Міністерство освіти і науки України

Львівський національний університет імені Івана Франка

К. О. Островська, О. Л. Саламон,
Л. І. Січкар, Ю. В. Кондратенко, Н. В. Рєзнік

СЕКВЕНЦІЙНІ ПРОГРАМИ ДОПОМОГИ ДІТЯМ З АУТИЗМОМ

Навчальний посібник

Львів
Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка
2017

ББК 88.5

УДК 159.973

Рецензенти:

Шульженко Д.І. – доктор психологічних наук, професор кафедри психокорекційної педагогіки Національного педагогічного університету ім.М.Драгоманова

Лозинський В.Є – директор НРЦ «Довіра», заслужений працівник освіти України

Рекомендовано до друку Вченою радою факультету педагогічної освіти Львівського національного університету ім. І.Франка, Протокол №2 від 26.09.2017 р

К. О. Островська, О. Л. Саламон,Л. І. Січкар, Ю. В. Кондратенко, Н. В. Рєзнік. **Секвенційні програми допомоги дітям з аутизмом.**Навчальний посібник, 2017. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка. – 119 с.

Запропоновано секвенційні програми для базової терапії дітей з аутизмом з метою покращення функціонування у цих дітей тілесно-когнітивної сфери. Завдання програм орієнтовані на розвиток таких сфер, як: відчуття тіла, чутливість обличчя,чутливість долонь та стіп, оральна сфера, моторні вміння, зорові та слухові відчуття,зорово-рухова координація і розраховані на комплексне використання у рамках однієї програми. Зразки програм розроблені на основі практики Полтавського навчально-реабілітаційного центру Полтавської обласної ради в рамках національного науково-практичного експерименту: «Науково-методичні засади створення моделі комплексної психолого-педагогічної та соціальної реабілітації й інтеграції дітей із загальними розладами розвитку (спектр аутизму)».Результати навчального посібника можуть бути корисні для фахівців корекційної освіти та інклюзії, психологів та студентів ВНЗ спеціальності 016 «Спеціальна освіта».

Вступ

«Якщо б я мав опрацювати філософську мораль для нашого часу, доступну кожній людині, я б почав з трьох тверджень:

• Кожна людина, незалежно від її обмежень, її культури чи релігії, є важливою та цінною і заслуговує на повагу.

• Найгірше зло - це зневага до іншої людини, яка може призвести до пригноблення і знищення людського життя

• Щоб мати можливість зростати і прагнути до повноти свого буття, кожна особа потребує інших людей на різних етапах свого життя».

Ж. Ваньє, "Смак щастя".

Основою для визнання цінності особи з особливими потребами на думку Ж. Ваньє, засновника спільнот «Арка» і «Віра і Світло», є переконання, в те, що кожна істота, народжена з чоловіка і жінки, є особою, навіть якщо її особова глибінь залишається прихованою за глибокими розладами.

Він також стверджує, що кожна людина заслуговує на повагу і наскільки це можливо, повинна постійно актуалізувати свої здібності і таланти,кожна людина, також і та, чиє тіло чи психіка позбавлені деяких характеристичних особливостей, незалежно від віку чи ступеня вправності. В кожній людині, навіть якщо в ній деякі з людських здібностей обмежені (здібність розумувати, вміння рухатись, можливість спілкуватися з іншими),можна зауважити типову людську потребу будувати міжособистісні зв'язки, котрі, якщо і сповільненні або приспанні, оживають у ситуації, коли з особами з особливими потребами нав’язуються взаємовідносини.

Однією з первинних і найважливіших здатностей, яка дозволяє людям з особливими потребами будувати взаємовідносини з світом і

іншими людьми, є сенсорна інтеграція, про яку мова у нашому посібнику.

В кінці шістдесятих років спираючись на літературу з області вікової психології, нейробіології, нейрофізіології, психології навчання а також з власного клінічного досвіду др. Є. Дж. Айрес, психолог і терапевт, запропонувала гіпотези, що вказували на імплікації психоневрологічних функцій в поведінці і навчанні дітей, створила методи і провела дослідження. Результати тих досліджень показали, що існують чинники які виступають тільки в дітей з перцептивно – моторними дисфункціями або з дисфункціями центральної нервової системи [16]. Вищезгадані чинники (фактори), Айрес інтерпретувала, як репрезентації дисфункцій пов'язаних з певними розладами в межах ЦНС, які охоплюють інтеграції вхідних даних від одного або більше сенсорних систем. Вдалось зауважити, що ці дисфункції сенсорної інтеграції мали вплив на постуральні реакції, м`язову напругу, планування рухів, розвиток мови, поведінку, емоції і пізнавальні функції.

ДослідженняіпрацяАйресіїїспівпрацівниківдалиможливістьрозвит кутеоріїсенсорноїінтеграції,
охоплюючитеоретичніосновиінтеграційнихпроцесів,
діагностичніметодирозладівцихпроцесівівідповіднітерапевтичнітехніки
.

Сенсорнаінтеграція[12]цеорганізаціянашиммозкомвхіднихчуттєвихданихзметоюдатиадаптивнувідповідьнавимогисередовища.
Уцьомупроцесі, мозок, отриманувідвсіхчуттівінформацію, впорядковує, розпізнає, інтерпретує, пов'язуєзсобоюізпопереднімдосвідомівідповідаєнавимагання, якіплинутьзісередовищавякомупроживаєлюдина.
Інформаціяприходитьвідзорових, слухових, тактильних, нюхових,

смаковихіпропріоцептивнихрецепторів. Мозокпостійноїхорганізовує, локалізуючи, розпізнаючи, впорядковуючиіінтегруючи. Колиорганізаціявхідноїінформаціїпробігаєправильно, мозокможевикористатиїїдляформулюванняперцепції, плануванняруху, м`язовоїнапруги, емоцій, навчанняібагатоінших. Розладивінтеграціїнегативновпливаютьнаперебігцихфункцій.

ВсвоїхпрацяхАйреспідкреслювала, щонемовля, бачить, чуєівідчуваєстимули, якійдутьвідйоготілаіоточення, аленеєвстанірозрізняти «значення» звуків, оцінюативідстань, координаціюрухів. Алевмірурозвитку, дякуючиздібностіорганізовуватисенсорнівраження, формуєтьсяконцентраціянасенсорнихвідчуттях, координаціярухівіорганізаціяповедінки. Адекватнасенсорнаінтеграціяєосновоювластивогорозвиткуфункційруху, навчанняіповедінкиіпробігаєвЦНС.

Усвоїймоделіперебігусенсорноїінтеграції, Айрес, описуючиетапирозвиткусенсорноїінтеграції (між 0 і 7 рокомжиття),підкреслюваласуттєвурольсистем: вестибулярної, проприоцептивноїітактильної.

Процесисенсорноїінтеграціївідбуваютьсявспинниммозку, встовбурімозку, мозочкуіврештівпівкуляхмозку [13]. Всівищірозумовіпроцесизалежатьособливовідадекватноїорганізаціївра женьвстовбурімозку, дезрештоюмаютьсвійпочатокіінтеграційніпроцеси. Тільки після проходження стовбуру мозку може відбуватися більш специфічне опрацювання сенсорних вражень в корі головного мозку.

Теорія сенсорної інтеграції спираючись на кількох основних фундаментальних ствердженнях неврології і теорії поведінки, описує властиве функціонування процесів сенсорної інтеграції в ЦНС,

визначає поняття дисфункцій з точки зору сенсорної інтеграції та пропонує відповідні терапевтичні техніки.

До основних принципів на які спирається сенсорна інтеграція належать:

- **Нейропластичність**[14]– здатність мозку до змін і модифікацій. Має особливе значення для терапії сенсорної інтеграції, яка закладає можливість змін в межах нервової системи під впливом контрольованої симуляції сенсорних систем, особливо тактильної, вестибулярної і пропріоцептивної.

Залежить від багатьох чинників:

1. Мотивація стосовно виконання терапевтичних завдань.
2. Різнорідність середовища і оточення, в якому відбувається терапія, дає багато тактильних, вестибулярних і пропріоцептивних вражень, які мають суттєвий вплив на якість терапії і на позитивні зміни в ЦНС.
3. Критичні періоди розвитку для певних функцій і віку. Адже обмеження надходження необхідних вражень в критичному періоді для даної функції часто спричиняє обмеження можливостей реагування в майбутньому на деякі подразники або стимули.

- **Секвенційний (послідовний) розвиток процесів.** Він проходить під час нормального розвитку дитини, розвиваючись від простіших форм поведінки до більш складніших. При розладах сенсорної інтеграції, процес постійного вдосконалення функцій розвитку порушується і завданням терапії у цьому випадку є керованою сенсорною стимуляцією виправляти процеси сенсорної інтеграції, уможливлюючи секвенційну появу більш складніших форм поведінки.

- **Інтегральність нервової системи.**Сьогодні теорія сенсорної інтеграції вважає, що, так як мозок функціонує цілісно, то існує взаємна залежність між підкірковими і корковими центрами мозку стосовно проходження основних сенсорних процесів, в яких ці центри беруть участь.Інтегральність і ієрархічність мозку проявляється в контролі центрів підкоркових корковими центрами і навпаки в контролі коркових центрів підкорковими.

Адаптивніреакції впливають на розвиток сенсорної інтеграції, але також процеси сенсорної інтеграції сприяють появі адаптивних реакцій згідно принципу зворотного зв’язку [17]. Поява адаптивних реакцій спирається на сенсорно – моторному досвіді і веде до розвитку нейрональної моделі пам’яті того, як «відчуваю рух». Ця нейрональна модель може бути, в перспективі терапії, вжита до планування більш комплексної адаптивної поведінки.

Чим же є терапія сенсорної інтеграції?

Насамперед терапію сенсорної інтеграції повинні випереджувати комплексні обстеження і діагностика проведенні кваліфікованими терапевтами. Айрес вважає, що головним завданням терапії є постачання контрольованої кількості сенсорних стимулів, особливо тактильних, вестибулярних і проприоцептивних в такий спосіб, аж дитина спонтанно буде формувати адаптивні реакції виправляючи інтеграцію тих стимулів. Підчас терапії сенсорної інтеграції стосунки які заходять між сенсорними процесами і руховою поведінкою формують і покращують синаптичні зв'язки в центральній нервовій системі. Відповідна організація синаптична ЦНС визначає властиве програмування і засвоєння сенсорних інформацій в відносинах індивідуума з оточенням.

Щоб могло відбутися покращення в організації ЦНС в терапії використовуються вправи і техніки, які будучи своєрідним «викликом» для учасника терапії, є стимулюючими для мозку. Вправи мають бути допасовані до рівня розвитку дитини, не можуть бути ані доволі легкі ані надмір важкі. Тільки постійне балансування на границі можливостей дитини, покращуючи організацію ЦНС, впливає на зміну поведінки в моторній і емоціональній сфері, покращує мовленнєву та пізнавальну функції, росте ефективність навчання.

В терапії не вчиться дитини конкретних вмінь, але покращуючи сенсорну інтеграцію, підсилюються нервові процеси, які лежать в основі тих вмінь. Терапевт не стільки керує поведінкою дитини, скільки пропонує такі вимагання, на які дитина була б в стані відповісти щоразу більш складнішими адаптивними реакціями. Терапія сенсорної інтеграції не є вивченою і постійно повторювальною схемою вправ, але мистецтвом безперервного аналізуповедінки дитини і постійного добору і модифікації пропонованих завдань.

Добрим місцем для терапії сенсорної інтеграції може бути спортзал, або велике приміщення спеціально для цього пристосоване і оснащене відповідним обладнанням для стимуляції тактильних, вестибулярних і проприоцептивних систем, також для зорових, слухових і нюхових. В часі терапії, успіхи в керуванні своєю поведінкою, дитина переносе в ситуації, які відбуваються поза терапевтичним місцем. Поступово змінюється образ дитини і його функціонування в середовищі.

Кожна людина обробляє чуттєві подразники 24 години на добу. Інтеграція цих подразників формує наше сприймання світу, описує дійсність і впливає на нашу поведінку. Кожен з нас - істота наділена чуттєвістю з індивідуальною точкою зору. Всі ми обдаровані життям,

яке маємо зреалізувати як найповніше. Ж. Ваньє, в уже цитованій нами, його книзі "Смак щастя" пише: «Бути людиною, це сповнитися якомога найдосконаліше. Якщо не сповнюємося, то все людство щось втрачає». Маємо надію, що наш посібник допоможе краще зрозуміти тему сенсорної інтеграції, її розладів і терапії. Дозволить тим, хто цього потребує, сповнитися як найдосконаліше, а нам нікого не втратити.

Секвенційна модель роботи з дітьми з порушенням розвитку опирається на ідеї сенсорної стимуляції Г. Домана-К. Делякато[15] і є однією з базових стимуляційних терапевтичних практик для допомоги дітям з аутизмом. Секвенції використовуються при появі симптомів порушення тілесно-когнітивної сфери. Цими симптомами можуть бути: відсутність або недостатність зорового контакту, відсутність або неадекватність реакції на звуки, низька рухова активність пов'язана з порушенням м'язового тонусу. Сприйняття сигналів із зовнішнього світу і внутрішнього середовища організму формується на основі спільної діяльності ряду сенсорних систем: зорової, слухової, тактильної, пропріоцептивної, вестибулярної, смакової і нюхової.

Багато проблем вуявленні про себе (у першу чергу на рівні усвідомлення власного тіла), навчанні, поведінці дітей з аутизмом є результатом спотворення процесу сприйняття сенсорної інформації. Для них характерна нездатність інтегрувати сенсорну інформацію, що надходить від різних органів почуттів, для того щоб отримати точну картину реального оточення.

Такими чином секвенційна модель роботи з дітьми з аутизмом включає:

- послідовне виконання вправ в рамках однієї програми, спрямованих на стимуляцію різних ділянок сенсо-моторної сфери розвитку дитини;

- одночасне отримання дитиною з аутизмом (протягом виконання секвенції) зрівноваженої кількості подразників у різних сферах адекватно до «потреб» мозку і тіла.

Секвенції сприяють розвитку адаптаційних реакцій дитини з аутизмом.

ЗРАЗКИ СЕКВЕНЦІЙНИХ ПРОГРАМ

Блок №1

ПРОГРАМА № 1

Масаж охоплює всю поверхню тіла окрім голови. Під час виконання вправ для тіла, поверхню тіла поділяємо на наступні області, які стимулюємо:

- рука ліва (разом з долонею);
- рука права (разом з долонею);
- нога ліва (разом зі стопою);
- нога права (разом зі стопою);
- передпліччя і плечі, грудна клітина.

Завжди слід називати вид виконуваної вправи разом з кожною масованою частиною тіла.

1.	**МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ** (по 30 секундна одну частину тіла). Опис вправи: під час масажу вибираємо форму найбільш приємну для дитини. Починаємо від масажу розігріваючого, переходячи до форми більш динамічної і закінчуємо "вичищаючим" масажем - поплескуючи долонями по поверхні шкіри. Версії вправи: "дощик" - поплескування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силою тиску; "рубання" почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини. "поплескування" - людина яка масує складає долоні "човником" і поплескує таким чином тіло дитини; "місити тісто" - особа, яка масує, розминає тіло дитини так, ніби місить тісто; "масаж кулачками" - особа, яка робить масаж, затискає долоню в кулачок і виконує масаж кулачками, притискаючи ними

	легенько тіло дитини; "черв'ячки" - особа, яка робить масаж, бере пальцями обох рук шкіру дитини і легенько пересуває її до гори; "масаж розігріваючий" - особа, яка робить масаж, кладе пласко на тіло дитини руки і виконує ними сильні кругові рухи, розігріваючи таким чином тіло дитини.
2.	**МАСАЖ ЗАТИСКАННЯ ДОЛОНІ (**по 30 сек. на долоню) Опис вправи: Під час виконання вправи слід пам'ятати, що потрібно називати частину долоні, яку затискаємо (напр. – « права долоня, пальці лівої долоні і т.п.). Для кращого розуміння дитиною, називаємо більш детально: «лікоть правий, плече праве, вказівний палець і т.п.». Версії вправи: - масаж затискання, який виконується долонями. Вправу виконуємо руками сильно затискаючи долоні дитини, промовляючи при цьому. - масаждолонідитиним'ячиком "їжачок". Длямасажувикористовуємогумовийм'ячикзшипами.
3.	**ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛЬЦІВ** (по 30 с. на кожну руку) Версії вправи: - закрий-відкрий (допомагаємо дитині зробити кулачок та відкрити його)
4.	**МАСАЖ ПРИТИСКАННЯ СТОП (**по 30 сек. на стопу) Версії вправи: - масаж - притискання стопи долонями. Вправу виконуємо руками сильно притискуючи стопи дитини. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо (наприклад, пальці лівої стопи, права п'ята і т.п.). - масаж стоп м'ячиком "їжачок". Для масажу використовуємо м'ячики з маленькими шипами різної твердості (починаючи з м'якого, поступово переходячи більш твердого м'яча) . Крутимо ними зі змінною силою, натискаючи на стопу дитини.
5.	**ОБСТУКУВАННЯ СТОПИ (**по 30 сек. на стопу) Опис вправи: - обстукуємо всю стопу дитини із перемінною силою. Слід пам'ятати, що потрібно називати ту частину стопи, яку обстукуємо (напр. пальці лівої стопи, права п'ятка, середина стопи лівої ноги).

6.	**МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ (**15 сек. - 1 хвилина.) Опис вправи: -«дощик» делікатно постукуючи кінчиками (подушечками) пальців. -«гусачок» легкимищіпками; -«киця» погладжування (частин обличчя: чоло, щічки, носик, підборіддя) долонею.
7.	**МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ** (15-30 сек.) Опис вправи: - масаж ротової порожнини щіточкою для зубів. Використовуємо для вправи щіточку для зубів з м'якою щетиною. Перед масажем зволожуємо щіточку теплою водою. Масуємо дуже делікатно зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини: внутрішню частину щік, піднебіння і язик. Спочатку, якщо дитина не дозволяє вкласти щітку до ротової порожнини, можна масувати легенько губи, поступово просуваючись до масажу в ротовій порожнині (можна почати масаж тильною стороною щітки).
8.	**«ВИПОВЗАННЯ»** (час виконання – індивідуально) Опис вправи: - дитина лежить на животі (на підлозі) руки витягнуті вперед. Зверху лягає дорослий навхрест (спираючись на свої руки і коліна) так щоб його живіт був на талії дитини, таким чином створюючи перепону для виповзання. Дитині потрібно виповзти з-під пресу. Якщо у дитини не виходить треба їй допомогти виставляючи ноги та руки в потрібне положення.
9.	**«ПЕРЕКОЧУВАННЯ»** (час виконання – індивідуально) Опис вправи:вправу виконуємо на твердій поверхні (твердий килимок, матрац). Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то дорослий може сам перекладати руки і ноги дитини. Можна разом з дитиною перекочуватися, тримаючи її на собі. Перекочування можна роботи почергово то в одну, то в другу сторону. Також, можна перекочувати дитину і, одночасно, замотувати її в ковдру або іншу тканину, а потім розмотувати її. Але необхідно все це робити в ігровій формі, не викликаючи спротив дитини і не закривати тканиною її обличчя, голову. Бажано, щоблюдина, яка займається з дитиною, надавала ритм виконання вправ.
10.	**«ПІДСКАКУВАННЯ НА ДВОХ НОГАХ»** (час виконання – індивід.) Опис вправи:вправу слід виконувати босоніж для

	профілактики плоскоступості і додаткової стимуляції. - Вправу починаємо від підстрибування на місці на двох ногах. Спочатку дитині допомагає дорослий, який тримає дитину за руки і підскакує разом з нею в такт. Коли дитина вже підстрибує самостійно, дорослий перестає допомагати. Прагнемо, щоб дитина стрибала самостійно. Під час виконання цієї вправи слідкуємо, щоб дитина тримала спинку рівно. - Зіскакування обома ногами на підлогу з предмету. (лава, стільчик; висота 20-30 см.)
11.	**ВПРАВА «ВСТАВАННЯ»** (декілька разів) Опис вправи:дитині необхідно показати, як треба присісти або допомогти їй це зробити (дорослий знаходиться за спиною дитини, тримає її за руки і допомагає їй присісти). Потрібно присісти та обхопити руками коліна. З такого положення дитині потрібно піднятися у повний зріст і підняти руки вгору(стопи не відриваються від підлоги)
12.	**ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА ПРЕДМЕТОМ (30 сек.-1 хв.)** Опис вправи:саджаємо дитину і сідаємо навпроти неї. У руці дорослого знаходиться іграшка (або інший предмет) який цікавить дитину. Просимо дитину, щоб вона водила поглядом за тою іграшкою. Аіграшку рухаємо вниз, вгору, набік по скошеній лінії, по колу, крутимо нею вісімку.
13.	**СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ (**1 хвилина) Опис вправи:безпосередньо на вухо дитини (ліве чи праве) шепочемо позитивну інформацію на його тему (я тебе люблю, ти найкращий хлопчик; або нейтральну інформацію чи віршики). Почергово шепочемо то до лівого, то до правого вуха. Вправу можна виконувати або в час відведений для вправи, або ж на протязі дня декілька разів повторюючи її.

ПОКАЗ КАРТИНОК «КОЛЬОРИ»

В будь-який зручний час посадити дитину перед собою.

Показувати картки по-черзі (утримуючи 3-5 сек.) і називати колір: «червоний», «жовтий», «зелений», «синій»(без будь-яких інших пояснень, конкретно: «червоний» і т. д.).

Наступний раз показувати картку іншою стороною, де записано назву кольору (друковане слово, напр. «червоний»). Виконання вправиповторюється.

ПРОГРАМА № 2

Продовжуємо масаж (вправа №1), який охоплює всю поверхню

тіла окрім голови. Під час виконання вправ, поверхню тіла поділяємо на наступні області, які стимулюємо:

- рука права (разом з долонею);
- праве передпліччя і праве плече;
- нога права (разом зі стопою);
- рука ліва (разом з долонею);
- ліве передпліччя і ліве плече;
- нога ліва (разом зі стопою);
- груди, живіт.

Повернувши дитину на живіт, проробляємо вправи у тій же послідовності, додаємо:

- спина;
- сідниці (попа)

Завжди слід називати вид виконуваної вправи разом з кожною масованою частиною тіла.

Вправи № 4; 5; 6; 7; 8робимо одна за одною, спочатку для правої половини тіла, а потім – для лівої.

1.	**МАСАЖВСЬОГОТІЛА** **М'ячиком «їжачок»** Опис вправи : Для масажу використовуємо гумові м'ячики з маленькими "шипами" різної м'якості. Натискаємо на тіло ними зі зміною тиску на кожну "напружену" ділянку. (по 30 секундна одну частину тіла).
2.	**МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ (**15 сек. - 1 хвилина.) Опис вправи: -«дощик» делікатно постукуючи кінчиками (подушечками) пальців. -«гусачок» легкимищіпками; -«киця» погладжування (частин обличчя: чоло, щічки, носик, підборіддя) долонею.
3.	**МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ** (15-30 сек.) Опис вправи: - масаж ротової порожнини щіточкою для зубів. Використовуємо для вправи щіточку для зубів з м'якою щетиною. Перед масажем зволожуємо щіточку теплою водою. Масуємо дуже делікатно зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини: внутрішню частину щік, піднебіння і язик. Спочатку, якщо дитина не дозволяє вкласти щітку до ротової порожнини, можна масувати легенько губи, поступово просуваючись до

	масажу в ротовій порожнині (можна почати масаж тильною стороною щітки).
4.	**МАСАЖПАЛЬЦІВ РУК** Опис вправи: 1. Переминаючи своїми пальцями кожен палець дитини, починаючи з мізинця, називаємо їх. Палець масуємо від пучки поступово пересуваючись вниз до основи пальця. (по 30 сек. надолоню) 2. Затискати між своїми великим та вказівним пальцями пучку пальця дитини та утримувати 5 секунд (на кожен палець) при цьому називаючи затиснутий палець.
5.	**МАСАЖ ДОЛОНІ ОЛІВЦЕМ (ребристим)** Опис вправи: Масуємо всю долоню дитини, перекочуючи олівець між своєю долонею та долонею дитини. Під час виконання вправи потрібно називати місце, яке масуєте (напр. права долоня, пальці лівої долоні). Час виконання : 1 хвилина (по 30 сек. на одну долоню).
6.	**ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛ ЬЦІВ** Опис вправи: Закрий-відкрий (затискання малої кухонної губки) Кількість раз – індивідуальна.
7.	**МАСАЖСТОПОЛІВЦЕМ(ребристим)** Опис вправи: Масаж виконуємо перекочуючи олівецьміж долонею дорослого та стопою дитини, поклавши олівець впоперек стопи. Треба говорити дитині, яку стопу ми масуємо (напр. права стопа). Час виконання вправи: 1 хвилина (по 30 сек. на 1 стопу).
8.	**ВПРАВИ НА УТРИМАННЯ РІВНОВАГИ** Опис вправи: Стояння на одній нозі на одному місці (по 10 сек. на одній нозі). Присівши ззаду дитини, зігнути їй праву ногу в коліні. Утримувати зігнуту ногу і, якщодитина самостійно не може стояти самостійно, то підтримувати її, поступово прибираючи опору.
9.	**ВПРАВИ З М’ЯЧЕМ** Опис вправи: Сидячи навпроти дитини, кидаємо м’яч обома руками, при цьому промовляючи: «М’яч!». Дитина ловить обома руками і кидає дорослому, промовляючи: «М’яч!». (Якщо дитина не повторює, то промовляти замість неї) Кількість спроб не менше 3.

