

## **РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ, ВОСПИТЫВАЮЩИМ РЕБЕНКА С ДЦП.**

Родители имеющие ребёнка с ДЦП знают о том, сколько сопутствующих психологических проблем приносит с собой эта тяжелая болезнь. Поэтому понятно, что характер ребенка, несущий ее отпечаток, является очень сложным, а умственные способности зачастую сниженными. Но это не вина ребенка, а его беда. И задача родителей помочь ребенку в сложных условиях болезни, раскрыть весь заложенный в него природой потенциал развития, сделать его максимально приспособленным к самостоятельной жизни и пусть примитивной, но полезной профессиональной деятельности. Эти дети характеризуются повышенной утомляемостью, впечатлительностью. Они чутко реагируют на любые изменения внешней среды: обстановки, погоды, а особенно — настроения и отношения близких людей. Поэтому, именно семья, родители — вот основной источник, из которого могут черпать силы и энергию для выздоровления дети ДЦП.

Учить ребенка новому — значит не делать за него то, с чем он может справиться сам, но и не ставить перед ним невыполнимых задач. Это важная тонкость. Самые эффективные способы поддерживать в ребенке интерес к обучению таковы:

— Интересное задание. Некоторые маленькие дети с тяжелыми нарушениями не проявляют особого любопытства и стремления к обучению. Их интерес нужно стимулировать. Для этого подходят крупные яркие игрушки и картинки. Давайте ребенку что-нибудь новое или то, что он уже успел забыть, и вы будете постоянно поддерживать в нем любопытство и интерес.

— Короткие занятия. Каждый день проводите по два коротких, но довольно интенсивных занятия, скажем по 10–15 минут. Достаточно короткие «уроки», чередующиеся с отдыхом, принесут лучший результат, чем четыре часа непрерывных занятий. Так ребенок может лучше сконцентрироваться и достичь большего.

— Конкретная цель. И родителям, и ребенку полезно настроиться на конкретную цель — так успехи будут заметнее, а полная или почти полная победа принесет вам удовлетворение. Задачи могут быть и простыми, и сложными: построить башню из кубиков, сложить предметы в коробку или достать их, найти предмет заданной формы или карточку определенного цвета, вставить предметы в отверстия, подобрав их по форме, и т. д.

— Маленькие шаги. Возьмите простое задание и разбейте его на маленькие «шаги». Например, игра «Лото с картинками» (ребенок должен выбрать такую же картинку, как на карточке). Сначала нужную картинку надо класть рядом с совершенно на нее не похожими, затем добавлять те, которые отличить сложнее. Тренируйтесь при каждом удобном случае.

— Поощрение. Максимально поощряйте любое достижение ребенка, будь то лишь слабая попытка к действию или полная победа. Старайтесь, насколько это возможно, не замечать неудачи ребенка, не показывайте своего

удивления и не раздражайтесь. Помните эти принципы, и вы поможете ребенку овладеть простейшими навыками, а он получит большое удовольствие. Обучение может быть приятным!

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОМУ РАЗВИТИЮ:**

*Упражнения на формирование положительного эмоционального настроения на совместную со взрослым работу, развитие ощущения собственных движений.* Взрослый, действуя руками ребенка, произносит стихотворный текст:

Прилетели гули-гули голубочки, (машет руками)

На головку сели гули моей дочке. (кладет руки на голову малыша)

Ой! Шу, полетели! (разводит руки ребенка в стороны)

*Задания на формирование произвольного ротового выдоха:* взрослый предлагает ребенку подуть на легкий шарик для пинг-понга, который находится в тазике с водой, сдуть с ладони взрослого перышко, легкий ватный шарик.

Упражнения на активизацию движения пальцев рук

Взрослый действует руками ребенка: указательным пальцем правой руки выполняет круговые движения по ладони левой руки. Действия сопровождаются словами:

Сорока - сорока Кашку варила, Деток кормила.

Этому дала (по очереди загибаются мизинец),

Этому дала(безымянный),

Этому дала (средний),

Этому дала (указательный),

Этому дала (большой пальцы)

*Игры, развивающие координацию движений:* «Пляшут малыши», «Маленькие ножки бежали по дорожке», «На горку», «Через речку», «Маленький самолетик»(Лютлова Е.К., Моница Г.Б. «Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми»)

*Игры, формирующие навыки ползания:* «Дорожка препятствий», «Котята и щенята», «Собачка» (Пензулаева Л. И. «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет»)

Игры с мячом: «Мяч с горки», «Мяч в ворота», «Лови и бросай – мяч не теряй», «Катаем мяч»(Бабич Л. «365 увлекательных занятий для дошкольников»)

*Упражнения на активизацию ощущения собственных движений с использованием ровных и неровных поверхностей.*

Взрослый выдавливает крем на гладкую поверхность (зеркало, плоскую тарелку) и, работая рукой ребенка, размазывает крем по зеркалу (тарелке).

