

# Родительство и детство

## РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ первого года жизни

**I. Цель: Развитие сенсомоторной сферы ребенка первого года жизни.** Основание: развитие сенсомоторной сферы ребенка на первом году жизни есть основное условие формирования восприятия окружающего мира.

Задача: помочь повысить двигательную активность, накопить представления о цвете, форме, величине предметов и т.д. Условия: Заниматься с ребенком можно только тогда, когда он находится в спокойном состоянии, когда он сыт и его ничего не беспокоит. Набор упражнений:

1.1. Развитие и укрепление моторики глаз и формирование координированных движений глаз и головы. Ребенок лежит в кроватке, перед ним располагается лицо взрослого. Затем взрослый перемещается перед глазами ребенка, ведя за собой его взор. При этом следит за тем, чтобы ребенок не потерял оптический объект (лицо) из поля своего зрения.

1.2. Развитие и усиление моторики глаз и головы. У взрослого в руках яркая игрушка. Наклонившись к ребенку, он приподнимает его голову и по мере продвижения предъявляемого оптического объекта (игрушки) пассивно поворачивает голову ребенка в его сторону.

1.3. (для ребенка старше 7-10 дней). Яркую игрушку (шарик, погремушку, кольцо) поместите на вытянутой руке в поле зрения ребенка на расстоянии 60-70 см над его лицом и подождите, когда взгляд малыша задержится на игрушке. После этого начинайте покачивать ею то вправо, то влево с амплитудой, равной 5-7 см, и частотой колебаний примерно два раза в секунду. В дальнейшем перемещайте игрушку в горизонтальном и вертикальном направлениях (вправо, влево, вверх, вниз), приближая к малышу на расстояние 20-30 см и удаляя на расстояние вытянутой руки примерно на 1,5 м от ребенка, добиваясь парных движений глазных яблок. Проводится занятие 1-2 раза в день и продолжается 1-2 минуты, повторяясь два раза подряд.

1.4. Повторить задание упражнения 3, но удерживая ребенка в вертикальном положении, на руках взрослого. Если ребенок плохо удерживает голову, то ее прислоняют к плечу взрослого. Когда ребенок удерживает голову, его тело устойчиво находится в вертикальном положении и он зафиксировывает взор на игрушке, ее постепенно перемещают вверх, вниз, в сторону по кругу. Тренировать ребенка можно в течение 10 секунд несколько раз в день.

1.5. Развитие зрительного сосредоточения (для ребенка одного месяца и старше. Как можно чаще ласково разговаривайте с ребенком, всячески стараясь привлечь его внимание и ответную улыбку. Папа держит ребенка на руках в вертикальном положении, чтобы малыш смотрел за плечо. Мама, ласково разговаривая с ребенком, приближает свое лицо к нему, стараясь попасть в поле его зрения. (Расстояние, с которого ребенок может увидеть лицо взрослого 80-100 см, при более близком расстоянии малышу трудно охватить взглядом лицо.) Ребенок радостно рассматривает лицо взрослого, улыбается ему, агукает. Такое занятие можно проводить 2-3 раза в день.

1.6. Развитие дифференцировок зрительного восприятия. А) 1 месяц. Покажите месячному младенцу две картинки. На одной будет изображена черная полоса, а другая будет простым листом белой бумаги. Малыш будет дольше сосредоточиваться на картинке с полосой. Б) Покажите малышу картинки с изображением двух одинаковых красных шаров и держите их в поле его зрения до тех пор, пока они не наскучат ему и он не начнет от них отворачиваться. Потом покажите картинку с красным шаром и красным кубиком.

Большинство малышей долго разглядывают кубик. Это означает, что малыш уже различает форму. С учетом этого факта необходимо чаще менять ему игрушки над кроватью, перемещать их в пространстве. В) 6 месяцев. 6-ти месячному малышу сначала дать соску гладкую, затем шишковатую, а потом показать обе соски одновременно. Малыш дольше станет разглядывать ту соску, которую сосал. У младенца, когда он сосет соску определенной формы, возникает ее образ, а потом он использует этот образ в зрительном поиске. Реакция на новизну и поисковая активность являются важными показателями психического развития младенца.

