

ДВИГАЯСЬ И ДЕЙСТВУЯ

**Как помочь детям, имеющим проблемы
со зрением, познать мир**



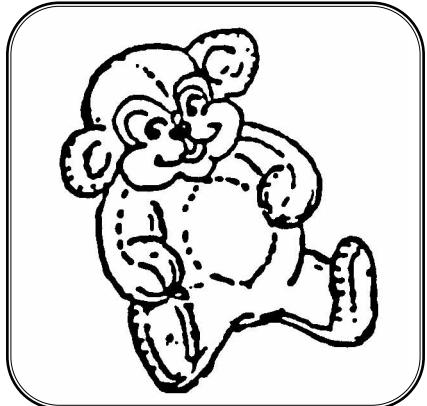
Консультативный центр «Свет Жизни»

Киев 2002

СОДЕРЖАНИЕ

Знание тела	
	4
Пространственные отношения	
	6
Равновесие	
	8
Крупная моторика	
	9
Тонкая моторика	
	10
Двигательная функция	
	12
Игры с использованием песенок и стишков	
	14

Слово к родителям...



Все дети лучше всего учатся в действии, будучи активными. Это в особенности относится к малышам, имеющим проблемы со зрением — им необходимо дотрагиваться до окружающих предметов, ощупывать и исследовать их. Прикосновение очень важно для такого ребенка. Это означает, что такой малыш очень нуждается в том, чтобы его поддерживали и обнимали, легонько шлепали, гладили, носили на руках. Ему также необходимо ощупывать и держать в руках разнообразные предметы с различной текстурой.

Когда дети занимаются каким-либо делом, им следует рассказывать о том, что они делают и чем пользуются в это время. Это имеет значение даже до того, как они начинают говорить, вскоре после рождения. Комбинация действия и рассказа о нем — один из наилучших для ребенка способов узнать о себе, своей семье и своем все увеличивающемся миру.

Ниже предлагаются советы по поводу игр и сами игры, которые, несомненно, принесут удовольствие вам и вашему малышу. Но не воспринимайте их, как список упражнений или уроков, которым нужно следовать точно, или выполнять в определенной последовательности. Выберите те, которые, на ваш взгляд, наиболее подходят для вашего ребенка в данное время, и рассматривайте их в качестве отправной точки для полета воображения в придумывании других игр вместе со своим малышом. Самое важное для вас, вашего ребенка и вашей семьи — это удовольствие от общества друг друга, процесс более глубокого взаимного познания. Обмен впечатлениями со своей семьей — один из важнейших путей познания ребенком мира.

Многие из описанных ниже занятий, возможно, вам уже известны. Вы можете просмотреть список и отметить те из них, которые уже знакомы и нравятся вашему ребенку, а напротив тех, которые вы хотели бы попробовать, поставить другую отметку. Вы должны иметь возможность сделать эти занятия частью повседневной жизни. Если для какого-либо занятия потребуется особое оборудование или материалы, их список будет приведен перед указаниями.

Поощрение и похвала за попытку выполнения задания, так же, как и за само выполнение, вызовет у вашего малыша желание попытаться еще раз. Например: «Хорошо, давай еще раз попробуем» звучит более ободряюще, чем «Нет, это неправильно, попробуй еще раз». Поощрение и похвала могут заключаться в ваших словах, в интонациях вашего голоса и, особенно, в объятиях, легких шлепках и поглаживании.

Осваивайте каждое новое занятие постепенно; не торопитесь, дайте малышу время привыкнуть. Если кажется, что ему скучно, он устал или растерялся — остановитесь и попробуйте еще раз в другое время.

С помощью этих занятий и тех, что вы придумаете сами, вы поможете вашему ребенку стать более любознательным, активным, внушите ему еще более сильное желание изучать и пробовать новое, а также вновь повторять то, что уже известно и освоено.

Знание тела

Знание тела означает, что человек знаком со своим телом! Вашему малышу необходимо узнать названия частей тела и то, как они связаны между собой («моя голова находится на моей шее»). Еще ему нужно уяснить, что и у других людей, так же, как и у него, есть руки, ноги и носы. Вы можете проводить занятия по изучению тела всякий раз, когда ваш малыш находится достаточно близко, чтобы к вам прикоснуться.

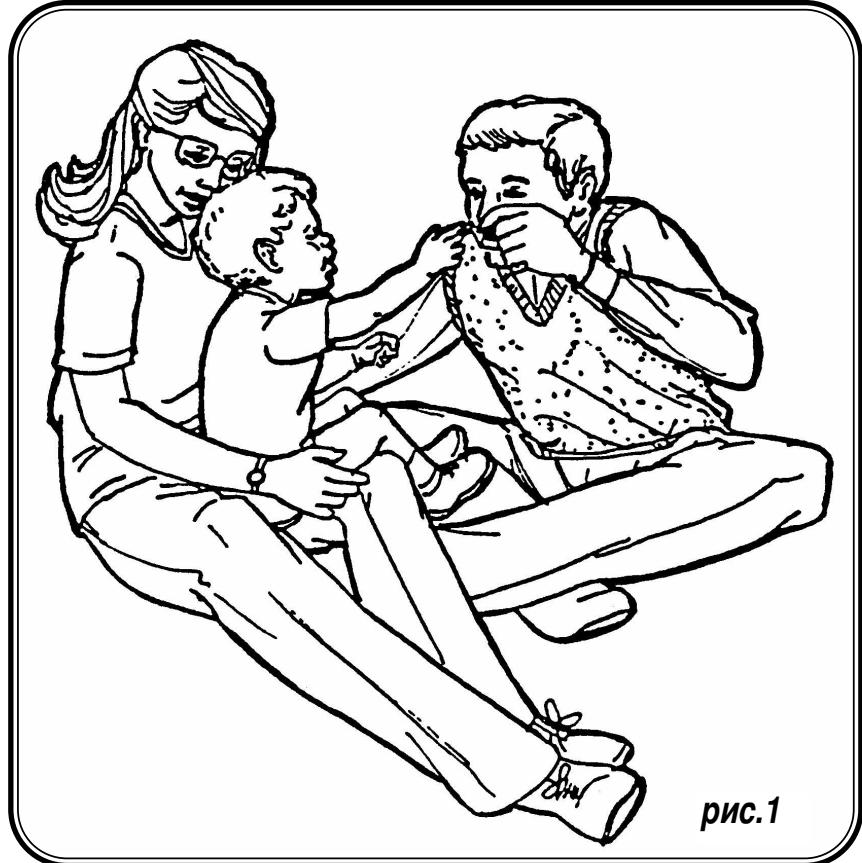


рис.1

1. В то время как ребенок лежит на спине, помогите ему разжать руки, нежно удерживая их, похлопывая и поглаживая их вашими губами или щекой. Когда ладошка открыта, подуйте на нее и на пальцы вашего малыша и пробегите по ним вашими пальцами.

Потом ласково подвигайте руку ребенка и помогите ему погладить его щеки, грудь и другую руку, называя части тела, которых он касается.