Все действия сопровождаются словами:

По ровненькой дорожке (поглаживающие движения)

Топ-топ! (стучит ладонью по зеркалу)

По гладенькой дорожке (поглаживающие движения)

Скок-скок! (постукивающие движения).

Аналогичные движения производятся на неровной поверхности массажного коврика и сопровождаются словами:

По кочкам, по кочкам - топ-топ,

На бугорочки - скок-скок,

В ямку - бух!

Упражнения на активизацию движения пальцев рук

Взрослый действует руками ребенка: загибает и разгибает пальчики малыша попеременно на правой и левой руке, сопровождая движения словами:

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик - дедушка,

Этот мальчик - папочка,

Этот пальчик - мамочка,

Этот пальчик - Вовочка.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ:**

#### *ИГРОВОЙ МАССАЖ «ЛИСА»*

(движения выполняются в соответствии с текстом)

Утром лисонька проснулась,

Лапкой вправо потянулась,

Лапкой влево потянулась,

Солнцу нежно улыбнулась.

(все массирующие движения выполняются снизу вверх: от кисти к плечу, от ступни к бедру и т.д.)

В кулачок все пальцы сжала,

Растирать все лапки стала –

Ручки, ножки и бока.

Вот какая красота!

А потом ладошкой

Пошлепала немножко.

Стала гладить ручки, ножки

И бока совсем немножко.

Ну, красавица – Лиса!

До чего же хороша! (поворачивать туловище на правый бок,(левый бок)

#### *ИГРОВОЙ МАССАЖ «ДОЖДЬ»*

Дождь! Дождь! Надо нам

Расходиться по домам.

( легкие хлопки ладонями по спине)

Гром! Гром, как из пушек

Нынче праздник у лягушек.

( легкое поколачивание кулачками)

Град! Град, сыплет град,

Все под крышами сидят.

( легкое постукивание пальчиками)

Только мой братишка в луже  
Ловит рыбу нам на ужин.  
( поглаживание по спине)

### *МАССАЖ ПАЛЬЦЕВ «ОВОЩИ»*

*На каждый слог - разминание одной фаланги, от ногтевых фаланг к основаниям пальцев.*

Вырос у нас чесночок,

*Мизинец левой руки.*

Перец, томат, кабачок,

*Безымянный левой руки.*

Тыква, капуста, картошка,

*Средний левой руки.*

Лук и немного горошка.

*Указательный левой руки.*

Овощи мы собирали,

*Указательный правой руки.*

Ими друзей угощали,

*Средний правой руки.*

Квасили, ели, солили,

*Безымянный правой руки.*

С дачи домой увозили.

*Мизинец правой руки.*

Прощай же на год,

*Большой левой руки.*

Наш друг – огород!

*Большой правой руки.*

*Массаж стоп массажными мячиком «Ежик»*

*Ходит ежик вдоль дорожек по лесу, по лесу.*

*Катать мячик по ступням ног.*

*И колючками своими колется, колется.*

*А я ежику-ежу, ту тропинку покажу,*

*Где катают мышки маленькие шишки*

*Ладонка.*

(1) Твоя ладонка – это пруд,

По ней кораблики плывут.

(2) Твоя ладонка, как лужок,

А сверху падает снежок.

(3) Твоя ладонка, как тетрадь,

В тетради можно рисовать.

(4) Твоя ладонка, как окно,

Его помыть пора давно.

(5) Твоя ладонка, как дорожка,

А по дорожке ходят кошки.

1 - медленно водить согнутым указательным пальцем по ладонке

- 2 - дотрагиваться кончиками пальцев до ладошки
- 3 - указательным пальцем «нарисовать» солнышко и др.
- 4 - потереть ладошку пальцами, сжатыми в кулак
- 5 - осторожно переступить пальцами обеих рук

ОРУ:

«Скользящие шаги» - упражнение пассивное.

*Цель: укрепление мускулатуры ног и воспитание опорной реакции.*

И.п. лежа на спине.

Сгибание и разгибание рук и ног.

*Цель: укрепление мускулатуры рук и ног и воспитание опорной реакции.*

Упражнение пассивное.

И.п. лежа на спине.

Круговые движения руками – упражнение пассивное

*Цель: укрепление мускулатуры рук*

И.п. лежа на спине.

Присаживание–упражнение активное: при поддержке за обе руки отведенные в стороны.

