми сюжетными картинками. Вопросы по картинке должны быть короткие и ясные. Если ребенок не умеет говорить, то вы можете довольствоваться тем, что он показывает на предмет, внимательно слушает ваши объяснения. Например, вы кладете перед ним картинку и рассказываете: «Это мальчики. Это большой мальчик, а это маленький мальчик. Большой мальчик читает книгу. Маленький мальчик играет в мяч». После этого обратитесь с просьбой: «Покажи, где большой мальчик. Где маленький мальчик? Покажи, кто читает» и т. п. Такие занятия развивают у ребенка понимание обиходной речи.

Подготовка артикуляционного аппарата к активной речи

•Массаж лица перед кормлением

Поглаживание одним пальцем вокруг угла рта, поглаживание лица от щек ко рту, наружное поглаживание гортани сверху вниз, осторожное потирание одним пальцем десен и неба от передней до задней части, поглаживание кусочком льда вокруг рта, собирание губ ребенка в «трубочку».

•Массаж при кормлении с ложки

Пища должна быть мягкая, ложку с пищей нужно аккуратно положить на язык и слегка надавить его вниз и внутрь ротовой полости - обязательно соблюдать паузы, давать ребенку время вытянуть вперед губы и снять самостоятельно пищу с ложечки.

•Питье 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 ребенок не поймет, что нужно закрыть рот, нажмите под подбородком вверх – рот закроется, и ребенок рефлекторно сделает глоток.

•Развитие навыков жевания пищи

Начинать нужно с детского или песочного печенья: положите небольшой кусочек за верхнюю челюсть в районе жевательных зубов, стараясь придвинуть 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.

•Контрастное умывание

Попеременно умывать горячей и холодной водой нижнюю часть лица ребенка. Зачерпнуть горсть горячей воды и умыть лицо, затем холодной. Повторять несколько раз, заканчивая процедуру холодной водой. Прежде чем начать, обязательно попробуйте температуру горячей воды, чтобы не обжечь ребенка.

•Развитие навыков подвижности языка

✓Чтобы развивать верхний подъем языка, а также для растяжения нижней (подъязычной) уздечки нужно облизывать верхнюю губу. Намажьте чем-нибудь вкусным (медом, сгущенным молоком) верхнюю губу малыша и предложите ее облизать. Можно делать это перед зеркалом.

✓Если ребенок не давится твердыми кусочками пищи, можно подкладывать маленькие кусочки пищи (например, скатанные шарики из хлеба или изюминки) за правую или левую щеку, за верхнюю или нижнюю губу между губой и десной, для того чтобы ребенок с помощью движений языка, а также губ и щек попытался вытащить этот кусочек. Можете показать, как это делаете Вы, чтобы ребенку было понятнее, и он старался повторять движения за вами.

✓Чтобы развивать силу и подъем языка, можно прилепить на верхнее небо за передние зубы маленький кусочек шкурки от яблока или сливы. Пусть ребенок попытается отлепить его языком. Если Вы сталкивались с подобной ситуацией в жизни, то знаете, что это бывает сделать достаточно трудно, поэтому не забудьте избавить ребенка от такого «тренажера» через некоторое время, чтобы это не раздражало его слишком долго.

✓Для развития силы и координации кончика языка можно предложить ребенку вылизывать из глубокой ложки (такого типа, как используют для раскладывания мороженого) какую-нибудь вязкую массу (плавленый сырок, вареную сгущенку, арахисовое масло и т.д.)

•Развитие движений губ

✓Учите ребенка пить из трубочки. Самый простой способ начинать с соками в картонных коробках с тоненькой короткой трубочкой..

✓Учите ребенка по подражанию делать различные движения губами: растянуть губы в улыбке, при этом плотно сжимая губы; растянуть губы в улыбке и показать зубы; вытянуть губы в трубочку, широко открыть рот. Такие упражнения лучше делать перед зеркалом.

•Развитие движения челюсти

✓Учите ребенка жевать различную по текстуре пищу.

✓Не бойтесь использовать «яркие» на вкус продукты – соленые, кислые, сладкие, а иногда, может быть, и горькие.

✓Чтобы научить ребенка жевать, используйте жесткие, но в то же время вязкие продукты, которые вы можете держать в руке, когда ребенок их жует. Например, это могут быть нарезанные длинной соломкой кусочки сыра, недоваренной морковки, стебли щавеля.

Несколько шагов к правильному развитию речи ребенка

✓*Зрительный контакт.* Попробуйте привлечь внимание ребенка к своему лицу.