Внимание! Никогда не тяните и не дергайте малыша за руки или пальчики. Главная цель этого занятия — помочь расслабить пальцы и получить удовольствие от прикосновения к предметам.

2. Прикоснитесь рукой ребенка к его носу и скажите: «Нос Билли». Потом можно спросить: «Где нос Билли?» Если малыш прикасается к носу или щупает его, поощрите его: «А вот нос Билли». Проделайте то же с ушами, лицом, пальцами, ногой и т.д.

3. Помогите вашему ребенку подвигать частью тела, о которой вы говорите. Например: нежно поверните его голову, говоря: «Билли, поверни голову». Не принуждайте малыша делать какие-либо движения силой, просто направьте его, подталкивая рукой в желаемом направлении.

4. Покажите малышу те же части тела, что и в пункте 1, у себя или у других членов семьи. Помогая ему прикасаться к частям тела, описывайте их. «Папин нос», «Ступня Хэлэн» и т.д. (Рис. 1)

5. Вам понадобятся: одежда или другие предметы с различной текстурой. Когда вы одеваете вашего малыша или он одевается сам, говорите о текстуре одежды и о частях тела, на которые она надевается. Например: мягкие носочки защищают твои ножки, пушистая шапка надевается на твою голову. Не забудьте об «игре в переодевание». Иногда одежду для взрослых надеть легче, просто потому, что она больше по размеру.

6. Вам понадобятся: маленькие кусочки липкой ленты.

Приклейте ленту к одной из частей тела вашего ребенка, например, к руке, и скажите: «Убери ленту с твоей руки». Проделайте то же самое с другими частями его тела, например, с подбородком, пальцем ноги, животом.

Потом пусть он сам приклепт ленту к одной или нескольким частям своего тела и скажет вам, какую из лент нужно убрать, например: «Убери ленту с моего большого пальца».

Далее, налепите ленту на разные части своего собственного тела и попросите малыша убрать ее, каждый раз с одной конкретной части тела.

Потом пусть сам ребенок приклепт кусочки ленты к вашему телу и просит вас убирать их по одному за раз. Всякий раз он должен проверять, убрали ли вы ленту.

В конце концов, в качестве семейной игры, каждый приклеивает два или больше кусочка липкой ленты к различным частям своего тела. Потом участники по очереди просят других игроков их убрать. К примеру, вы можете сказать: «Петти, убери ленту с подбородка Марши».

Внимание! Не размещайте ленту на веках, в волосах или иных местах, где ее отклеивание будет болезненным. Приклеивайте ее легонько.

7. Расскажите малышу, когда вы и он лежите на спине, когда — на животе, на правом боку и т.д. В каждом положении помашите руками и ногами. Полежите на кровати, на полу или на травке.

8. Вам понадобится: радиоприемник или магнитофон.

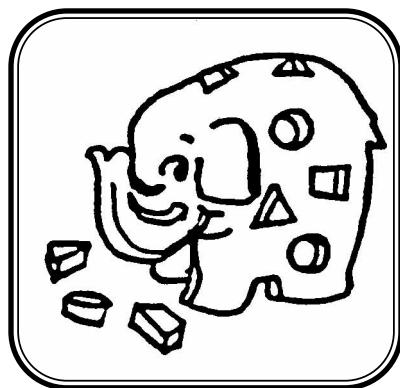
В то время, когда звучит музыка, поют или рассказывают стихи, покажите вашему малышу, как хлопать под музыку в ладоши, двигать коленями или топать ногами, говоря: «Хлопни в ладоши». При этом кто-нибудь может сидеть или стоять позади ребенка и помогать ему двигаться. Игры, основанные

на рифмовке, приведены в последнем разделе данной брошюры.

9. Сядьте с вашим малышом лицом к лицу. Поместите одну из его рук между вами, на столе, полу или кровати. Потом положите на нее сверху свою руку, затем на вашу — его вторую руку, и, наконец, сверху — вторую вашу руку. Пусть он «найдет» свои руки. Покажите ему, как высвободить руку из этой стопки и положить ее сверху. Если места достаточно, вы можете привлечь других членов семьи и составить пирамиду из рук 3-х или 4-х человек. Начните с рук только 2-х человек, пока ваш малыш не ознакомится с игрой ближе.

10. Поиграйте в игру «Саймон говорит». Один участник (ведущий) дает указания, а другие им следуют. Каждое указание начинается со слов: «Саймон говорит...». Когда ведущий не произносит этих слов, другие не должны выполнять указание. Вот несколько советов ведущему:

- а. дотроньтесь до носа
- б. поднимите руку
- в. прикоснитесь к вашим волосам
- г. прикоснитесь к темени
- д. дотроньтесь к подбородку
- е. прикоснитесь к уху
- ж. встаньте
- з. сядьте
- и. потопайте ногами
- к. повернитесь
- л. прикоснитесь к полу



Пространственные отношения

Пространственные отношения включают представления о своем теле и его расположении относительно окружающих предметов (стула, игрушки, стены). Представление о том, как расположен данный предмет относительно других — тоже часть пространственных отношений, например: «Дверь находится справа от радиоприемника».

Когда ваш малыш чем-то занимается, всегда говорите ему, что он делает. Особо подчеркивайте такие слова, как «в», «из», «над», «под», «через», «вокруг», «вверх», «вниз», «рядом» и «сзади».

1. Меняйте положение малыша у себя на руках, нося его таким образом, чтобы его голова иногда была у вас на правой руке, а иногда — на левой.

2. Меняйте положение ребенка в кроватке, укладывая его головой то к передней, то к задней спинке. Кладите его то на живот, то на спину.

3. Начиная игру в прятки, ласково проведите по лицу малыша носовым платком, салфеткой или легким шарфом. Когда лицо закрыто, вы, можете, например, спросить: «Где Джимми?», а потом, когда шарф откроет лицо, сказать: «Вот он где!» и обнять малыша.

4. Пусть малыш ползает по вашему животу, ногам и т.д., пока вы лежите на спине. Другой человек может помочь вашему ребенку начать ползти из разных отправных точек. Позвольте ему переползать через вас, проползать под ваши согнутыми ногами, говоря, например: «Карен проползает под папиними ногами», «Карен переползает через мамину руку».

5. Вам понадобится: стул.

Побудите малыша обойти вокруг стула. Помогите ему понять, когда он снова окажется в отправной точке. Пока он будет обходить стул, обращайте его внимание на то, где он находится — сзади стула, спереди или сбоку.

6. Вам понадобится: перевернутый стул, лежащий на полу.

Покажите вашему малышу, как можно проползти под стулом, как вскарабкаться на спинку или перешагнуть через нее. Помогите ему поставить стул и вновь его исследовать.

Когда ножки стула направлены вверх, внимательно следите за тем, чтобы ребенок не упал на них.

7. Вам понадобится: большая картонная коробка.

Пусть ваш малыш заберется в коробку и вылезет оттуда. Объясните ему, где у коробки верх, или потолок, низ, или пол, или стенки, или стены.

