

КИНЕСТИТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПРИЯТИЕ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ
НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Главные принципы построения ВСЕХ занятий

1). От простого к сложному

- от минимума элементов к максимуму, от цветного к черно-белому и к схематичному,
- от много дифференцированного к мало дифференцируемому (от разных групп предметов к одной),
- от многочастотного к малочастотному (от часто употребляемых слов к малоупотребляемым)

2). От совместного до самостоятельного

1. Совместное выполнение действия с ребенком, вплоть до - рука в руке, то есть вы помогаете делать движение своими руками, проговариваете - что делает ребенок, что он видит и т.д.

2. Ребенок использует зрительную, слуховую и/или тактильную помощь родителя или помогает сам себе (проговаривая, действуя по образцу, тактильный поиск подобного)

3. самостоятельное выполнение (действие автоматизировано)

3). Занятия проводятся поэтапно, не перескакивая, начинаете с 1 задания 1 этапа и делаете их поочередно.

Если ребенок легко выполняет все задания внутри этапа, значит навык уже закреплен, делаете их 1 раз и переходите к следующему этапу. Если есть проблемы на каком-то задании внутри этапа, значит доводите до автоматизации по очереди все задания этого этапа и только потом переходите к следующему.

В данной методичке указаны примеры заданий, которые нужны для работы с ребенком. Опираясь на эти примеры, вы самостоятельно подбираете подобные картинки (их количество зависит от того, сколько времени ребенку будет нужно для автоматизации каждого навыка каждого этапа) в поисковиках интернета, в детских пособиях, раскрасках, книгах, рисуете сами, используете темы, образы, героев, которые нравятся ребенку, и можете дополнять их другими заданиями (обведи, раскрась, соедини, посчитай и т.д.)

Диагностический материал

(который вы использовали для проверки восприятия) нельзя использовать для отработки навыка!!!

Он только для отслеживания результатов, для контроля

(через 3-6 месяцев по нему вы проверяете результаты проделанной работы с ребенком)

Развитие общей моторики

Это известные упражнения из ОФП:

- **Ходьба** на носочках, на пятках, спиной, на корточках.
- **Упражнения с гимнастической палкой**

перешагивания через палку, держа ее в руках вперед-назад

- **Полоса препятствий**

придумываете задания сами с подушками, мебелью, гимнастическим инвентарем и т.п.

- **Упражнения с мячом**

1. бросать друг другу большой мяч, бросать мяч поменьше;
2. кидать в стену и ловить;
3. кидать об пол - в стену и ловить; к
4. катать друг другу мяч двумя руками, по очереди;
5. сбивание предметов мячиком;
6. чеканить мяч по прямой;
7. подавать мяч снизу, сверху, об пол;
8. бросить мяч в стенку - хлопнуть и поймать;
9. катать одновременно 2 мяча разными руками друг другу, катать один мяч большой, второй маленький одновременно;
10. бросать одновременно друг другу теннисные мячи и ловить

- **Ползания**

(ползать, как солдат, как гусеница на боку, на спине, отталкиваясь только ногами, на животе, отталкиваясь только ногами, или пользуясь только руками.

- **Ходение**

на четвереньках одноименными рука-нога, добавлять язык в сторону идущей руки и ноги.

Ходение на четвереньках боком с перекрестом рук, без перекрещивания рук.

Ходение по линии, пятка к носку.

- **Движения плечами**

вниз - вверх- по кругу одним, вторым.

- **Прыжки**

- с места, галоп, прыжки с низкого старта, выпрыгивания вверх. Серии прыжков вперед-назад - влево-вправо - ноги на ширину плеч - ноги скрестить.

- **Кувырки** вперед-назад.

- **Упражнения с мячом на балансирах.**

- **Упражнение «Бревнышко»** - ребенок ложится на пол, вытягивает руки вверх и катится, как бревнышко.

- **Упражнение «Колобок»** - ребенок сворачивается в колобок и катается.