10.	**ВПРАВА«ГОЙДАННЯ»(настимуляцію вестибулярного апарату)** Опис вправи: Виконують дві людини, тримаючи дитину за руки та ноги, розхитуючи одночасно. Кількість гойдань індивідуально.
11.	**ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА ПРЕДМЕТОМ** Опис вправи: Саджаємо дитину і сідаємо навпроти неї. У руці дорослого знаходиться іграшка (або інший предмет) який цікавить дитину. Просимо дитину, щоб вона водила поглядом за тою іграшкою. Аіграшку рухаємо вниз, вгору, набік по скошеній лінії, по колу, крутимо нею вісімку. Час виконання 30сек – 1хв.
12.	**НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ (дзвіночок або іграшка-пищалка)** Опис вправи: Знаходячись на відстані від дитини з лівого боку відтворюємо звук. Дитина повинна повернути голову на звук. Перейти за спину дитини і подзвонити біля правого вуха. Знову відійти на відстань з правого боку і відтворити звук. Потім підійти та дзвонити з-за спини біля лівого вухо Кількість спроб індивідуально (не менше 3х спроб на кожну сторону)
13.	**ОБНІМАННЯ** Опис вправи: Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати протягом 5 сек. Попустити тиск і знову міцно притиснути на 5 сек. Кількість спроб індивідуально (але не менше 3х разів)

«КОЛЬОРИ»

Посадити дитину перед собою.

1. Показувати однорідні предмети по-черзі (утримуючи 3-5 сек.) і називатиколір предмета. Наприклад: показуємо червоний кубик (або машинку, або кульку, або інш.) і промовляємо: «червоний! (або червона)». Так з іншими кольорами –«зелений!»(кубик),«жовтий!», «синій!».

2. Наступний раз показувати одночасно предмет з карткою, де зроблено напис (друковане слово, напр. «червоний») кольору.

Виконання вправи 1. – 2.почергово повторюється.

ПРОГРАМА № 3
(спрощена)

Продовжуємо масаж (вправа №1), який охоплює всю поверхню тіла окрім голови. Під час виконання вправ, поверхню тіла поділяємо на наступні області, які стимулюємо:

- рука права (разом з долонею);
- праве передпліччя і праве плече;
- нога права (разом зі стопою);
- рука ліва (разом з долонею);
- ліве передпліччя і ліве плече;
- нога ліва (разом зі стопою);
- груди, живіт.

Повернувши дитину на живіт, проробляємо вправи у тій же послідовності, додаємо:

- спина;

Завжди слід називати вид виконуваної вправи разом з кожною масованою частиною тіла.

Вправи № 4; 5; 6; 7; 8робимо одна за одною, спочатку для правої половини тіла, а потім – для лівої.

1.	**МАСАЖВСЬОГОТІЛА** **Перчатками різними за фактурою (жорстка та м'яка)** Опис вправи : продовжуємо масаж всього тіла за схемою. (по 30 секундна одну частину тіла).
2.	**МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ (**15 сек. - 1 хвилина.) Опис вправи: -«дощик» делікатно постукуючи кінчиками (подушечками) пальців. - «вкручування» дрібні точечні колові рухи вказівним та середнім пальцем по поверхні обличчя -«гусачок» легкимищіпками; -«киця» погладжування (частин обличчя: чоло, щічки, носик, підборіддя) долонею.
3.	**МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ** (15-30 сек.) Опис вправи: - масаж ротової порожнини щіточкою для зубів. Використовуємо для вправи щіточку для зубів з м'якою щетиною. Перед масажем зволожуємо щіточку теплою водою. Масуємо дуже делікатно зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини: внутрішню частину щік, піднебіння і язик. Спочатку,

	якщо дитина не дозволяє вкласти щітку до ротової порожнини, можна масувати легенько губи, поступово просуваючись до масажу в ротовій порожнині (можна почати масаж тильною стороною щітки).
4.	**МАСАЖПАЛЬЦІВ РУК** Опис вправи: 1. Переминаючи своїми пальцями кожен палець дитини, починаючи з мізинця, називаємо їх. Палець масуємо від пучки поступово пересуваючись вниз до основи пальця.(по 30 сек. надолоню) 2. Затискати між своїми великим та вказівним пальцями пучку пальця дитини та утримувати 5 секунд (на кожен палець) при цьому називаючи затиснутий палець.
5.	**МАСАЖ ДОЛОНІ ГОРІХОМ** Опис вправи: Масуємо всю долоню дитини, перекочуючи горіх між своєю долонею та долонею дитини. Потім між долонями дитини. Час виконання: 1 хвилина (по 30 сек. на одну долоню).
6.	**ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛ ЬЦІВ** Опис вправи: Закрий-відкрий (затискання малого гумового м’ячика з пищалкою) Кількість раз – індивідуальна.
7.	**МАСАЖСТОПГОРІХОМ** Опис вправи: Масаж виконуємо перекочуючи горіхміж долонею дорослого та стопою дитини. Треба говорити дитині, яку стопу ми масуємо (напр. права стопа). Час виконання вправи: 1 хвилина (по 30 сек. на 1 стопу).
8.	**ВПРАВИ НА УТРИМАННЯ РІВНОВАГИ** Опис вправи: Стояння на одній нозі на одному місці (по 10 сек. на одній нозі). Присівши ззаду дитини, зігнути їй праву ногу в коліні. Утримувати зігнуту ногу і, якщодитина самостійно не може стояти самостійно, то підтримувати її, поступово прибираючи опору.
9.	**ВПРАВИ З М’ЯЧЕМ** Опис вправи: продовжуємо вправу збільшуючи відстань між дорослим та дитиною. Сидячи навпроти дитини, кидаємо м’яч обома руками, при цьому промовляючи: «М’яч!». Дитина ловить обома руками і кидає дорослому, промовляючи: «М’яч!». (Якщо дитина не

	повторює, то промовляти замість неї) Кількість спроб не менше 3.
10.	**ВПРАВА«КЕГЛЯ»** Опис вправи: Дорослий сидить навпроти дитини, тримаючи в руці кеглю. Протягує її дитині, дитина повинна взяти кеглю однією рукою, потримати і віддати її назад дорослому. Кількість спроб не менше 5.
11.	**«М'ЯЧ В ЦИЛІНДР» (зорова стимуляція)** Опис вправи: Дитина стоїть навпроти циліндра, тримаючив руці м'яч. Потрібно м'яч кинути в циліндр. М'яч, випадає з циліндра і котиться. Дитина слідкує очима за м'ячем. (м'яч світиться) Дитина піднімає м'яч і вправа повторюється. Домашнє виконання може бути без циліндру, дорослий кидає на підлогу м'яч з висоти піднятої руки. Час виконання - 2 хв.
12.	**Слухання шепітного мовлення через трубу (або скручений у трубу папір)** Опис вправи: Знаходячись з лівого боку від дитини приставляємо один кінець труби до вуха дитини, а в інший кінець труби промовляємо шепотом слова. (можуть бути віршики та примовлянки) Потім це ж повторюємо з іншого боку. Кількість спроб індивідуально (не менше 3х спроб на кожну сторону)
13.	**ОБНІМАННЯ** Опис вправи: Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати протягом 5 сек. Попустити тиск і знову міцно притиснути на 5 сек. Кількість спроб індивідуально (але не менше 3х разів)

«Свійські тварини»

Посадити дитину перед собою.

1. Показувати іграшки тварин по-черзі: собака, кішка, курка(утримуючи 3-5 сек.)називатита звуконаслідувати тварину. Наприклад: показуємо собаку та промовляємо: «Собака! Ав-ав!». Так само з іншими тваринами.

Ускладнення:

2. Наступний раз показувати тварину зображену на малюнку.

Ускладнення:

3. Показувати тварину зображену на малюнку з підписом.(СО Б А КА)

ПРОГРАМА № 4
(ускладнена)

1.	**ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇПОВЕРХНІ ТІЛА** Опис вправи: Дитину кладемо на матрац, підлогуна спину або на живіт з витягнутими руками і ногами. Лягти зверху на дитину. Стараємося легенько притиснути одночасно все тіло дитини. ДО УВАГИ! Зверніть увагу - не закривати голову дитині! Час проведення: 30 сек. 5-1 хвилина. Кількість повторень - індивідуально.
2.	**ПРИТИСКАННЯ НІГ ДО ГРУДНОЇ КЛІТИНИ** Опис вправи: Дитину кладемо на спину із зігнутими ногами в стегнах, колінах і стопах. Натискаємо на стопи дитини і притискаємо її ноги до грудної клітини. Дитина повинна обхопити коліна руками.У такому положенні допомагати дитині гойдатися на спині в перед та назад. Потім зі сторони в сторону. Кількість повторень - індивідуально.
3.	**МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ** (15 сек. - 1 хвилина.) Опис вправи: -«дощик» делікатно постукуючи кінчиками (подушечками) пальців. - «вкручування» дрібні точечні колові рухи вказівним та середнім пальцем по поверхні обличчя -«гусачок» легкимищіпками; -«киця» погладжування (частин обличчя: чоло, щічки, носик, підборіддя) долонею.
4.	**МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ** (15-30 сек.) Опис вправи: - масаж ротової порожнини щіточкою для зубів. Використовуємо для вправи щіточку для зубів з м’якою щетиною. Перед масажем зволожуємо щіточку теплою водою. Масуємо дуже делікатно зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини: внутрішню частину щік, піднебіння і язик. Спочатку, якщо дитина не дозволяє вкласти щітку до ротової порожнини, можна масувати легенько губи, поступово просуваючись до

	масажу в ротовій порожнині (можна почати масаж тильною стороною щітки).
5.	**МАСАЖПАЛЬЦІВ РУК** Опис вправи: 1. Переминаючи своїми пальцями кожен палець дитини, починаючи з мізинця, називаємо їх. Палець масуємо від пучки поступово пересуваючись вниз до основи пальця.(по 30 сек. надолоню) 2. Затискати між своїми великим та вказівним пальцями пучку пальця дитини та утримувати 5 секунд (на кожен палець) при цьому називаючи затиснутий палець.
6.	**МАСАЖ ДОЛОНІ ГОРІХОМ** Опис вправи: Масуємо всю долоню дитини, перекочуючи горіх між своєю долонею та долонею дитини. Потім між долонями дитини. Час виконання : 1 хвилина (по 30 сек. на одну долоню).
7.	**ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛ ЬЦІВ** Опис вправи: Закрий-відкрий (затискання малого гумового м'ячика з пищалкою) Кількість раз – індивідуальна.
8.	**ВПРАВИ НА УТРИМАННЯ РІВНОВАГИ** Опис вправи: Стояння на одній нозі на одному місці (по 10 сек. на одній нозі). Присівши ззаду дитини, зігнути їй праву ногу в коліні. Утримувати зігнуту ногу і, якщодитина самостійно не може стояти самостійно, то підтримувати її, поступово прибираючи опору.
9.	**ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ «ПОПАДИ В КОШИК»** Опис вправи: Кошик з набором кульокосновних кольорів (жовтий, червоний, синій, зелений від 3 до 5 штук кожного) поставити біля дитини. Кошики відповіднихкольорів розташувати на певній відстані від дитини. (від метру і поступово збільшуючи відстань). Дитина повинна взяти кулю, наприклад, червоного кольору та закинути, відповідно, у кошик червоного кольору. Кидання відбувається без зупинок, не звертаючи увагу на кулі, які не потрапили до кошика. (кулі збирають в кінці вправи).
10.	**ВПРАВА«КЕГЛЯ»** Опис вправи: Дорослий сидить навпроти дитини, тримаючи в лівій руці кеглю, перекладає кеглю в праву руку (привертаючи на це увагу

	дитини). Протягує кеглю дитині, дитина повинна взяти кеглю однією рукою та перекласти в другу руку і віддати її назад дорослому. Кількість спроб не менше 5.
11.	**«М'ЯЧ В ЦИЛІНДР» (зорова стимуляція)** Опис вправи: Дитина стоїть навпроти циліндра, тримаючив руці м'яч. Потрібно м'яч кинути в циліндр. М'яч, випадає з циліндра і котиться. Дитина слідкує очима за м'ячем. (м'яч світиться) Дитина піднімає м'яч і вправа повторюється. Домашнє виконання може бути без циліндру, дорослий кидає на підлогу м'яч з висоти піднятої руки . Час виконання - 2 хв.
12.	**Слухання шепітного мовлення через трубу (або скручений у трубу папір)** Опис вправи: Знаходячись з лівого боку від дитини приставляємо один кінець труби до вуха дитини, а в інший кінець труби промовляємо шепотом слова. (можуть бути віршики та примовлянки) Потім це ж повторюємо з іншого боку. Кількість спроб індивідуально (не менше 3х спроб на кожну сторону)
13.	**ОБНІМАННЯ** Опис вправи: Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати протягом 5 сек. Попустити тиск і знову міцно притиснути на 5 сек. Кількість спроб індивідуально (але не менше 3х разів)

«Свійські тварини»

Посадити дитину перед собою.

1. Показувати іграшки тварин по-черзі: собака, кішка, курка(утримуючи 3-5 сек.)називатита звуконаслідувати тварину. Наприклад: показуємо собаку та промовляємо: «Собака! Ав-ав!». Так само з іншими тваринами.

Ускладнення:

2. Наступний раз показувати тварину зображену на малюнку.

Ускладнення:

3. Показувати тварину зображену на малюнку з підписом.(СОБ А К А)

Блок №2

ПРОГРАМА № 1

1.ІГРИ З ПЛАСТИЛІНОМ

Змішувати (як місять тісто) пластилін синього і червоного кольорів.

Заохочуємо дитину доторкатися,змішувати пластилін. Говоримо: «Змішую пластилін»

Час – 2 хв.

2.МАСАЖВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Під час масажу вибираємо положеннянайбільш приємне для дитини. Починаємо від масажу розігріваючого, переходячи до динамічного. Дитина лежить на животі, робимо масаж послідовно з правої сторони (спочатку рука, потім спина, права нога), потім робимо зліва (рука, спина, нога). Говоримо: «Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога.Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть,праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога». Послідовність виконання вправи:

"дощик" - постукування кінчиками пальців по поверхні тіла дитини з різною силою тиску;

"рубання"- почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини.

"похляпування" - людина яка масує складає долоні "човником" і похляпує таким чином тіло дитини;

"місити тісто" - особа, яка масує - розминає тіло дитини так, якби місила тісто;

"черв’ячки" - особа, яка робить масаж, бере пальцями обох рук шкірку дитини і легенько пересуває її до гори;

масаж розігріваючий - особа, яка робить масаж, кладе на тіло дитини руки і виконує ними сильні кругові рухи, розігріваючи таким чином тіло дитини.

Час і кількість повторень вправи – по 2 рази на праву сторону і на ліву.

3. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА М'ЯЧИКОМ "ЇЖАЧОК"

Для масажу використовуємо резиновий м’ячик з шипами. Натискаємо ним на тіло. Виконуємо масаж зверху вниз. Починаємо з правої руки, потім, правий бік спини, права нога. Після цього масажуємо ліву сторону, починаючи з лівої руки і закінчуємо ногою. Говоримо: «Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права

нога.Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть,праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога».

4.ПОВЗАННЯ (плазування)

Дитину кладемо на живіт. Людина,яка з нею займається, повинна показати дитині, як вірно треба покласти кінцівки на підлогу. Говоримо «Я повзу». Якщо дитина самостійно не зможе виконувати ці рухи, нам треба руками допомогти їй. Але треба пам'ятати, що обличчя дитини має бути обернуто в сторону рук, витягнутих вперед. Дитина повинна лежати рівно на підлозі. Можемо заохотити її повзати (плазувати), поклавши перед нею іграшку цікаву для неї.

Час виконання 2-3 хв.

5.ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Використовуємо м′яч діаметром 10-15 см. Говоримо дитині: «Ловлю м′яч, кидаю м′ яч»

- кидання і хапання м'яча, який кидає друга людина на відстані 1 метра

- кидання м'яча іншій особі, сидячи на підлозі;

Час виконання – 2-3 хв.

6.ВИШУКУВАННЯ ПРЕДМЕТІВ ЗАКРИТИХ В СКРИНЬЦІ ЗАПОВНЕНІЙ СИПКИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Дитина повинналише за допомогою дотику,знайти предмети

(гумова качка, кубик, кулька) заховані у скриньці (15*20см-ширина, висота- 10см), заповненій манною крупою.

Час і кількість вправ – 3хв.

7.ПОШУК ДЖЕРЕЛА СВІТЛА

Садимо дитину і стаємо навпроти неї у віддалені кілька метрів. Включаємо ліхтарик на секунду, після чого гасимо і запалюємо знову але вже в іншому місці. Говоримо дитині:"Знайди світло! Подивись на нього". Якщо дитина не реагує, включимо і виключимо ліхтар декілька разів, порухаємо ліхтарем, наблизимось ближче. Включаємо ліхтарик в різних частинах кімнати, щоби дитина не змогла передбачити, де ліхтар загориться.

Час і кількість вправ – 3хв.

8.МАСАЖ ПРИТИСКАННЯ СТОП

Руками сильно притискаємо стопи дитини. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо. Ведуча нога права, починаємо притискати з пальців правої ноги, потім притискаємо стопу, потім п′яту. В такій послідовності виконуємо з лівою стопою (пальці лівої стопи і т.п.). Говоримо: пальці правої ноги, стопа правої ноги, п′яткаправої ноги. Пальці лівої ноги, стопа лівої ноги, п′ятка лівої ноги.

Кількість повторень:4 рази на кожну ногу.

9. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Безпосередньо до вуха дитини (правого, лівого) шепочемо позитивну інформацію. Говоримо: ти гарний хлопчик. Ти молодець.Ти хороший, добрий, як ласкаве сонечко. Всі тебе люблять…Шепочемо то до правого вушка.Долівого вушка.Час виконання 2 хв.

10. ВТУЛКИ

Вчити обстежуватиформу втулок, вставляти в отвори. (4 отвори: грибок, метелик, курча, груша).Час проведення – 3хв.

ПРОГРАМА № 2

1.ІГРИ З ПЛАСТИЛІНОМ

Обкладаємо предмети пластиліном(кубик, качка). Дитина повинна зняти пластилін з предметів.

Говоримо: «Знімаю пластилін»

Час – 2 хв.

2.МАСАЖВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Під час масажу вибираємо положеннянайбільш приємне для дитини. Починаємо від масажу розігріваючого, переходячи до динамічного. Дитина лежить на животі, робимо масаж послідовно з правої сторони (спочатку рука, потім спина, права нога), потім робимо зліва (рука, спина, нога). Говоримо: «Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога.Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть,праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога». Послідовність виконання вправи:

"дощик" - постукування кінчиками пальців по поверхні тіла дитини з різною силою тиску;

"рубання"- почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини.

"похляпування" - людина яка масує складає долоні "човником" і похляпує таким чином тіло дитини;

"місити тісто" - особа, яка масує - розминає тіло дитини так, якби місила тісто;

"черв’ячки" - особа, яка робить масаж, бере пальцями обох рук шкіру дитини і легенько пересуває її до гори;

масаж розігріваючий - особа, яка робить масаж, кладе на тіло дитини руки і виконує ними сильні кругові рухи, розігріваючи таким чином тіло дитини.

Час і кількість повторень вправи – по 2 рази на праву сторону і на ліву.

3. ГОЙДАННЯ ЗА РУКИ І НОГИ

Одна людина тримає дитину за дві руки, а друга особа за дві ніжки.

Виконувати цю вправу треба дуже обережно! Обличчя дитини обернуто до гори. Гойдаємо дитину вправо – вліво. Говоримо: вправо, вліво.

Частота проведення вправи – 3 рази.

Час проведення: 2 хвилини.

4. ПЕРЕКОЧУВАННЯ

Вправу виконуємо на твердій поверхні (картон, твердий коврик, матрац).Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то людина може сама перекладати руки і ноги дитини. Можна разом з дитиною перекочуватися, тримаючи її на собі. Перекочування потрібно роботи почергово то в одну, то в другу сторону.

Час виконання – 2-3 хв.

5.ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Використовуємо м ′яч діаметром 10 -15 см. Говоримо дитині: «Ловлю м ′яч, кидаю м′ яч»

- кидання і хапання м'яча, який кидає друга людина на відстані 1 метра

- кидання м'яча іншій особі, сидячи на підлозі;

- кидання м′яча до кошика

Час виконання – 2-3 хв.

6. ПЕРЕСИПАННЯ СИПКИХ МАТЕРІАЛІВ

Використовуємокукурудзяну крупу, дві пластмасові тарілки (синю і червону), ложку. Червону тарілку заповнюємо крупою. Дитина повинна з червоної тарілки у синю пересипати ложкою крупу.

Час і кількість вправ – 3хв.

7.ПОШУК ДЖЕРЕЛА СВІТЛА

Садимо дитину і стаємо навпроти неї у віддалені кілька метрів. Включаємо ліхтарик на секунду, після чого гасимо і запалюємо знову але вже в іншому місці. Говоримо дитині:"Знайди світло! Подивись на нього". Якщо дитина не реагує, включимо і виключимо ліхтар декілька разів, порухаємо ліхтарем, наблизимось ближче. Включаємо ліхтарик в різних частинах кімнати, щоби дитина не змогла передбачити, де ліхтар загориться.

Час і кількість вправ – 3хв.

8.МАСАЖ СТОП М′ЯЧИКОМЇЖАЧОК

М′ячиком їжачок проводимо по стопах дитини. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, на яке натискаємо. Ведуча нога права, починаємо з пальців правої ноги, потім ппроводимо по стопі, потім п′яті. В такій послідовності виконуємо з лівою стопою (пальці лівої стопи і т.п.). Говоримо: пальці правої ноги, стопа правої ноги, п ′яткаправої ноги. Пальці лівої ноги, стопа лівої ноги, п ′ятка лівої ноги.

Кількість повторень:4 рази на кожну ногу.

9. СЛУХАННЯ СЛІВ РІЗНИХ ЗА СИЛОЮ ГОЛОСУ

Безпосередньо до вуха дитини (правого, лівого) шепочемо позитивну інформацію (Тихо-голосно). Говоримо: ти гарний хлопчик. Ти молодець.Ти хороший, добрий, як ласкаве сонечко. Всі тебе люблять…Спочатку голосно, потім тихо до правого вушка.Так само долівого вушка.Час виконання 2 хв.

10. «ПАЗЛИ»

Вчити складатикартинки з 4 частин(яблуко, груша, банан).Час проведення – 1хв.

ПРОГРАМА № 3

1. ПОВІТРЯНІ КУЛЬКИ

Вчити дитину видувати кульки, стежити за рухом кульки по кімнаті.

Говоримо:«Я відкручую кришку. Я дму!!»

Час проведення – 2 хв.

2. ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛЬЦІВ

Вчити дитину закривати (робити кулачок) -відкривати (розтуляти пальці);

зминати папіру;з’єднувати пальці різних рук («пальчики вітаються»); робити "замок" з пальців;

Час проведення – 1 хв.

3. ПРИТИСКАННЯ НІГ ДО ГРУДНОЇ КЛІТИНИ

Дитину кладемо на спину із зігнутими ногами в колінах. Натискаємо на стопи дитини і притискаємо її ніжки легенько до грудної клітини. Під час натискання треба робити перерву для спочивання ніжок.

Час проведення: 30 сек.

4. ПІДСКОКИ НА ОДНІЙ НОЗІ

Вправу краще всього виконувати босоніж для профілактики плоскостопія і для додаткової стимуляції. Вправу починаємо з навчання стояти на одній нозі, а потім вчимо дитину скакати на одній нозі. Спочатку помагають дитині дві особи. Одна тримає дитину за плечі, а друга тримає дитину за ногу, зігнуту в коліні. В ситуації, якщо дитина легко опановує завдання, може допомагати одна особа, підтримуючи ногу . В подальшому, дитина може сама підскакувати. Під час виконання вправи дитина змінює то праву ногу то ліву.Після кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй скакати. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Час проведення – 2 хв.

5. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ

Обличчямасажуємо делікатнопостукуючи кінчиками (подушечками) пальців. Не забуваємо називати частину, яку

масажуємо: лоб, права щока, ліва щока, ніс, під носом,підборіддя.

Час проведення - 1 хвилина.

6. ПЕРЕСИПАННЯ СИПКИХ МАТЕРІАЛІВ

Використовуємокукурудзяну крупу, дві пластмасові тарілки (синю і червону), ложку. Дитина повинна з червоної тарілки у синю пересипати ложкою крупу.

Час проведення – 2 хв.

1. ПЕРЕМІЩЕННЯ ПОГЛЯДУ З ОДНОГО ДЖЕРЕЛА СВІТЛА НА ІНШЕ

Стаємо навпроти дитини, тримаючи в руках два ліхтарика. Опускаємо руку донизу на довжину руки. Включаємо ліхтар, який тримаємо в правій руці і говоримо до дитини."Подивись на світло". Гасимо ліхтар і включаємо ліхтар, який тримаємо лівою рукою. Якщо ми не бачимо реакції дитини на світло, яке нерухоме, то можемо порухати ліхтарем .

Час проведення - 1 хвилина.

2. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо. Не забуваємо називати, яке вухо обстукуємо: праве, ліве вухо.

Час проведення: кожне вухо по 5-10 сек.

3. ГРА З РЕАБІЛІТАЦІЙНИМ М'ЯЧЕМ

Для виконання цієї вправи використовуємо надувний м'яч (для реабілітації дітей).Кладемо дитину на живіт і на надувний великий м'яч, і тримаючи за руки котимо м′яч вперед, тримаємо за ноги і делікатно котимо м'яч назад.

Час проведення – 1 хв.

4. «ПАЗЛИ»

Вчити складатикартинки з 4 частин(лимон, капуста).

Час проведення – 1хв.

ПРОГРАМА № 4

1. ПОВІТРЯНІ КУЛЬКИ

Вчити дитину видувати кульки, стежити за рухом кульки по кімнаті.

Говоримо:«Я відкручую кришку. Я дму!!»

Час проведення – 2 хв.

2. ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛЬЦІВ

Вчити дитину робити:

- обертання кистями рук.
- рвати папір.

Час проведення – 2 хв.

3.ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇПОВЕРХНІ ТІЛА

Застосовуємо одіяло, на яке кладемо дитину. Дитина лежить на спині, рукизнаходяться в положенні вздовж тіла.

Дорослий натискає на тіло дитини руками зігнутими в ліктях. Починаємо робити вправу з спини і закінчуємо виконання на ногах.

Час проведення - 1 хвилина.

Кількість повторень – 2 рази.

4. ХОДІННЯ ПО КАМІНЦЯХ

Для вправи використовуємо миску діаметром1м, заповнену камінцями різної форми (скляні круглі кульки, галька, морські камінчики). Тримаємо дитину за рукиі просимо піднімати ноги та опускати, переступатиневеликими кроками вперед назад.

Час проведення – 2хв.

5. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Для вправи використовуємо пір‘їну (пташину)**.** Масаж починаємо робити з правої сторони. Спочатку лоскочемо праву щічку, потім, під носом, потім підборіддя. Після цього доторкуємося пір′їною до лоба і переходимо на ліву сторону.**Говоримо: права щока, під носом, підборіддя**, **ліва щока, під носом, підборіддя.**

Кількість повторень – по 2 на кожну сторону.

6. ХОДІННЯ ПО «СЛІДАХ»

Для виконання цієї вправи використовуємо вирізані з лінолеуму слідистопи.

Розкладаємо на підлозі сліди. Заохочуємо дитину ставати на них. На початку можна тримати дитину за руку і так би мовити вести її.

Час проведення – 2 хв.

Кількість повторень - по 2 в кожну сторону (вперед – назад).

7. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Садимо дитину і навпроти неї включаємо маленьку лампу. Просимо дитину, щобвона стежилапоглядом за лампою. Лампу нахиляємо вниз, догори, набік.

Час проведення – 1 хв.

8. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Делікатно, не дуже глибоко, вкладаємо дитині до вушка вказівний палець (нігті коротко підстрижені) і делікатно стукаємо в нього пальцем іншої руки. Потім те саме робимо з іншим вухом.

Час виконання: кожне вухо по 5-10 сек.

9. ПІДСКАКУВАННЯ НА ДВОХ НОГАХ

Вправу починаємо від підскакування на місці на двох ногах. Спочатку дитині допомагає людина, яка тримає дитину за талію і підскакує разом з нею в такт. Коли дитина вже підскакує самостійно, ми перестаємо допомагати. Прагнемо, щобдитина скакала самостійно.

Під час виконання цієї вправи слідкуємо, щоби дитина тримала спинку рівно.

Час виконання вправи – 1 хв.

10.«ПАЗЛИ»

Вчити складатикартинки з 4 частин(корова, свиня). Час проведення – 1хв.

ПРОГРАМА № 5

1. ВПРАВИ НА ДОШЦІ ДЛЯ БАЛАНСУВАННЯ

Спочатку вчимо дитину залазити і злазити з дошки. Потім, тримаючи дитину за руки вчимо її балансувати на дошці.

Час проведення2-3хв.

2. МАСАЖ ДОЛОНІ ТАКТИЛЬНИМИ МІШЕЧКАМИ

Беремо два мішечки з фатіну, розміри довжина 50см на 50 см, наповнюємо їх легким пір′ям та важкою квасолею та зав ′язуємо вгорі.

Кладемо дитині в руку мішечок. Просимо дитини стиснути мішечок в руці, потім відкрити долоню. Поперемінно даємо в руку мішечок з легким пір′ям, потім важкою квасолею, починаючи і закінчуючи завжди матеріалом більшприємним для дитини. Говоримо: легке – важке - легке.

Час проведення - 2 хвилини.

3. ВПРАВИ ЗІ СЛУХОВИМ ТРЕНАЖЕРОМ

До вуха дитини прикладаємо лійку і шепочемо їй слова «Ти хороший хлопчик. Ти веселий, добрий, лагідний.Ти все робиш правильно.» Шепочемо раз на праве вухо, раз на ліве. Якщо дитина не тримає лійку сама, потрібно, щоб дорослий тримав її.

Час проведення -1 хвилина.

4. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЗУБНОЮ ЩІТКОЮ

Для вправи використовуємо м′яку зубну щітку**.** Масаж починаємо робити з правої сторони. Спочатку масажуємо підборіддя проводимо лінії від правої частини підборіддя до вуха, середню частину щоки масажуємо від кутиків рота до середини вуха. Проводимо щіточкою по губах, потім робимо колові рухи щіточкою по губах. Далі рухаємося від спинки носа до висків. Так само робимо з лівого боку. Далі масажуємолоб: проводимо щіткою поздовжні лініїсправа - наліво, потім поперечні починаємо від брів і до волосся. **Говоримо: права щока,підборіддя**, **права щока,губи, ліва щока** Кількість повторень – по 2 на кожну сторону.

Час проведення - 2 хвилини.

5. РОЗПІЗНАВАННЯ ПРЕДМЕТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ДОТИКУ

Дитина має завдання розпізнати лише за допомогою дотику і витягнути з мішечкапредмет представлений на малюнку (м′ячик, кубик, вата). В мішечок кладемопредмети і просимо знайти їх.

Час проведення – 2хв.

6. ВПРАВИ У ВЗУТТІ З ОБТЯЖЕННЯМ

Використовуємо обтяжене взуття. Беремо дві вустілкинаповнені піском (вага 100-200г), вставляємо їх у черевики.

Просовуємо ногу дитини у взуття. Дитина вільно рухається: стоїть, сидить, ходить. Починаємо використовуватиз 2 хв., поступово збільшуючи до 15- хв.

Час проведення: 2хв

7. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Використовуємоіграшку заводну- курча

Дорослий і дитина сідають навпроти один одного. Дитина має завдання слідкувати за курчам, яке рухається.

Час проведення: 1-2 хвилини.

8. ІГРИ З КУЛЬКОЮ ЗАПОВНЕНОЮ ГОРОХОМ

Використовуємокульку з зернами гороху.

Дитина сама або з дорослим бавиться кулькою - кидає її, ловить, трясе, відбиває ;

«Я кидаю кульку, я ловлю кульку»

Час проведення: 2-3 хвилини.

9. СЛУХАННЯ МУЗИКИ

Під час цієї вправи дитина сидить або лежить. Даємо слухати дитині класичну музику. Рекомендована музика спокійна, гармонійна з використанням флейти, арфи, гітари. Починаємо прослуховування з двох пісень. Під час слухання музики слідкуємо за реакціями дитини. Дитина має бути спокійна, задоволена.

Час проведення: 1-3 хвилини.

Блок № 3

ПРОГРАМА № 1

1. ПОВІТРЯНІ КУЛЬКИ

Вчити дитину видувати кульки, стежити за рухом кульки по кімнаті.

Говоримо:«Я відкручую кришку. Я дму!!»

Час проведення – 2 хв.

2. ВИШУКУВАННЯ ПРЕДМЕТІВ ЗАКРИТИХ В СКРИНЬЦІ, ЗАПОВНЕНІЙ КВАСОЛЕЮ

Дитина повинна знайти лише за допомогою дотику, малі предмети (дерев`яний кубик, гумова качка, скляна кулька), заховані у скриньці (15*20см- ширина, висота- 10см) заповненійквасолею.

Час виконання вправи- 2 хв.

3. МАСАЖ ДОЛОНІ З ВИКОРИСТАННЯМ ДИТЯЧОГО КРЕМУ

Масажуємо всю долоню, використовуючидитячий крем. Завжди слід називати субстанцію, яку використовуємо для масажу і називати ту частину тіла, яку масажуємо. Говоримо: пальці правої руки, долоня правої руки. Починаємо з правої руки, бо вона ведуча, потім робимо масаж лівої руки. Говоримо: пальці лівої руки, долонялівої руки.

Час виконання: 2 хв.

Кількість повторень – по 2 повторення на кожну руку.

4. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Делікатно, не дуже глибоко, вкладаємо дитині до вушка вказівний палець (нігті коротко підстрижені) і делікатно стукаємо в нього пальцем іншої руки. Потім те саме робимо з іншим вухом.

Час виконання: кожне вухо по 5-10 сек

5. МАСАЖРОТОВОЇПОРОЖНИНИ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ

Масаж ротової порожнини щіточкою для зубів. Використовуємо для вправи щіточку для зубів з м'якою щітиною. Перед масажем зволожуємо щіточку теплою водою. Масуємо дуже делікатно зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини, внутрішню частину щік, піднебіння і язик. Спочатку, якщо дитина не дозволяє вкласти щітку до ротової порожнини, можна масувати легенько губи, поступово просуваючись до масажу в ротовій порожнині(можна почати масаж іншою стороною щітки (пластмасовою). Говоримо масажую: зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини, внутрішню частину щік, піднебіння і язик.

Час виконання: 3 хв

6. ІГРИ З ПЛАСТИЛІНОМ

Змішувати (як місять тісто) пластилін синього та червоного кольору.

Заохочуємо дитину доторкатися, змішувати, ліпити платиліну.

Кожен раз називаємо вид маси (пластилін), з якої виконуємо вправу.

Говоримо: «Я беру пластилін», «Я змішую пластилін»

Час – 2 хв.

7. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Використовуємо іграшку заводну- курча.

Дорослий і дитина сідають навпроти один одного. Дитина має завдання слідкувати за курчам, яке рухається.

Час проведення: 1-2 хвилини.

8. ВПРАВИ ДЛЯ ДОЛОНІ І ПАЛЬЦІВ

Вправу починаємо з правої руки, називаємо всі наші дії. Якщо дитина не виконує допомогаємо їй.Потрібно брати руки дитини і робити вправи її руками.

- закрий-відкрий кулачок; Говоримо: закриваю кулачок, відкриваю кулачок.

- зминання паперу ; Говоримо: мну папір.

- "замок" з пальців; Говоримо : роблю замок.

Час виконання: 2 хв.

Кількість повторень – по 2 повторення на кожну руку

9.ПІДСКАКУВАННЯ НА ДВОХ НОГАХ

Вправу слід виконувати босоніж для профілактики плоскостопія і додаткової стимуляції. Вправу починаємо від підскакування на місці на двох ногах. Спочатку дитині допомагає людина, яка тримає дитину за талію і стоїть позаду неї і підскакує разом з нею в такт. Коли дитина вже підскакує самостійно, ми перестаємо допомагати. Прагнемо, щоби дитина скакала самостійно. Під час виконання цієї вправи слідкуємо, щоби дитина тримала спинку рівно.

Час виконання вправи – 2хв.

ПРОГРАМА № 2

1. РОЗПІЗНАННЯ ПРЕДМЕТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ДОТИКУ

Дитина має завдання розпізнати лише за допомогою дотику і витягнути з мішечка замовлений предмет. Попередньо обстежити предмети (кубик, маленька кулька, велика кулька) В мішечок кладемо предмети і просимо знайти їх. Говоримо «Я дістав кубик, я дістав маленьку кульку, я дістав велику кульку».

Час- 3хв.

2. МАСАЖ ДОЛОНІ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Масажуємо цілу долоню дитини, використовуючи наступні матеріали: м'яка щітка для волосся, жорстка щітка для волосся. Під час виконання вправи потрібно називати місце, яке масажуєте (напр. права долоня, пальці правої долоні,ліва долоня, пальці лівої долоні).

Час виконання: 1 хвилина .

Кількість виконань - 2.

3. МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЗОНДАМИ

Масажуємо делікатно язик, ясна, внутрішню поверхню щік, піднебіння. Спочатку, коли дитина не хоче масажувати ротову порожнину зсередини, можна масувати губи, пробуючи поступово увійти до рота і розпочати масаж всередині ротової порожнини.

Час виконання: 15-30 сек.

Кількість повторень – 2 рази.

4. ХОДІННЯ ПО «СЛІДАХ»

Для виконання цієї вправи використовуємо вирізані з лінолеуму слідистопи.

Розкладаємо на підлозі сліди. Заохочуємо дитину ставати на них. На початку можна тримати дитину за руку і так би мовити вести її.

Час проведення – 2 хв.

Кількість повторень - по 2 в кожну сторону (вперед – назад).

5.ІГРИ З ПЛАСТИЛІНОМ

Обкладаємо предмети пластиліном(кубик, качка). Дитина повинна зняти пластилін з предметів.

Говоримо: «Знімаю пластилін»

Час – 2 хв.

6. ПЕРЕКОЧУВАННЯ

Вправу виконуємо на твердій поверхні (картон, твердий коврик, матрац).Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то людина може сама перекладати руки і ноги дитини. Можна разом з дитиною перекочуватися, тримаючи її на собі. Перекочування потрібно роботи почергово то в одну, то в другу сторону.

Час виконання – 2-3 хв.

7. ПЕРЕСИПАННЯ СИПКИХ МАТЕРІАЛІВ

Використовуємокукурудзяну крупу, дві пластмасові тарілки (синю і червону), ложку. Червону тарілку заповнюємо крупою. Дитина повинна з червоної тарілки у синю пересипати ложкою крупу.

Час і кількість вправ – 3хв.

8. ГРА З РЕАБІЛІТАЦІЙНИМ М'ЯЧЕМ

Для виконання цієї вправи використовуємо надувний м'яч (для реабілітації дітей).Кладемо дитину на живіт і на надувний великий м'яч, і тримаючи за руки котимо м′яч вперед, тримаємо за ноги і делікатно котимо м'яч назад.

Час проведення – 1 хв.

9. «ПАЗЛИ»

Вчити складатикартинки з 4 частин(корова, свиня). Час проведення – 1хв.

ПРОГРАМА № 3

1. ВПРАВИ НА ДОШЦІ ДЛЯ БАЛАНСУВАННЯ

Спочатку вчимо дитину залазити і злазити з дошки. Потім, тримаючи дитину за руки вчимо її балансувати на дошці.

Час проведення 2-3хв.

2. МАСАЖ ДОЛОНІ ТАКТИЛЬНИМИ МІШЕЧКАМИ

Беремо два мішечки з фатіну, розміри довжина 50см на 50 см, наповнюємо їх легким пір′ям та важкою квасолею та зав ′язуємо вгорі.

Кладемо дитині в руку мішечок. Просимо дитини стиснути мішечок в руці, потім відкрити долоню. Поперемінно даємо в руку мішечок з

легким пір′ям, потім важкою квасолею, починаючи і закінчуючи завжди матеріалом більшприємним для дитини. Говоримо: легке – важке - легке.

Час проведення - 2 хвилини.

3. ВПРАВИ ЗІ СЛУХОВИМ ТРЕНАЖЕРОМ

До вуха дитини прикладаємо лійку іговоримо в іншу лійку позитивну інформацію: «Ти гарний хлопчик, ти все робиш правильно. Толя молодець».Шепочемо раз на праве вухо, раз на ліве. Якщо дитина не тримає лійку сама, потрібно, щоб дорослий тримав її.

Час проведення -1 хвилина.

4. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ

Для вправи використовуємо м′яку зубну щітку**.** Масаж починаємо робити з правої сторони. Спочатку масажуємо підборіддя проводимо лінії від правої частини підборіддя до вуха, середню частину щоки масажуємо від кутиків рота до середини вуха. Проводимо щіточкою по губах, потім робимо колові рухи щіточкою по губах. Далі рухаємося від спинки носа до висків. Так само робимо з лівого боку. Далі масажуємолоб: проводимо щіткою поздовжні лініїсправа - наліво, потім поперечні починаємо від брів і до волосся. **Говоримо: права щока,підборіддя, права щока,губи, ліва щока .**

Кількість повторень – по 2 на кожну сторону.

Час проведення - 2 хвилини.

5. РОЗПІЗНАВАННЯ ПРЕДМЕТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ДОТИКУ

Дитина має завдання розпізнати лише за допомогою дотику і витягнути з мішечкапредмет представлений на малюнку (м′ячик, кубик, вата). В мішечок кладемопредмети і просимо знайти їх.

Час проведення – 2хв.

6. МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЗОНДАМИ

Масажуємо делікатно язик, ясна, внутрішню поверхню щік, піднебіння. Спочатку, коли дитина не хоче масажувати ротову порожнину зсередини, можна масувати губи, пробуючи поступово увійти до рота і розпочати масаж всередині ротової порожнини.

Час виконання: 15-30 сек.

Кількість повторень – 2 рази.

7. ВПРАВИ З СЕНСОРНОЮ КОВДРОЮ

Використовуємо ковдру: ширина 70 см, довжина1-1,2м, зверху ковдра обшита тактильними кульками (заповнені пакетами, які шарудять).

Кладемо дитину на ковдру та заохочуємо її перекочуватися. Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то людина може сама перекладати руки і ноги дитини. Можна разом з дитиною перекочуватися, тримаючи її на собі. Перекочування потрібно роботи

почергово то в праву, то в ліву сторону. Треба все це робити в ігровій формі, не викликаючи негативних емоцій дитини і не закривати дитині матеріалом обличчя, голову.

Час проведення 2-3 хв.

8. НАСЛІДУВАННЯ ТЕМПУ І ВИСОТИ ЗВУКІВ

Дорослий вистукує ритм олівцем по столі. Заохочуємо дитину до гри. Спочатку вистукуємо спокійний ритм (стукнути два рази, потім три). Дитина повинна повторити ритм.

Час проведення: 1хвилина.

9. СЛУХАННЯ МУЗИКИ

Під час цієї вправи дитина сидить або лежить. Даємо слухати дитині класичну музику. Рекомендована музика спокійна, гармонійна з використанням флейти, арфи, гітари. Починаємо прослуховування з двох мелодій. Під час слухання музики слідкуємо за реакціями дитини. Дитина має бути спокійна, задоволена.

Час проведення: 1-3 хвилини.

ПРОГРАМА № 4

1.ВПРАВИ НА КИЛИМКОВІ З ГУБОК

Використовуємо килимок обшитий губками для миття посуду, розміри 1м на 60см.Вправу краще виконувати без взуття. Розкладаємо на підлозі килимок та просимо дитину пройтися вперед – назад по килимкові.

Час проведення1хв.

2.НАСЛІДУВАННЯЗА ДОПОМОГОЮ ЛІХТАРИКА

Сідаємо разом з дитиною. Дорослий малює світлом ліхтарика малюнок (коло, квадрат).Говоримо: коло, квадрат. Віддаємо ліхтарик дитині і просимо, щобвона намалювала такий же самий квадрат або коло по пам’яті.

Час проведення1хв**.**

3. ХОДІННЯ ПО КАМІНЦЯХ

Для вправи використовуємо миску діаметром1м, заповнену камінцями різної форми (скляні різнокольоровікульки, морські камінчики).

Тримаємо дитину за рукиі просимо топтатися по камінцях.

Час проведення: 2хв.

4. ВПРАВИ НА СКЕЙТІ

Використовуємодошку довжина і ширина 30см, знизу прикручуємо три колеса. З одного боку два колеса, з іншого посередині одне.Пропонуємо дитині сісти на дошку, підігнувши ноги під себе, і котитися, руками відштовхуючись від підлоги.

Час проведення 2-3 хв.

5. ВПРАВИ НА ДОШЦІ ДЛЯ БАЛАНСУВАННЯ

Спочатку вчимо дитину залазити і злазити з дошки. Потім, тримаючи дитину за руки вчимо її балансувати на дошці.

Час проведення 2-3хв.

6. ВПРАВИ У ЖИЛЕТІ З ОБТЯЖЕННЯМ

Використовуємо обтяжений жилет . Спинку жилета ділимо на секції, в них поміщаємо певну кількість наповнювача (піску), зверху пришиваємо підкладку. Обтяженийжилет одягається на верхню частину корпусу і застібається спереду.Вага жилета 1,8 кг, розрахований на зріст дитини 110-124 см (Вік 4-7років).

Одягаємо жилет на дитину, застібаємо спереду. Дитина вільно рухається: стоїть, сидить, ходить. Починаємо використовувати жилет з 2 хв.

Час проведення: 2хв.

7. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Садимо дитину і навпроти неї включаємо маленьку лампу. Просимо дитину, щобвона стежилапоглядом за лампою. А лампу нахиляємо вниз, догори, набік.

Час проведення – 1 хв.

8. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Делікатно, не дуже глибоко, вкладаємо дитині до вушка вказівний палець (нігті коротко підстрижені) і делікатно стукаємо в нього пальцем іншої руки. Потім те саме робимо з іншим вухом.

Час виконання: кожне вухо по 5-10 сек.

9. ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Використовуємо м ′яч діаметром 10 -15 см. Говоримо дитині: «Ловлю м ′яч, кидаю м′ яч»

- кидання і хапання м'яча, який кидає друга людина на відстані 1 метра
- кидання м'яча іншій особі, сидячи на підлозі;
- кидання м′яча до кошика

Час виконання – 2-3 хв.

10. ПЕРЕСИПАННЯ СИПКИХ МАТЕРІАЛІВ

Використовуємокукурудзяну крупу, дві пластмасові тарілки (синю і червону), ложку. Червону тарілку заповнюємо крупою. Дитина повинна з червоної тарілки у синю пересипати ложкою крупу.

Час і кількість вправ – 3хв.

Блок № 4

ПРОГРАМА № 1

1. РОЗПІЗНАННЯ ПРЕДМЕТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ДОТИКУ

Дитина має завдання розпізнати лише за допомогою дотика і витягнути з мішечка замовлений предмет. Попередньо обстежити предмети (кубик, маленька кулька, велика кулька) В мішечок кладемо предмети і просимо знайти їх. Говоримо « Я дістала кубик, я дістала маленьку кульку, я дістала велику кульку».

Час- 3хв.

2. ПІДСКАКУВАННЯ НА ДВОХ НОГАХ

Вправу слід виконувати босоніж для профілактики плоскостопія і додаткової стимуляції. Вправу починаємо від підскакування на місці на двох ногах. Спочатку дитині допомагає людина, яка тримає дитину за талію і стоїть позаду неї і підскакує разом з нею в такт. Коли дитина вже підскакує самостійно, ми перестаємо допомагати. Прагнемо, щоби дитина скакала самостійно. Під час виконання цієї вправи слідкуємо, щоби дитина тримала спинку рівно.

Час виконання вправи – 2хв.

3. ІГРИ З МЯЧЕМ АБО КУЛЬКОЮ ЗАПОВНЕНОЮ ГОРОХОМ

Кулька з зернами гороху.

-дитина сама або з дорослим бавиться кулькою - кидає її, ловить, трясе, відбиває і .т.п.; «Я кидаю кульку, я ловлю кульку.»

Час проведення: 2-3 хвилини.

4. МАСАЖ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ЩІТОЧКОЮ ДЛЯ ЗУБІВ

Використовуємо для вправи щіточку для зубів з м’якою щітиною. Перед масажем зволожуємо щіточку теплою водою. Масуємо дуже делікатно зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини, внутрішню частину щік, піднебіння і язик. Спочатку, якщо дитина не дозволяє вкласти щітку до ротової порожнини, можна масажуватиу легенько губи, поступово просуваючись до масажу в ротовій порожнині(можна почати масаж іншою стороною щітки (пластмасовою). Говоримо: масажую зуби, ясна, внутрішню частину ротової порожнини, внутрішню частину щік, піднебіння і язик.

Час проведення: 2хв.

5. ПОШУК ДЖЕРЕЛА СВІТЛА

Опис вправи:

садимо дитину і стаємо навпроти неї у віддалені кілька метрів. Включаємо ліхтарик на секунду, після чого гасимо і запалюємо знову але вже в іншому місці. Говоримо дитині:"Знайди світло! Подивись на нього". Якщо дитина не реагує, включимо і виключимо ліхтар декілька разів, порухаємо ліхтарем, наблизимось ближче. Включаємо ліхтарик в різних частинах кімнати, щоби дитина не змогла передбачити, де ліхтар загориться.

Час проведення: 2хв.

6. ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

М яч діаметром 10- 15 см. Говоримо:«Я кидаю м′яч, я ловлю м′яч».

- кидання і хапання м'яча , який кидає інша людина відстань приблизно1 м;

- кидання м'яча іншій особі, сидячи на підлозі відстань приблизно 1 м;

- кидання м'яча до кошика;

Час проведення – 2хв.

7. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Для вправи використовуємо пір'їну (пташину)**.** Масаж починаємо робити з правої сторони. Спочатку лоскочемо праву щічку, потім, під носом, потім підборіддя. Після цього доторкуємося пір′їною до лоба і переходимо на ліву сторону.**Говоримо: права щока, під носом, підборіддя**, **ліва щока, під носом, підборіддя.**

Кількість повторень – по 2 на кожну сторону.

8. ДЗВОНИК

Для вправи використовуємо дзвоник, або брязкальце.

Потрібно подзвонити перед дитиною справа, потім зліва, спереду, ззаду і так далі. Дитина повинна визначити звідки лунає звук.

Час проведення – 1 хв.

9. ПОХИЛА

Для вправи: використовуємо похилу і кульку. Дитина кидає кульку і стежить за тим як вона котиться по жолобу. **Говоримо «Я кладу кульку.»**

Час проведення : 2хв.

10.ТЕАТР РУКАВИЧКА

Використовуємо ляльки, що одягаються на руку.

Вчимо:вітатися з лялькою,показувати її частини тіла, повторювати за нею слова та дії.**Говоримо: «Привіт. Я песик. – Привіт. Я Соня».**

Показуємо де у песика голова, очі, ніс, рот, вуха, тулуб, лапи, хвіст. Потім просимо дитину показати ті самі частини тіла на песику. **Говоримо:Як песик каже?: - Гав, гав. А тепер ти скажи якпесик каже.»**

Час проведення: 2хв.