Г) Один предмет помещается в поле зрения малыша в течение нескольких дней, пока он не становится для него «старым», привычным. Затем рядом со знакомым объектом помещается другой, отличающийся только одним свойством – формой. Если ребенок предпочитает рассматривать этот предмет, значит, он различает определенный признак, в данном случае форму. Д) Детям предлагаются объемные и плоские формы (куб-квадрат, шар-круг, конус-треугольник) по той же схеме, что представлена в упражнении 1.3.

## 2. Развитие слухового восприятия (для ребенка от 25 дней и старше).

2.1. Развитие зрительно слуховых связей. Взрослый предъявляет ребенку игрушку, издающую негромкий, мягкий звук, и ребенок взором следит за ней. Проводится аналогично упражнению 1 раздела.

2.2. Формирование слухового сосредоточения. Выберите время, когда малыш находится в эмоциональном отрицательном состоянии (плач). Взрослый наклоняется к нему, потряхивает погремушкой, привлекая его внимание. Упражнение проводится 3 раза в день, 1,5-2 минуты. 2.3. Обучение ребенка локализации звука в пространстве. Ребенка обучают прислушиваться к голосу взрослого, который находится вне поля его зрения. Используя уже игрушки, детей также учат отыскивать взором звучащий предмет, расположенный на разном расстоянии и в различном направлении от ребенка.

2.4. Обучение восприятию различных интонаций голоса. Взрослый произносит отдельные звуки и слова разными интонациями, а малыш прислушивается и реагирует на них (веселый, нежный тон может вызвать у ребенка улыбку, смех, а сердитый, грубый – обиду, плач).

2.5. Формирование акустической установки у ребенка на звуки и голос взрослого. Ребенку предлагаются различные звуковые раздражители (погремушки, птички, которые различаются по высоте и силе звучания). Разговаривая с ребенком, взрослый меняет силу голоса от громкого до шепота, наблюдая за его сосредоточением.

2.6. Стимулирование произнесения доступных ребенку звуков. Ребенку демонстрируют ту или иную игрушку. Например, показ мишки сопровождается громким сердитым звуком «А» с глубокой артикуляцией этого звука, похожего на рычание. Напротив, показ ребенку куклы, которую укладывают спать, сопровождают звуком «А», но певучим, длительным, ласковым, а показ зайца с оторванным ухом – жалобным, монотонным звуком «А». Это упражнение проводится ежедневно и способствует формированию подготовительного этапа развития речи у ребенка.

## II. Цель: развитие сенсомоторной и речевой сфер ребенка.

Обоснование: Сенсорные функции у детей первого года жизни развиваются в тесной взаимосвязи с двигательными навыками, формируя целостную интегративную деятельность – сенсорно-моторное поведение, лежащее в основе развития интеллекта и речи. Задача: стимулировать накопление чувственного опыта, сочетая его с двигательной активностью. Работу по развитию зрительно-моторной координации рекомендуется начинать с кистей рук.

2.1. Развитие слуховой и двигательной активности (для ребенка старше одного месяца) Необходимо повесить на расстоянии 60-70 см погремушку-гирлянду, к ней прикрепить с помощью лент еще одну погремушку-гирлянду на расстоянии 7-10 см от лежащего на спине ребенка. Взрослый привлекает внимание ребенка к игрушкам, слегка покачивая их. Поймав взглядом погремушки, ребенок широко раскрывает глаза, затихает на несколько секунд, а затем радостно вскидывает руки вверх, случайно задевая подвешенную погремушку. Верхняя погремушка начинает покачиваться, и малыш снова замирает, рассматривая ее. Затем наступает новый всплеск двигательной активности, и малыш снова наталкивается руками на нижнюю погремушку, приводя в движение верхнюю. Такой игрой ребенок может заниматься 5 минут. Через 2-3 дня поменяйте погремушки местами. Выполнять это упражнение в течение 1-2 недель.

### 2.3. Развитие зрительно-моторной координации.

А) Взрослый легкими прикосновениями с помощью ворсовой щеточки прикасается к наружной поверхности кисти малыша, сжатой в кулак, - от кончиков к лучезапястному суставу. В результате таких движений кисть раскрывается. Упражнение повторять по 3-4 раза в день в период бодрствования.

Б) После проведения предыдущего упражнения взрослый берет кисть малыша в руку и пассивно отводит большой палец от ладони и удерживает его в таком положении некоторое время. Поочередно выполнять упражнение с левой и правой рукой. Ежедневно по 2 раза в день.