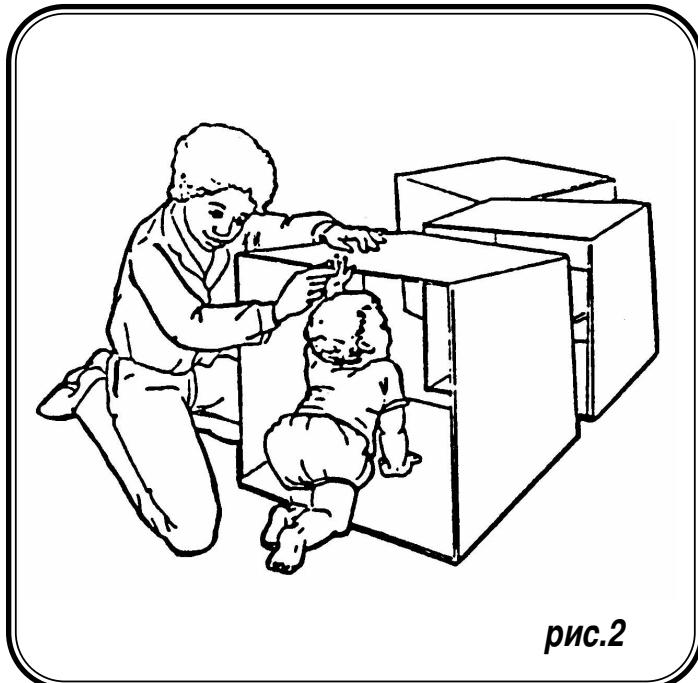


рис.2

8. Вам понадобятся: два стула, поставленные бок о бок, или картонные коробки без верха и дна, поставленные рядом и образующие туннель. (Рис.2)

Помогите малышу проползти через туннель. Поясните ему такие понятия, как «верх», «стенки», «низ».

9. Вам понадобится: пластмассовый бак для мусора или большая бельевая корзина, лежащая на боку.

Пусть ваш ребенок поиграет внутри корзины и пошумит, сидя в ней. Когда он там удобно устроится, покачайте ее из стороны в сторону.

10. Вам понадобится: пластмассовый бак для мусора или большая корзина, лежащая на боку.

Легко покачайте корзину из стороны в сторону, пока малыш просто сидит на ней сверху, лежит, или сидит верхом.

Все ваши движения должны быть медленными и осторожными. Сначала следует пройти занятие 2 из раздела «Равновесие».

11. Пусть ваш малыш попутешествует по дому, придерживаясь за стены и мебель. Помогите ему двигаться, не держась за мебель, позвав к себе с близкого расстояния. Протяните руку и дотроньтесь до него, чтобы он понял, как близко вы находитесь. Постепенно увеличивайте расстояние между вами.

12. Вам понадобятся: стулья, картонные коробки, корзина для мусора, стол, доска, подушка.

После того, как малыш поиграет с этими предметами, составьте маршрут, используя два из них в качестве препятствий, которые нужно преодолевать по-разному. Например: сквозь картонную коробку нужно проползти, между двумя стульями — проползти. Постепенно добавляйте новые предметы, увеличивая ряд препятствий. Каждый раз, составляя более длинный маршрут, сохраняйте одну и ту же последовательность предметов. Каждая стадия может длиться несколько дней или недель.

13. Вам понадобится: доска шириной 25 — 30 сантиметров, толщиной 2,5 сантиметра и длиной, как минимум 1 метр,

лежащая на полу.

Пусть ребенок посидит на доске, переползет через нее, встанет на доску и сойдет с нее. Помогите ему спрыгнуть с конца доски или в сторону.

Если ребенок только начал подниматься на ноги и ходить, придерживайте его за бока, оставив его руки и кисти свободными для того, чтобы поддерживать равновесие и самостоятельно хвататьсяся. (Рис.3)

14. Вам понадобится: лестница, лежащая на полу, с различными игрушками или материалами с разной текстурой, прикрепленными к перекладинам.

Пусть ваш ребенок исследует лестницу, посидит и постоит на ней, переползет через нее и проползет вокруг, обойдет ее и прошагает по перекладинам. Пока лестница лежит на полу, покажите малышу, как хвататься руками за перекладины и ставить на них ноги.

15. Вам понадобится: доска шириной 25 — 30 сантиметров и длиной около метра, один из концов которой должен быть приподнят над полом на 2-3 сантиметра.

Пусть ваш малыш исследует доску, посидит на ней, перелезет через нее, пройдет или проползет по ней, переступит через нее. Покажите ребенку опущенный и приподнятый концы доски. Помогите ему спрыгнуть с обоих концов и взойти на каждый из них.

Внимание! Начинайте с доски приподнятой не больше чем на 3 сантиметра. Если же вы приподнимете один из ее концов выше, обязательно будьте рядом с вашим малышом, когда он впервые столкнется с этим изменением.

16. Вам понадобится: лестница, немного приподнятая над полом.

Пусть ваш малыш проделает то же, что описано в п.14.

Хорошее понимание пространственных отношений поможет ребенку-дошкольнику научиться самостоятельно передвигаться из одного места в другое. Когда он подрастет, вы наверняка услышите от его учителей о «навыках движения» и «мобильности». Занятия по изучению тела и пространственных отношений — важная основа для изучения ориентирования и мобильности.



рис.3

Равновесие

Очень важный этап в развитии вашего малыша — научить его обретать и держать равновесие. Вы можете ему помочь в этом.

1. Лежа на спине на полу, усадите малыша на себя сверху. Попросите еще кого-нибудь сесть на пол у ног вашего ребенка. Попросите вашего малыша: «Найди мамино лицо», пусть он поползает и подвигается в поисках, вначале с вашей помощью. Другой участник занятия может стимулировать ползанье, легонько прижимая или подталкивая к вам ножки ребенка.

2. Лягте на спину на пол, усадите малыша себе на живот так, чтобы его ступни оказались на полу по одну сторону от вас. Ваш помощник должен сидеть или стоять на коленях на полу лицом к ребенку, держа его за бока. (Рис. 4)

Повернитесь на небольшой угол в одну сторону, вернитесь в исходное положение, вновь повернитесь на небольшой угол в другую сторону. Малыш, возможно, потянемся к вашему помощнику и начнет вставать на ноги. Помощник должен подать малышу руки, чтобы ребенок мог опереться и самостоятельно встать. Не поднимайте малыша, не ставьте его