ПРОГРАМА № 2

1. ВПРАВИ НА ТАКТИЛЬНОМУ КОНСТРУКТОРІ

Беремо 8 дошок: довжина не менше 25 см і приблизно 10 см - ширина, дошки з'єднуємо між собою за допомогою підставок, так щоб висота від підлоги булаприблизно 10см. Дошки обклеєні тактильними

килимками: колюча трава,жорсткий наждачний папір, м’яке килимове покриття, зубчасті кришечки, дошка з отворами, ребриста поверхня.

Вправу найкраще виконувати босоніж для додаткової стимуляції і профілактики плоскостопості.Просимо дитину стати на дошку, тримаємо дитину за руку і пропонуємо їй іти по тактильних килимках. Згодом дитина сама буде ходити по дошках.

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ДОЛОНІ ТАКТИЛЬНИМИ МІШЕЧКАМИ

Беремо два мішечки з фатіну, розміри довжина 50см на 50 см, наповнюємо їх легким пір′ям та важкою квасолею та зав′язуємо вгорі.

Кладемо дитині в руку мішечок. Просимо дитини стиснути мішечок в руці, потім відкрити долоню. Поперемінно даємо в руку мішечок з легким пір′ям, потім важкою квасолею, починаючи і закінчуючи завжди матеріалом більшприємним для дитини. Говоримо: легке – важке - легке.

Час проведення - 2 хвилини.

3. ВПРАВИ З СЛУХОВИМ ТРЕНАЖЕРОМ

До вуха дитини прикладаємо лійку і шепочемо позитивну інформацію «Я Софія. Я дівчинка. Я розумна, слухняна. Я роблю все правильно». Шепочемо раз на праве вухо, раз на ліве. Якщо дитина не тримає лійку сама, потрібно, щоб дорослий тримав її.

Час проведення -1 хвилина.

4. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЗУБНОЮ ЩІТОЧКОЮ

Для вправи використовуємо м′яку зубну щітку**.** Масаж починаємо робити з правої сторони. Спочатку масажуємо підборіддя проводимо лінії від правої частини підборіддя до вуха, середню частину щоки масажуємо від кутиків рота до середини вуха. Проводимо щіточкою по губах, потім робимо колові рухи щіточкою по губах. Далі рухаємося від спинки носа до висків. Так само робимо з лівого боку. Далі масажуємолоб: проводимо щіткою поздовжні лініїсправа - наліво, потім поперечні починаємо від брів і до волосся. **Говоримо: права щока,підборіддя, права щока,губи, ліва щока.**

Кількість повторень – по 2 на кожну сторону.

Час проведення - 2 хвилини.

5.ХОДІННЯ ПО КАМІНЦЯХ

Для вправи використовуємо миску діаметром1м, заповнену камінцями різної форми (скляні круглі кульки, галька, морські камінчики). Тримаємо дитину за рукиі просимо піднімати ноги та опускати, топтатися по камінцях.

Час проведення – 2хв.

6. ВПРАВИ З СЕНСОРНОЮ КОВДРОЮ

Використовуємо ковдру: ширина 70 см, довжина1-1,2м, зверху ковдра обшита тактильними кульками (заповнені пакетами, які

шарудять)

Кладемо дитину на ковдру та заохочуємо її перекочуватися. Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то людина може сама перекладати руки і ноги дитини. Можна разом з дитиною перекочуватися, тримаючи її на собі. Перекочування потрібно роботи почергово то в праву, то в ліву сторону.

Час проведення 2-3 хв.

7. НАСЛІДУВАННЯ ТЕМПУ І ВИСОТИ ЗВУКІВ

Дорослий вистукує ритм олівцем по столі. Заохочуємо дитину до гри. Спочатку вистукуємо спокійний ритм(стукнути два рази, потім три). Дитина повинна повторити ритм.

Час проведення: 1хвилина.

8. ЛЯЛЬКОВИЙ ТЕАТР

Використовуємо ляльки, що одягаються на руку.

Вчимо:вітатися з лялькою,показувати її частини тіла, повторювати за нею слова та дії.**Говоримо: «Привіт. Я зайчик. – Привіт. Я Соня».**

Показуємо де у зайчика голова, очі, ніс, рот, вуха, тулуб, лапи, хвіст. Потім просимо дитину показати ті самі частини тіла на собі. **Говоримо: «Яке хутро у зайчика? Скільки у зайчика лап? Що зайчик любить їсти**?» Заохочуємо дитину відповідати повним реченням

Час проведення: 3хв.

9. НАСЛІДУВАННЯ ТЕМПУ І ВИСОТИ ЗВУКІВ

Дорослий вистукує ритм олівцем по столі. Заохочуємо дитину до гри. Спочатку вистукуємо спокійний ритм(стукнути два рази, потім три). Дитина повинна повторити ритм.

Час проведення: 1-3 хвилини.

10.СЛУХАННЯ МУЗИКИ

Під час цієї вправи дитина сидить або лежить. Даємо слухати дитині класичну музику. Рекомендована музика спокійна, гармонійна з використанням флейти, арфи, гітари. Починаємо прослуховування з двох мелодій. Під час слухання музики слідкуємо за реакціями дитини. Дитина має бути спокійна, задоволена.

Час проведення: 1-3 хвилини.

ПРОГРАМА № 3

1. ВПРАВИ НА ДОШЦІ ДЛЯ БАЛАНСУВАННЯ

Спочатку вчимо дитину залазити і злазити з дошки. Потім, тримаючи дитину за руки вчимо її балансувати на дошці.

Час проведення 2-3хв.

ВПРАВИ НА КИЛИМКОВІ З ГУБОК

Використовуємо килимок обшитий губками для миття посуду, розміри 1м на 60см.Вправу краще виконувати без взуття. Розкладаємо на підлозі килимок та просимо дитину пройтися вперед – назад по килимкові.

Час проведення1хв.

2. НАСЛІДУВАННЯЗА ДОПОМОГОЮ ЛІХТАРИКА

Сідаємо разом з дитиною. Дорослий малює світлом ліхтарика малюнок (коло, квадрат).Говоримо: коло, квадрат. Віддаємо ліхтарик дитині і просимо, щобвона намалювала такий же самий квадрат або коло по пам'яті.

Час проведення1хв**.**

3. ВПРАВИ У ЖИЛЕТІ З ОБТЯЖЕННЯМ

Використовуємо обтяжений жилет . Спинку жилета ділимо на секції, в них поміщаємо певну кількість наповнювача (піску), зверху пришиваємо підкладку. Обтяженийжилет одягається на верхню частину корпусу і застібається спереду.Вага жилета 1,8 кг, розрахований на зріст дитини 110-124 см (Вік 4-7років).

Одягаємо жилет на дитину, застібаємо спереду. Дитина вільно рухається: стоїть, сидить, ходить. Починаємо використовувати жилет з 2 хв.

Час проведення: 2хв.

4. ВПРАВИ НА СЕНСОРНІЙ КОВДРІ

Використовуємо ковдру: ширина 70 см, довжина1-1,2м, зверху ковдра обшита тактильними кульками (заповнені пакетами, які шарудять).

Кладемо дитину на ковдру та заохочуємо її перекочуватися. Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то людина може сама перекладати руки і ноги дитини. Можна разом з дитиною перекочуватися, тримаючи її на собі. Перекочування потрібно роботи почергово то в праву, то в ліву сторону. Треба все це робити в ігровій формі, не викликаючи негативних емоцій дитини і не закривати дитині матеріалом обличчя, голову.

Час проведення 2-3 хв.

5. ВПРАВИ НА СКЕЙТІ

Використовуємодошку довжина і ширина 30см, знизу прикручуємо три колеса. З одного боку два колеса, з іншого посередині одне.Пропонуємо дитині сісти на дошку, підігнувши ноги під себе, і котитися, руками відштовхуючись від підлоги.

Час проведення 2-3 хв.

6. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Використовуємо іграшку заводну- курча.

Дорослий і дитина сідають навпроти один одного. Дитина має завдання слідкувати за курчам, яке рухається.

Час проведення: 1-2 хвилини.

Блок №5

ПРОГРАМА№ 1

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ 5 -8хв.

Рекомендовано виконувати вправи у супроводі заспокійливої, релаксуючої музики(мелодія звучить тихо).

Опис вправи:

Дитина лежить на животі, руки вздовж тіла.

-поглажування рухаємось масажними рухами від плечей до стегон, називаючи частини тіла:«Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога».

Вправу повторюємо 2-3 рази. Послідовність виконання вправ:

-дощик - похляпування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силою тиску. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-рубання почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини, називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-похляпування - людина яка масує складає долоні "човником" і похляпує таким чином тіло дитини; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-місимо тісто - особа, яка масує - розминає тіло дитини так, якби місила тісто; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-масаж кулачками. Особа, яка робить масаж, затискає долонь в кулачок і виконує масаж кулачками, притискаючи ними легенько тіло дитини; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-черв’ячки - особа, яка робить масаж, бере пальцями обох рук шкіру дитини і легенько пересуває її до низу; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

Так само виконуємомасаж рук, рухаємося від плечей до кінчиків пальців проговорюючи: **«праве плече», «права рука»,«права долоня», «пальці правої руки».** Відповідно робимо вправу для лівої руки. Вправу повторюємо 2-3 рази.

Так само робимо масаж ніг, рухаємося від сідниць до кінчиків пальців стопи проговорюючи: **«сідниці»,«права нога»,«права стопа»,«пальці правої ноги».** Відповідно робимо вправу для лівої

ноги. Вправу повторюємо 2-3 рази.

Перевернути дитину на спину і повторити комплекс вправ.

2. ОБСТУКУВАННЯ ГОЛОВИ

Опис вправи:

Обстукуємо легенько голову дитини всіма пальцями обох долоней.1.Розпочинаємообстукування голови від лобної частини голови, повільно просуваючись до задньої частини голови і шиї.

2.Обстукуємо голову, виконуючи спіральні рухи, починаючи від чола, через усю голову, поступово просуваючись до тильної частини голови.

В обох варіантах дуже ретельно обстукуємо частину голови біля вух. Сила постукувань залежить від чутливості дитини.

Час проведення -1 хвилина.

3. ОБСТУКУВАННЯ СТОПИ

Опис вправи:

Обстукуємо всю стопу дитини кінчиками(подушечками)пальців із перемінною силою. Слід пам’ятати, щотреба називати ту частину стопи, яку обстукуємо:**«пальці правої ноги», «права стопа», «п’ятка правої ноги»** . Так само проводимо обстукування і для лівої стопи.

Час проведення: 1 хвилина (по 30 сек. на одну стопу).

Кількість вправ - 1.

4. ПОВЗАННЯ (плазування)

Опис вправи:

Дитину кладемо на живіт. Людина,яка з нею займається, повинна показати дитині, як вірно треба покласти кінцівки на підлогу проговорюючи: «Я повзу». Якщо дитина самостійно не зможе виконувати ці рухи, нам треба руками допомогти їй. Але треба пам'ятати, що обличчя дитини має бути обернуто в сторону рук, витягнутих вперед. Дитина повинна лежати рівно на підлозі. Можемо заохотити її повзати (плазувати), поклавши перед нею іграшку цікаву для неї.

5. ПЕРЕКОЧУВАННЯ

Опис вправи:

Вправу виконуємо на твердій поверхні (твердий коврик, матрац).

Якщо дитина не зможе самостійно виконати цю вправу, то педагог може сам перекладати руки і ноги дитини проговорюючи: «Я покотилась(вся)». Коли дитина розуміє ідею вправи – перекочування, перекочування можна роботи почергово то в одну, то в другу сторону. Також можна перекочувати дитину і одночасно замотувати її в ковдру або іншу тканину, а потім розмотувати її. Але треба все це робити в ігровій формі, не викликаючи спротив дитини і не закривати матеріалом її обличчя, голову. Бажано, щоблюдина, яка займається з дитиною надавала ритм виконання вправ.

6. НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Обладнання: гумова іграшка, що пищить «Качечка»

Опис вправи: дитинасидить. Позмінно наближаємо і віддаляємо звуковий сигнал від голови дитини (почергово - то до вух, то до чола, а також тильної частини голови). Дитинаслухає звук з відкритимиочима.

Час проведення вправи: 1 хвилина.

7. ІНФОРМАЦІЙНІ КАРТКИ

Обладнання:інформаційні картки 4 шт. – кольори (з зображенням інаписом: червоний, жовтий, зелений, синій)

Опис вправи:

Садимо дитину і сідаємо навпроти неї. Делікатно закріпляємо її голову, тримаючи її за підборіддя. В іншій долоні, за 50 см. від голови на рівні очей дитини тримаємо картку із зображенням кольору з написом, промовляємо наприклад:«червоний»(повторюємо 3 рази), міняємо картку.Дитина весь час повинна концентруватипогляд на картці.

8. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Опис вправи:

Безпосередньо у вухо дитини спочатку правого, потім лівогошепочемо позитивну інформацію: «Вовамолодець!! Воварозумничок!!! Всі вправи виконав!!!». Почергово шепочемо то до лівого, то до правого вушка.

Час проведення -1 хвилина

ПРОГРАМА№ 2

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ У М`ЯКИХ РУКАВИЧКАХ 5-8хв.

Рекомендовано виконувати вправи у супроводі заспокійливої, релаксуючої музики(мелодія звучить тихо).

Обладнання: м`які рукавички

Опис вправи:

Дитина лежить на животі, руки вздовж тіла.

-поглажування рухаємось масажними рухами від плечей до стегон, називаючи частини тіла: «Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога».

Вправу повторюємо 2-3 рази.Послідоввність виконання вправ:

-дощик - похляпування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силою тиску, називаючи частини тіла.Вправу повторюємо 2-3

рази.

-рубання почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини, називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-похляпування - людина яка масує складає долоні "човником" і похляпує таким чином тіло дитини, називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-місимо тісто - особа, яка масує - розминає тіло дитини так, якби місила тісто; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-масаж кулачками. Особа, яка робить масаж, затискає долонь в кулачок і виконує масаж кулачками, притискаючи ними легенько тіло дитини; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

-черв'ячки - особа, яка робить масаж, бере пальцями обох рук шкіру дитини і легенько пересуває її до низу; називаючи частини тіла. Вправу повторюємо 2-3 рази.

Так само виконуємо масаж рук, рухаємося від плечей до кінчиків пальців проговорюючи: **«праве плече», «права рука»,«права долоня», «пальці правої руки».** Відповідно робимо вправу для лівої руки. Вправу повторюємо 2-3 рази.

Так само робимо масаж ніг, рухаємося від сідниць до кінчиків пальців стопи проговорюючи: **«сідниці»,«права нога»,«права стопа», «пальці правої ноги».** Відповідно робимо вправу для лівої ноги. Вправу повторюємо 2-3 рази.

Перевернути дитину на спину і повторити комплекс вправ.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЗУБНОЮ ЩІТОЧКОЮ

Обладнання: зубна щітка

Опис вправи:

Постукуємо обличчя дитини щетиною зубної щіточки, при цьому проговорюємо частини обличчя на які іде вплив: «підборіддя», «щоки», «чоло», «ніс», «губи».

Кількість повторень – 2 рази (15 секунд на кожну вправу)

3. МАСАЖСТОПИ ЗАДОПОМОГОЮ МАСАЖНОГО М`ЯЧИКА

Обладнання: масажнийм'яч

Опис вправи:

Масажуємовсю стопу дитини м'ячикоміз перемінною силою. Слід пам'ятати, щотреба називати ту частину стопи, яку масажуємо:**«пальці правої ноги», «права стопа», «п'ятка правої ноги»** . Так само проводимо і для лівої стопи.

Час проведення: 1 хвилина (по 30 сек. на одну стопу).

Кількість вправ - 1.

4. БІГ З ПЕРЕШКОДАМИ

Обладнання:великі кубики різної висоти

Опис вправи:

Спочатку ростaвляємо перешкоди (великі кубики)навеликій відстані і просимо дитину спочатку переступити, а потімперескочити перешкоду. Час виконання – 2 хв.

5. ПОВЗАННЯ У ТЕМНОМУ ТУНЕЛІ

Обладнання:тунель

Опис вправи:

Дитину стає на четвереньки. Людина,яка з нею займається, повинна показати і ознайомитидитину з тунелем, пропонуємо їй проповзти кріз тунель проговорюємо: «Я повзу».

Якщо дитина самостійно не зможе виконувати цювправу, нам треба руками допомогти їй. Можемо заохотити її повзати, поклавши вкінці тунелюіграшку цікаву для неї.

6. ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Обладнання:м'яч

Опис вправи:

Вправу виконуємо сидячи на підлозі напроти дитини, обличчям один до одного. Кидаємо дитині м'яч говоримо: **«Лови»,** якщо дитина зловила просимо у неї:

«Кидай». Якщо дитина самостійно не може кинути м'яч, сідаємо позаду дитини і своїми руками беремо руки дитини і разом з нею кидаємо м'яч.

Кількість вправ – 4 -5.

7. НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Обладнання:ручний дзвінок.

Опис вправи:

Дитинасидить. Стукаємо по ручному дзвінку. Позмінно наближаємо і віддаляємо звуковий сигнал від голови дитини (почергово - то до вух, то до чола, а також тильної частини голови).

Час проведення вправи: 1 хвилина.

8. ГРУПУВАННЯ ПРЕДМЕТІВ

Обладнання:інформаційні картки (21х 15 см) 4 шт. – кольори (з зображенням інаписом: червоний, жовтий, зелений, синій), кольорові кубики - червоний, жовтий, зелений, синій

Опис вправи:

Садимо дитину за стілі сідаємо навпроти неї. Демонструємо дитині почергово картки із кольорами проговорюючи їх назви, після чого викладаємо їх вряд на столі. Беремо червоний кубик і показуємо дитині говорячи: «Це червоний кубик». **«Візьми і постав на червоний колір».** Так само повторюємо з іншими кольорами.

9. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯІ ГОЛОСНОЇ МОВИ

Опис вправи:

Безпосередньо у вухо дитини спочатку правого, потім лівого спочатку шепочемо а потім говоримо голоснопозитивну інформацію:

«Вовамолодець!! Воварозумничок !!! Всі вправи виконав!!!».

Час проведення -1 хвилина

ПРОГРАМА№ 3

1. МАСАЖ ТІЛА РУКАВИЧКАМИ З РІЗНОЮ ФАКТУРОЮ

Обладнання: рукавички масажні із шорсткою та м`якою поверхнею.

Опис вправи:

Дорослий масажує кожну частину тіла дитини поперемінно різними рукавичками, починаючи і закінчуючи завжди матеріалом на дотик більш приємним для дитини (напр. м'яке-шорстке-м'яке). Спочатку виконується вправа, коли дитиналежить на животі, руки вздовж тіла, потім – дитина лежить на спині.

Під час масажу потрібно:

- називати вид використаного матеріалу (м'яка, шорстка). Наприклад, беремо рукавичку з м`якою поверхнею, проговорюємо: «М`яке». Вправу повторюємо 1 раз.

- називати частини тіла. Наприклад, піч часмасажних рухіввід плечей до стегон, називаючи частини тіла: «Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога».

Так само виконуємо масаж рук, рухаємося від плечей до кінчиків пальців проговорюючи: **«праве плече», «права рука»,«права долоня», «пальці правої руки».** Відповідно робимо вправу для лівої руки.Так само робимо масаж ніг, рухаємося від сідниць до кінчиків пальців стопи проговорюючи: **«сідниці»,«права нога»,«права стопа», «пальці правої ноги».** Відповідно робимо вправу для лівої ноги.

Вправу повторюємо 1 раз.

Тривалість - 5 хвилин.

Кількість повторень - індивідуально.

2. ОБСТУКУВАННЯ ГОЛОВИ

Опис вправи:

Обстукуємо легенько голову дитини всіма пальцями обох долоней.

1.Розпочинаємообстукування голови від лобної частини голови, повільно просуваючись до задньої частини голови і шиї.

2.Обстукуємо голову, виконуючи спіральні рухи, починаючи від чола, через усю голову, поступово просуваючись до тильної частини голови.

В обох варіантах дуже ретельно обстукуємо частину голови біля вух. Сила постукувань залежить від чутливості дитини.

Час проведення -1 хвилина.

3. ТАКТИЛЬНА ДОШКА

Обладнання: тактильна дошка із шорсткою поверхнею, м'якою, холодною, теплою, гладкою.

Опис вправи:

Вправу краще виконувати босоніж. На підлозіперед дитиною знаходиться тактильна дошка. Дорослий заохочує дитину ходити по м'якій поверхні, проговорюючи «м'яка». Коли дитина навчится виконувати вправу самостійно, тоді переходимо до наступної поверхні, проговорюючи назву поверхні «шорстка», «м'яка», «холодна», «тепла», «гладка».

Рекомендовано починати та закінчувати вправу з приємної на дотик поверхні для дитини.

Тривалість - 5 хвилин.

Кількість повторень - індивідуально.

4. ГОЙДАННЯ НА КОВДРІ

Обладнання: ковдра

Опис вправи:

Кладемо дитину на ковдру обережно підіймаємо і починаємо потихеньку розгойдуватиіз сторони в сторону, вперед та назад. Виконувати цю вправу треба дуже обережно! Обличчя дитини обернуто до гори. Слідкуємо за поведінкою дитини, щоб вона не впала. Частота проведення вправи – 1 хв.

Кількість вправ - 1.

5. ОБЕРТИ НА ДИСКУ

Обладнання: диск що обертається

Опис вправи:

Дорослий садить дитину на сидіння і обертає то в одну, то в другу сторону, починаючи від дуже повільних обертань. Кожен раз говорить дитині, що повертає її ліворуч або праворуч. Кількість і швидкість обертань контролює дорослий.

Варіанти використання диску:

обертання з зупинкою і встановлення зорового контакту;

Тривалість - не більше 1,5хв. на 1 вправу.

Кількість повторень - індивідуально.

До уваги! Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поведінкою дитини і за кольором її шкіри на обличчі. У надчутливої дитини ця вправа може викликати нудоту і блювоту.

6. ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Обладнання: м'яч.

Опис вправи:

Вправу виконуємо сидячи на підлозі напроти дитини, обличчям один до одного. Кидаємо дитині м'яч говоримо: **«Лови»,** якщо дитина

зловила просимо у неї:

«Кидай». Якщо дитина самостійно не може кинути м’яч, сідаємо позаду дитини і своїми руками беремо руки дитини і разом з нею кидаємо м’яч.

Кількість вправ – 4 -5.

7. НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Обладнання: ручний дзвінок.

Опис вправи:

Дитинасидить. Стукаємо по ручному дзвіноку. Позмінно наближаємо і віддаляємо звуковий сигнал від голови дитини (почергово - то до вух, то до чола, а також тильної частини голови).

Час проведення вправи: 1 хвилина.

8. СУХИЙ БАСЕЙН

Обладнання: ємність з горохом, дрібні іграшки.

Опис вправи:

Дорослий в ємності закопує різні іграшки, а дитина повинна дістати іграшку і назвати її. Вправа продовжується поки всі іграшки буде не знайдено.

Тривалість - 5 хвилин.

Кількість повторень - індивідуально.

9. ГРУПУВАННЯ ПРЕДМЕТІВ

Обладнання:

інформаційні картки (21х 15 см) 4 шт. – кольори (з зображенням інаписом: червоний, жовтий, зелений, синій), кольорові іграшки – червоний кубик, жовте каченя, зелений автомобіль, синій літак.

Опис вправи:

Садимо дитину за стілі сідаємо навпроти неї. Демонструємо дитині почергово картки із кольорами проговорюючи їх назви, після чого викладаємо їх вряд на столі. Беремо червоний кубик і показуємо дитині говорячи: «Це червоний кубик»**. «Візьми і постав на червоний колір».** Так само повторюємо з іншими кольорами.

10.ТРУБКА ДЛЯ СПРИЙМАННЯ МОВЛЕННЯ

Обладнання: пластикова трубка.

Опис вправи:

Дорослийтримає один кінець труби біля свого рота, інший біля вуха дитини. Дорослий спочатку шепоче ім`я дитини: «Катя» потім голосно.

Тривалість - 1 хвилина.

Кількість повторень - індивідуально.

ПРОГРАМА№ 4

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДЕРЕВ'ЯНИМ ВАЛИКОМ

(БАМБУКОВА ПАЛИЦЯ)

Обладнання: бамбукова палиця

Опис вправи:

Дорослий розтирає кожну частину тіла дитини деревяним валиком (велика бамбукова палиця), змінюючи силу натиску. Спочатку виконується вправа, коли дитиналежить на животі, руки вздовж тіла, потім – дитина лежить на спині.

Тривалість - 2 хвилини (1 хвилина в положенні дитини на животі, 1 хвилина– на спині).

2. МАСАЖСТОПИ ЗАДОПОМОГОЮ ЩІТОЧКИ

Обладнання: шорстка щіточка

Опис вправи:

Масажуємовсю стопу дитини щіточкиіз перемінною силою. Слід пам'ятати, щотреба називати ту частину стопи, яку масажуємо:**«пальці правої ноги» , «права стопа», «п'ятка правої ноги»** . Так само проводимо і для лівої стопи.

Час проведення: 1 хвилина (по 30 сек. на одну стопу).

Кількість вправ - 1.

3. ГОЙДАННЯ НА КОВДРІ

Обладнання: ковдра

Опис вправи:

Кладемо дитину на ковдру обережно підіймаємо і починаємо потихеньку розгойдуватиіз сторони в сторону, вперед та назад. Виконувати цю вправу треба дуже обережно! Обличчя дитини обернуто до гори. Слідкуємо за поведінкою дитини, щоб вона не впала. Частота проведення вправи – 1 хв.

Кількість вправ - 1.

4. НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Обладнання:бубон.

Опис вправи:

Дитинасидить. Стукаємо по бубну. Позмінно наближаємо і віддаляємо звуковий сигнал від голови дитини (почергово - то до вух, то до чола, а також тильної частини голови).

Час проведення вправи: 1 хвилина.