Массаж кистей и пальцев (5-7 мин)

с использованием тренажеров

1. Разогрев ладоней и пальцев

- Массажный мяч



- СУДЖОК

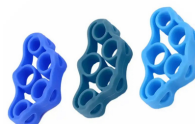
- Массажёр для пальцев



- Карандаши, орехи в скорлупе

2. Силовые упражнения

- Эспандер для пальцев



- Эспандер для кисти



3. Подвижность кистей

- Тренажер POWER BALL

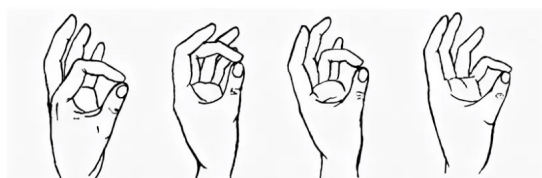


Каждое упражнение - 15-30 сек

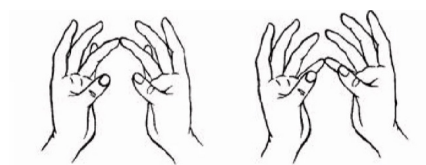
Пальчиковая гимнастика

1.Пальчики здороваются

- Большой палец соединяется поочередно с каждым пальцем в кольцо

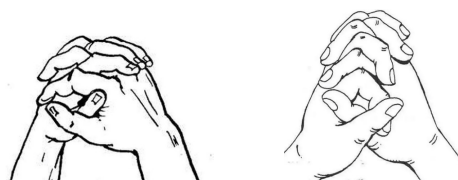


- Соприкасаемся по очереди подушечками пальцев правой и левой руки



2.Замок

- Сложить пальцы в замок, открыть в домик.
- Сложить через палец и перемещать до тех пор пока не получится рукопожатие. Потом в другую сторону.



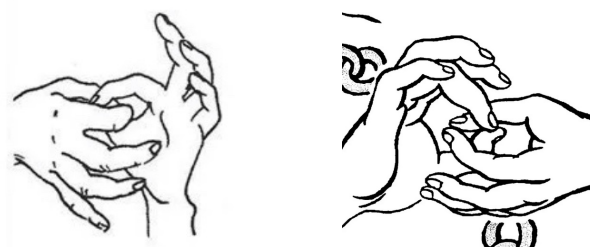
- Сложить пальцы в замок, вы нажимаете на палец ребенку, он должен этот палец поднять, нажимать на ногтевую пластину, сначала по очереди, потом в хаотичном порядке.

3. Кулачки

- Сложить пальцы в кулак, поочередно вытаскивать из кулака по одному пальцу.
- Сложить пальцы в кулак, вы нажимаете на палец ребенку, он вытаскивает его из кулака в хаотичном порядке.
- Сложить пальцы в кулак, вытащить палец, вращать по часовой стрелке и против часовой стрелки.

4. Цепочка

- Левая рука делает кольцо из большого пальца и указательного, правая тоже делает кольцо через левую, образуя 2 звена цепочки. Затем пальцы расцепляются, левая образует все то же кольцо, а правая образует кольцо - большой и средний палец. При этом идет поворот кисти. С каждым последующим движением правая рука меняет кольцо, а левая всегда образует одно и то же кольцо. Затем руки меняются.
- Когда отработано предыдущее упражнение, можно менять кольца на каждой руке.



5. Ладони

- Обводим на листе бумаги ладонь ребенка, рисуем ногти и раскрашиваем разным цветом. Ребенок кладет ладонь на рисунок и прижимает пальцы по очереди, потом отрывает палец вверх по очереди от листа.
- Раскрашиваем ногти чуть длиннее разными цветами, называете цвет, а ребенок отрывает тот палец, на цвете ногтя которого лежит палец.
- Если палец ребенка полностью закрывает цвет, вы можете поиграть по памяти. Называете цвет, ребенок вспоминает под каким пальцем данный цвет и отрывает его, проверяя прав он или нет.
- Обводим 2 ладони. Теперь синхронно отрывает пальцы каждой руки под ваш счет:
 - от края к середине и обратно,
 - слева направо и обратно.
- Отрываем по очереди мизинец левой руки - большой палец правой руки; безымянный палец левой руки - указательный палец правой руки и т.д. и обратно.