2.4. Развитие хватательных функций руки А) Ребенку показывают игрушку, висющую на ленточке, приводят ее в движение и тем самым привлекают к ней внимание. Игрушкой касаются руки ребенка, затем руку подтягивают к игрушке неоднократно ее подталкивают. Ребенок наблюдает ее колебание и воспринимает звучание колеблющейся игрушки. Занятие проводится в течение 2-3 минут. Взрослый наблюдает реакции ребенка. Если ребенок живо реагирует на игру, то можно приступить к следующему упражнению.

Б) Взрослый расслабляет кисть младенца, поглаживая ее щеткой, и вкладывает в нее игрушку, удобную для захвата. Взрослый помогает младенцу «ощутить» игрушку, удобную для захвата. Взрослый помогает младенцу «ощутить» игрушку, т.е. потянуть ее ко рту, рассмотреть со всех сторон (взять в рот, ощупать и др.). В 2-3 месяца необходимо стимулировать ребенка фиксировать взгляд на движущихся и неподвижных предметах, побуждать его к более длительному сосредоточению на предмете.

В) Возьмите в руку яркий шарик; когда ребенок поймает его взглядом, перемещайте шарик слева-направо, вверх-вниз. При этом спрашивайте малыша: «Где же шарик? Посмотри вот он где!» В этот период широко используйте игрушки, издающие различные звуки. Перемещением звучащих игрушек привлекайте внимание своего малыша. Звоните игрушкой слева, справа, сверху и снизу. Спрашивайте: «Где звенит? Динь-динь! А сейчас где?»

Г) Предлагайте ребенку совершать как можно больше осязательных движений руками. Одновременно он должен видеть предмет, который он осязает. Для этого вложите в руку ребенка предмет и привлекайте его зрительное внимание к этому предмету. Форма, величина, фактура таких предметов должна быть разнообразной, но удобной для захватывания.

Д) Ребенку предлагается толкать мяч, бросать игрушки на пол и радоваться звуку падения.

2.5. Стимуляция предметно-практической деятельности ребенка Обучение ребенка переключать игрушку из руки в руку, постукивать одним предметом по другому, выкладывать кубики из коробки, произвольно бросать предмет, снимать кольца пирамиды. Все эти действия необходимо сопровождать звуками.

Важные условия!!! Правильно организовать сенсомоторное окружение ребенка. Малыш должен находиться в светлой комнате в кроватке с подвешенными игрушками на расстоянии не ниже 40-50 см от глаз ребенка. Игрушки должны легко приходить в движение, быть разнообразными по цвету и форме и периодически меняться. Кроме подвешенных игрушек в комнате, где находится ребенок, необходимо на доступном для обзора месте помещать крупные объемные и плоские игрушки или картины. Важно, чтобы ребенок не только удерживал предмет в руках, но и открывал, закрывал, вкладывал, вынимал и пр. Большое внимание следует уделять также стимуляции голосовых реакций – гулению, лепету ребенка в процессе занятий. Для стимуляции голосовой активности ребенка целесообразно повторять звуки, которые он произносит. Можно записать звуки на диктофон и в период бодрствования включать эту запись.

2.6. Развитие речевой сферы. Произносите звуки, которые ранее слышали от малыша: «абу», «агу», «бу-бу», «а-а-а», «га-га» и т.п.

2.7. Развитие крупной моторики. А) Поощряйте любое желание двигаться. Положите сбоку от ребенка яркую, красивую игрушку, чтобы она привлекала его внимание, и помогайте тянущемуся к ней ребенку осторожно перевернуться со спины на живот. Для обучения ползанию положите игрушку на таком расстоянии от ребенка, чтобы он не мог ее схватить. Помогите малышу приблизиться к ней, подставив ладонь к ступням ног, чтобы он смог упереться и оттолкнуться.

Б) Если вы видите, что малыш уже делает попытки встать на ноги, придерживаясь за кроватку, подержите яркую игрушку на таком расстоянии, чтобы он смог ее схватить только тогда, когда встанет.

2.7. Развитие практических действий. Внимания. А) Дайте ребенку разноцветные кубик (не более 6 штук). Покажите, как можно один кубик поставить на другой и построить башню.