5. ЧАРІВНА КОРОБКА

Обладнання: коробка з отворами, дрібні іграшки, кубики, кульки

Опис вправи:

Дорослий пропонує дитині засунути ручки в отвори і запитує:

«Що там є?». Дитина за допомогою тактильних відчуттів повинна визначити, які предмети заховані в коробці.

Тривалість - 5 хвилин.

Кількість повторень - індивідуально.

6. ОБЕРТИ НА ДИСКУ

Обладнання: диск, що обертається.

Опис вправи:

- Дорослий садить дитину на сидіння і обертає то в одну, то в другу сторону, починаючи від дуже повільних обертань. Обертаємоз зупинкою, під час зупинкипрохаємо вказати на конкретний предмет: спочатку «Покажи кубик», потім «Покажи м'яч»

Кількість і швидкість обертань контролює дорослий.

Тривалість - не більше 1,5хв. на 1 вправу.

Кількість повторень - індивідуально.

До уваги! Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поведінкою дитини і за кольором її шкіри на обличчі. У надчутливої дитини ця вправа може викликати нудоту і блювоту.

7. СУХИЙ СНІГ

Обладнання: сода, піна для гоління, ємність (сухий сніг)

Опис вправи:

Заохочуємо дитину доторкатися, мішати, ліпитиз маси,

типу пластиліну

Час і кількість – індивідуально.

8. ТРУБКА ДЛЯ СПРИЙМАННЯ МОВЛЕННЯ

Обладнання: пластикова трубка.

Опис вправи:

Дорослийтримає один кінець труби біля свого рота, інший біля вуха дитини. Дорослий спочатку шепоче ім`я дитини: «Катя» потім голосно.

Тривалість - 1 хвилина.

Кількість повторень - індивідуально.

Блок № 6

ПРОГРАМА№ 1

1. МАСАЖВСЬОГОТІЛАДОЛОНЯМИ

Опис вправи:

Дитина лежить наживоті, руки вздовж тіла.

-поглажування -рухаємось масажними рухами від плечей до стегон,

Говоримо:«Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога».

Повторюємо 2-3 рази.

-похляпування- людина яка масує, складає долоні «човником» і похляпуєнимитіло дитини, називаючи усі частини тіла. Повторюємо 2-3 рази.

-черв`ячки- беремо пальцями обох рукшкірудитини ілегенько пересуваємоїї до низу, називаючи усі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

Масажрук і ног починаємо виконуватизведучоїсторонидитини (справа),спочатку праву руку,правуногу, потімлівуруку, ліву ногу. Робимо масаж рук, рухаємося відплечей до кінчиків пальців,

Говоримо:

праве плече

права рука;

ПРАВА долоня;

пальці правої руки

Кожнувправу виконуємо 2 рази.

Таксамо робимо масажніг, рухаємося відсідниць до кінчиків пальцівстопи,

Говоримо:

праве коліно

права нога

ПРАВА стопа

пальці правоїстопи;

Кожнувправу виконуємо 2 рази.

Потімтісамірухи, в тому самому порядкуповторюємоналівойстороні, (ліва рука, ліва нога)

Кожнувправу виконуємо 2 рази.

Час проведення: 5-8 хв.

2. ОБСТУКУВАННЯГОЛОВИ

Описвправи:

Обстукуємо легенько головудитинивсімапальцямиобох долоней.

1.Розпочинаємообстукуванняголовивідлобноїчастиниголови, повільнопросуваючисьдо задньоїчастиниголовиі шиї.

2.Обстукуємоголову, виконуючиспіральнірухи, починаючи від чола, через усюголову, поступовопросуваючись до тильної частини голови.

В обохвправахретельнообстукуємо частинуголовибіля вух. Сила постукуваньзалежитьвідчутливостідитини.

Кількість повторень:2рази

Час проведення: 1 хвилина.

3. ПОВЗАННЯ (плазування)

Описвправи:

Дитина лежитьнаживоті, обличчядитиниобернуто в сторону рук, витягнутих вперед.

Спочатку показатидитині, якпокластикінцівкина підлогу,

Говоримо:

-Я повзу.

Якщо дитинасамостійно не можевиконуватиці рухи, требадопомогтиїйрукамидорослого. Дитина лежить рівнона підлозі. Можназаохотитиїїповзати(плазувати), поклавшиперед нею іграшку цікаву для неї.

Час виконання: 1 хвилина.

4. НАБЛИЖЕННЯІВІДДАЛЕННЯДЖЕРЕЛАЗВУКУ

Описдопомоги: гумоваіграшка (пищалка)

Описвправи: дитинасидить навпротидорослого. Позміннонаближаємоівіддаляємозвуковий сигналвід головидитини (почергово- то до вух, то до чола,до тильноїчастиниголови). Дитина слухає звук з відкритимиочима.

Час виконаннявправи: 1хвилина.

5. МАСАЖЗАТИСКАННЯ ДОЛОНІ

Опис вправи:

Масаж затисканнявиконується долонями дорослого, сильно затискаючи долоню дитини.

Натискаємо ними на долоню дитини з різною силою натиску; під час вправиназиваємо частину долоні, яку затискаємо. Починаємо з правої долоні, потім- ліва долоня.

Говоримо:

-права долоня,

-пальці правої долоні;

-ліва долоня,

-пальці лівої долоні;

Час вправи: 1 хвилина (по 30 сек. на одну долоню).

Кількість вправ - індивідуально.

6. ПЕРЕКОЧУВАННЯ

Описвправи:

Вправувиконуємонатвердійповерхні.

Якщодитина неможесамостійно виконуативправу, то помічниксамперекладаєруки і ноги дитини, надаючиритмвиконаннявправи,

Говоримо:

-Я покотився.

Перекочуванняробимо почерговото в одну,то в другусторону. (3рази вправо,3 рази вліво)

7. ІНФОРМАЦІЙНІКАРТКИ

Описдопомоги: інформаційнікартки- кольори (з написом червоний, жовтий, зелений, синій)

Описвправи:

Садимодитину ісідаємо навпроти неї. Делікатнотримаємо її головуза підборіддя. В іншійдолоні, за 50 см від голови на рівні очейдитини тримаємокартку із зображеннямкольору з написом,

Говоримо:

-червоний;

- жовтий;

-зелений;

-синій;

Коженколір повторюємо 3рази, потім міняємокартку. Дитинаповинна концентрувати погляд на картці.

8. ПРИТИСКАННЯВСІЄЇПОВЕРХНІТІЛА

Описвправи:

Дитинукладемона підлогу, на покривало. Дитина лежить на животі з витягнутими руками і ногами. Стараємосяпритиснути все тіло,починаючиз плечейдоніг.

Доуваги!Не закриватиголову дитині!

Час проведення: 1 хвилина.

Кількість повторень: 2рази.

9. ОБСТУКУВАННЯСТОПИ

Описвправи:

Обстукуваннястопи почергово кінчиками пальців (подушечками)

Спочатку обстукуємоправу стопу дитини із перемінною силою,

Говоримо:

-пальці правоїстопи;

-правастопа;

-правап’ята;

Обстукуємо лівустопу дитини із перемінною силою,

Говоримо:

-пальці лівоїстопи;

-лівастопа;

-ліваП’ята;

Час виконання: 1хвилина (по 30 сек.на кожну стопу).

Кількість повторень-1раз.

10. СЛУХАННЯШЕПОТІННЯ

Описвправи:

Безпосередньоувуходитинишепочемо: «Тихорошийхлопчик. Тимолодець. Ти все зробив правильно. Утебе все вийшло».

Почерговошепочемо то до правого, тодо лівого вушка.

Час виконаннявправи: 1хвилина.

ПРОГРАМА№ 2

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Описвправи:

Дитина лежить наживоті,руки вздовж тіла. Масаж робимо у трикотажних рукавицях.Говоримо:«Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога»

Послідовність виконання вправ:

-поглажування -рухаємось масажними рухами від плечей до стегон, називаючи усі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-рубання- почергові легкі удари краями долоніпід різнимкутом до тіла дитини, називаючи усі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-місити тісто- розминаємотілодитини так, якби місимо тісто, називаючи усі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-масаж кулачками- затискаємодолоні в кулачок і виконуємомасаж кулачками, притискаючи ними легенькотілодитини, називаючи усі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

Масажрук і ног починаємо виконуватизведучоїсторонидитини (справа),спочатку праву руку,правуногу, потімлівуруку,ліву ногу називаючи усі частини тіла.

Робимо масаж рук, рухаємося відплечей до кінчиків пальців,

Говоримо:

праве плече

права рука;

ПРАВА долоня;

пальці правої руки

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Так само робимо масаж ніг, рухаємося відсідниць до кінчиків пальців стопи,

Говоримо:

праве коліно

права нога

ПРАВА стопа

пальці правої стопи;

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Потім ті самі рухи, в тому самому порядку повторюємо на лівой стороні, (ліва рука, ліва нога)

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Потімтісамірухи,в тому самому порядкуповторюємозлівоюстороною,(ліва рука,ліванога)

Кожнувправу виконуємо 2 рази.

Час проведення: 5-8 хв.

Потім перевертаємодитинунаспину і робимотакий самий масаж, в той жепослідовності,називаючи всі частинитіла, які масажуємо.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ

Описдопомоги:гумовий м`ячик «їжачок»,d-7см з м`якими гумовимишипами.

Описвправи:

Катаємом`ячикпообличчюдитини(по колу,починаючи справа,потім зліва)

Говоримо:

-підборіддя;

-щоки;

-чоло;

-ніс;

-губи;

Кількість повторень:2рази

3. НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Описдопомоги:дзвоник.

Описвправи:дитинасидить навпротидорослого. Позміннонаближаємоівіддаляємозвуковий сигналвідголовидитини (по черзі- то до вух, то до чола,до тильноїчастиниголови). Дитинаслухає звук з відкритимиочима.

Час виконаннявправи: 1хвилина.

4. МАСАЖ ГОЛОВИ

Описдопомоги:гумовий м`ячик «їжачок»,d-7см з м`якими гумовимишипами.

Описвправи:

Обкочуємолегенько головудитини гумовимм`ячиком«їжачок» поколу,за годинною стрілкою.

1.Розпочинаємовідлобноїчастиниголови, повільнопросуваючисьдо задньоїчастиниголовиі шиї.

2.Обкочуємоголову гумовимм`ячиком, виконуючиспіральнірухи, починаючи від чола, через усюголову,поступовопросуваючись до тильної частини голови.

В обохвправахретельнообкочуємочастинуголовибіля вух. Сила натиску на м’яч та головузалежитьвідчутливостідитини.

Кількість повторень:2рази

Час проведення: 1 хвилина.

5. ОБСТУКУВАННЯ ДОЛОНІ

Описдопомоги:зубнащіточка.

Описвправи:

Обстукуємоправу долонюдитини зперемінною силою зубною щіточкою,

Говоримо:

-правадолоня;

-пальціправоїруки;

Обстукуємолівудолонюдитини зперемінною силою зубною щіточкою,

Говоримо:

-лівадолоня;

-пальцілівої руки;

Час виконання: 1хвилина(по 30 сек. на 1 долоню).

Кількість повторень-1раз.

6. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Описдопомоги: гумовий м`ячик, в середині якого знаходиться лампочка, яка світиться при ударі м'яча о підлогу.

Описвправи:

Дорослий підкидує гумовий м`ячик вгору, коли м'яч падає вниз, торкається підлоги, то в середині м'яча засвічується лампочка від удару. Так повторювати кілька разів, щоб дитина спостерігала, водила очима за джерелом світла у м'ячику.

Час виконання: 1хвилина.

Кількість повторень: 8-10раз.

7. ІНФОРМАЦІЙНІ КУБИКИ

Описдопомоги: інформаційнікубики- кольори (з написом білий, жовтий, зелений, голубий)

Описвправи:

Садимодитину ісідаємо навпроти неї. Делікатнотримаємо її головуза підборіддя. В іншійруці, за 50 см відголовина рівніочейдитинитримаємо кольоровийкубик з написом,

Говоримо:

-білий;

-жовтий;

-зелений;

-голубий;

Коженколір повторюємо 3рази, потім міняємокубик. Дитинаповиннаконцентруватипогляднакубику.

8. ПІДСКАКУВАННЯ НА ДВОХ НОГАХ

Опис вправи:

Вправу виконуємо босоніж для профілактики плоскостопості і додаткової стимуляції. Вправу починаємо від підскакування на місці на двох ногах. Спочатку дитині допомагаєдорослий,який підскакує разом з нею в такт. Коли дитина вже підскакує самостійно, перестаємо

допомагати. Прагнемо, щобдитина скакала самостійно. Під час виконання вправи слідкуємо, щобдитина тримала спину рівно.

Час виконання –1хвилина.

Кількість повторень-10 раз.

9. ПЛАЗУВАННЯ "РАЧКУВАННЯ"

Описвправи:

Дитинастоїть на колінах. Голова дитини піднесена на рівень плечей.Зацікавлюємо дитину плазувати на колінах, звертаючи увагу на змінність виконання рухів по рівній поверхні. Спочатку використовуємо для дитини іграшку, до якої дитина буде "рачкувати".

Якщо дитина самостійно не може виконати вправу, дорослий показує дитині,яктреба рухатися назад-"рачкувати", потімдопомагаєїй своїми руками, пересовуючи ногидитини назад.

Говоримо:

-Я повзу.

Час виконання - 1хвилина.

10. ОБНІМАННЯ

Описвправи:

Дитина стоїть, дорослий- навпроти. Почергово міцно притискати та відпускати тіло дитини до тіла дорослого.

Кількість повторень – 5раз.

Час виконання: 1хвилина.

ПРОГРАМА№ 3

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Опис вправи:

Дитина лежить на животі,руки вздовж тіла.

-масаж розігріваючий - кладемо пласко на тіло дитини руки і виконуємо ними сильні кругові рухи, розігріваючи таким чином тіло дитини, рухаємось масажними рухами від стегон до плечей,

Говоримо:«Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога»

Повторюємо 2-3 рази.

-"дощик" - похляпування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силоютиску, називаючи всі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-пощіпування – пощіпуємо тіло дитини, називаючи всі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-масаж кулачками- затискаємо долоні в кулачок і виконуємо масаж кулачками, притискаючи ними легенько тіло дитини, називаючи всі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

Масаж рук і ног починаємо виконувати з ведучої сторони дитини (справа), спочатку праву руку,праву ногу, потім ліву руку, ліву ногу.

Робимо масаж рук, рухаємося відплечей до кінчиків пальців,

Говоримо:

праве плече

права рука;

ПРАВА долоня;

пальці правої руки

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Так само робимо масаж ніг, рухаємося відсідниць до кінчиків пальців стопи,

Говоримо:

праве коліно

права нога

ПРАВА стопа

пальці правої стопи;

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Потім ті самі рухи, в тому самому порядку повторюємо на лівой стороні, (ліва рука, ліва нога)

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Потім ті самі рухи,в тому самому порядку повторюємо з лівою стороною,(ліва рука,ліва нога)

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Час проведення: 5-8 хв.

Потім перевертаємо дитину на спину і робимо такий самий масаж, в той же послідовності, називаючи всі частини тіла, які масажуємо.

2. ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Опис допомоги: гумовий м'яч.

Опис вправи: кидання і хапання м'яча разом з дитиною та дорослим;

Говоримо:

-ловлю м'яч;

-кидаю м'яч;

Якщо дитина самостійно не може виконувати ці рухи, треба допомогти їй руками дорослого.

Час виконання вправи: 1хвилина.

3. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ

Опис допомоги:пташина пір'їна.

Опис вправи:

Проводимо пір'їною по обличчю дитини (по колу,починаючи з правої сторони обличчя)

Говоримо:

-підборіддя;

- права щока;

-чоло;

-ніс;

-губи;

Кількість повторень:2рази на кожну сторону.

4. ТИХЕ ТА ГУЧНЕ ДЖЕРЕЛО ЗВУКУ

Опис вправи: дитина сидить навпроти дорослого. Людина говорить слова з різною гучністю (мама,папа, бабуся). Позмінно закриваючи та відкриваючи вуха дитини. Дитина слухає з відкритими очима.

Час виконання вправи: 1хвилина.

5. МАСАЖ ДОЛОНІ СИПКИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Опис допомоги: посудина з сипким матеріалом.

Опис вправи: вкладаємо долоню дитини в посудину з сипким матеріалом. Заохочуємо дитину м'яти, місити, пересипати, перетирати даний продукт.

Для масажу використовуємо манку.

Час виконання - 1 хв. (по 30 сек. на 1 долоню).

6. МАСАЖ СТОП

Опис допомоги: килимок з пришитими пробками із різного матеріалу.

Опис вправи:

Дитина хаотично ходить по килимку, масажує стопи ніг.

Час виконання: 1хвилина.

7. ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇ ПОВЕРХНІ ТІЛА

Опис допомоги: м'яка подушка.

Опис вправи:

Дитину кладемо на підлогу, на покривало. Дитина лежить на животі з витягнутими руками і ногами. Стараємося притиснути все тіло дитини з допомогою подушки, починаючи з плечей до ніг.

Говоримо:

-плечі;

-спина;

-попа;

-ноги;

До уваги! Не закривати голову дитині!

Час проведення: 1 хвилина.

Кількість повторень: 2рази.

8. МАСАЖ ГОЛОВИ

Опис допомоги: дитяча шапка.

Опис вправи:

Одягаємо шапку дитині на голову,

Говоримо:

-я одягнув шапку;

Знімаємо шапку з голови дитини,

Говоримо:

-я зняв шапку;

Кількість повторень: 2рази

Час проведення: 1 хвилина.

9. ВПІЗНАВАННЯ ТА НАЗИВАННЯ ІГРАШОК

Опис допомоги: іграшки кота, собаки,машина,м'яч.

Опис вправи:

Садимо дитину і сідаємо навпроти неї. Делікатно тримаємо її голову за підборіддя. В іншій руці, за 50 см від голови на рівні очей дитини тримаємо іграшку,

Говоримо:

-кіт;

-собака;

-машина;

-м'яч;

Кожну іграшку повторюємо 3 рази.

Дитина повинна концентрувати погляд на іграшці.

Час виконання вправи: 1хвилина.

10.СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Опис вправи:

Безпосередньо у вухо дитини шепочемо: «Мама, папа, бабуся, дідусь, я- разом дружна ми сім'я».

Почергово шепочемо то до правого, то до лівого вушка.

Час виконання вправи: 1хвилина.

ПРОГРАМА№ 4

МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Опис вправи:

Дитина лежить на животі,руки вздовж тіла.

-масаж розігріваючий- кладемо пласко на тіло дитини руки і виконуємо ними сильні кругові рухи, розігріваючи таким чином тіло дитини, рухаємось масажними рухами від плечей до стегон,

Говоримо:«Права рука, правий лікоть, праве плече, спина, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, ліва нога. Перевертаємо на спину і говоримо права рука, правий лікоть, праве плече, живіт, права нога. Ліва рука, лівий лікоть, ліве плече, спина, ліва нога»

Повторюємо 2-3 рази.

-"дощик" - похляпування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силоютиску, називаючи всі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-пощіпування – пощіпуємо тіло дитини, називаючи всі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

-масаж кулачками- затискаємо долоні в кулачок і виконуємо масаж кулачками, притискаючи ними легенько тіло дитини, називаючи всі частини тіла.

Повторюємо 2-3 рази.

Масаж рук і ног починаємо виконувати з ведучої сторони дитини (справа), спочатку праву руку,праву ногу, потім ліву руку, ліву ногу.

Робимо масаж рук, рухаємося від плечей до кінчиків пальців,

Говоримо:

-праве плече;

-права рука;

-права долоня;

-пальці правої долоні;

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Так само робимо масаж ніг, рухаємося від сідниць до кінчиків пальців стопи,

Говоримо:

-права нога;

-права стопа;

-пальці правої стопи;

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Потім ті самі рухи,в тому самому порядку повторюємо з лівою стороною,(ліва рука,ліва нога)

Говоримо:

-ліве плече;

-ліва рука;

-ліва долоня;

-пальці лівої долоні;

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Говоримо:

-ліва нога;

-ліва стопа;

-пальці лівої стопи;

Кожну вправу виконуємо 2 рази.

Час проведення: 5-8 хв.

Потім перевертаємо дитину на спину і робимо такий самий масаж, в той же послідовності. Починаємо з плечей, живота, потім права сторона(рука,нога),ліва сторона(рука,нога),називаючи всі частини тіла, які масажуємо.

ВПРАВИ З М'ЯЧЕМ

Опис допомоги: м'яч на шнурку, ракетка

Опис вправи: дитина відбиває м'яч ракеткою, який висить на шнурку, в руках у дорослого.

Говоримо:

-відбиваю м'яч;

Якщо дитина самостійно не може виконувати ці рухи, треба допомогти їй руками дорослого.

Час виконання вправи: 1хвилина.

МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ

Опис допомоги: трикотажні рукавиці.

Опис вправи:

Людина, яка робить масаж надіває трикотажні рукавиці. Пощипуємо обличчя дитини кінчиками пальців,

Говоримо:

-підборіддя;

-щоки;

-чоло;

-ніс;

-губи;

Постукування кінчиками пальців,

Говоримо:

-підборіддя;

-щоки;

-чоло;

-ніс;

-губи;

Кількість повторень:2рази(15 секунд на кожну вправу)

СЛУХАННЯ ПІСЕНЬКИ

Опис вправи:

Співаємо пісню:

Сонечко, сонечко,
Дивиться у віконечко,
Тук-тук-тук, тук-тук-тук
Де тут дітки живуть!

Кількість повторень – 2-3 рази.

РОЗРІЗНЯННЯ МАТЕРІАЛІВ РІЗНОЇ ФАКТУРИ ДОЛОНЯМИ

Опис допомоги: гра «Долоньки» у формі дитячих долоньок із різних матеріалів: м'яке хутро,пухнасте, тверда колюча поверхня, ребристий папір, м'яка тканина, гладка поверхня, шорстка поверхня.

Опис вправи:

-Дитина кладе свою одну долоню ведучої руки по порядку на кожну пропоновану вирізану долоню із різного матеріалу. Зміну різних матеріалів починаємо і закінчуємо матеріалом, який найбільше подобається дитині (приємне, протилежне - неприємне). Називаємо матеріал, якого торкається дитина (напр.: м'яка, гладенька, жорстка, колюча, шорстка, ребриста, пухнаста).

Час виконання: 1 хвилина .

Кількість повторень – 2-3 рази.

МАСАЖ СТОП

Опис допомоги: ребриста дошка.

Опис вправи:

Дитина ходить по ребристій дошці, масажує стопи ніг. При ходьбі називаємо кожну ногу на кожний крок;

Говоримо: права нога, ліва нога, по черзі.

Час виконання: 1хвилина.

ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇ ПОВЕРХНІ ТІЛА

Опис допомоги: дерев’яний валик(скалка).

Опис вправи:

Дитину кладемо на підлогу, на покривало. Дитина лежить на животі з витягнутими руками і ногами. Стараємося притиснути все тіло дитини з допомогою дерев`яного валика, починаючи з плечей до кінчиків пальців ніг.

Говоримо:

-плечі;

-спина;

-попа;

-ноги;

Час проведення: 1 хвилина.

Кількість повторень: 2рази.

МАСАЖ ГОЛОВИ

Опис допомоги: масажна щітка для волосся.

Опис вправи:

Обстукуємо легенько голову дитини масажною щіткою для розчісування волосся. Виконуємо цю вправу такими способами:

-Розпочинаємо обстукування голови від лобної частини голови, повільно просуваючись до задньої частини голови і шиї.

-Обстукуємо голову, виконуючи спіральні рухи, починаючи від

чола, через усю голову, поступово просуваючись до тильної частини голови.

-Проводимо щіткою по голові, як розчісуємо волосся, згори до низу.

Час виконання: 1 хвилина.

ВПІЗНАВАННЯ ТА НАЗИВАННЯ ІГРАШОК

Опис допомоги: іграшки: риба,лялька, автобус, літак.

Опис вправи:

Садимо дитину і сідаємо навпроти неї. Делікатно тримаємо її голову за підборіддя. В іншій руці, за 50 см від голови на рівні очей дитини тримаємо іграшку,

Говоримо:

-риба;

-лялька;

-автобус;

-літак;

Кожну іграшку повторюємо 3 рази.

Дитина повинна концентрувати погляд на іграшку.

Час виконання вправи: 1хвилина.

ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Опис допомоги: ліхтарик.

Опис вправи: дитина сидить навпроти дорослого, включаємо маленький ліхтарик. Просимо дитину, щоби вона водила поглядом за джерелом світла. А дорослий водить ліхтариком в різних напрямках: вниз, догори, вліво, вправо, по колу, крутимо вісімку.

Час виконання вправи: 1хвилина.

Блок № 7

ПРОГРАМА№ 1

1. РОЗКАЧУВАННЯ ДИТИНИ В РУЧНОМУ ГАМАЦІ.

В парі з одним дорослим скріпіть руки, щоб створити гамак і тримати дитину між собою в горизонтальному положенні. Станьте поближче один до одного, щоб своїми тілами злегка здавлювати дитину.

Розкочувати дитину взад-вперед говоряючи «Я гойдаюся»

На протязі 2-3 хв.

Головне при цьому – продовжувати стримувати дитину не перериваючи зоровий контакт.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ МАСАЖНИМИ РУКАВИЧКАМИ

Завдання: масувати обличчя масажними рукавичками, розвивати чутливість.

Матеріал: масажні рукавички з намистинами (3 мм діаметр) та хутром.

Опис вправи. Дитину садимо на стільчик спиною до дорослого. Розміщуємо її так, щоб вона почувалася спокійно і розслаблено. Техніка стимуляції обличчя виглядає наступним чином:

Під час проведення стимуляції необхідно проговорювати всі свої дії «Я гладжу чоло, праву щоку, ліву щоку, підборіддя».