Вы можете, например:

- широко и часто улыбаться;
- строить рожицы – морщить нос, поднимать брови;
- издавать забавные звуки;

- надевать экстравагантные шляпы, необычные очки (очень большие, фигурные, цветные), большие яркие серьги, «клоунский» нос;

- надевать маски;

- раскрашивать лицо.

Играйте в прятки, закрывая и открывая себе и ребенку лицо (это можно делать любыми предметами и вещами).

✓Ожидание

В качестве подготовки к играм на соблюдение очередности попробуйте начать развивать у ребенка навыки концентрации внимания. Предлагайте ребенку занятия, в которых от него требуется не немедленный ответ, а ожидание – хотя бы в течение двух – трех секунд. Например:

- играйте с ним в игры, в которых мячик или машинка катится по трубе («тоннелю»), исчезает из виду и, спустя несколько секунд, появляется снова;

– пускайте мыльные пузыри неспеша, чтобы ребенку приходилось несколько секунд ждать появления каждого следующего пузыря.

✓Подражание

Дети учатся подражать вам, когда видят, как вы подражаете им. Чтобы ребенок начал воспроизводить те звуки, которые вы произносите, вы должны показать ему, как это делается, – воспроизводить те звуки, которые произносит он. Постепенно он начнет копировать вас.

✓Соблюдение очередности

- Посадите ребенка напротив себя или к себе на колени. Если он станет произносить какие-либо звуки или состроит рожицу, скопируйте его в подчеркнутой, преувеличенной манере и подождите его ответа.

– Толкните мячик или машинку по направлению к ребенку и подождите, пока он толкнет игрушку обратно.

– Многие игры можно превратить в тренировку на соблюдение очередности: например, по очереди класть кубики в коробку, складывать паззлы, рисовать и т.п.

– Кормите с ребенком по очереди животных – реальных или игрушечных.

✓Стимуляция звуков

Разные дети наиболее «разговорчивы» в различной обстановке. Некоторые любят «поговорить» за едой или сразу после еды, другие предпочитают издавать звуки во время прогулки или поездки в машине. Следуйте желаниям ребенка.

Игры с неговорящими детьми

Количество неговорящих детей в последние годы очень увеличилось. Предлагаем вашему вниманию игры, в который каждый родитель может поиграть со своим ребенком, стимулируя при этом его речь.

«Камушки»

Ребёнок бросает мелкие камушки, крупные бусины в воду, произнося звук типа

«БУЛЬ»,...

«Шарик»

Ребёнок подбрасывает воздушный шар со звуком типа «УХ»,.....

«Гвозди»

Ребёнок «забивает гвозди», сильно ударяя молоточком по кнопкам и произнося звук «БУХ»,....

«Индейцы»

Ребёнок громко и протяжно произносит звук «а-а-а», хлопая ладошкой по губам.

«Бегемот» (игра на подражание)

Раздаётся из болота: «ааааааа!»

Грозный голос бегемота: «аааааа»

Он болото стережёт: «ааааааа»

Грозным голосом поёт: «аааааааа!»

«Гости»

Взрослый нажимает на «кнопочку» (живот) дверного звонка. Ребёнок издаёт длинный звук или несколько коротких по подражанию взрослому.

«Филин»

Ухал, охал, ахал филин

«УУУУУУ! Ууууууууууу!»

Эхо слышалось в лесу

УУУУУУУУУУУУ! Ууууууууууу!»

Звери в страхе разбежались,

Песни фили испугались.

УУУУУУУУУУ! Ууууууууу!»

«Живые звуки»

«Хоккей»- ребёнок машет «клюшкой» со звуком «хххх»;

«паровоз» — резко разжимает кулаки со звуком «ппппп»;

«крышка на чайнике» — стучит ладошкой по кулаку «бббб»;

«дождик» — стучит пальцами по столу «к-к-к»;

«часики» — палец качается в разные стороны: «ть-ть-ть»;

«насос» — руки ставит в замок, наклоняется со звуком «сссссс-ссс».

Упражнения, направленные на активизацию мышц лица

Для массажа лица 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 щечку по кругу варежкой из махровой ткани. Движения равномерные и энергичные: поглаживание лба от середины к вискам, поглаживание щек от носа к ушам и от подбородка к ушам, разминание щечек.

Упражнение 2. Похлопывайте пальцами по лицу ребенка. Производите движения попеременно: сначала быстро, потом медленно («Дождик мелкий – дождик крупный»), так же пройдите по губам.