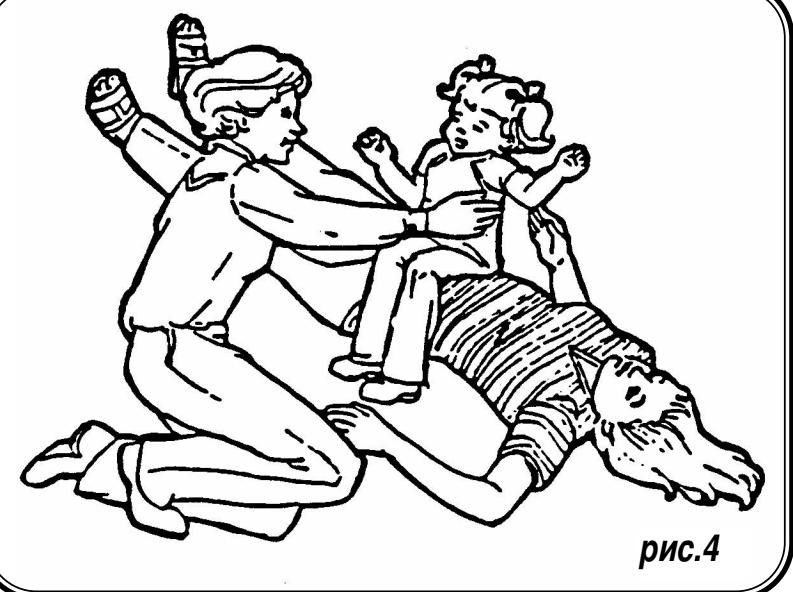


рис.4

на ноги, позвольте ему сделать это самому.

Внимание! Двигайтесь медленно и плавно, без резких остановок и рывков. Дайте малышу время восстановить равновесие прежде, чем вы измените направление движения.

3. Сядьте на пол, вытянув ноги. Ребенок садится верхом на одну из ваших ног, опустив свои ноги по обе стороны от вашей.

Держа малыша за бока, повернитесь на некоторый угол в одну сторону, потом — в другую, чтобы малышу пришлось поддерживать равновесие. Со временем, когда ребенок привыкнет к этой игре, придерживайте его за бока все слабее и слабее, до тех пор, пока вам вообще не нужно будет его держать.

4. Лягте на спину на пол, согнув ноги в коленях так, чтобы ступни стояли на полу. Усадите малыша так, чтобы спиной он опирался о ваши бедра.

Держа его за бока или бедра, плавно повернитесь в одну сторону, вернитесь в исходное положение, потом — повернитесь в другую. Постепенно увеличивайте угол вашего поворота.

5. Вот это уже сложно! (см. Рис. 5).

Двое взрослых сидят на полу, вытянув ноги и слегка разведя их в стороны. Взрослые повернуты лицом друг к другу, правая нога одного параллельна правой ноге другого. Ребенок держится за одного из взрослых.

Уложите малыша на живот попрек одной из ваших ног, и побудите переползти через ваши ноги. Если он уже ходит, пусть переступит через них. Придерживайте ребенка руками за туловище, оставляя его руки свободными для поддержания равновесия и для того, чтобы он мог ухватиться за взрослых.

10. Вам понадобятся: матрас, подушки, частично надутый резиновый круг или пляжный мяч.

Покажите вашему малышу, как ползать, сидеть, стоять, перекатываться и ходить по этим или другим типам поверхностей. Позвольте ему поупражняться в потере и обретении равновесия.

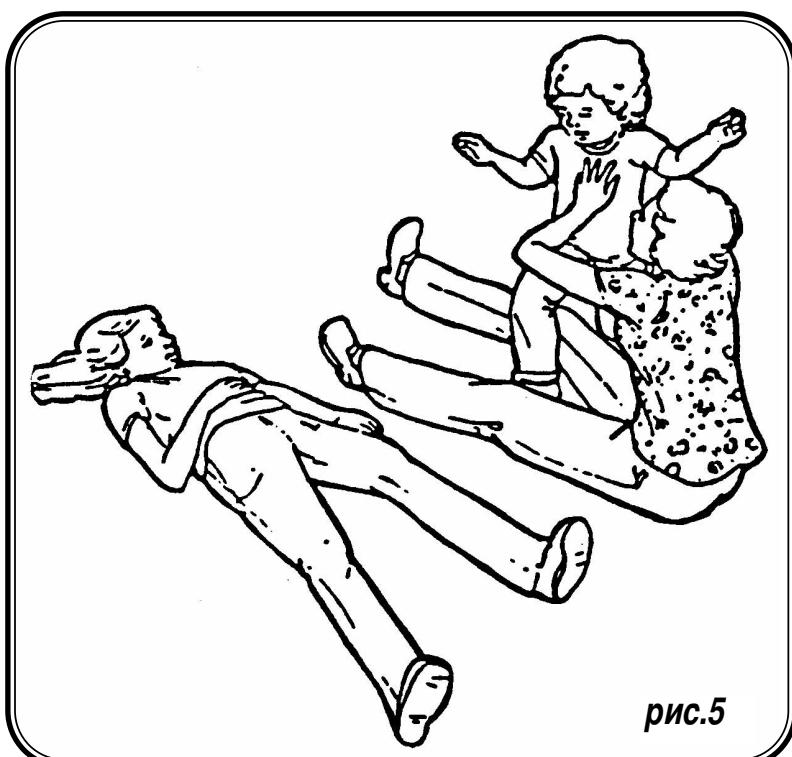


рис.5

Крупная моторика

Использование крупных мышц тела, например, мышцы ног, рук и туловища, относится к крупной моторике. В основном действия, связанные с удержанием равновесия и двигательной функцией, могут рассматриваться как особые разновидности крупной моторики. Основные виды деятельности, относящиеся к крупной моторике — растягивание, сгибание и повороты.

1. Повесьте над кроваткой вашего ребенка передвижную или неподвижно закрепленную погремушку, которая бы издавала звук при ударе. Она должна находиться достаточно близко к малышу, чтобы он мог ударять по ней руками или ногами.

2. Когда ребенок лежит на спине, мягко подвигайте его ноги, имитируя движения при езде на велосипеде — подводя то одно, то другое согнутое колено к его груди.

3. Положите газету на спинку дивана или детской кроватки, а затем уложите ребенка на спину так, чтобы его ноги находились около газеты. Когда он двинет ногой, он почувствует прикосновение бумаги и услышит шуршание, вызванное его прикосновением.

4. Лягте на живот, лицом к лицу с малышом, который тоже должен лежать на животе. Попойте и поговорите с ним, побуждая его поднять голову. Ласково проведите рукой снизу вверх по его позвоночнику, от талии до верхнего конца шеи. Погладьте или похлопайте по его щекам, подбородку. Позвените колокольчиком или игрушкой над его головой. Нежно удерживая его голову, потрите с ним носами.

Внимание! Не тяните голову малыша и не нажимайте сильно на его лицо, позвоночник или шею.

5. Уложите малыша на спину на своем животе и, дотрагиваясь до его пальцев и пяток большим пальцем вашей руки, побудите его ползать ваш живот.

6. Когда ваш ребенок лежит на спине, побудите его сжать ваши пальцы. Потом пусть он поднимет голову и подтянется к вам, так высоко, как сможет. Может быть, он поднимет только голову и плечи, а может ему удастся подтянуться и сесть.

Внимание! Дайте малышу подтягиваться самому. Не подтгибайте его.