Легкими рухами розгладжуємо поверхню чола, проводячи рукавичками від центру до скронь. Спочатку проводимо в праву сторону чола, а потім ліву. Після цього проводимо матеріалами від брів догори, розгладжуючи лоб, так повторюємо 5-10 разів.

Проводимо стимуляцію щоки. Для цієї маніпуляції слід матеріалом проводити до внизу підборіддя. Потім проводимо в напрямку від підборіддя до скроневої частини. Кожну маніпуляцію повторюємо 5-10 разів.

Стимуляція підборіддя проводиться наступним чином: відцентру підборіддя до вух проводимо рукавичками. Закиньте голову назад, при цьому постарайтеся витягнути підборіддя. У такому положенні проводите матеріалом від підборіддя до низу шиї.

Час виконання: 5 хв.

Кількість виконання: основними фактурами по 1 разу з кожною зоною стимуляції обличчя.

3. ВПРАВА «СОСИСКА В КОВДРІ»

Покласти на підлогу ковдру чи покривало і сказати дитині, що збираєтеся робити сосиску в тісті і що дитина виступить в ролі сосиски. Дитина лягає на край ковдри (на підлогу), але голова обов’язково повинна бути зовні **(ніяка частина обличчя ні в якому випадку не повинна опинитися в ковдрі).**

Загорнути ковдру так, щоб воно огорнуло дитину. Говоримо при цьому «Хто у нас сосиска в тісті?». – Сніжана сосиска в тісті. Натискати долонями на тіло дитини з словами:тепер я кладу кетчуп дитини на (спину, руки, ноги), трішки гірчиці на руки, ноги, спину.

М’яко потягніть край ковдри, щоб дитина викотилася з нього.

Повторити 2 рази.

4. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Опис вправи: безпосередньо у вухо дитини спочатку правого, потім лівого шепочимо позитивну інфрормацію:**Сніжана Молодець!, Сніжана розумниця».**

5. ВПРАВА «ГРА З ПЛАСТИЧНОЮ МАСОЮ»

Завдання: знайти заховану в пластичній масі машинку, спустити її по похилій поверхні повторювати і спонтанно проговорювати самостійно звуки у певному місці, розпізнавати зв'язок між звуком та певною дією.

Матеріал: пластична маса «Плей-до», похила поверхня, дрібні іграшки (автомобілі: жовтий, синій, червоний, зелений).

Опис вправи: Дитина сидить на стільчику за столом, перед нею ставимо пластичну масу в якій захована машинка. Просимо дитину знайти машинку в масі. Після того, як машинка знайдена, спускаємо її по похилій поверхні, пропонуємо декілька машинок. В процесі гри з дитиною, дорослий спускає машинку по похилій поверхні, супроводжуючи звуко імітацією «ж-ж-ж», «пі-пі-пі», «бі-бі-бі». Пропонуємо дитині повторити за педагогом дані дії, долучитися до гри. Якщо дитина самостійно маніпулює машинками та імітує звуки, починаємо називати власні дії «Я їду, жовтою машинкою. Я з'їжджаю синьою машинкою.» стимулюючи формування зав'язків між дією та її назвою.

Час виконання - 3 хв.

Кількість виконання – 2-3 рази.

6. ВПРАВА «ДЗЕРКАЛО»

Завдання: подивитися на себе в дзеркало, встановити зв'язок між зображенням і власним «Я» та власним тілом.

Матеріал: індивідуальне дзеркало.

Опис вправи: перед дитиною ставимо дзеркало, даємо можливість їй подивитись на власне відображення. Педагог запитує: Хто там? Хто ховається в дзеркалі? Дитина повинна подивитися в дзеркало сказати «Я». Після цього просимо підчас розказування вірша педагогом виконує дії.

В мене кругла голова, (дитина обводить власне обличчя руками)

Ока два і вуха два, (дитина закриває очі а вуха долонями)

Ніс один і рот маленький, (показує ніс, рот вказівним пальцем правої руки)

І волоссячко темненьке. (дитина гладить себе по голові).

Час виконання - 2 хвилини.

Кількість виконання – 2 рази.

ПРОГРАМА№ 2

1. ВПРАВА «МИЛЬНІ БУЛЬБАШКИ»

Завдання: розкрити пляшечку з мильними бульбашками, видути бульбашку, стежити за нею.

Матеріал: мильні бульбашки

Опис вправи: дитинка бере в руки пляшечку з рідиною і повинна відкрити кришку. За умови якщо дитина не може самостійно відкрити

пляшечку але робить спробу дорослий допомагає відкрити пляшечку тримаючи руки дитини. Всі дії, що виконуються разом з дитиною повинні озвучуватися «Ми беремо пляшечку в ліву руку, а правою прокручуємо кришку.

Після відкриття ми дмухаємо на мильні бульбашки, спочатку дмухає дорослий потім просимо повторити дію дитини. Проговорюємо «Я дмухаю, видуваю бульбашку».

Ловити бульбашки паличкою для видування і видувати на частинах тіла. Говорити дитині видуваю бульбавшки на правій руці, на правій долоні, на лівій руці, на лівій долоні.

2. ВПРАВА «РОЗПІЗНАВАННЯ НА ДОТИК»

Завдання: знайти в мисці з пінопластом іграшку.

Матеріал: пластикова миска (40/40) з пінопластивими кубиками 1/1 см, іграшки (4/3 см(корова, кіт, собака, курка), картки з зображенням.

Опис вправи: дитина сидить напроти дорослого. Перед дитиною миска наповнена пінопластом з 4 предметами в ньому (корова, кіт, собака, курка).

Даємо дитині знайти і витягти з миски. Говоримо що це – н-д корова (корова - му, собака –гав, кіт- няв, курка-ко-ко). Попросити дитину прозкуконаслідувати кожну тварину і співвіднестит її з карткою.

3. ПОТИРАННЯ ДОЛОНЯМИ ПО РІЗНІЙ ПОВЕРХНІ»

Для цієї вправи використовуємо губку для посуди з шорсткою поверхнею (10/10 см). Спираємо долоню дитини на губку з шорсткої сторони, притискаємо зверху своєю долонею і проводимо догори і донизу, починаючи з ведучої руки (**говоримо: «права долоня, пальці правої руки, і навпаки ліва долоня, пальці лівої руки»**.

Кількість повторень 2 р.

Час проведення 3 хв.

4. ТРИКОТАЖНІ КАЧЕЛІ

В парі з іншим дорослим взяти трикотажний гамак схопити за краї, посадити дитину і розгойдувати взад –вперед, вгору-вниз.

Тривалість 3 хв.

5. ВПРАВА НА СКЕЙТБОРДІ

Покласти дитину на скейт дитина тримається руками за краї скейта.

Дорослий тримає позаду і легенько підштовхує скейт вперед на 1 м а потім назад, притримуючи його за краї.

6. МАСАЖ ГУБ ГУБКОЮ ТА ЗУБНОЮ ЩІТКОЮ.

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Для вправи використовується щітка з м’якою щетиною та м’яка губка. Перед масажем зволожуємо щітку теплою водою. Спочатку

масуємо легенько верхню губу, потім – нижню (легкими дотиками). Потім так само масуємо губкою почергово губи. Поступово дотики можна посилювати (дивлячись на реакцію дитини). Потім додаємо кругові рухи, які передуються з дотиками.

Час виконання – 1хв.

7. ПОШУК ДЖЕРЕЛА СВІТЛА

Садимо дитину і стаємо навпроти неї у віддалені кілька метрів. Включаємо ліхтарик на секунду, після чого гасимо і запалюємо знову але вже в іншому місці. Говоримо дитині:"Знайди світло! Подивись на нього". Якщо дитина не реагує, включимо і виключимо ліхтар декілька разів, порухаємо ліхтарем, наблизимось ближче. Включаємо ліхтарик в різних частинах кімнати, щоби дитина не змогла передбачити, де ліхтар загориться.

Час і кількість вправ – 3хв.

ПРОГРАМА№ 3

1. ХОДІННЯ ПО КАМІНЦЯМ

Для вправи використовуємо ступню виговлену з ковроліну 40-15 см обклеєну декоративними камінцями. Дитина повинна пройтися 5 разів по ступні.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ (15 сек. - 1 хвилина.)

Опис вправи:

- «дощик» делікатно постукуючи кінчиками (подушечками) пальців.
- «гусачок» легкими щіпками;
- «киця» погладжування (частин обличчя: чоло, щічки, носик, підборіддя) долонею.

3. ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇ ПОВЕРХНІ ТІЛА

Дитину кладемо на матрац, підлогу на спину або на живіт з витягнутими руками і ногами. Лягти зверху на дитину. Стараємося легенько притиснути одночасно все тіло дитини.

ДО УВАГИ! Зверніть увагу - не закривати голову дитині!

Час проведення: 30 сек. 5-1 хвилина.

Кількість повторень - індивідуально.

4. ХОДІННЯ ПО «СЛІДАХ»

Для виконання цієї вправи використовуємо вирізані з лінолеуму сліди стопи.

Розкладаємо на підлозі сліди. Заохочуємо дитину ставати на них. На початку можна тримати дитину за руку і так би мовити вести її.

Час проведення – 2 хв.

Кількість повторень - по 2 в кожну сторону (вперед – назад).

5. НАБЛИЖЕННІ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Завдання: дерев'яний маракас.

Опис вправи: дитина сидить. Позмінно наближаємо і віддаляємо звуковий сигнал від голови дитини (почергово то вух, чола, а також тильної частини голови).

Час проведення 1 хв.

6. ОБНІМАННЯ

Опис вправи:

Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати протягом 5 сек. Попустити тиск і знову міцно притиснути на 5 сек.

Кількість спроб індивідуально (але не менше 3х разів)

7. СЕНСОРНИЙ РУКАВ

Дитина повинна засунути руку в рукав і відшукати там за допомогою дотику замовлений предмет (шишка, каштан, жолуді).

Мета :

- Тактильний розвиток. Взаємодія з матеріалами дає змогу відстежувати тактильну інформацію, що є основою для встановлення відмінностей. Шишки жорсткі, каштани гладкі.
- Навчальна дія. Розпізнавання предмету за картинкою або за представленим зразком.

Час проведення – 3 хв.

8. САЛЮТ

Дитина повинна сипати на себе салют.

Мета:

- Зорові навички. В процесі заняття дитина слідкує поглядом за салютом, а отже, при виконанні вправи розробляється плавне відстеження поглядом предметів і проходять швидкі скачкоподібні рухи очей, що допомагає розвитку очоподібних м'язів.
- Зорово-перцептивний розвиток. Щоб знаходити салют в просторі і утримувати на ньому погляд, відстежуючи його, дитина повинна розрізняти інформацію переднього плану (салют) від різної інформації заднього плану.

Час проведеняня- з хв.

9. НЕЗВИЧНІ КРОКИ

Дитина одягає на ноги бруски і тримаючи за шнурівку піднімає спрчатку праву ногу ступає на неї. Потім аналогічно піднімаючи за шнур переставляє ліву ногу.

- Вестибулярна дія. Ходьба по брусках сприяє розвиткові координаційних здібностей.

Планування рухів (праксис). При проходженні дитина планує свої рухи.

10.ТИХИЙ ТРЕНАЖЕР

Матеріал: «Тихий тренажер» — на стіні з самоклеючої плівки, наклеєні силуети дитячих долоньок і ніг у різних варіаціях:

— силуети дитячих долоньок

— силуети ніжок від підлоги до висоті 70 см;

— силуети ніг і долоньок наклеєні в різному положенні

Опис вправи: дитина лягає на спину на килимок і намагається пройти по доріжці. Починають від підлоги, поступово піднімаючи ноги вище, переходячи в положення «берізка».

Дитина проходить долоньками по силуетах, при цьому кисті рук доводиться повертати в різні боки, точно так само ногами.

Блок № 8

ПРОГРАМА№ 1

1. РОЗКАЧУВАННЯ ДИТИНИ В РУЧНОМУ ГАМАЦІ.

В парі з одним дорослим скріпіть руки, щоб створити гамак і тримати дитину між собою в горизонтальному положенні. Станьте поближче один до одного, щоб своїми тілами злегка здавлювати дитину.

Розкочувати дитину взад-вперед говоряючи «Я гойдаюся»

На протязі 2-3 хв.

Головне при цьому – продовжувати стримувати дитину не перериваючи зоровий контакт.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ МАСАЖНИМИ РУКАВИЧКАМИ

Завдання: масувати обличчя масажними рукавичками, розвивати чутливість.

Матеріал: масажні рукавички з намистинами (3 мм діаметр) та хутром.

Опис вправи: Дитину садимо на стільчик спиною до дорослого. Розміщуємо її так, щоб вона почувалася спокійно і розслаблено. Техніка стимуляції обличчя виглядає наступним чином:

Під час проведення стимуляції необхідно проговорювати всі свої дії «Я гладжу чоло, праву щоку, ліву щоку, підборіддя».

Легкими рухами розгладжуємо поверхню чола, проводячи рукавичками від центру до скронь. Спочатку проводимо в праву сторону чола, а потім ліву. Після цього проводимо матеріалами від брів догори, розгладжуючи лоб, так повторюємо 5-10 разів.

Проводимо стимуляцію щоки. Для цієї маніпуляції слід матеріалом проводити до внизу підборіддя. Потім проводимо в напрямку від підборіддя до скроневої частини. Кожну маніпуляцію повторюємо 5-10 разів.

Стимуляція підборіддя проводиться наступним чином: відцентру підборіддя до вух проводимо рукавичками. Закиньте голову назад, при цьому постарайтеся витягнути підборіддя. У такому положенні проводите матеріалом від підборіддя до низу шиї.

Час виконання: 5 хв.

Кількість виконання: основними фактурами по 1 разу з кожною зоною стимуляції обличчя.

3. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Опис вправи: безпосередньо у вухо дитини спочатку правого, потім лівого шепочимо позитивну інфрормацію: «**Єгор Молодець! Єгор розумничок»**

4. ВПРАВА «МИЛЬНІ БУЛЬБАШКИ»

Завдання: розкрити пляшечку з мильними бульбашками, видути бульбашку, стежити за нею.

Матеріал: мильні бульбашки

Опис вправи: дитинка бере в руки пляшечку з рідиною і повинна відкрити кришку. За умови якщо дитина не може самостійно відкрити пляшечку але робить спробу дорослий допомагає відкрити пляшечку тримаючи руки дитини. Всі дії, що виконуються разом з дитиною повинні озвучуватися «Ми беремо пляшечку в ліву руку, а правою прокручуємо кришку.

Після відкриття ми дмухаємо на мильні бульбашки, спочатку дмухає дорослий потім просимо повторити дію дитини. Проговорюємо «Я дмухаю, видуваю бульбашку».

Ловити бульбашки паличкою для видування і видувати на частинах тіла. Говорити дитині видуваю бульбавшки на правій руці, на правій долоні, на лівій руці, на лівій долоні.

5. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Садимо дитину і навпроти неї включаємо маленьку лампу. Просимо дитину, щоб вона стежила поглядом за лампою. А лампу нахиляємо вниз, догори, набік.

Час проведення – 1 хв.

ПРОГРАМА№ 2

1. ВПРАВА «СОСИСКА В КОВДРІ»

Покласти на підлогу ковдру чи покривало і сказати дитині, що збираєтеся робити сосиску в тісті і що дитина виступить в ролі сосиски.

Дитина лягає на край ковдри (на підлогу), але голова обов'язково повинна бути зовні**(ніяка частина обличчя ні в якому випадку не повинна опинитися в ковдрі).**

Загорнути ковдру так, щоб воно огорнуло дитину. Говоримо при цьому «Хто у нас сосиска в тісті?» – Єгор сосиска в тісті.

Натискати долонями на тіло дитини з словами:тепер я кладу кетчуп дитини на (спину, руки, ноги), трішки гірчиці на руки, ноги, спину.

М'яко потягніть край ковдри щоб дитина викотилася з нього.

Повторити 2 рази.

2. ТРИКОТАЖНІ КАЧЕЛІ

В парі з іншим дорослим взяти трикотажний гамак схопити за краї, посадити дитину і розгойдувати взад–вперед, вгору-вниз.

Тривалість 3 хв.

3. СЕНСОРНА ДОРІЖКА

Розкладаємо доріжку на підлогу, просимо дитину пройтися по цій доріжці (огбговорюючи що ця поверхня жорстка, гладка тепла, холодна)

Тривалість – 4 хв.

4. СЕНСОРНИЙ РУКАВ

Дитина повинна засунути руку в рукав і відшукати там за допомогою дотику замовлений предмет (шишка, каштан, жолуді).

Мета :

- Тактильний розвиток. Взаємодія з матеріалами дає змогу відстежувати тактильну інформацію, що є основою для встановлення відмінностей. Шишки жорсткі, каштани гладкі.
- Навчальна дія. Розпізнавання предмету за картинкою або за представленим зразком.

Час проведення – 3 хв.

5. САЛЮТ

Дитина повинна сипати на себе салют.

Мета :

- Зорові навички. В процесі заняття дитина слідкує поглядом за салютом, а отже, при виконанні вправи розробляється плавне відстеження поглядом предметів і проходять швидкі скачкоподібні рухи очей, що допомагає розвитку очоподібних м'язів.
- Зорово-перцептивний розвиток. Щоб знаходити салют в просторі і утримувати на ньому погляд, відстежуючи його, дитина повинна розрізняти інформацію переднього плану (салют) від різної інформації заднього плану.

Час проведеняня- з хв.

6. ОБНІМАННЯ

Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати

протягом 5 сек. Попустити тиск і знову міцно притиснути на 5 сек.

Кількість спроб індивідуально (але не менше 3х разів)

ПРОГРАМА№ 3

1. **ВПРАВА «СОСИСКА В КОВДРІ»**

Опис вправи

Покласти на підлогу ковдру чи покривало і сказати дитині, що збираєтеся робити сосиску в тісті і що дитина виступить в ролі сосиски. Дитина лягає на край ковдри (на підлогу), але голова обов'язково повинна бути зовні**(ніяка частина обличчя ні в якому випадку не повинна опинитися в ковдрі).**

Загорнути ковдру так, щов воно огорнуло дитину. Говоримо при цьому «Хто у нас сосиска в тісті?». – Єгор сосиска в тісті.

Натискати долонями на тіло дитини з словами:тепер я кладу кетчуп дитини на (спину, руки, ноги), трішки гірчиці на руки, ноги, спину.

М'яко потягніть край ковдри, щоб дитина викотилася з нього.

Повторити 2 рази.

2. **ТРИКОТАЖНІ КАЧЕЛІ**

В парі з іншим дорослим взяти трикотажний гамак схопити за краї, посадити дитину і розгойдувати взад –вперед, вгору-вниз.

Тривалість 3 хв.

3. **ВПРАВА НА СКЕЙТБОРДІ**

Покласти дитину на скейт дитина тримається руками за краї скейта.

Дорослий тримає позаду і легенько підштовхує скейт вперед на 1 м а потім назад, притримуючи його за краї.

Тривалість – 4 хв.

4. **МАСАЖ ДОЛОНІ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ.**

Завдання: масаж долоні різними фактурами, розвиток поверхової чутливості долоні.

Матеріал: жорстка губка, шматок хутра.

Опис вправи:

Дитина сидить перед дорослим. Дорослий бере долоню дитини однією рукою, а іншою проводить масаж спочатку верхньої сторони долоні а потім нижньої сторони долоні. Під час виконання вправи дорослий називає всі свої дії та матеріали, що використовує:

«Я гладжу праву долоню хутром,

Я гладжу пальці правої руки хутром,

Я гладжу великий пальчик правої руки хутром.».

Масаж долоні здійснюємо від кінчиків пальців до долоні, а від долоні до зап'ястя. Здійснюючи масаж долоні послідовно змінюємо матеріали, виконуючи з кожним із них одну сесію завдань. Першим використовуємо хутро, потім використовуємо жорстку губку, наступним використовуємо хутро.

Час – 1,5 хвилини на одну долоню.

Кількість – 3 повторів.

5. ОБТЯЖУВАЧ «ЗАЙЧИК»

Завдання: зняття напруження та активізація концентрації уваги, сприяти мозку «ідентифікувати» положення тіла в просторі, врівноваження нервової системи, зосередження.

Обладнання: обтяжувач на плечовий пояс з еластичної цупкої тканини (фліс) у вигляді іграшки «зайчика» (104 см+ 17 см), наповнювач - крупа (1,6 кг).

Опис вправи:

Пропонуємо дитині познайомитись з твариною:

«Подивись хто прийшов до нас. Хто це?» якщо дитина не відповідає то педагог називає самостійно «Це зайчик».

«Давай його погладимо.

Пропонуємо дитині погладити іграшку, обстежити тактильно.

«Давай візьмеш його на руки?» Пропонуємо покласти обтяжувач спочатку на коліна дитині.

«Де в зайчика очі?.» Дитина показує рукою де очі.

«Що це?» дитина повинна відповісти «Це око.»

«А де в тебе очі. Покажи»дитина показує та називає «Ось око»

«Знайди де в кота вушка» Дитина показує рукою де вушка.

«Що це?» дитина повинна відповісти «Це вухо

«Де в тебе вухо. Покажи» дитина показує та називає «Ось вухо»

Після цього пропонуємо покласти зайчика на плечі дитини і разом приступити до заняття.

Час виконання 3 хвилини.

Кількість повторень 1 раз.

6. НАБЛИЖЕННЯ І ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ (дзвіночок або іграшка-пищалка)

Знаходячись на відстані від дитини з лівого боку відтворюємо звук. Дитина повинна повернути голову на звук. Перейти за спину дитини і подзвонити біля правого вуха. Знову відійти на відстань з правого боку і відтворити звук. Потім підійти та дзвонити з-за спини біля лівого вухо

Кількість спроб індивідуально (не менше 3х спроб на кожну сторону)

7. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ МАСАЖНИМИ РУКАВИЧКАМИ

Завдання: масувати обличчя масажними рукавичками з намистинками та хутром, починаючи і закінчуючи матеріалом більш приємним на дотик (м'яке-жорстке-м'яке).

Опис вправи: Дитину садимо на стільчик спиною до дорослого. Розміщуємо її так, щоб вона почувалася спокійно і розслаблено. Під час проведення масажу необхідно проговорювати всі свої дії:

«Я гладжу чоло, Я гладжу праву щоку,

Я гладжу ліву щоку, Я гладжу підборіддя»

Техніка виконання масажу виглядає наступним чином:

Масаж чола:

легкими рухами розгладжуємо поверхню чола від його центру у напрямку до скронь. Спочатку розминаємо одну сторону чола, а потім іншу. Після цієї маніпуляції проводять руху від брів догори, розгладжуючи лоб, так повторюємо 5-7 разів.

Масаж щік:

Для цієї маніпуляції слід впертися великими пальцями вниз підборіддя. Потім розгладжуємо шкіру в напрямку від підборіддя до скроневої частини голови. Кожну маніпуляцію повторюємо 5-7 разів.

Масаж підборіддя:

Для цього від центру підборіддя до вух проводимо легкими рухами пальців. Закиньте голову назад, при цьому постарайтеся витягнути підборіддя. У такому положенні проводите розгладжують руху від підборіддя вниз по шиї.

Кожну маніпуляцію повторюємо 5-7 разів.

Час виконання: 5 хв.

Кількість виконання: 1 раз всі типи рухів з кожною з зон обличчя

8. ЛОСКОТІННЯ

ОПИС ВПРАВИ:

- Розпочніть з легенького лоскотіння
- Сядьте витягнувши ноги в формі букви V
- Посадіть дитину лицем до вас, щоб його ноги прижималися до вас.
- Міцно зжати його плечі і розкочуватися взад-вперед, дивлячись на дитину.
- Наспівуючи, повторюючи: «Качаємо Єгора…»
- Через деякий час зупиніться і почекайте, щоб дитина попросила вас продовжити.

Тривалість – 3 хв.

Блок № 9

ПРОГРАМА№ 1

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Для успішного виконання цієї та наступних вправ **ОБОВ'ЯЗКОВО** потрібно дотримуватися таких правил: наступність та послідовність, не поспішати, виконувати вправи спокійно, впевнено, намагатися не зважати на невдоволення дитини!

Масаж починаємо з ведучої сторони дитини (права/ліва), при цьому озвучуємо в голос всі частини тіла, до яких торкаємося. Спочатку виконуємо рухи від правого плеча, до правої долоні, і навпаки вгору від правої долоні до правого плеча)

Говоримо:

- **ПРАВЕ** плече;
- права рука;
- правий лікоть;
- права долоня;
- права долоня;
- правий лікоть;
- праве плече.

Далі:

- спина;
- сідниці (попа);
- права нога;
- праве коліно;
- права стопа;
- права стопа;
- праве коліно;
- попа;
- спина;
- **ЛІВЕ** плече (ті самі рухи, в тому самому порядку повторюємо з лівою стороною).

Перевертаємо дитину на СПИНУ, та робимо ті самі вправи, що й на спині, в послідовності права/ліва сторона, з гори до низу, озвучуючи всі частини тіла.

Опис вправи:

під час масажу вибираємо форму найбільш приємну для дитини. Починаємо від масажу розігріваючого, переходячи до форми більш динамічної і закінчуємо "вичищаючим" масажем - похляпуючи долонями по поверхні шкіри.

"дощик" - похляпування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силою тиску;

"рубання" почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини.

"місити тісто" - особа, яка масує - розминає тіло дитини так, якби

місила тісто;

Кількість повторень - 2 р.

Час виконання – 10хв.

2. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА М'ЯЧИКОМ "ЇЖАЧОК"

Манера та послідовність виконання цієї вправи схожа з попередньою: права/ліва сторона, послідовність з гори до низу і навпаки, та озвучування частин тіла, яких торкаєтесь.