Упражнение 3. Похлопывайте по щекам ребенка ладонями. Основания кистей взрослого соединены под подбородком малыша, а его щеки охвачены ладонями. Хлопать энергично, но не очень сильно.

Упражнение 4. Похлопывайте указательным и средним пальцами по губам малыша и произносите звук «м».

Артикуляционные упражнения

«Окошко»

Широко открыть рот - "жарко". Закрыть рот - "холодно".

«Чистим зубки»

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка с внутренней стороны "почистить" поочередно нижние и верхние зубы.

«Месим тесто»

Улыбнуться. Пошлепать языком между губами - "пя-пя-пя-пя-пя". Покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения).

«Чашечка»

Улыбнуться. Широко открыть рот. Высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т. е. слегка приподнять кончик языка).

«Дудочка»

С напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты).

«Орешки»

Рот закрыт, кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки. На щеках образуются твердые шарики - "орешки".

Артикуляционная гимнастика

Одним из способов стимуляции речевой активности ребенка является артикуляционная гимнастика (гимнастика для язычка).

Артикуляционные упражнения с игрушечным котенком

- Показать, как котенок дует на молочко (дуем широкий язык, зажатый между зубов, щечки не надуваем);
- Киска лижет молочко из блюдечка (широким языком делаем движения наподобие лакания, блюдцем является ваша ладонь);
- Показать, как котенок облизывается (делаем круговые движения язычком по внутренней поверхности губ);
- Показать, как котенок зевает: «а-а» (широко открыли рот);
- Показать, как котенок заметил мышку и удивился: «о-о» (губки округлили);
- Котенок стал пугать мышку: «д-д» (по подражанию);
- А теперь котенок доволен сам собой (надувать и сдувать щечки).

Артикуляционные упражнения с игрушечным ёжиком

- Показать, как ежик фырчит (прикусываем верхними зубками нижнюю губу: «ф-ф»);
- А теперь фырчит ежонок (улыбнулись, прикусили верхними зубками нижнюю губу: «фь-фь»);
- Покажи, как Ежик кушает яблоко (надуваем по очереди щечки);
- А теперь Ежик умывается (делаем круговые движения язычком по губам);
- Покажи, что Ежику вкусно и он улыбается: «и-и» (в улыбке показать сомкнутые зубки);
- А теперь ежик устал и зевает: «а-а» (широко открыли рот).

Очень важную роль в правильном произношении звуков играет и правильное речевое дыхание. Родители могут заниматься его развитием в домашних условиях, выполняя следующие упражнения.

Упражнение 1. Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Когда ребенок делает вдох, игрушка поднимается, когда делает выдох – игрушка опускается.

Упражнение 2. Ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы. Ребенок должен почувствовать ладонью, как живот поднимается, когда он делает вдох, и опускается при выдохе.

Упражнение 3. Ребенок, находящийся в положении сидя, кладет ладонь на область диафрагмы. Работа диафрагмы продолжает контролироваться зрительно и тактильно. Ребенок ощущает движения живота ладонью.

Упражнение 4. Ребенок, находящийся в положении стоя, кладет ладонь на область диафрагмы. Делаем вдох – живот поднимается, выдох – опускается.

Игры на развитие дыхания

Для правильного произношения звуков можно выполнять с ребенком различные упражнения на дыхание: «Подуй в дудочку», «Задувай свечку», «Больной пальчик».

«Загнать мяч в ворота»

Выполнять упражнение, стоя около стола, на котором стоят два кубика (футбольные ворота) и ватный шарик (мяч). Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, вгоняя его между двумя кубиками. «Забивать гол» на одном выдохе. Следить, чтобы щеки не надувались, для этого слегка прижать их пальцами.

Развитие мелкой моторики

Массаж рук

Предлагаем комплекс для массажа кистей рук и верхних конечностей в сочетании с пассивной гимнастикой.

