

Консультация

"Двигательная активность ребенка - Дауна"

Появление в семье ребенка с синдромом Дауна ставит перед родителями неожиданные проблемы и вопросы. Бытует мнение, что с педагогической работой можно подождать, а ребенок с возрастом самостоятельно научится одеваться, играть, говорить. Это ошибочная точка зрения! Детям с проблемами развития педагогическая помощь необходима с первых недель жизни.

Опыт работы убеждает нас в том, что возможности детей с синдромом Дауна не ограничены узким кругом домашнего обихода и навыками элементарного самообслуживания. Способность к росту и развитию интеллекта у них, безусловно, шире, чем это принято считать. И особенно очевидно это там, где родители со всей серьезностью и целеустремленностью относятся к развитию своего ребенка.

Родители могут помочь двигательному развитию ребенка раннего возраста в домашних условиях.

Двигательное развитие ребенка складывается из совокупности формируемых навыков крупной и мелкой моторики.

Говоря о крупной (общей) моторике, мы имеем в виду способности сохранять равновесие и координировать движения тела. Здесь речь идет о работе крупных мышц тела, позволяющих осуществлять движения головой, дающих возможность ходить, лазать, ползать, бегать, плавать, кататься на велосипеде и т.п.

Мелкая моторика — совокупность движений мелких мышц тела, которые неразрывно связаны с развитием крупной моторики, поскольку, к примеру, мелкие движения рук требуют умения сохранять равновесие, координации и мануальной ловкости.

Игры и упражнения по развитию крупной моторики

Упражнение — знакомство со схемой тела.

Учите ребенка показывать части тела на себе, потом на маме, папе, кукле, на рисунке. Используя песенки, потешки:

Точка, точка, вот глаза,
Нос и рот, и голова,
Шея, уши, две руки,
Туловище, ноги.

Человечек побежал бойко по дороге.

Поднимайте плечики,
Прыгайте кузнечики.
Прыг-скок, прыг-скок!
Стоп! Сели.

Травку покушали,
Тишину послушали.
Выше, выше, высоко
Прыгай на носках легко.

Сейчас я очень маленький,
К коленочкам прижмусь.
Когда я вырасту большим
До неба дотянусь.

Упражнение — «Что чем делают?»

Что делаем ногами, руками, носом и так далее.

Упражнения на различение левой и правой стороны.

- Знать и показывать на себе левую и правую ногу, руку, плечо и т.д.

- Объяснить ребенку, что когда человек находится к нам лицом, то напротив нашей правой руки находится его левая рука, а напротив нашей левой руки — его правая.

При этом используются следующие упражнения:

- «Пойдем с куклой на прогулку» (оденем, возьмем за правую руку и т.д.).
 - «Покажи правой рукой левое ухо, глаз т.д.»
- «Покажи где у куклы (у мамы, на рисунке) правая рука, левая, плечо, нога и т.д.)
- «Автопортрет» (нарисуй себя и покажи, где у тебя правая и левая сторона, глаз и т.д.).

Используйте в играх песенки и потешки:

Любопытная Варвара

Смотрит влево, смотрит вправо,

А потом вперед, вперед!

Начинай на оборот.

Левая и правая,

Строят города.

Левая и правая,

Водят поезда.

Большие ямы роют,

Рвут сорняки,

И друг друга моют.

Подвижные игры на развитие координации, ловкости, бега, обучение прыжкам, развитие чувства равновесия, игры с мячом, игры-пляски имеют цель научить ребенка:

- спускаться по лестнице шагом, а затем небольшими прыжками;

- стоять попеременно на правой (левой) ноге;
- подпрыгивать на двух ногах, затем на правой (левой) ноге;
- ходить в определенном направлении (по прямой, по кругу);
 - приседать, вставать под звук бубна, затем под счет;
- поднимать руки вверх, вперед, в стороны, на пояс, вытягивать руки вперед.
- отставить ногу в сторону, отпустить голову вниз, наклоны вперед, в сторону, назад, левую руку к плечу, правую — на голову; выставить правую ногу вперед, на пятку, на носок;
 - ловить мяч после удара по полу, по стене;
 - передачам мяча с небольшого расстояния;
- перешагивать через препятствие (веревочку, скамейку);
 - кружиться, изображая «самолетик»;
- выполнять движения под музыку вместе с взрослым и одному.

При этом можно использовать следующие песенки:

Выпал беленький снежок,
 Собираемся в кружок.
 Мы потопаем, мы потопаем!
 Будем весело плясать,
 Будем ручки согревать.
 Мы похлопаем, мы похлопаем!
 Будем прыгать веселей,
 Чтобы было потеплей.

Через мост перейти надо нам, ребята.

В дальний лес мы пойдем,
 Там грибы — маслята.

Подготовила инструктор по физической культуре Молькова И. Н.