Рекомендации для родителей по сенсорному развитию детей с ТМНР в условиях дистанционного обучения

Уважаемые родители!!!!!

Предлагаю вам советы по сенсорному развитию детей в домашних условиях из опыта моей работы с вашими детьми.

«Сенсорное развитие направлено на формирование полноценного восприятия окружающей действительности. Первой ступенью познания мира является чувственный опыт человека. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от качества сенсорного опыта детей, т.е. от того, насколько полно ребенок воспринимает окружающий мир»

Необходимо учитывать психоэмоциональное состояние ребенка на момент проведения занятия. Если у ребенка плохое самочувствие, то занятие нужно отложить до того времени, когда он будет здоров.

Сенсорное воспитание создает необходимые предпосылки для формирования психических функций, имеющих первостепенное значение для возможности дальнейшего обучения. Оно направлено на развитие зрительного, слухового, тактильного, кинестетического и других видов ощущений и восприятий.
Вам, уважаемые родители, предлагаю рекомендации по развитию сенсорной сферы вашего ребенка. Данные рекомендации помогут вам в домашних условиях заниматься с ребенком, не потерять уже выработанные навыки, не заскучать в условиях дистанционного обучения.

Пример комплекса упражнений сенсомоторной коррекции.
Утренний комплекс упражнений.

Данный комплекс упражнений можно делать с ребенком по утрам. Он занимает немного времени, позволяет проснуться, ощутить бодрость и прилив сил и просто доставляет удовольствие.

«Мытье головы» - кончиками пальцев массировать голову в направлении: ото лба к макушке; ото лба до затылка; от ушей к шее.

«Паучки» - пальцы плотно соприкасаются с поверхностью головы за ушами; массаж производится ребенком обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.

«Обезьяна расчесывается» - правая рука массирует пальцами голову от левого виска к правой части затылка и обратно; затем левая рука - от правого виска к левой части затылка.

«Рыбки» - рот немного приоткрыт, взять пальцами правой руки верхнюю губу, а левой - нижнюю; выполнять одновременные и разнонаправленные движения рук, растягивая губы вверх, вниз, вправо, влево.

«Гибкая шея» - массировать шею сзади (сверху вниз) двумя руками: поглаживающие, похлопывающие пощипывающие, растирающие, спиралевидные движения.

«Теплые ручки» - растирание и разминка пальцев рук и всей кисти от кончиков пальцев к основанию и обратно. Имитация « силового мытья», растирания и пожатия рук.

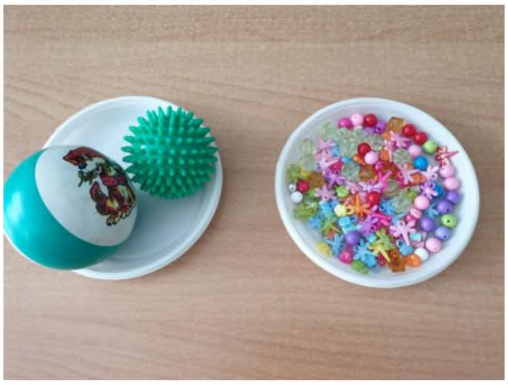
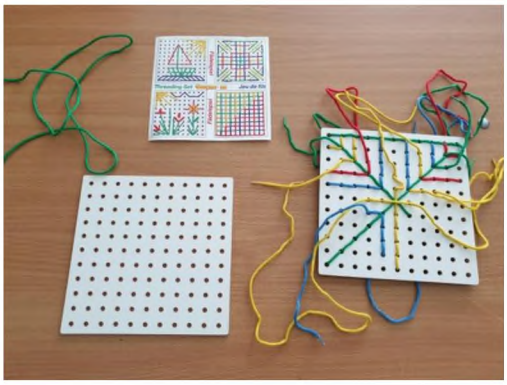
«Домик» - сложить пальцы «домиком» перед грудью и надавливать ими друг на друга сначала одновременно, затем отдельно каждой парой пальцев.

«Тянемся к солнышку» - стать у стены, касаясь ее пятками, ягодицами, лопатками, плечами и затылком. На вдохе поднять руки вверх, задержать дыхание и потянуться еще выше «к солнышку», не отрывая пяток от пола.

«Буратино» - одновременно поднимать одноименную руку и ногу, сгибая их в локтевом или коленном суставе (походка Буратино), то же упражнение выполняется, сгибая правую руку и левую ногу и наоборот.

Развитие моторики, графомоторных навыков

Одним из факторов психологического базиса для развития высших психических функций у детей является развитие крупной (или общей) и мелкой (или ручной) моторики. Моторика - это совокупность двигательных реакций, свойственных детскому возрасту. Для развития мелкой моторики полезны упражнения на сортировку бусинок, пуговок, катание между ладонями деревянных, пластмассовых, резиновых мячей с шипами, работа с мелких конструктором, пазлами и др.

Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Кисти рук постепенно приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что облегчает овладение навыками письма.

Игры и упражнения для развития общей моторики:

Упражнения с элементами основных движений: ходьба, бег, упражнения в равновесии, лазанье, прыжки, метание

Ребенку в игровой форме предлагается выполнить упражнения:

- бросить мяч вверх и поймать двумя руками, одной рукой
- ударить мяч о стену, поймать двумя руками, одной рукой
- попрыгать попеременно на одной ноге, на другой и т.д.

Игры и упражнения для развития мелкой моторики

Массаж кистей и пальцев рук. Действия в соответствии с текстом.

Чтоб чисты ладони были,
Славно их намылим мылом.
Три ладонями, давай
Их от грязи оттирай.

Чтоб здоров был пальчик наш,
Сделаем ему массаж.
Посильнее разотрем
И к другому перейдем.

Раз, два, три, четыре (Дети сжимают и разжимают кулачки.)

Мы посуду перемыли. (Трут одной ладошкой о другую.)

Чайник, чашку, ковшик, ложку

И большую поварёшку. (Загибают пальчики, начиная с большого пальчика.)

Мы посуду перемыли, (Опять трут одной ладошкой о другую.)

Только чашку мы разбили, (Загибают пальчики, начиная с мизинца.)

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбился,

Ложку мы чуть-чуть сломали. (Сжимают и разжимают кулачки.)

Так посуду мы помыли.

Вечером, когда стемнеет, включите настольную лампу, направьте ее свет на стену (лучше светлой однотонной окраски) и покажите малышам несколько простых фигур. Например:

«Дерево». Поднимите прямую руку вверх, растопырьте пальцы; пошевелите пальцами и покачайте рукой из стороны в сторону («подул ветер, и дерево закачалось»).

«Собака». Соедините вместе выпрямленные пальцы. Сдвигая и раздвигая средний и безымянный пальцы (или мизинец), изобразите, как лает собачка.

«Птица». Выпрямленные ладони рук скрестите в районе запястий — получится птица с расправленными крыльями. Двигая руками вверх и вниз, изобразите, как летит птица.

«Гусь». Соедините вместе выпрямленные пальцы, большой палеи должен быть противопоставлен остальным. Сдвигая и раздвигая пальцы, изобразите, как гусь открывает и закрывает клюв, щиплется. Можно показать двумя руками, как дерутся гуси.

«Заяц». Сожмите пальцы руки в кулак, затем выпрямите указательный и средний пальцы и пошевелите ими («заяц шевелит ушками»). Изобразите, как зайчик скачет, танцует.. Например:

«Дерево». Поднимите прямую руку вверх, растопырьте пальцы; пошевелите пальцами и покачайте рукой из стороны в сторону («подул ветер, и дерево закачалось»).

«Собака». Соедините вместе выпрямленные пальцы. Сдвигая и раздвигая средний и безымянный пальцы (или мизинец), изобразите, как лает собачка.

«Птица». Выпрямленные ладони рук скрестите в районе запястий — получится птица с расправленными крыльями. Двигая руками вверх и вниз, изобразите, как летит птица.

Можно предложить детям поэкспериментировать и придумать свои собственные фигуры. Даже если полученная фигура не очень узнаваема, все равно похвалите ребенка за старание и попросите пояснить, что именно у него получилось.

В процессе игры можно использовать различные знакомые детям предметы и игрушки. А можно придумать несложный сюжет и организовать театр теней, используя для этого приготовленные заранее бумажные фигурки

Упражнения с предметами
- составление контуров предметов из палочек

- вырезание из бумаги какой-либо фигуры правой и левой рукой
- завинчивание и отвинчивание шайбы, крышек у пузырьков, баночек

- доставание ложкой бусин из стакана
- стирание ластиком нарисованных предметов и т.д.

Упражнения для расслабления рук
- массаж подушечек пальцев рук и фаланг пальцев

Имитационные движения для кистей рук:
- мытье рук перед едой
- полоскание белья
- надевание перчаток
- пальчики танцуют

Тактильно-двигательное восприятие

Ребенку с ТМНР требуется развитие чувствительности рецепторов руки. С этой целью используются различные виды деятельности, прямо и косвенно способствующие развитию тактильно-двигательных ощущений:
- лепка из глины, пластилина, теста
- аппликация из разного материала
- конструирование из бумаги
-рисование пальцами, кусочком ваты и т.д
- сортировка мелких предметов (камушки, бусинки, желуди, фишки, ракушки), разных по форме, величине, материалу

- игровое тактильное панно (у меня ковролин и фигуры из фетра, панно «Мой мир») Составляя сюжетные композиции на панно из предложенных деталей, дети испытывают разнообразные тактильные ощущения, одновременно познавая качества различных материалов, упражняясь в моделировании пространственных отношений по инструкции педагога, а в дальнейшем и по собственному замыслу.