Игры с фольгой

*Вам понадобится обычная фольга для запекания, нарежьте небольшие квадратики, 3*3 см*

1.Шарики

- Скатываем шарики пальцами по очереди, большим и указательным, большим и средним, и т.д.
- Берем пластилин и раскатываем грядку, в эту грядку начинам сажать картошку из фольги. Каждым пальцем вдавливаем шарик в пластилин.
- Скатываем шарики из фольги пальцами разных рук - указательный левой руки с указательным правой руки, средним пальцем правой руки со средним пальцем левой руки и т.д. Далее скатываем шарик пальцами разных рук не симметрично - указательный палец правой руки и мизинец левой и т.п.
- Все сделанные шарики кладем на ладонь, накрываем второй рукой и растираем, пытаюсь не растерять шарики.
- Зажимаем шарики между 4 пальцами на уровне 2 фаланги, и пытаюсь удержать их сжимаем кулак и разжимаем.

Игры с карандашами

*Вам понадобятся карандаши или
китайские палочки, зубочиски*

- Берем 5 карандашей и катаем между ладонями.
- Берем и поднимаем каждый карандаш двумя пальцами: большим и указательным, большим и средним и т.д., потом кладем на стол.
- Берем левой рукой карандаш большим и указательным пальцем, передаем его в правую руку, теми же пальцами правой руки берем карандаш и кладем справа от себя.
- Делаем предыдущее упражнение, только каждый раз меняем пальцы по очереди. Передаем в те же пальцы правой руки.
- Перебираем карандаш между пальцами одной руки, потом другой, потом одновременно.
- Берем зубочистку двумя пальцами и выкладываем квадрат на раскатанном пластилине, сначала одной рукой, затем одновременно 2 руками два квадрата, далее можно достроить домик.

*Все вышеперечисленное карандашами, можно сделать
с зубочистками.*

Игры на переключение

Переключение позиций пальцев идет на одной руке. Начинаем с ведущей руки, потом переходим на вторую руку.
Упражнения делаются в воздухе.

- "Кулак" - "ладонь"
- "Ладонь" - "щепотка" (собрать все пальцы)
- "Кольцо" - "кулак"
- "Уши зайца" - "кулак"
- "Корова" - "кулак"
- "Кольцо" - "уши зайца"
- "Корова" - "уши зайца"
- "Ребро" - "кулак"
- "Большой палец вверх" - "уши зайца"
- "Большой палец вверх" - "корова"



Межполушарное взаимодействие

Игры на переключение

Руки держим на уровне груди, слегка согнув в локтях, позиции пальцев попеременно меняем под ваш счет.

- Левая рука - кулак, правая - ладонь

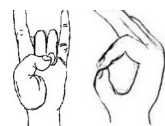
- Левая рука - кольцо, правая рука - кулак



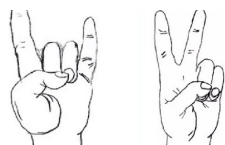
- Левая рука - "уши зайца", правая - кольцо



- Левая рука - "корова", правая рука - кольцо

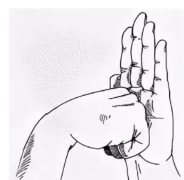
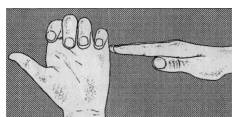


- Левая рука - "корова", правая - "уши зайца"



- Левая рука - "кулак" - упирается в ладонь правой, "Стул"

- "Лезгинка"



Следующий этап: меняйте позиции рук через хлопОк

Игры на баланс

В интернете сейчас можно приобрести много игр, некоторые приведу ниже

- Баланс DREAM MAKERS
- Стул на стуле BONDIBON
- Баланс Учимся считать
- Балансир Зонтик



Игры на точность

- Рыбалка магнитная
- Рыбалка на крючок
- Рыбалка в движении
- Рыбалка с шариком
- Игры с пинцетом
- Игра "Операция"



Сенсорная коррекция

Сенсорный мешочек

- Оpoznавать крупные предметы (любые)
- Находить предметы с одинаковой поверхностью



- Тактильное лото



- Нахождение по образцу



Бизиборд

- Шнуровка "Ботинок на подставке", "Пуговица на подставке"



- Фрукты, овощи, животные на шнуровке



В зависимости от возраста и интересов ребенка выбираете игры со шнурками, пуговицами, молниями.

Сенсорные коврики, кочки

