

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».