Помогайте ребенку, управляйте его руками и постепенно усложняйте игры, например, вы говорите: «сначала дай мне красный кубик, нет это желтый, а красный вот этот. Теперь зеленый. Где зеленый?» и т.д. Поиграйте с кубиками разной величины: «Поддай мне большой кубик, теперь маленький, теперь опять большой» и т.д. Б) В процессе купания ребенка поиграйте с ним, например, в такую игру: «Давай, Юлечка, помоем кукле личико. Где у нее глазки? Где у нее носик? Покажи. Теперь давай помоем ей ручки. Где ручки у куклы? Покажи» и т.д. В дальнейшем продолжайте играть с ребенком в подобные игры, используя картинки в книжках, игрушки и т.п.

2.8. «Теремок». Сделайте из картона домик и возьмите 3-4 игрушки: петушка, зайчика, собачку, кошку. «Смотри, кто, кто в теремочке живет? Кто, кто в невысоком живет? Ну-ка выходите, кто там живет. Ку-ка-ре-ку? Кто это? Петушок – золотой гребешок. Вот погладь его. Ну, иди обратно в домик, петушок. Кто, кто еще в теремочке живет? Кто это такой серенький? Это зайчик. Ускакал зайчик в свой домик. Кто же еще там живет? Ав-ав. Я собачка. Ав-ав. Какая хорошая собачка. Смотри, убежала, спряталась. А вот посмотри кто же там мяукает? Мяу-мяу. Кто это? Это киса. Скажи ки-са, ки-са. Погладь кису. Убежала киса. Все спрятались в домик. Давай позовем всех. Помани их ручками. Вот все прибежали к ... Петушок, зайчик, киса, собачка». Когда ребенок запомнит названия всех животных, замените их на другие.

3. Развитие эмоциональной сферы и общения.

Цель: психоэмоциональное развитие ребенка. 3.1. Народные потешки, ритмические конструкции: «Сорока-белобока», «Ладушки-ладушки» А) «Пальчики в лесу» Поочередно загибайте пальчики ребенка, приговаривая: Раз, два, три, четыре, пять, Вышли пальчики гулять: Этот пальчик гриб нашел, Этот пальчик чистить стал, Этот резал, этот ел, Ну а этот лишь глядел! Повторяйте то же и на другой руке. Пощекочите ладошку малыша, одновременно делайте легкий массаж пальчиков.

Б) «Этот пальчик - я» Так же поочередно загибайте пальчики, начиная то с большого, то с мизинчика, то на правой, то на левой руке. Сопровождайте эти действия такими стишками: Этот пальчик – дедушка, Этот пальчик – бабушка, Этот пальчик – папочка, Этот пальчик – мамочка, Этот пальчик – я. Этот пальчик хочет спать. Этот пальчик – прыг в кровать! Этот пальчик прикорнул. Этот пальчик уж заснул. Встали пальчики. Ура! Кушать всем идти пора. Обращайте внимание, чтобы при загибании одного пальца остальные оставались прямыми. Если это не удастся, помогайте ребенку удерживать их.

4. Развитие сенсорных способностей.

4.1. Упражнение с пирамидкой. Покажите ребенку, как можно снять кольца со стержня пирамидки и снова надеть их. Дайте возможность ребенку выполнить это упражнение столько раз, сколько он захочет. Не следует на этом этапе требовать от малыша, чтобы он собирал пирамидку правильно – сначала он должен отработать навык надевания кольца на стержень.

На втором этапе подскажите ребенку, что кольца имеют разный размер, и покажите ему два кольца – большое и маленькое, скажите: «Давай наденем сначала большое кольцо, а затем - маленькое». На третьем этапе научите ребенка раскладывать снятые кольца справа от стержня по порядку – с учетом размера, и затем брать эти кольца поочередно и надевать их на стержень. Если ребенок справляется с заданиями и проявляет интерес, предложите ему более сложные варианты: собрать пирамидку в обратном порядке, от меньшего кольца к большему, собрать пирамидку из колец произвольно перемешанных, собрать пирамидку из перемешанных колец любых двух цветов.

Рекомендации родителям к занятиям:

Проявляйте терпение. Занятия должны быть комплексными, сочетающими в себе принципы последовательности, предусматривающей постепенное усложнение заданий; доступности (определяется зона ближайшего развития ребенка); систематичности и закрепления усвоенного.