- 1) поглаживание по тыльной поверхности от кончиков пальцев вдоль руки к лучезапястному, локтевому и плечевому суставам;
- 2) потряхивание руки;
- 3) круговые повороты кисти, прокручивание при фиксированном локтевом суставе (ладонью захватывается кисть ребенка со стороны ладонной поверхности);
- 4) сгибание кисти вправо-влево;
- 5) спиралеобразные движения по пальцам от кончиков к основанию;
- 6) вращение пальцев кисти (отдельно каждого);
- 7) сгибание пальцев в кулачок (большой палец сверху); затем каждый палец разгибается отдельно;
- 8) поглаживание каждого пальца от кончика к основанию с четырех сторон;
- 9) круговые движения пальцами по тыльной поверхности кисти ребенка;
- 10) поглаживание тыльной поверхности кисти от пальцев до локтя с придавливанием по наружной стороне руки и легким поглаживанием с внутренней стороны;
- 11) разминание каждого пальца вверх-вниз; отведение и приведение всех пальцев;

- 12) сгибание пальцев по фалангам;
- 13) «колечки» из пальцев — большого и поочередно всех остальных;
- 14) соединение ладони с ладонью, пальцев с пальцами; «фига» между всеми пальцами;
- 15) расслабление кисти потряхиванием (при этом нужно фиксировать руку ребенка у локтя);
- 16) похлопывание кистью ребенка по руке проводящего массаж;
- 17) смыкание пальчиков обеих рук и постукивание пальчика о пальчик, ноготка о ноготок;
- 18) интенсивный массаж кончиков пальцев с соскальзывающим движением между зажатými двумя пальцами родителя по ногтевой фаланге.

Пальчиковые игры

«Моя семья»

Этот пальчик — бабушка,
 Этот пальчик — дедушка,
 Этот пальчик — папочка,
 Этот пальчик — мамочка,
 Этот пальчик — девочка (мальчик)...

«Кулачок»

Этот пальчик маленький,
 Этот пальчик слабенький,
 Этот пальчик длинный,
 Этот пальчик сильненький,
 Ну, а это толстячок,
 Получился кулачок.

«Вьюшки»

Сначала – большие Вьюшки – крутим кулачками.
 Вьюшки, вьюшки, вьюшки, вью!
 Колотушки колочу! (*стучим кулачками друг о друга*)
 Заколачиваю, приколачиваю!
Потом – маленькие Вьюшки – пальчиками.
 Вьюшки, вьюшки, вьюшки, вью!
 Колотушки колочу!
 Заколачиваю, приколачиваю!

«В гости»

В гости к пальчику большому (*выставляются вверх большие пальцы обеих рук*).
 Приходили прямо к дому
 Указательный и средний, (*поочередно называемые пальцы соединяются с большими на обеих руках одновременно*)
 Безымянный и последний –
 Сам мизинчик-малышок (*пальцы сжаты в кулак, вверх выставлены только мизинцы*)
 Постучался на порог. (*кулаки стучат друг о друга*)
 Вместе пальчики-друзья, (*ритмичное сжатие пальцев в кулаки*).
 Друг без друга им нельзя.

Упражнения на развитие мелкой моторики

Нанизывание

Нанизывайте с малышом все, что нанизывается на шнурок: бусины, макароны, колечки, сушки.

Открывание и закрывание крышек

Малыши очень любят откручивать и закручивать разные баночки. Чтобы было интереснее, спрячьте внутрь сюрприз, завернутый в бумагу или фольгу.

Пересыпание

Пересыпайте с помощью ложки, совка, воронки разные сыпучие вещества из одной посуды в другую. Можно пересыпать песок, крупу, горох. Используйте разную посуду, возьмите сосуд с узким горлышком и покажите малышу как пользоваться воронкой. Особый восторг у детей вызывают детские мельницы, с помощью которых можно не только пересыпать сыпучие вещества, но и переливать воду.

Упражнения с бумагой

Бумагу можно мять, после этого получится «шарик», который можно бросать в корзину с расстояния. Бумагу можно рвать – захватываем пальцами обеих рук лист и тянем в разные стороны. Получаются полосочки, которые можно сложить в коробочку и сделать «дождик», высыпая полосочки из коробки. В бумагу или фольгу можно завернуть маленькую игрушку или наклеить картинку, скатать «шарик». Поиск сюрприза вызывает восторг у детей.

Сортировка мелких предметов

Очень важно, чтобы малыш делал это либо щепотью (тремя пальчиками), либо способом «пинцетного» захвата (двумя пальчиками – большим и указательным). Перемешайте в одной миске или коробки два вида мелких предметов, например горох и фасоль, ракушки и камушки, и попросите малыша вам помочь. Сортировка происходит всегда в игре, например наша курочка любит горох, а петушок – фасоль, давай покормим их.

Сортировка мелких предметов очень важна для детей на третьем году жизни.

Игры с крупами

Игры с крупами — не только отличное развивающее занятие для детей. Они оказывают еще и успокоительный эффект.