И.п. лежа на спине.

Поднимание выпрямленных ног с помощью взрослого: упражнение пассивное

И.п. лежа на спине.

### *ИГРОВОЙ МАССАЖ «МЯЧИК»*

(1) Круглый мячик без запинки скачет, скачет по тропинке.

Часто, часто, низко, низко от руки к земле так близко.

Скок и скок и скок и скок, не скачи под потолок,

Скок и скок и стук и стук, не уйдёшь от наших рук.

1 - легко и ритмично похлопывать вдоль по спинке

похлопывать вдоль по спинке

### *ИГРОВОЙ МАССАЖ «МАЛЯР»*

(1) Маляр заборы красит, не любит отдыхать,

Мы тоже взяли кисти и будем помогать!

(2) Метлой наш дворник машет, не любит отдыхать,

Метлу берём, ребята, и будем помогать!

(3) Портной всё шьёт иголкой, не любит отдыхать,

Скорей возьмём иголки и будем помогать!

(4) Вот повар суп мешает, не любит отдыхать,

Мы тоже взяли ложки и будем суп мешать!

(5) Вот плотник пилит доски, не любит отдыхать,

Пилу берём, ребята, и будем помогать!

(6) Косарь косою косит, не любит отдыхать,

Мы тоже взяли косы и будем помогать!

(7) А пианист играет, не любит отдыхать

И мы на пианино решили поиграть!

- 1 - ритмично водить расслабленными пальцами по спине вверх - вниз
- 2 - на слова: «метлой», «любит», «метлу», «будем» - спинку сверху вниз «метём»,  
как метлой, ладонью и пальцами
- 3 - нажимаем указательным пальцем – «колем»
- 4 - круговые движения по спине
- 5 - растирание ребром ладони – «пилим»
- 6 - скользящие движения ребром ладони – «косим»
- 7 - пальцами постукиваем ритм мелодии

### *ПАЛЬЧИКИ*

(1) Наш массаж сейчас начнём,  
Каждый пальчик разотрём:

Этот - всех красивей,

Этот - всех ленивей,

Этот пальчик - всех длинней,

Этот пальчик – всех умней,

(2) Вместе – это пять друзей

(3) Пальцы растянуть хочу,

Каждый пальчик покручу,

Этот - всех красивей,

Этот - всех ленивей и т. д.

(4) Каждый пальчик мы возьмём

И сожмём, сожмём, сожмём.

Этот - всех красивей, и т. д.

(5) Каждый пальчик мы возьмём,

На подушечку нажмём

Этот - всех красивей, и т. д.

1 – растирать каждый палец, начиная с мизинца, от основания пальца к кончику

2 – погладить сразу все пальчики

3 - взяв палец за кончик и приподняв, осторожно вращать

4 - сжимаем поочередно пальчики в своём кулачке

5 – нажимаем кончиком указательного пальца на кончик пальца малыша у ногтя

### *КАПУСТКА*

(1) Мы капустку чистим, чистим, мы капустку чистим, чистим  
Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

(2) Мы капустку рубим, рубим, мы капустку рубим, рубим,  
Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

(3) Мы капустку давим, давим, мы капустку давим, давим  
Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

(4) Мы капустку солим, солим, мы капустку солим, солим,

Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

- 1 - лёгкие скользящие движения всех пальцев, как бы рвать траву
- 2 – попеременное постукивание рёбрами обеих ладоней
- 3 - нажимаем осторожно ладонью с небольшим вращением
- 4 - легко постукиваем кончиками расслабленных пальцев

### *ЛИСТОЧКИ*

- (1) Дождик травку поливает,
- (2) Ветер дерево качает
- (3) Листики висят, висят
- (4) И тихонько вниз летят.
- (5) Дети в садик выбегают
- (6) И листочки собирают
- (7) Их к себе домой несут
- ( И в коробочку кладут.

- 1 - легко постукиваем по спинке кончиками расслабленных пальцев
- 2 - положив руки на плечи, слегка раскачиваем
- 3 - тихонько дотронуться кончиками пальцами до плеч
- 4 - медленно погладить кончиками пальцев вдоль позвоночника
- 5 - пробежать указательными и средними пальцами обеих рук по спинке
- 6 - легонько пощипать
- 7 - пройти указательными и средними пальцами обеих рук по спинке
- 8 – положить бумажные листочки или концы пальцев на ладошку малыша и закрыть его пальчики в кулачок.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕЧЕВОМУ РАЗВИТИЮ:**

*Упражнение на обучение продолжительному ротовому выдоху.*

Игра «Бабочка, лети».