7. Помогите малышу покрутиться вокруг своей оси, сидя на полу. Пусть он покрутится в обоих направлениях.

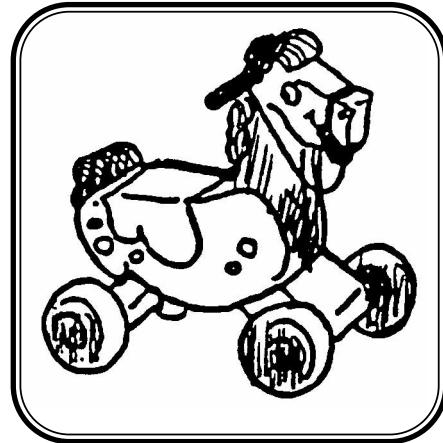
Начинайте делать это упражнение медленно. Если вы крутите малыша слишком быстро или долго, у него может закружиться голова.

8. Вам понадобится: игрушка, которая издает постоянный звук — музыкальная шкатулка, секундомер или тикающие часы.

Лягте на пол на спину, малыш же пусть станет на колени рядом с вами. Положите игрушку по другую сторону от себя, так, чтобы он не мог до нее дотянуться.

Побудите малыша перегнуться через вас, чтобы достать игрушку.

9. Вам понадобятся: мячи разных размеров из различных материалов — пляжный мяч, теннисный мячик, футбольный



мяч, мячик, скатанный из газеты, мяч с колокольчиком внутри.

Для игры понадобятся двое взрослых, сидящих на полу лицом к лицу, широко расставив ноги. Ребенок садится между ног одного из них, повернувшись лицом к другому. Если взрослый один, ему следует повернуться лицом к стене, широко расставив ноги, а ребенка посадить спиной к стене.

Помогите вашему малышу подкатить мяч к сидящему напротив взрослому, который толкнет его обратно. Помогите ребенку определить местонахождение мяча и покатить его назад. Позднее побудите ребенка покатить мяч, достать его и вновь, теперь самостоятельно, покатить его.

10. Сядьте на пол, широко расставив ноги. Помогите малышу схватить мяч, при этом его ноги должны соприкасаться с вашими, как в упражнении 9.

Поиграйте, катая назад и вперед тот мяч, который вашему ребенку нравится больше всего. Постепенно увеличивайте расстояние между вами и малышом, чтобы улучшить его меткость и точность.

11. Помогите малышу улечься на спину (на пол или коврик), поджав колени к груди.

Мягко перекатывайте малыша вдоль позвоночника, от головы до ягодиц, туда и назад; при этом его подбородок должен быть плотно прижат к груди. Будьте осторожны, не перекувьрните его через голову.

12. Включив музыку, помогите вашему ребенку махать назад и вперед руками в такт музыке, двигать ногами, раскачиваться и кружиться. Танцуйте!

13. Вам понадобятся: погремушка, картонная коробка или корзина для бумаг, тикающие часы.

Положите часы в корзину или коробку. Встаньте позади ребенка и помогите ему бросить погремушку в сторону тикания.

14. Вам понадобятся: погремушка, маленький стульчик или низкая ступенька.

Усадите вашего малыша на ступеньку или стул. Положите погремушку ему на ногу в районе пальцев. Говоря: «Удар!», двигайте его ногу, имитируя удар. Когда он научится этому, пусть поднимется на ноги и попытается проделать то же самое.

15. Проделайте упражнение 14, используя мячи разных размеров. Поместите мяч на пальцы ноги ребенка, скажите: «Удар!» и двигайте его ногу, имитируя движение при ударе. Когда он научится этому, пусть поднимется на ноги и попытается сделать это стоя. Позже пусть малыш подходит к мячу и бьет по нему. Это весело!

Тонкая моторика

Такая моторика предполагает использование меньших мышц тела, таких как мышцы пальцев или лица. Удержание, сжимание, разговор — все это относится к тонкой моторике.

1. Давая малышу бутылочку, положите на нее обе его руки так, будто он ее держит, и помогите ему поднести бутылочку ко рту.

2. Пусть ребенок, лежа на спине, схватится за ваши пальцы. Пока он их держит, медленно перекрещивайте его руки так, чтобы кисть его правой руки прикасалась к левой руке, а кисть левой руки — к правой руке.

Внимание! Не дергайте и не тяните силой руки ребенка. Ваши движения должны быть всегда плавными, перемещая руки малыша, ласково разговаривайте с ним.

3. Потрясите погремушкой или связкой ключей перед вашим ребенком. Потом вложите погремушку в его руку и потрясите погремушкой, зажатой в руке ребенка.

4. В то время как малыш держит игрушку в одной руке, попытайтесь подвести к игрушке его другую руку. Потом помогите ему перехватить игрушку другой рукой.

Внимание! Не тяните другую руку на всем протяжении ее пути к руке с игрушкой; начните с того, что поднесете ее так близко, как только возможно без особых усилий.

5. Вам понадобятся: два небольших кубика.

Покажите вашему малышу, как стукнуть кубиками друг о друга. Вначале удостоверьтесь, что ваш ребенок может удержать в каждой руке по кубику. Остерегайтесь попадания малышом себе по пальцам.

6. Помогите малышу дотянуться, взять и съесть такую пищу, как, например, сухие хлопья или изюм. Постепенно помогайте ему все меньше и меньше, пока он не сможет брать пищу и есть ее самостоятельно.

7. Вам понадобятся: емкости типа коробок, банок из-под кофе, бумажных пакетов, упаковок от молока со срезанным верхом, старого кошелька, банки с пластмассовой крышкой, посередине которой прорезана щель. Маленькие предметы, такие как ложка, карандаш, кубик, носок, игрушечная машинка, расческа, мерные ложки. Маленькие предметы должны быть такой величины, чтобы их нельзя было проглотить.

Вначале покажите ребенку, как вынимать предметы из различных емкостей и как помещать их туда.

Для начала, дайте малышу лишь один предмет. После того, как он разберется, как использовать эти игрушки, дайте ему время поиграть с ними самому. Вы можете быть рядом, время от времени ободряя его словесно, но позвольте ему исследовать и экспериментировать самостоятельно.



рис.6

8. Вам понадобятся: емкости с крышками: коробки, банки, кастрюли, пластмассовые судочки для хранения пищевых продуктов в холодильнике, коробки из-под сметаны.

Покажите малышу, как нужно снимать крышку. Начните с тех емкостей, где крышки можно легко снять или столкнуть. Потом покажите ребенку те из них, где крышки откручиваются. Далее, покажите ему, закрывать емкости теми же крышками.

9. Вам понадобятся: банки и кастрюли, пластмассовые емкости с крышками и без них, деревянные ложки.

Покажите вашему малышу, как крышка надевается на банку. Покажите, как можно стучать по банкам и крышкам деревянной ложкой и как ею помешивать. Для начала дайте ему лишь несколько вещей; пусть он поэкспериментирует с ними. Лучше использовать настоящие, а не игрушечные, предметы домашнего обихода, чтобы малыш привыкал к настоящим вещам.