Для масажу знадобиться маленький резиновий м’ячик d-7см. з м’якими (резиновими) шипами. Виконуючи цю вправу, змінюємо силу натиску м’ячика на тіло, від сильнішого до більш слабкого.

Кількість повторень – 2 р.

Час виконання – 5 хв.

3. ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇ ПОВЕРХНІ ТІЛА

Для цієї вправи знадобиться покривало, яке потрібно розкласти на підлозі.

Кладемо дитину на спину з витягнутими руками і ногами. Стараємося притиснути одночасно все тіло, починаючи з ніг до плечей. Повторюємо те саме, перевернувши дитину на живіт

ДО УВАГИ! Зверніть увагу - не закривати голову дитині!

Кількість повторень – 3 р.

Час проведення - 3 хвилина.

4. ОБСТУКУВАННЯ ГОЛОВИ

Опис вправи:

- обстукуємо легенько голову дитини всіма пальцями обох долоней, при цьому озвучуємо всі дії.

Розпочинаємо обстукування голови від лобної частини голови, повільно просуваючись до задньої частини голови і шиї.

Дуже ретельно обстукуємо частину голови біля вух. Сила постукувань залежить від чутливості дитини.

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення - 2 хвилина.

5. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Знадобиться пташина пір’їна довжиною 15 см. Дотримуємося послідовності, так же як і в попередніх вправах, проговорюємо всі частини обличчя:

Говоримо:

- чоло:
- праве око (обвести коловими рухами);
- права щока;
- губи (обвести коловими рухами);
- ніс;
- чоло;
- ліве око (обвести коловими рухами);

- ліва щока;
- губи (обвести коловими рухами);
- ніс;
- чоло;
- обвести коловими рухами обличчя, проговорюючи: - «Обличчя».

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 2 хв.

6. МАСАЖ ЗАТИСКАННЯ ДОЛОНІ (по 30 сек. на долоню)

Під час виконання вправи слід пам'ятати, що треба називати частину долоні, яку затискаємо (**говоримо:** права долоня, пальці правої долоні і навпаки ліва долоня, пальці лівої долоні).

Опис вправи:

дорослий затискає долоню дитини, між своїми долонями намагаючись якомога сильніши стиснути, спочатку долоньку, потім пальчики (**говоримо:** долоня правої руки, пальці правої руки, міняємо руку ліва долоня, пальці лівої руки) .

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 2 хв.

7. ОБСТУКУВАННЯ ДОЛОНІ

Дитина та дорослий сидять на стільчиках навпроти один одного. Дорослий фіксує долоню дитини в своїй руці, та називає те місце яке обстукує , починаючи з ведучої руки (**говоримо:** права долоня, пальці правої руки і навпаки ліва долоня, пальці лівої руки)

Опис вправи:

обстукування кінчиками пальців (подушечками);

обстукування щіточкою (зубною)

Кількість повторень – 2 р.

Час виконання – 2 хв.

8. ПОТИРАННЯ ДОЛОНЯМИ ПО РІЗНИХ ПОВЕРХНЯХ

Опис вправи:

для цієї вправи використовуємо цупку тканину обшиту металевими та пластмасовими гудзиками.

Спираємо долоню дитини на матеріал, притискаємо зверху своєю долонею і проводимо догори і донизу, починаючи з ведучої руки (**говоримо:** права долоня, пальці правої руки і навпаки ліва долоня, пальці лівої руки і т.д.)

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 2 хв.

9. МАСАЖ ПРИТИСКАННЯ СТОП

Опис вправи

масаж - притискання стопи долонями.

Вправу виконуємо руками сильно притискуючи стопи дитини. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо

(**говоримо:** права стопа, права п'ята, пальці правої стопи і навпаки ліва стопа, ліва п'ята, пальці лівої стопи).

масажуємо стопи дерев'яним валиком для масажу, сильно притискаючи його.

Кількість повторень: 2 р.

Час виконання вправи - 2 хв

ПРОГРАМА№ 2

1. ТЕМПЕРАТУРНИЙ МАСАЖ ТІЛА

Масаж починаємо з ведучої сторони дитини (права/ліва), при цьому озвучуємо в голос всі частини тіла, до яких торкаємося. Спочатку виконуємо рухи від правого плеча, до правої долоні, і навпаки вгору від правої долоні до правого плеча)

Говоримо:

- **ПРАВЕ** плече;
- права рука;
- правий лікоть;
- права долоня;
- права долоня;
- правий лікоть;
- праве плече.

Далі:

- спина;
- сідниці (попа);
- права нога;
- праве коліно;
- права стопа;
- права стопа;
- праве коліно;
- попа;
- спина;
- **ЛІВЕ** плече (ті самі рухи, в тому самому порядку повторюємо з лівою стороною).

Почергово стимулюємо частини тіла теплим і холодним впливом. Кожен стимул застосовуємо декілька раз, починаючи і закінчуючи найбільш приємним для дитини. Кожен раз називаємо вид стимулу (**говоримо:**теплий, холодний).

Для виконання вправи знадобиться 2 морських камінця середнього розміру, один з яких повинен бути холодним, інший попередньо розігрітий до теплого стану.

Кількість повторень – 2 р.

Час виконання – 5 хв.

2. ОБГОРТАННЯ ОБТЯЖЕНОЮ СЕНСОРНОЮ КОВДРОЮ

Для цієї вправи знадобиться обтяжена сенсорна ковдра

Опис вправи

Дорослий розкладає ковдру на підлозі. Перекочуємо дитину і одночасно замотуємо її в обтяжену сенсорну ковдру (залишаємо обмотаним в ковдрі близько 1 хв), а потім розмотуємо її. Вправу виконуємо в ігровій формі, не викликаючи спротив дитини і не закриваючи матеріалом її обличчя, голову.

Кількість повторень – 3 р.

Час проведення - 7 хвилина.

3. СПРИСКУВАННЯ ОБЛИЧЧЯ ВОДОЮ

Для вправи використовуємо оприскувач для квітів.

Дорослий сидить навпроти дитини, і сприскує обличчя дитини за допомогою оприскувача. Одяг дитини прикриваємо від попадання води, кладемо рушник на шию. Після вправи витираємо обличчя дитини.

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 3 хв.

4. МАСАЖ ДОЛОНІ СИПКИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Для вправи нам знадобиться мішечок розміром 25*30 см., який заповнений горохом.

Опис вправи

Дитина та дорослий сидить на стільчиках навпроти один одного, дорослий вкладає рукудитини в мішечок, який заповнений сипким матеріалом, заохочуємо дитину м’яти, місити, пересипати ручкою данний продукт. Потім змінюємо ручку.

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 7 хв.

5. ОБСТУКУВАННЯ СТОПИ

Опис вправи:

Дорослий фіксує своєю рукою стопу дитини, обстукує всю стопу дитини із перемінною силою. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо (**говоримо:** права стопа, права п'ята, пальці правої стопи і навпаки ліва стопа, ліва п'ята, пальці лівої стопи).

6. ГРА З РЕАБІЛІТАЦІЙНИМ М’ЯЧЕМ

Для цієї вправи знадобиться надувний м'яч (для реабілітації дітей).

Опис вправи:

Дорослий кладе дитину на живітна надувний великий м'яч та спонукає її, щоб вона обіймала його ногами і руками, і делікатно крутимо м'ячем. Потім змінюємо положення, кладемо дитину на спину і теж делікатно крутимо м'ячем.

Блок № 10

ПРОГРАМА№ 1

1. МАСАЖ ВСЬОГО ТІЛА ДОЛОНЯМИ

Для успішного виконання цієї та наступних вправ **ОБОВ'ЯЗКОВО** потрібно дотримуватися таких правил: наступність та послідовність, не поспішати, виконувати вправи спокійно, впевнено, намагатися не зважати на невдоволення дитини!

Масаж починаємо з ведучої сторони дитини (права/ліва), при цьому озвучуємо в голос всі частини тіла, до яких торкаємося. Спочатку виконуємо рухи від правого плеча, до правої долоні, і навпаки вгору від правої долоні до правого плеча)

Говоримо:

- **ПРАВЕ** плече;
- права рука;
- правий лікоть;
- права долоня;
- права долоня;
- правий лікоть;
- праве плече.

Далі:

- спина;
- сідниці (попа);
- права нога;
- праве коліно;
- права стопа;
- права стопа;
- праве коліно;
- попа;
- спина;
- **ЛІВЕ** плече (ті самі рухи, в тому самому порядку повторюємо з лівою стороною).

Перевертаємо дитину на СПИНУ, та робимо ті самі вправи, що й на спині, в послідовності права/ліва сторона, з гори до низу, озвучуючи всі частини тіла.

Опис вправи:

під час масажу вибираємо форму найбільш приємну для дитини. Починаємо від масажу розігріваючого, переходячи до форми більш динамічної і закінчуємо "вичищаючим" масажем - похляпуючи долонями по поверхні шкіри.

"дощик" - похляпування кінчиками пальців поверхні тіла дитини з різною силою тиску;

"рубання" почергові легкі удари краями долоні під різним кутом до тіла дитини.

Кількість повторень - 2 р.

Час виконання - 10хв.

2. ПРИТИСКАННЯ ВСІЄЇ ПОВЕРХНІ ТІЛА

Для цієї вправи знадобиться покривало, яке потрібно розкласти на підлозі.

Кладемо дитину на спину з витягнутими руками і ногами. Обережно лягаємо на дитину зверху, стараємося притиснути одночасно все тіло, з ніг до плечей, тримаючи руки дитини вгорі. Повторюємо те саме, перевернувши дитину на живіт.

ДО УВАГИ! Зверніть увагу - не закривати голову дитині!

Кількість повторень – 3 р.

Час проведення - 3 хвилина.

3. ОБСТУКУВАННЯ ГОЛОВИ

Опис вправи:

- обстукуємо легенько голову дитини всіма пальцями обох долонь, прицьому озвучуємо всі дії.

Розпочинаємо обстукування голови від лобної частини голови, повільно просуваючись до задньої частини голови і шиї.

Дуже ретельно обстукуємо частину голови біля вух. Сила постукувань залежить від чутливості дитини.

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення - 3 хвилина.

4. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Знадобиться пташина пір’їна довжиною 15 см. Дотримуємося послідовності, так же, як і в попередніх вправах, проговорюємо всі частини обличчя:

говоримо:

чоло:

- праве око (обвести коловими рухами);
- права щока;
- губи (обвести коловими рухами);
- ніс;
- чоло;
- ліве око (обвести коловими рухами);
- ліва щока;
- губи (обвести коловими рухами);
- ніс;
- чоло;
- обвести коловими рухами обличчя, проговорюючи: - «Обличчя».

Кількість повторення – 1 р.

Час проведення – 3 хв.

5. МАСАЖ ЗАТИСКАННЯ ДОЛОНІ (по 30 сек. на долоню)

Дорослий затискає долоню дитини, між своїми долонями намагаючись якомога сильніши стиснути, спочатку долоньку, потім пальчики (**говоримо:** долоня правої руки, пальці правої руки, міняємо руку ліва долоня, пальці лівої руки).

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 2 хв.

6. ПОТИРАННЯ ДОЛОНЯМИ ПО РІЗНИХ ПОВЕРХНЯХ

Для цієї вправи використовуємо невеликий шматочок «штучна трава».

Спираємо долоню дитини на матеріал, притискаємо зверху своєю долонею і проводимо догори і донизу, починаючи з ведучої руки (**говоримо:** права долоня, пальці правої руки і навпаки ліва долоня, пальці лівої руки)

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 3 хв.

7. МАСАЖ ПРИТИСКАННЯ СТОП

Вправу виконуємо руками сильно притискуючи стопи дитини. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо (**говоримо:** права стопа, права п'ята, пальці правої стопи і навпаки ліва стопа, ліва п'ята, пальці лівої стопи).

Масажуємо стопи м'ячиком "їжачок". Для масажу використовуємо м’ячик d- 7см. з маленькими шипами. Крутимо ним зі змінною силою, натискаючи, відпускаючи

Кількість повторень: 2 р.

Час виконання вправи - 3 хв

ПРОГРАМА№ 2

1. МАСАЖ ДОЛОНІ М'ЯЧИКОМ "ЇЖАЧОК"

Для масажу знадобиться маленький резиновий м’ячик d- 7см з м’якими (резиновими) шипами. Виконуючи цю вправу, змінюємо силу натиску м’ячика на долоню, від сильнішого до більш слабкого.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках навпроти один одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини та масажує м’ячиком. Під час виконання вправи слід пам'ятати, що треба називати частину долоні, яку масажуємо **говоримо:** долоня правої руки, пальці правої руки, міняємо руку ліва долоня, пальці лівої руки.

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 4 хв.

2. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГАННЯ СУГЛОБІВ ДОЛОНІ

Під час виконання вправи слід пам'ятати, що треба називати частину долоні, яку затискаємо (**говоримо:** права долоня, пальці правої долоні і навпаки ліва долоня, пальці лівої долоні).

Дорослий фіксує долоню дитини в своїй руці і делікатно притискує і розтягує суглоби долоні і суглоби кисті, (стиснути – розтягнути - стиснути).

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 4 хв.

3. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках навпроти один одного, вправу починаємо з ведучої сторони право/ліво (**говоримо:**праве вухо, ліве вухо).

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо.

Кількість повторень – 3 р.

Час виконання – 4 хв.

4. СПРИСКУВАННЯ ОБЛИЧЧЯ ВОДОЮ

Для вправи використовуємо оприскувач для квітів.

Дорослий сидить навпроти дитини, і сприскує обличчя дитини за допомогою оприскувача. Одяг дитини прикриваємо від попадання води, кладемо рушник на шию. Після вправи витираємо обличчя дитини.

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 3 хв.

5. МАСАЖ ГОЛОВИ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Для вправи знадобиться масажер для голови (який складається з металевої ручки, з одного краю якого знаходиться круглий тримач, а з іншого краю- дванадцять масажних «пальчиків». Пальчики розташовані таким чином, що утворюють під ручкою купол. Пальчики тонкі, гнучкі довжиною 24 см., та мають накінечники в вигляді кульок з гуми, які м’яко діють на шкуру голови).

Опис вправи:

Дорослий сидить навпроти дитини, бере пристрій за ручку та розташовує його так, щоб масажні пальчики торкалися поверхні голови. Повільно опускаючи та підіймаючи ручку масажера, та переміщуючи його по голові. При цьому пальчики будуть охоплювати голову зі всіх сторін, отримуючи приємний та корисний масажний ефект.

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 4 хв.

6. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГАННЯ СУГЛОБІВ СТОПИ

Дорослий делікатно притискає і розтягує почергово всі суглоби пальців і кисті стопи. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо (**говоримо:** права стопа, права п'ята, пальці правої стопи і навпаки ліва стопа, ліва п'ята, пальці лівої стопи).

Кількість повторень: 2 р.

Час виконання вправи - 3 хв

7. ХОДІННЯ НА РУКАХ, ПІДТРИМКА ЗА СТОПИ НІГ

Дитина лежить на підлозі на животі, дорослий тримаючи дитину за стопи піднімає їх до гори, при цьому вказівками спонукає дитину «ходити» руками, перебераючи ними вперед.

Кількість повторень: 1 р.

Час виконання вправи - 3 хв

ПРОГРАМА№ 3

1. МАСАЖ ТІЛА РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Масаж починаємо з ведучої сторони дитини (права/ліва), при цьому озвучуємо в голос всі частини тіла, до яких торкаємося. Спочатку виконуємо рухи від правого плеча, до правої долоні, і навпаки вгору від правої долоні до правого плеча)

Говоримо:

- **ПРАВЕ** плече;
- права рука;
- правий лікоть;
- права долоня;
- права долоня;
- правий лікоть;
- праве плече.

Далі:

- спина;
- сідниці (попа);
- права нога;
- праве коліно;
- права стопа;
- права стопа;
- праве коліно;
- попа;
- спина;
- **ЛІВЕ** плече (ті самі рухи, в тому самому порядку повторюємо з лівою стороною).

Перевертаємо дитину на СПИНУ, та робимо ті самі вправи, що й на спині, в послідовності права/ліва сторона, з гори до низу, озвучуючи всі частини тіла.

Для виконання вправи знадобиться щітка розміром 9*3 см. з м'якою селіконовою щетиною, розміром в 1 см

Кількість повторень: 1 р.

Час виконання вправи – 7 хв.

2. ТЕМПЕРАТУРНИЙ МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ

Для виконання вправи знадобиться 2 морських камінця середнього розміру, один з яких повинен бути холодним, інший попередньо розігрітий до теплого стану.

Дотримуємося послідовності та проговорюємо всі частини обличчя:

Говоримо:

- чоло:
- праве око (обвести коловими рухами);
- права щока;
- губи (обвести коловими рухами);
- ніс;
- чоло;
- ліве око (обвести коловими рухами);
- ліва щока;
- губи (обвести коловими рухами);
- ніс;
- чоло;
- обвести коловими рухами обличчя, проговорюючи: - «Обличчя».

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 5 хв.

3. МАСАЖ ДОЛОНІ РІЗНИМИ МАТЕРІАЛАМИ

Для виконання вправи знадобиться щітка розміром 11*5.5 см. з жорсткою штучною щетиною, розміром в 1,5 см

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках навпроти один одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини та масажує щіткою. Під час виконання вправи слід пам'ятати, що треба називати частину долоні, яку масажуємо **говоримо:** долоня правої руки, пальці правої руки, міняємо руку ліва долоня, пальці лівої руки.

Кількість повторення – 2 р.

Час проведення – 3 хв.

4. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГАННЯ СУГЛОБІВ ДОЛОНІ

Під час виконання вправи слід пам'ятати, що треба називати частину долоні, яку затискаємо (**говоримо:** права долоня, пальці правої долоні і навпаки ліва долоня, пальці лівої долоні).

Дорослий фіксує долоню дитини в своїй руці і делікатно притискає і розтягує суглоби долоні і суглоби кисті, (стиснути – розтягнути - стиснути).

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 4 хв.

5. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках навпроти один одного, вправу починаємо з ведучої сторони право/ліво (**говоримо:**праве вухо, ліве вухо).

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо.

Кількість повторень – 3 р.

Час виконання – 4 хв.

6. ПОТИРАННЯ СТОПАМИ ПО ПОВЕРХНІ (штучна трава)

Для цієї вправи використовуємо відрізок «штучна трава» розміром 29*30 см.

Опис вправи:

Спираємо стопу дитини на матеріал, притискаємо зверху своєю долонею спочатку одну стопу, потім іншу. Слід пам'ятати, що потрібно називати місце, яке притискаємо (**говоримо:** права стопа, права п'ята, пальці правої стопи і навпаки ліва стопа, ліва п'ята, пальці лівої стопи).

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 4 хв.

7. ПЕРЕКОЧУВАННЯ (просте)

Опис вправи:

Вправу виконуємо на підлозі.

Дитина лежить на підлозі, дорослий перекочує дитину по килимку. Якщо дитина не може самостійно виконати цю вправу, то дорослийсам перекладає руки і ноги дитини.

Кількість повторень – 1 р.

Час проведення – 4 хв.

8. ВПРАВИ НА УТРИМАННЯ РІВНОВАГИ (просто ходіння по дошці)

Для викона цієї вправи знадобиться дерев’яна дошка розміром яка має мати не менше 1м 5см довжини і біля 20 см. завширшки, також вона має мати стабільні підпорки, які мають її підтримувати з обох сторін. Спочатку ставимо дошку на підлогу, а з часом піднімаємо її над підлогою на 30-40 см.

Опис допомоги:

Просимо дитину стати на дошку, дорослий тримаючи її за руку пропонує пройти по дошці, намагаючись втримувати рівновагу.

Кількість повторень – 2 р.

Час проведення – 7 хв.

9. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Для виконання цієї вправи знадобиться маленький «карманний» ліхтарик.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках навпроти один одного, відстань між ними має становити 1м. Дорослий включає ліхтарик, та просить дитину, щоб вона водила поглядом за ліхтариком. Світимо ліхтариком вниз, догори, набік по скошеній лінії, по колу, крутимо нею вісімку.

Кількість повторень – 1р.

Час проведення – 3 хв.

Блок № 11

ПРОГРАМА№ 1

1. ПЕРЕХРЕСНА ХОДЬБА

Ходьба з високим підніманням колін з перехресним дотиком протилежною рукою (праве коліно з лівою рукою; ліве коліно з правою рукою). Для зацікавлення дитини можна взяти в руки брязкальця. Кількість повторів – 2 рази.

2. МЕТЕЛИК

Вправа виконується в положенні стоячи на підлозі, ноги трохи розставлені. Здійснювати 3-4 колові рухи руками вперед, і 3-4 рухи назад. Важлива амплітуда а не швидкість. Починати повільно, поступово збільшуючи темп. На завершення вправи присісти, накрити голову випрямленими руками: «Метелик присів і накрився крилами». Кількість повторів – 2 рази.

3. ПЕЧАТКИ НА ПЛАСТИЛІНІ

На столі приготуйте дощечку, м`який пластилін, трубку для вирівнювання, диск з рельєфними малюнками. Запропонуйте дитині погратися з пластиліном. Прокочуючи трубкою вирівняти поверхню пластиліну, говоримо «Рівняю пластилін». Потім притискаємо до пластиліну диск, розглядаємо і називаємо малюнки на пластиліні «Каченя, кубик, машина…». Кількість повторів – 2рази.

4. ХОДІННЯ МІЖ КУБИКАМИ

Поставити на підлозі кубики в один ряд, відстань між кубиками 50-60 см. Поставивши дитину попереду себе, утримуватись один за одним. Рухатися змійкою між кубиками, імітуючи рух поїзда «Паровозик їде: «Чух-чух-чух-чух…». Наближаємося до станції: «Ту-ту-ууу..». Кількість повторів – 2 рази.

5. ПЕРЕПЛИГУВАННЯ ЧЕРЕЗ МОТУЗКИ

Покласти на підлозі мотузки на відстані 50 см одна від одної. Запропонувати дитині на обох ногах стрибати через них: «Як стрибає зайчик». Кількість повторів – 2-3 рази.

6. ЗНАЙДИ В МІШЕЧКУ

Попередньо ознайомити дитину із зовнішнім виглядом, назвою і тактильними відчуттями 3- 4х простих предметів. Покласти їх в мішечок, і запропонувати дитині знайти на дотик вказаний предмет (шишку, кулю, кубик, пташку, квітку, тощо). Кількість повторів – 1 раз.

7. ГУСЕНИЧКА ПОВЗЕ

Вправа виконується в положенні сидячи на підлозі, ноги прямі, руки за спиною в упорі. Підтягнути ступні дитини до сідниць, відштовхнутися випрямивши ноги. Сідниці переміщуються вперед. Руки також допомагають у переміщенні. Гусениця повзе вперед. Кількість повторів – 2 рази.

8. СОРТУВАННЯ КУЛЬОК

По центру стола поставити невелику ємкість із кульками 2-х кольорів. По боках поставити пусті пластикові тарілки відповідно до кольору кульок. Сісти поряд з дитиною, починати виконання вправи «рука в руці»; правою рукою взяти 1кульку рожевого кольору і покласти її у рожеву миску яка стоїть зліва. Потім лівою рукою взяти 1 кульку блакитного кольору і покласти її у блакитну мисочку що стоїть з правого боку дитини. Кількість повторів – 1-2рази.

9. ХОДЬБА НА БРУСКАХ

Поставити ноги дитини на дерев`яні бруски. Рукою дитина утримує пластикову ручку на мотузці. Переставляючи ноги, крокує по прямій лінії. Кількість повторів – 2 рази.

10.ФАРБУВАННЯ

Запропонувати дитині кольоровими олівцями фарбувати контурний малюнок (формат А5). Кількість виконання – 1 раз.

ПРОГРАМА№ 2

1. ХОДЬБА З ПЕРЕСТУПАННЯМ МОТУЗОК

Пройти по прямій лінії переступаючи через мотузки покладені на підлогу на відстані 30см одна від одної. Говоримо «Переступаю». Час виконання вправи 1хв.

2. СТРИБКИ НА ДВОХ НОГАХ ТА КРОКУВАННЯ

Вихідне положення дитини: стоячи, руки на поясі. Відштовхуючись на обидві стопи виконати 5-6 стрибків на місці. Говоримо «Стрибаю».Завершити виконання вправи ритмічним крокуванням по колу з високим підніманням колін. Говоримо «Крокую». Час виконання вправи 1хв.

3. ВПРАВИ ДЛЯ РУК ТА ПЛЕЧОВОГО ПОЯСА

Вихідне положення стоячи, ноги на ширині плечей. В кожній руці, хватом зверху, дитина тримає 1 кубик (5-6см розмір сторони). Дорослий стає повернувшись обличчям до дитини, тримає в руках кубики і разом з нею виконує вправу, здійснює мовленнєвий супровід виконуваних дій.

1) Через сторони підняти руки вгору. Говоримо «Підняв руки вгору»;

2) Підняті руки з`єднати, 1раз стукнути кубиками. Говоримо «Стукнув кубиками»;

3) Через сторони опустити руки вниз. Говоримо «Опустив руки вниз»; Виконати 3-4 рази.

4. ПРОКОЧУВАННЯ М`ЯЧА

Дорослий та дитина сідають на килимок обличчям один до одного на відстані 2,5 -3 метри. Прокочувати м`яч по підлозі один одному з положення сидячи. Обома руками відштовхувати м`яч вперед, щоб він котився до дитини, говоримо «Лови м`яч». Потім дитина котить м`яч вам, говоримо «Коти м`яч». Виконати 3-4 рази в обох напрямках.

5. ВПРАВА НА РЕЛАКСАЦІЮ

Дитина лягає на спину, руки вздовж тулуба. Дорослий починає від правого плеча дитини, в напрямку згори вниз, послідовно прогладжувати і називати сторону (права-ліва) та частину тіла (плече, рука, пальці руки, нога, стопа). На кожній ділянці фіксувати руку для кращого сприймання дитиною відчуттів від акцентованої ділянки тіла. Виконати по 2 рази на кожну сторону.