Нашейте пуговицы разного размера, цвета и формы на ткань. Вырезайте разные фигурки из фетра с прорезями, и пусть ребенок застегивает их на пуговки.

Игра «Чудесный мешочек»
В непрозрачный мешочек кладут предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры, буквы). Ребенку предлагают на ощупь, не заглядывая в мешочек, найти нужный предмет.
Предлагаю вашему вниманию игры по сенсорному развитию детей:

Игры

Сухой песок.

Цель

Стимуляция **кинестетических ощущений** и развитие их на основе пальцевого осязания.

Материалы: емкость с сухим песком (или крупы), 2-3 мелких игрушки, набор для игры с песком.

1. Массаж кистей и пальцев рук с помощью грецких орехов.

Раскатывание одной ладонью руки по другой с тыльной и внутренней стороны, сжимание ореха в ладони всеми пальцами, вкатывание ореха между пальцами.

Я катаю мой орех,

Чтобы стал круглее всех.

2. Игры с сухим песком(крупой)

Насыпать сухой песок в емкость слоем 7 - 10 см. Предложить ребенку поиграть с песком. Взять песок в руки, высыпать его сквозь пальцы, помять пальцами.

Ребенок хлопает ладошками по песку, водит пальчиками, втыкает пальчики в песок, «топит» руки в песке.

Берем ситечко из набора, сеем сквозь него песок. Набираем в емкости песок и высыпаем.

Затем родитель закапывает в песке мелкие игрушки и предлагает ребенку найти их.

Баночки.

Цели

Формирование ручных умений в откручивании и закручивании крышек баночек.

Коррекция **зрительно-моторной координации** на основе практических действий с предметами.

Материалы: 3-4 разных баночек из-под косметических средств с разными предметами внутри: пуговица, камешек, орех, конфета.

Ход занятия.

1. Раскручивание и закручивание баночек.

Родитель расставляет на столе баночки из-под косметических средств. Дает возможность ребенку рассмотреть их, подержать в руках, потрясти.

— Какие разные баночки, приятно пахнут, бренчат. Интересно, а что там внутри? Посмотрим? Чтобы посмотреть, что внутри, возьми баночку и открути крышку.

Ребенок берет баночку в одну руку, а пальцами другой руки откручивает крышку, при необходимости мама помогает. Содержимое баночки выкладывается на стол, рассматривается, называется предмет. Баночка с конфетой берется последней и представляется как приз, за правильно выполненное задание.

— Молодец! Открутил все баночки и нашел конфетку. Конфету оставим тебе, ты сможешь ее съесть, но сначала надо сложить предметы в баночки и закрутить их.

Ребенок закручивает баночки.

— Умница! Закрутил все баночки, а теперь можешь съесть конфету

Играем в кубики.

Цель

Коррекция **зрительно-моторной координации** на основе практических действий с предметами

Материалы: кубики от конструктора маленькие красного цвета и немного больше синего цвета, игрушка машинки, массажная щетка для волос.

1.Массаж щеткой для волос. Катать щетку между ладоней.

У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки.

Но еще сильней, чем ельник,

Вас уколет можжевельник.

2. Упражнение с кубиками.

Мама выкладывает на стол маленькие кубики красного цвета.

— Посмотри, что у меня есть? Какого цвета эти кубики? (Красные.) Возьми кубик в руку, постучи им. А как еще можно играть кубиками? А давай построим дорожку из кубиков. Аккуратно прикладываем кубик к кубику, чтобы получилась красивая ровная дорожка.

Ребенок выполняет задание.

— Какая дорожка получилась? Пусть пальчики погуляют по дорожке.

Указательный и средний пальцы правой руки «шагают» по дорожке.

По узенькой дорожке

Шагают наши ножки.

— Покатай машинку по дорожке. Машинка падает с дороги, дорожка узкая. Давай построим широкую дорожку из больших кубиков.

Мама выкладывает большие синие кубики. Ребенок строит дорожку путем прикладывания друг к другу больших кубиков.

— Какая дорожка получилась? (Большая широкая синяя.) Покатай машинку по синей дорожке.

Машина по улице мчится,

Только пыль клубится.

Молодец! Ты аккуратно ставил кубики и построил узкую и широкую дорожки. По широкой дороге можно катать машинку.

(Игры с кубиками и другие видео материалы по сенсорному развитию можно посмотреть на сайте школы Дистанционное обучение)

Рада была помочь вам, уважаемые родители!!!

Педагог-психолог КГКОУ ШИ 3 Воросова Галина Николаевна

20.04.20г.