10. Вам понадобятся: пластиковые стаканчики и другие водонепроницаемые емкости, воронка, пустые бутылки из-под шампуня и моющих средств, открытые и закрытые, брызгалка.

Покажите ребенку, как наполнять и опорожнять различные емкости, как переливать жидкость из одной емкости в другую. Займитесь этим тогда, когда малыш сидит в ванне или детском бассейне, или делайте это над тазиком, поставленным на низкий столик.

Всегда давайте малышу время для исследования перед тем, как вы ему что-нибудь покажете и после того, как вы показали ему одну-две вещи. Эти вещи должны быть достаточно большими, чтобы их нельзя было проглотить, и не должны иметь острых краев.

11. Вам понадобится: миска с песком, зерном или рисом. Пластиковые стаканы, ложки, воронка, чашки, кувшины. (Рис.6)

Покажите малышу, как заполнять емкость, погружая ее в песок, или насыпая туда песок ложкой. Также покажите, как пересыпать содержимое из одной емкости в другую.

12. Вам понадобятся: два или больше кубиков.

Взяв для начала два кубика, покажите малышу, как положить один из них на второй. Помогите ему разрушить, а потом вновь сложить эту башенку. Скажите ребенку, что вы кладете

один кубик на второй, и что один из них — снизу. Потом постройте башенку из трех кубиков.

13. Вам понадобятся: три или больше кубиков.

Покажите вашему ребенку, как из кубиков сделать поезд, взяв для начала два кубика. Потом подтолкните конструкцию вперед, изображая, как движется поезд. Когда малыш научится делать это с двумя кубиками, удлиняйте поезд, прибавляя кубики.

Не торопите ребенка. Дайте ему время потренироваться и поэкспериментировать самостоятельно.

14. Вам понадобятся: обувная или другая подобная коробка, пружинные прищепки для разевивания белья.

Покажите малышу, как прикреплять прищепки к краю коробки и как их снимать. Если у вас есть разные прищепки, для начала используйте, по возможности, более простые в употреблении.

15. Вам понадобятся: миска с листовым салатом, нарезанная морковь и другие ингредиенты для салата.

Помогите малышу помыть руки; потом, стоя позади него, положив свои руки на его, помогите ему перемешать салат. Объясните ему, как называются различные на ощупь овощи и зелень и позвольте ему их попробовать. Для начала возьмите большую миску и лишь немного салата.

16. Вам понадобятся: две-три группы по два или более одинаковых предмета. Например: два-три кубика и две-три ложки.

Смешайте две пары разных предметов и попросите ребенка сложить предметы из одной группы в одно место или коробку, а из другой — в другое место. Постепенно увеличивайте количество предметов в каждой группе, потом вводите в игру другие группы предметов.

17. Вам понадобятся: заводные игрушки, издающие звуки.

Помогите ребенку завести механизм игрушки. Помогите ему поставить ее, чтобы она смогла «заработать».

Если ребенку игрушка еще не знакома, пусть она сперва поиздает звуки на некотором расстоянии от него, чтобы малыш привык и не пугался.

18. Дайте ребенку влажную тряпку и покажите ему, как он может помочь вам, вытирая стол, дверцу холодильника и т.д.

19. Вам понадобятся: такие емкости, как бумажный пакет, коробка, кошелек, пакет из-под молока. Маленькие предметы, такие как ложка, игрушечная машинка, носок, резиновая лента.

Положите две вещи в емкости и попросите малыша найти одну из них. Похвалите его, если он найдет ту, о которой вы просили; если же он найдет другую, скажите ему, что именно он нашел, и попросите на этот раз отыскать правильную вещь. Постепенно увеличивайте количество вещей.

20. Вам понадобится: набор мерных стаканчиков.

Позвольте ребенку некоторое время поиграть со стаканчиками. Потом покажите ему, что он может сложить их в стопку, один на другой, если перевернет вверх дном. Далее, покажите малышу, как вставить меньший стаканчик в больший.

Для начала возьмите два стаканчика, наибольший и наименьший, затем постепенно добавляйте другие.

21. Вам понадобятся: обеденные ложки, ножи, вилки, пластиковые стаканы, посудное полотенце.

Покажите малышу, как нужно вытираять и расставлять по местам всю эту посуду. Дайте ему возможность помыть ее.

22. Вам понадобится: глина, пластилин, тесто.

Позвольте вашему малышу поиграть с пластилином или глиной. Потом покажите ему, как разминать и раскатывать их; как делать блин, змейку, шарик и другие простые формы.

23. Вам понадобятся: взбивалка для яиц, миска или ванночка с водой и моющим средством.

Покажите вашему ребенку, как держать взбивалку в одной руке, крутя второй рукой ручку. Пусть он попробует сделать это и правой, и левой рукой. Покажите малышу, что чем дольше он это делает, тем больше появляется пены.

24. Вам понадобится: туфля взрослого человека со шнурками. (Рис.7)

Для начала зашнуруйте туфлю полностью, кроме последнего отверстия. Скажите: «Зашнуруй туфлю» и помогите малышу сделать это. Постепенно начинайте давать ему делать это самостоятельно, потом вытяните шнурок из последних двух отверстий и дайте ребенку зашнуровать туфлю. Продолжайте подобным образом, до тех пор, пока ребенок не сможет зашнурывать всю туфлю. Не спешите. Это может потребовать нескольких недель или даже больше.

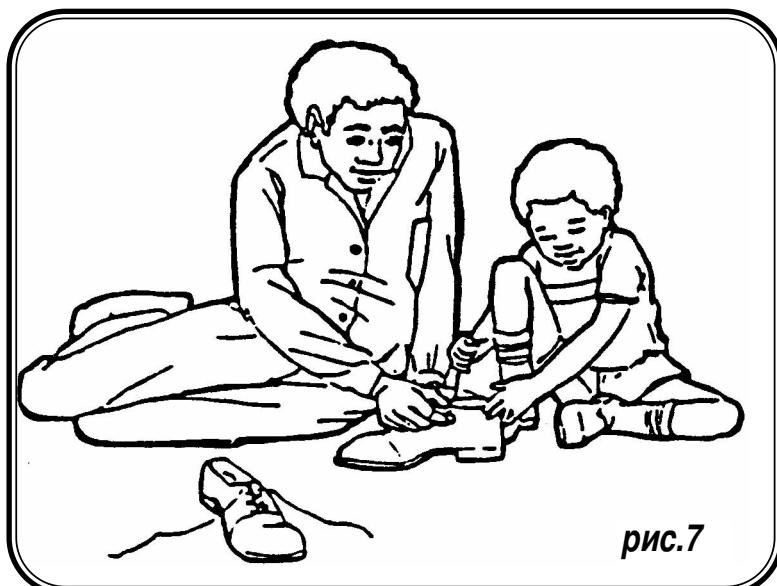


рис.7

Двигательная функция

Кдвигательной функции относятся любые формы движения, в результате которых человек перемещается из одного места в другое. Качение, ходьба, прыганье, ползанье — все это примеры проявления двигательной функции.