Для таких игр подойдет любая крупа, имеющаяся в доме, — фасоль, горох, гречка, пшено, рис, манка, а также макароны и соль. Также пусть у вас будут под рукой орехи, пуговицы, мелкие игрушки, небольшие машинки, миски разного размера, ситечко, игрушечная посуда, пинцет, мерные ложки.

Чтобы потом крупа не валялась по всему дому, выделите для игры специальное место.

Как правильно играть с крупами

- ✓ Играть можно в стульчике для кормления либо за обычным столом.
- ✓ Можно поставить миски с крупой в неглубокий тазик или на поднос с бортиками, чтобы крупа не разбежалась по полу.
- ✓ Можно посадить ребенка играть в ванну, постелив на дно коврик, чтобы было теплее.
- ✓ Кроме простого перебирания крупы, можно предложить ребенку и другие интересные и полезные игры. С их помощью можно не только развивать мелкую моторику, но и практические навыки, координацию движений, логическое мышление, фантазию, умение считать и даже читать.

Упражнения и игры с крупами

- Перекладывать крупу из миски в миску с помощью ложки.
- Пересыпать крупу из миски в миску с помощью небольшой кружки.
- Пересыпать крупу в бутылку с помощью воронки.
- Бросать крупинки в небольшое отверстие, например, в горлышко бутылки или в отверстие в коробке, баночке. Чтобы было интереснее, можно на коробку наклеить изображение птички, которую будем кормить зернышками.
- Искать руками в крупе клад — мелкие игрушки.
- Искать в манке, соли или муке игрушки, макароны, орехи, фасоль, крупу с помощью ситечка.
- Нанизать макароны с широким просветом на шнурок так, чтобы получились бусы или браслет.

- Сортировать: смешать, например, макароны и фасоль, а затем предложить малышу разложить их по разным мискам.
- Сортировать разную крупу по цвету, форме, размеру.
- Муку, манку или соль насыпать на поднос ровным слоем и рисовать на ней пальчиком или палочкой образы или дорожки между игрушками.
- Выкладывать из крупы дорожки – короткую и длинную, различные рисунки, геометрические фигуры, буквы и т.д.
- Провести клеем-карандашом невидимые линии или рисунок, насыпать сверху манку, а потом сдуть лишнее.
- Насыпать крупу в тазик и топтаться в ней ногами.
- Вдавливать крупу в пластилин или тесто.
- Насыпать крупу в мешочки или носочки. Эти самодельные игрушки малышам первых трех месяцев жизни можно вкладывать в кулачки.
- Размешивать соль, сахар в воде.
- Сделать погремушки из крупы и контейнеров от киндер-сюрприза или небольших пластиковых бутылок, можно искать одинаково звучащие.

Развитие мелкой моторики с использованием различных предметов

Грецкие орехи

- Грецкий орех положить между ладонями, прокатывать его от основания ладони к кончикам пальцев и обратно.
- Грецкий орех положить между ладонями, делать круговые движения, постепенно увеличивая нажим и темп.
- Катать два ореха между ладонями движениями вверх-вниз, по кругу.
- Удерживать два (три) ореха между любыми пальцами одной руки, обеих рук.
- Два ореха держать в одной руке и вращать одним вокруг другого.

Карандаши

- Растирание ладоней шестигранным карандашом, несколькими карандашами движениями вверх – вниз.
- Удерживать карандаш каждым согнутым пальцем, двумя любыми согнутыми пальцами под счет до 10.

Массажные щетки или колючий мячик

- Ребёнок катает мяч или круглую щётку для волос между ладонями движениями вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает темп и приговаривает: «У сосны, у пихты, ёлки очень колкие иголки. Но ещё сильнее, чем ельник, вас уколет можжевельник!»
- Массаж ладоней круговыми движениями мячана ударные слоги стихотворения: «Гладила мама – ежиха ежат: «Что за пригожие детки лежат!»
- Прокатывание мяча между пальцами от большого пальца к мизинцу и обратно сначала одной, потом другой руки.

Бельевые прищепки

Берем не тугие пластмассовые прищепки, поочередно «кусаем» подушечки пальцев на ударные слоги стихотворения от большого пальца к мизинцу (котенок кусается): «Кусается сильно котёнок – глупыш, он думает: это не палец, а мышь (смена рук). Но я же играю с тобою, малыш, а будешь кусаться – скажу тебе: «Кыш!»