Взрослый показывает ребенку бабочку, вырезанную из цветной бумаги, закрепленную по центру ниткой, дует на нее. Бабочка «летает». Игра сопровождается стихотворным текстом:

Бабочка летала,

Над Вовочкой порхала.

Вова не боится –

Бабочка садится.

Взрослый «сажает» бабочку на руку ребенка, побуждая малыша подуть на нее.

*Упражнение на побуждение ребенка к произвольным эмоциональным восклицаниям «Ой! Ай! Ух! Ох! Ах!» используя разницу температурных ощущений.*

На столе перед ребенком мисочки с теплой водой, куском льда, предварительно нагретым в горячей воде пинг-понговым шариком. Малыш последовательно прикасается к этим температурным раздражителям с помощью взрослого, сопровождая действия эмоциональными восклицаниями (образец дает взрослый).

*Примерный комплекс лечебной гимнастики при нарушениях функции легких и речевой функции:*

1. Задуть свечу.
2. Произносить звуки А, У, О, МУ, при этом широко растянув губы.
3. Высовывать и втягивать язык.
4. Дуть на клочок бумаги (можно ваты). При этом сначала сделать глубокий вдох, растягивая губы, а затем протяжно выдохнуть воздух. Повторить 2-3 раза.
5. Приоткрыть рот и двигать челюстями вправо и влево, при этом произносить звуки А, У.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ**

*Упражнение на совершение действий руками (раскрывать ладони, широко разводя пальцы) в соответствии со стихотворным текстом.*

Взрослый произносит слова:

Поехали - поехали,

Поехали - поехали,

С орехами, с орехами,

К зайчику за мячиком,

За мячиком твоим,

Круглым и большим,

Вот каким! (показ руками)

К дедушке за репкой,

Желтой, большой,

Вот какой! (Взрослый разводит руки ребенка в стороны, показывая размеры репки и раскрывает его ладони).

*Игры-занятия с куклой* «Оденем куклу на прогулку», «Напоем куклу Таню чаем», «Варим кашу кукле Оле» «Кукла делает зарядку», «Уложим куклу спать»

*Игра со звукоподражанием* «В гости пришла кукла». Взрослый показывает игровые действия, сопровождая их словами: « В гости кукла к нам пришла. Кукла Оля хочет спать, куклу надо покачать», сопровождая действия звукоподражанием «а-а-а» и побуждает малыша сделать то же самое.

–взрослый должен демонстрировать малышу, как принюхивается щенок, прислушивается птица, как кошка выслеживает мышку. Затем следует попросить ребенка повторить увиденное;

–продемонстрировать удивленные глаза, попросить повторить;

–описать момент счастья и удовольствия, показать, как радуется ласке котенок, а щенок – вкусному угощению;

–описать ощущение боли, продемонстрировать боль в животе, плач, чувство холода;

–показать момент отвращения: пусть малыш представит, что пьет горькое лекарство или ест лимон;

–объяснить, что такое злость, показывая сердитого человека;



- продемонстрировать чувство страха, потери родного дома или родных людей;
- развивать чувство стыда и вины за свои поступки, научить просить прощения.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ**

*Знакомить с бумагой, учить держать карандаш, проводить прямые и замкнутые округлые линии. Учить ребёнка замечать нанесённые на бумагу линии. Наряду с рисованием цветными карандашами учить рисовать красками.*

Учить находить сходство в очертаниях линий, цветных пятен с предметами и явлениями окружающего, радоваться их яркости, воспроизводить несложные предметы и явления (по показу взрослого и без показа): дождь кап-кап, ручейки текут – линии; падает снежок, огоньки горят на ёлке – пятна. Дать ребёнку листок с изображением грядок со свеклой или морковью и предложить «полить» овощи

– нарисовать дождик

«Привяжи нитку к шарик»

– дать листок с нарисованным шариком и предложить ребёнку нарисовать ниточку. «Осенние листья летят»

– лист с нарисованными деревьями, ребёнок дорисовывает осенние листочки «Зажги огоньки на елочке»

– дать листок с нарисованной елочкой, а на ней нарисовать огоньки. «Падает снег», «Бусы на ниточке»

*Знакомить со свойствами пластилина (мягкий, можно отделять куски, лепить из него). Обучать техническим приёмам: отрывать раскатывать, соединять. Учить лепить предметы простой формы: палочки, столбики, колбаски, шарики, затем баранки, колёсики.*

«Угощение для зайчика» - лепка баранок.

«Покорми птичек зернышками»-лепка шариков

«Грибок на ножке», «Колёсики для пирамидки», «Зонтик для куклы», «Колобок», «Пирожок».