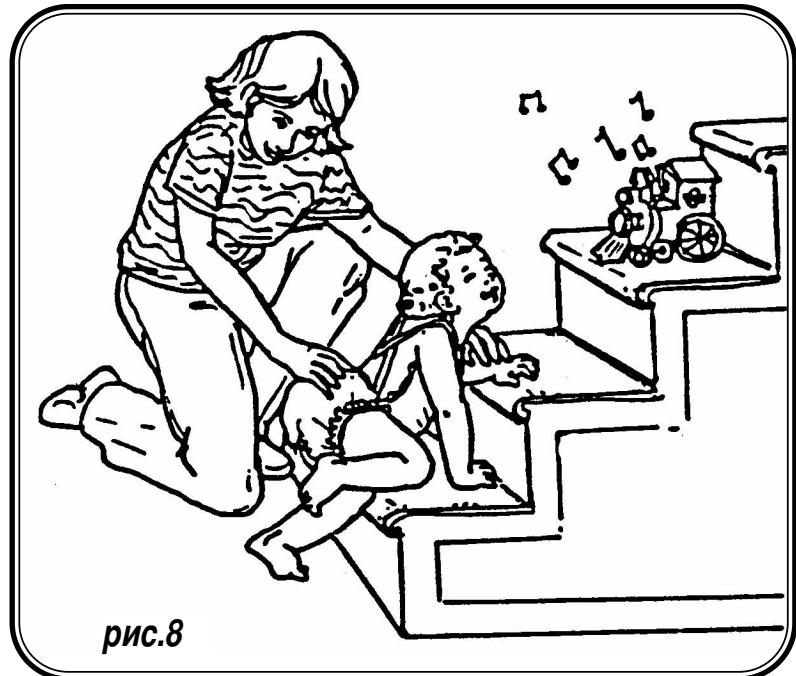


рис.8

1. Помогите лежащему малышу перекатиться вокруг оси тела — со спины на живот и вновь на спину, двигаясь в одном направлении. Потом пусть он перекатится таким же образом два или три раза в одну сторону. Проделайте то же самое, но уже в другую сторону. Постарайтесь найти возможность заняться этим и на улице.

2. Сядьте на гладкий пол, усадите малыша себе на колени, так, чтобы спиной он опирался о ваш живот. Скользните по полу вперед, назад и в стороны, всякий раз говоря ребенку, что вы скользите, и указывая направление. Потом посадите его перед собой и помогите ему тоже скользнуть. После этого усадите его рядом с собой и поскользните вместе, в одном и том же направлении.

3. Вам понадобятся: погремушки.

Помогите малышу уравновесить погремушку на его плече, голове, тыльной стороне ладони, и подвигаться. Пусть он пройдется, поскользнется, сидя на полу, поползнет, перекатится.

4. Вам понадобится: ряд ступеней. (Рис.8)

Положите руки малыша на нижнюю ступеньку. Используя любимую игрушку или человека в качестве «приманки», побудите ребенка переместить руки на следующую ступеньку и постепенно взобраться на нее. Возможно, вам придется последовательно передвигать руки и колени малыша в нужные позиции.

Внимание! Один из взрослых должен постоянно находиться ниже ребенка, присматривая за ним.

5. Вам понадобится: ряд ступеней.

Усадите малыша на второй, третьей, или на первой ступеньке снизу. Один из взрослых должен находиться чуть ниже ребенка, второй — над малышом или, если достаточно места, на той же ступени, что и малыш.

Помогите вашему ребенку повернуться, опираясь руками на ступеньку, где он сидит, и дотянуться одной ножкой до нижерасположенной ступеньки.

Колени малыша должны находиться на верхней ступеньке. Продолжайте таким же образом. Ниже ребенка обязательно должен находиться взрослый.

6. Вы стоите; малыш стоит своими ступнями на ваших. Вы держите его за руки.

Идите медленно, приподнимая ступни ребенка так, словно он шагает. Подвигайтесь и вперед, и назад. Пусть иногда ребенок стоит к вам лицом, а иногда — спиной. Делайте мелкие шаги, двигайтесь медленно.

7. Уложите малыша на живот. Станьте позади него на колени, держа его за бедра.

Аккуратно приподнимите туловище ребенка, так, чтобы он опирался на руки наподобие тачки. Когда малыш привыкнет к такой позиции, предложите ему подвигать руками. Когда он окрепнет, держите его за нижнюю часть ног и, наконец, за лодыжки. Ваш помощник может позвать ребенка, или же любимая игрушка может привлечь внимание малыша и побудить его двигаться.

Внимание! Двигайтесь очень медленно, не торопите и не подталкивайте ребенка.

8. Вам понадобится: маленькое гимнастическое кольцо.

Стоя на коленях лицом к малышу держитесь вместе с ним обеими руками за кольцо. Медленно двигайтесь по кругу. Затем пусть малыш шагнет вперед, назад, в стороны.

Внимание! Страйтесь держать кольцо на уровне груди ребенка, или чуть ниже. Двигайтесь только в одном направлении, пока малыш не сможет с легкостью за вами следовать, затем можете двигаться и в другом направлении.

9. Первая игра ребенка в пятнашки!

Стоя недалеко от ребенка, первый из взрослых говорит: «Поймай меня». Второй взрослый, например, мама, повторяет: «Поймай папу», — и помогает малышу направиться в сторону, откуда раздается голос отца. Ребенок может ползать, ходить или бегать. Потом поменяйтесь ролями — пусть взрослый попытается поймать малыша.

10. Спрячьтесь недалеко от малыша, там, где ему будет легко вас найти. Позовите: «Найди меня», а потом часто выкрикивайте, что-то вроде: «Я тут», «Ты уже ближе» и т.д., чтобы голосом указать ребенку направление. Можно использовать звон колокольчика или другой условный сигнал, объяснив вна-

чале ребенку, что он значит. Сделайте так, чтобы только один человек давал звуковые подсказки. Этот человек не должен менять свое местоположение.

Не допускайте, чтобы ваш малыш устал во время игры не найдя вас. Вначале спрячьтесь рядом с ним, в таком месте, где найти вас очень легко.

11. Все участники игры стоят, один из них говорит: «Идите вперед», другой взрослый с малышом исполняют указание. Другие возможные указания: «идите назад», «в сторону», «медленно», «быстро». Начните с двух разновидностей ходьбы, а когда малыш их выучит, включите в игру и другие.

12. Вам понадобятся: стулья, количество которых равно числу игроков. (Рис. 9)

Выстройте стулья в один ряд, как для игры в «Музыкальные стулья», так, чтобы они через один были повернуты в одну сторону. Каждый из игроков сидит на стуле. Ведущий находится рядом.

Когда ведущий говорит: «Идите», сидящие встают. Ведущий объясняет, какой из звуков (или отсутствие звука) означает: «Сядьте». Это может быть хлопок в ладоши, конец песни или музыки. Играющие ходят вокруг ряда стульев, пока не будет дан условный сигнал сесть. Тогда все садятся. Когда ваш малыш привыкнет к этой игре, уберите один из стульев, чтобы количество участников превышало количество стульев. Когда будет дан сигнал сидеться, кто-то останется стоять, после чего уже он станет ведущим, и т.д.

Начинайте с двух стульев и двух участников, пока ваш малыш не разберется, что ему делать. Постепенно увеличивайте количество стульев и участников, каждый раз на единицу.

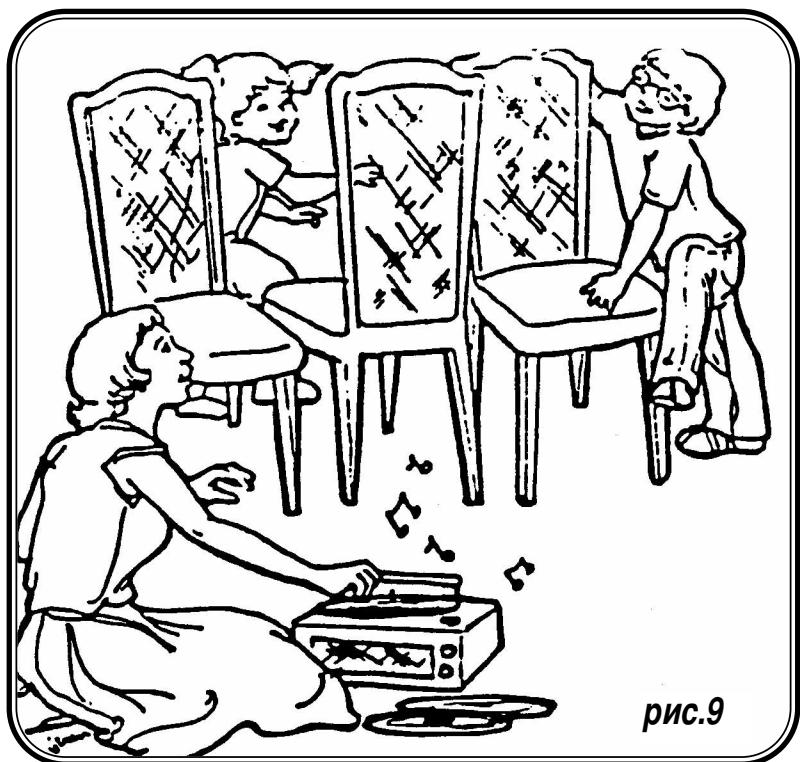
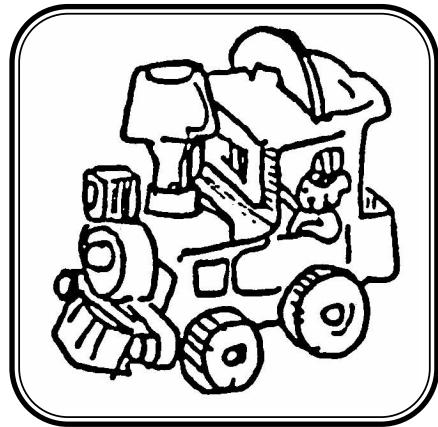


рис.9

Игры с использованием песенок и стишков

Представленные в этом разделе песенки и стишки указывают на различные части тела, описывают жесты или движения, которые нужно делать, повторяя стишок, или оперируют пространственными понятиями, такими как «низ», «вокруг» или «под». В такие игры можно играть одному, парами или группой.



Игры, в которые ребенок сможет играть сам после того, как вы его научите:

Слова:

Раскрой, закрой ладошки,
Раскрой, закрой ладошки,
Сделай громко хлоп!
Раскрой, закрой ладошки,
Раскрой, закрой ладошки,
Спрячь руки между ног.

Действия:

«Раскрой и сожми их»

Раскройте и сожмите в кулак обе ладони;
Хлопните в ладоши;
Повторите то же, что и вначале;
Вложите ладони между ног.

«Пальчики»

Пальчик, пальчик, где ты был?
С этим братцем в лес ходил,
С этим братцем щи варили,
С этим братцем кашу ел,
С этим братцем песни пел.

Малыш по одному загибает
или разгибает пальчики.

Игры, в которых ребенку нужен партнер:

«Ладушки — ладушки»

- Ладушки, ладушки, где были?
— У бабушки.
— Что ели?
— Кашку.
— Что пили?
— Молочко.

Чередуется хлопок в ладоши с хлопком
в ладоши другому игроку, ладошка в ладошку.

«Чики — брики»

Чики — брики — ти куди?
Чики — брики — на базар.
Чики — брики — а по що?
Чики — брики — по крупу.
Чики — брики — а кому?
Чики — брики — для курчат.
Чики — брики — скільки іх?
Чики — брики — двадцять п ять!

Чередуется хлопок в ладоши
с хлопком в ладоши другому игроку, ладошка в ладошку.



Игры для группы детей:

«Солнышко и дождик»

Ведущий произносит слова:

Смотрит солнышко в окошко,
Светит в нашу комнату.
Мы захлопаем в ладоши,
Очень рады солнышку!

Дети подбегают/подходят к ведущему. Слушают и повторяют за ним стихотворение. Танцуют, когда светит солнышко:

Топ-топ-топ-топ,
Топ-топ-топ,
Топ-топ-топ,
Топ-топ-топ (пауза).
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп,
Хлоп, хлоп, хлоп,
Хлоп, хлоп, хлоп,
Хлоп, хлоп, хлоп!

Все топают ножками, стоя на месте.

Все хлопают в ладоши, подражая ведущему.

Ведущий произносит слова:

Дождик, дождик, веселей,
Капай, капли не жалей.
Только нас не замочи,
Зря в окошко не стучи!

Дети убегают/уходят в «домик»: на стульчики или другое определенное под «домик» место. Игра продолжается, чередуя солнышко с дождиком.

«Раздувайся пузырь»

Хороводная игра

С ведущим дети становятся тесным кружком и начинают «раздувать пузырь»: наклонив голову вниз, малыши дуют в кулаки, составленные один под другим, как в дудочку. При этом они выпрямляются и набирают воздух, а затем снова наклоняются, выдувают воздух в свою трубку и произносят звук «ф-ф-ф-ф» (2-3 раза). При каждом раздувании все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки и постепенно расширяют круг, двигаясь и произнося слова:

Раздувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся!!!

Получается большой растянутый круг. Ведущий входит в него, дотрагивается до каждой пары соединенных рук, затем неожиданно останавливается и говорит: «Лопнул пузырь!» Все хлопают в ладоши, произносят слово «Хлоп!» и сбегаются в кучку. Игра начинается сначала.



Дополнительную информацию и литературу можно
получить, связавшись с Консультативным центром для
родителей незрячих детей «Свет жизни»

Адрес: Украина, 03037, г. Киев, а/я 2
Тел. (044) 495-1929
e-mail: light@christmag.com.ua