6. ПІДТЯГУВАННЯ НІГ У ПОЛОЖЕННІ СИДЯЧИ НА КИЛИМКУ

Дорослий сідає з правого боку відносно дитини. Однією рукою торкнутися її стопи і одночасно назвати « стопа; стопа правої ноги». Затримати руку на 5сек, щоб дитина відчула дотик . Покласти руку на коліно і назвати «коліно; коліно правої ноги». Після цього одночасно підняти вгору коліно та присунути стопу в напрямку до сідниць дитини. В досягнутому положенні сказати від імені дитини «зігнув праву ногу», зупинитися (5сек) з метою фіксації дитиною відчуттів від положення ноги. Витягнути ногу в початкове положення сказавши «витягнув праву ногу». В такій же послідовності виконати вправу на згинання лівої ноги. Кількість виконання – по 2 рази на кожну сторону.

7. СТИМУЛЯЦІЯ СТОПИ М`ЯЧИКОМ «ЇЖАЧОК»

Вправу масаж стопи дитини виконуємо притискуючи масажним м'ячиком "їжачок" до стопи дитини. Крутимо ними зі змінною силою, натискаючи по цілій стопі дитини. Слід пам'ятати, що починати виконувати вправу треба завжди з правої сторони тіла дитини. Назвати місце яке масажуємо «Пальці правої стопи», «Права п'ята». Повторити

по 2 рази на кожну сторону.

8. КОПАННЯ М`ЯЧА

Дитина і дорослий стають навпроти стіни або шафи. Дорослий показує як треба копати м`яч(ведучою правою) ногою, щоб він котився вперед. При необхідності допомогти дитині вдарити м`яч ногою. Час виконання вправи 4 рази.

9. ПОВІТРЯНІ БУЛЬБАШКИ

Вчимо дитину видувати мильні бульбашки, стежити очима за рухом бульбашки по кімнаті. Говоримо: «Я відкручую кришку. Я дму!»Час проведення вправи – 1хв.

10.ОБНІМАННЯ

Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати протягом 5сек. Потім послабити обійми, і знову повторити міцне притискання. Кількість повторів – 2рази.

Блок № 12

ПРОГРАМА№ 1

1. ДМУХАЮ НА ВІТРЯЧОК

Дитина робить спокійний вдих носом, а потім плавний подовжений видих через губи, цілеспрямовано на вітрячок-вертушку. Говоримо від імені дитини**:** «Я дмухаю». Кількість повторів – 3 рази.

2. ПЕРЕПЛИГУВАННЯ ЧЕРЕЗ МОТУЗКИ

Покласти на підлозі мотузки на відстані 50 см одна від одної. Запропонувати дитині на обох ногах стрибати через них: «Як стрибає зайчик». Кількість повторів – 2-3 рази.

3. ХОДЬБА НА БРУСКАХ

Поставити ноги дитини на дерев`яні бруски. Однойменною рукою дитина утримує пластикову ручку на мотузці. Переставляючи ноги, крокує по прямій лінії. Кількість повторів – 2 рази.

4. ЗНАЙДИ У МІШЕЧКУ

Попередньо ознайомити дитину із зовнішнім виглядом, назвою і тактильними відчуттями 3- 4х простих предметів. Покласти їх у мішечок і запропонувати дитині на дотик знайти вказаний предмет (шишку, кулю, кубик, пташку, квітку). Кількість повторів – 1 раз.

5. ПОВЗАННЯ (ПЛАЗУВАННЯ)

Дитину кладемо на живіт і показати, як правильно треба покласти кінцівки на підлогу. Якщо дитина самостійно не зможе виконувати повзання,треба руками допомогти їй з опорою для ступні. Обличчя дитини повернути в сторонувитягнутих вперед рук. Дитина повинна лежати рівно на підлозі. Можемо заохотити її повзати (плазувати), поклавши перед нею цікаву іграшку. Якщо дитина підносить високо

тіло над підлогою, можемо використати стільці (під якими є простір для плазування).Кількість повторів – 2 рази.

6. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ ЧЕРЕЗ ТУБИ

Між собою і вухами дитини розмістити туб, у який шепочемо за вибором: позитивну інформацію для дитини, нейтральні повідомлення, віршики, співаємо пісеньку. Шепочемо 1раз на ліве ухо, 1раз на праве вухо. Можна це робити під час виконання вправи або декілька раз на протязі дня. Проведення -1 хв.

7. ПОСТУКАЄМ, ПОГРЮКАЄМ

Запропонувати дитині постукати дерев`яними, пласмасовими або металевими ложками одна об одну. Проведення -1 хв.

8. ПЕЧАТКИ НА ПЛАСТИЛІНІ

На столі приготуйте дощечку, м`який пластилін, трубку для вирівнювання, диск з рельєфними малюнками. Запропонуйте дитині погратися з пластиліном. Прокочуючи трубкою вирівняти поверхню пластиліну, говоримо «Рівняю пластилін». Потім притискаємо допластиліну диск, розглядаємо і називаємо малюнки на пластиліні «Каченя, кубик, машина…». Кількість повторів – 2рази.

9. ПРИТИСКАННЯ ПОВЕРХНІ ТІЛА

В ційвправіможназастосовуватиреабілітаційнийвалик, м'яч, великий матрац, скрученепокривало, одіяло, велику подушку. Дитинукладемо на килимок, матрац або тапчан у положенні на спину або на живіт з витягнутими руками і ногами. Стараємосяпритискати одночасно все тіло. Звернітьувагу - не закривати голову дитині!Час проведення: 1-2 хв.Кількістьповторень – 2 рази.

10. ПЕРЕСИПАННЯ КОВШИКОМ

Поставити перед дитиною дві ємкості, одна з них наповнена сипким матеріалом (горохом, квасолею, тощо). Зацікавити дитину в пересипанні матеріалу з однієї ємкості в іншу. Кількість повторів – 1 раз.

ПРОГРАМА№ 2

1. ШТОВХАННЯ М`ЯЧА

Дорослийта дитина сідають на килимокобличчям один до одного на відстані2,5 -3 м. Прокочувати м`яч по підлозі один одному з положення сидячи. Обома руками відштовхувати м`яч вперед щоб він котився до дитини, говоримо «Лови м`яч»,а потім дитина штовхає м`яч вам, говоримо «Коти м`яч».Кількістьпроведення вправи: по 4 рази в кожному напрямку.

2. ВИШУКУВАННЯ ПРЕДМЕТІВ

Дитина за допомогою дотику, знаходить 3 предмети (гумові іграшки тварин) що заховані у мисці (15-20см ширина, висота-10см) наповненій горохом. Коли дитина знайшла предмет, говоримо «Це кіт «няв-няв»; Це корова «му-му»; Це пес «гав-гав»).Час проведення вправи – 3хв.

3. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ

«Дощик» делікатно постукувати кінчиками (подушечками) пальців обох рук. Починати від центру чола, розводячи руки в сторони в напрямку скронь. Потім вниз по щічках до підборіддя, і над верхньою губою. «Гусачок» легкими щіпками; Пощипувати скуловий м`яз від середини підборіддя до мочки вух. «Киця» починаємо погладжувати долонею частини обличчя: чоло (від центру лоба в сторони), щічки та підборіддя дитини (згори вниз). Час і кількість проведення вправи – 1хв. (по 4 рази у кожному напрямку).

4. ВПРАВА «ДЗВІНОЧОК»

Знаходячись з правого боку дитини на відстані 1-1,5м відтворити звук брязкальцем або дзвіночком. Перейти спереду дитини на протилежний бік і дзвонити на відстані зліва. Дитина має повернути голову в напрямку звуку. Стати за спиною дитини і подзвонити вгорі над її головою. Потім присісти і дзвонити брязкальцем низько до підлоги. Говоримо: «Дзвенить справа,дзвенить зліва, дзвенить вгорі, дзвенить внизу».Час проведення вправи – 1хв.

5. РОЗПІЗНАВАННЯ ПРЕДМЕТІВНА ДОТИК

Дитині дати мішечок в який поклали кілька знайомих іграшок (корова, кіт, куля, куб). Дитинамає за допомогоюлише дотиків розпізнати і витягнути з мішечка замовлений предмет. Говоримо «Знайди корову «му-му»; «Знайди куб»; «Знайди кицю «няв-няв»; «Знайди кулю». Кількість проведення вправи – 1раз.

6. ПЕРЕКОЧУВАННЯ У КОВДРІ

Дитина лягає на край згорнутої навпіл ковдри. Загортаємо дитину в ковдру прокочуючи її справа на ліво. В кінцевому положенні зробити зупинку і виконати притискання. Говоримо: «Прийшов тато ведмідь ТУП-ТУП-ТУП. Прийшла мама ведмедиця Туп-Туп-Туп-Туп. Прийшло маленьке ведмежа туп-туп-туп-туп-туп». Потім потягнути за край ковдри, щоб дитина прокотилась у зворотньому напрямку та розгорнулася. Проведення вправи – 2 рази.

7. ВКАЗУВАТИ ОСВІТЛЕННЯМ НАЗВАНИЙ ПРЕДМЕТ

Виставити на столі знайомі дитині 3-4 предмети. Запитати в дитини «Якназиваються ці предмети?», за потребою дорослий допомагає дитині пригадати, проговорює відповідні назви предметів «Куб. Куля. Кішка. Корова». Просимо дитину освітити предмет, а потім назвати його. Таким чином діємо з усіма предметами що знаходиться на столі.

Кількість проведення вправи – 1 раз.

8. ВПРАВИ З ПЛАСТИЛІНОМ

Змішувати (як місять тісто) пластилін зеленого і жовтого кольорів. Заохочуємо дитину доторкнутися, змішувати пластилін.Говоримо: «Змішую пластилін». Час проведення вправи – 2хв.

9. ПОВІТРЯНІ БУЛЬБАШКИ

Вчимо дитину видувати мильні бульбашки, стежити за рухом бульбашки по кімнаті. Говоримо: «Я відкручую кришку. Я дму!»Час проведення вправи – 2хв.

10.ОБНІМАННЯ

Обійняти дитину та притиснути її міцно до себе, утримувати протягом 5сек. Потім послабити обійми, і знову повторити міцне притискання впродовж 5сек. Кількість повторів – 2рази.

ПРОГРАМА№ 3

1. КРУЖЛЯННЯ

Обійняти дитину під її руками. Сказати: «Кружляю». Проводимо кружляння по 10 сек в обидві сторони. Кількість повторів – 2 рази.

2. СКЛАДАННЯ КОЛЬОРОВИХ СХОДИНОК

На стіл виставляємо гру «Сходинки», кольорові кульки лежать окремо на пластиковому підносі. Показати дитині алгоритм складання кульок по відповідних кольорах від 1 до 5. Кількість повторів – 1 раз.

3. ПРИТИСКАННЯ ПІДБОРІДДЯ

Тильною стороною долоні торкатися з натисканням кінчика підборіддя (тривалість 2-3сек). Кількість повторів- 3 рази.

4. ДІСТАВАННЯ КУЛЬ З МІШЕЧКА

Перед дитиною покласти полотняну торбинку з кульками чотирьох основних кольорів (червоний, синій, жовтий, зелений). Запропонувати дитині дістати з мішечка кульку, назвати її колір. За потреби допомогти дитині правильно назвати колір кулі. Говоримо: «Червона куля,…» Кількість повторів – 2рази.

5. ПРОКОЧУВАННЯ КУЛЬ

Поставити на стіл піднос із встановленим лотком для прокочування куль. Дитина має взяти пальцями кулі, покласти на верхню частину лотка, а потім відпустити кулю. Говоримо «Куля котиться». Кількість повторів – 2рази.

6. ЛІТАК ЛЕТИТЬ

Дитину тримаємо міцно в руках. Піднімаємо в гору на рівень грудей. Говоримо «Літак летить: у-у-у»; Здійснюємо круговий оберт навколо себе. Кількість повторів – 2рази.

7. КЕГЛІ

На підлозі в горизонтальний ряд виставляємо фігурки кеглів; відстань між ними має відповідати діаметру м`яча. Дитина має прокочувати м`яч від себе в напрямку виставлених фігур з достатньою силою, щоб збити кеглю. Говоримо «Впала». Кількість повторів – 1 раз.

8. ПЛЕСКАННЯ ДОЛОНЯМИ

Сісти поряд з дитиною. Взяти її за руки на рівні зап`ястка. Робити ритмічне плескання в долоні, одночасно проговорювати вірш: «Я печу, печу млинці. Напечу багато. І млинцями пригощу, і маму і тата.» Кількість повторів – 2рази.

9. ДМУХАЮ НА ВІТРЯЧОК

Дитина носом вдихає повітря, а потім робить подовжений видих через губи ціле направлений на вітрячок-вертушку. Говоримо від імені дитини: «Я дмухаю». Кількість повторів – 3 рази.

10.ЗАЙЧИК СТРИБАЄ

Стати за спиною дитини. Взяти обома руками дитину під руки. Говоримо: «Зайчик стрибає. Оп-оп-оп».Кількість повторів – 4рази.

Блок № 13

ПРОГРАМА№ 1

1. МАСАЖ ГУБ ЗУБНОЮ ЩІТКОЮ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Для вправи використовується щітка з м’якою щетиною. Перед масажем зволожуємо щітку теплою водою. Спочатку масуємо легенько верхню губу, потім – нижню (легкими дотиками). Після цього масажуємо круговими рухами спочатку верхню губу, потім – нижню.Поступово дотики можна посилювати (дивлячись на реакцію дитини).

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 1хв.

2. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ М’ЯКОЮ ГУБКОЮ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості обличчя.

Для виконання вправи використовуємо м’яку губку. Спочатку легкими дотиками торкаємось губкою до обличчя дитини, називаючи частини, до яких торкаємось (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім збільшуємо силу дотику. Силу дотику регулюємо в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 1 хв.

3. ОБСТУКУВАННЯ ДОЛОНІ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини починає тихенько обстукувати кінчиками своїх пальців. Обстукування починаємо з ведучої руки дитини (права/ліва), озвучуючи ті частини долоні, до яких торкається

(долоня правої руки, пальці правої руки, долоня лівої руки, пальці лівої руки), потім так само обстукуємо ліву долоню.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

4. ПРИТИСКАННЯ М'ЗІВ ДО КІСТКИ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається. Дорослий, який виконує масаж, кладе край своєї долоні поперек до кінцівки дитини і виконує рухи, ніби пиляє (натискає таким чином м'язи), називаючи (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога). Пересуваючись вздовж руки або ноги. Силу натискання регулювати в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

5. КИДАННЯ М'ЯЧА

Сфера розвитку:велика моторика.

Для вправи візьміть невеликий м'яч (діаметром 15 – 20 см). Станьте з дитиною на відстані 1,5 м один від одного. Скажіть, що зараз кинете їй м'яч(щоб дитина приготувалася ловити). Тихенько кидаєте м'яч і слідкуєте, чи дитина спіймала його. Потім попросити дитину, щоб вона кинула вам м'яч.

Кількість повторень – 10 раз

Час виконання – 2 хв.

6. ПІДБЕРИ ҐУДЗИК

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібно взяти 5 білих ґудзиків і 5 чорних. Покласти їх перед дитиною на стіл. Потім перемішати та попросити дитину покласти всі білі ґудзики праворуч, а всі чорні – ліворуч. У разі помилки виправляти дитину.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

7. ХОДІННЯ ВЗДОВЖ ТАСЬМИ

Сфера розвитку: велика моторика.

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу прямою лінією. Просимо дитину пройти по

тасьмі справа – наліво, потім зліва направо. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком). Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

8. ФОРМУВАННЯ ВАЛИКА З ПЛАСТИЛІНУ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Для виконання вправи беремо дощечку та пластилін. Дорослий показує як треба качати пластилін, щоб утворився валик (ковбаска), а потім просить дитину зробити те саме. Якщо в дитини не виходить – допомогти та продемонструвати ще раз.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

9. НАСЛІДУВАННЯ РУХІВ ВЕЛИКОЇ МОТОРИКИ

Сфера розвитку: велика моторика.

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Сконцентруйте увагу дитини – скажіть: «Подивись, що я роблю і повтори за мною». Виконуйте такі жести руками чи ногами, щоб дитина могла їх повторить. Наприклад: «Руки вгору», «Доторкнись до носа», «Підніми праву ногу», «Підніми руки в сторони», «Доторкнись до вух», «Підніми праву ногу, підніми ліву ногу».

Після показу кожного жесту просимо дитину повторити так само.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

10.СТОЯННЯ НА ОДНІЙ НОЗІ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Вправу починаємо з навчання стояти на одній нозі, а потім на іншій. Починаємо з ведучої ноги дитини (права/ліва).Спочатку допомагаємо дитині - тримаємо за плечі. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Після кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй стояти. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 2

1. МАСАЖ ГУБ ГУБКОЮ ТА ЗУБНОЮ ЩІТКОЮ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Опис вправи:

Для вправи використовується щітка з м’якою щетиною та м’яка губка. Перед масажем зволожуємо щітку теплою водою. Спочатку масуємо легенько верхню губу, потім – нижню (легкими дотиками). Після цього так само масуємо губкою верхню губу, потім – нижню. Поступово дотики можна посилювати (дивлячись на реакцію дитини).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 1хв.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ

Сфера розвитку: стимуляція чуттів обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає торкатись обличчя дитини долонею, називаючи ті частини, до яких торкається (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім постукувати долонею, так само називаючи частини, до яких торкається.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

3. ПРИГАДУВАННЯ ДОТИКІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий торкається долонею певної частини тіла дитини (права рука, права нога, ліва рука, ліва нога, голова, спина, живіт) і запитує в дитини до якої частини торкається, а дитина повинна відповісти до якої частини тіла доторкнулись. У разі неправильної відповіді виправити дитину.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

4. МАСАЖ – ЗАТИСКАННЯ ДОЛОНІ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини починає тихенько затискати долоню дитини. Затискання починаємо з ведучої руки дитини (права/ліва), озвучуючи ті частини долоні, до яких торкається (долоня правої руки, пальці правої руки), потім так само затискаємо ліву долоню, озвучуючи (долоня лівої руки, пальці лівої руки)

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

5. СЛУХАННЯ МОВИ ЗІ ЗМІНОЮ СИЛИ ГОЛОСУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий говорить дитині речення зі зміною сили голосу (тихо-голосно). Починаємо говорити на ведуче вухо (праве/ліве):

«Денис хороший. Денис слухає вчителя. На уроках дуже цікаво. Діти грають у різні ігри. На прогулянці діти грають у сніжки. Навкруги багато снігу. Дерева покриті снігом. Люди тепло одягнені».Потім так само говоримо на інше вухо.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

6. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ, ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного, відстань між ними має становити 1,5 м. Для вправи потрібна автоматична машинка, яка рухається. Ставимо машинку на стіл і запускаємо зліва - направо, потім справа – наліво (один одному). Дитина повинна слідкувати за машинкою очима.

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

7. ХОДІННЯ ВЗДОВЖ ТАСЬМИ ПО КОЛУ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу у формі кола. Просимо дитину пройти по тасьмі. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком).

Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини(спина прямо).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

8. ПІДБЕРИ НАМИСТИНКИ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібно взяти 5 червоних і 5 синіх намистинок. Покласти їх перед дитиною на стіл. Потім перемішати та попросити дитину покласти всі червоні намистинки праворуч, а всі сині – ліворуч. У разі помилки виправляти дитину.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

9. ЗРОБИ ЯК Я

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Сконцентруйте увагу дитини – скажіть: «Подивись, що я роблю і повтори за мною». Виконуйте такі жести руками чи ногами, щоб дитина могла їх повторить. Наприклад: «Підніми праву руку»,

«Доторкнись до лоба», «Підніми ліву ногу», «Підніми руки в сторони», «Доторкнись до носа», «Підніми ліву руку, підніми праву ногу».

Після показу кожного жесту просимо дитину повторити так само.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

10.ПІДСКОКИ НА ОДНІЙ НОЗІ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дорослий з дитиною стоять один напроти одного на відстані 1,5 м. Вправу починаємо з стрибків на одній нозі (починаємо вправу з ведучої ноги правої/лівої), а потім стрибає на іншій нозі. Спочатку дорослий допомагає дитині - тримає за плечі. В подальшій дії, дитина може сама підскакувати на місці, тримаючи ногу рукою. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй стрибати та слідкуємо за поставою, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 3

1. МАСАЖ НАВКОЛО РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ І ЩЕЛЕПИ ДОЛОНЕЮ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці. Дорослий виконує масаж легкими дотиками долоні спочатку до верхньої губи, потім до нижньої губи та щелепи, кожен раз називаючи, до якої частини торкається. Поступово збільшувати силу дотику.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 1хв.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЩИПКАМИ

Сфера розвитку: стимуляція чуттів обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає пощипувати обличчя дитини долонею (праву щоку, ліву, ніс, підборіддя, лоб), поступово збільшуючи силу пощипування. Силу пощипування чергувати – то легко, то сильніше, дивлячись на реакцію дитини.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

3. ХОДІННЯ ПО ТАСЬМІ ЗИГЗАГОМ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу у вигляді зигзагу. Просимо дитину пройти по тасьмі справа – наліво, потім зліва направо. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком).

Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

4. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГУВАННЯ СУГЛОБІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання і розтягування починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається дорослий (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога).

Вправа складається з делікатних розтягнень і притискань почергово всіх суглобів.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

5. ХОДІННЯ ПО ТАСЬМІ ПО КОЛУ ПРИСТАВНИМ КРОКОМ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем її на підлогу, викладаючи колом. Починаємо вправу від ходіння по колу по тасьмі приставним кроком (одну ногу приставляє до іншої). Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

6. КУЛЬКИ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо 10 білих кульок та 10 чорних (діаметром 3 см), перемішати їх перед дитиною на столі. Просимо дитину покласти всі білі кульки справа, а всі чорні – зліва. Якщо у неї виникають труднощі – допомогти або виправити.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

7. ПІДСКОКИ НА ДВОХ НОГАХ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дитина та дорослий стоять рівно на відстані 1,5 м. Дорослий просить дитину, пострибати на двох ногах. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 10 раз

Час виконання – 1 хв.

8. МАСАЖ ДОЛОНІ М'ЯЧИКОМ « ЇЖАЧОК»

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Для масажу використовуємо резиновий м'ячик з маленькими "шипами" різної м'якості діаметром 10 см. Дорослий затискає у одній своїй долоні долоню дитини, а в іншу бере м'ячик з « шипами» і легкими дотиками починає масаж, озвучуючи частини долоні, до яких торкається (права долоня, пальці правої долоні, ліва долоня, пальці лівої долоні). Починаємо вправу з ведучої руки (права/ліва), потім так само масажуємо іншу долоню.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

9. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання цієї вправи знадобиться маленький «карманний» ліхтарик.

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного на відстані 1м. Дорослий включає ліхтарик, та просить дитину, щоб вона водила поглядом за ліхтариком. Світимо ліхтариком вниз, догори, вниз, набік по скошеній лінії вправо, вліво, по колу, крутимо нею вісімку, праворуч, ліворуч.

Кількість повторень – 5 раз

Час проведення – 2 хв.

10.ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Сфера розвитку: стимуляція слуху.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного. Вправу починаємо з вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Говоримо: праве вухо, ліве вухо.

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

Блок № 14

ПРОГРАМА№ 1

1. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГУВАННЯ СУГЛОБІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання і розтягування починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається дорослий (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога).

Вправа складається з делікатних розтягнень і притискань почергово всіх суглобів.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

2. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ М'ЯКОЮ ГУБКОЮ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості обличчя.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо м'яку губку. Спочатку легкими дотиками торкаємось губкою до обличчя дитини, називаючи частини, до яких торкаємось (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім збільшуємо силу дотику. Силу дотику регулюємо в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 1 хв.

3. НАБЛИЖЕННЯ ТА ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ.

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці рівно. Для вправи потрібен маленький дзвоник. Дорослий дзвонить дзвоником, позмінно наближаючи і віддаляючи від вух дитини. Починаємо вправу від вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Дзвонимо біля правого вуха, правої ноги, біля лівого вуха, лівої ноги.Дитина може слухати звук з відкритими очима.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 1 хв.

4. ЛОКАЛІЗАЦІЯ ОСВІТЛЕНОГО ПРЕДМЕТУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання вправи потрібен маленький ліхтарик. Дитина сидить на стільці. Дорослий тримає ліхтарик, яким освітлює по черзі різні предмети (стіл, стілець, двері, підлога, стеля, вікно, шафа). Дитина повинна подивитись в зазначеному напрямку і вказати на предмет, який було перед цим освітлено.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

5. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий безпосередньо до вуха дитини (правого та лівого) шепоче позитивну інформацію: «Зараз зима. На вулиці холодно. Все навкруги покрите снігом. Всі люди тепло одягнені. Діти катаються на санчатах. Саша грає у сніжки». Починаємо шептати з вуха ведучої сторони (правої/лівої). Почергово шепочемо то до лівого, то до правого вушка.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

6. ОБСТУКУВАННЯ ДОЛОНІ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини починає тихенько обстукувати кінчиками своїх пальців. Обстукування починаємо з ведучої руки дитини (права/ліва), озвучуючи ті частини долоні, до яких торкається (долоня правої руки, пальці правої руки), потім так само обстукуємо ліву долоню, озвучуючи (долоня лівої руки, пальці лівої руки).

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

7. ОБСТУКУВАННЯ ГОЛОВИ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий обстукує легенько голову дитини всіма пальцями обох долоней. Розпочинаємо обстуквання голови від лобної частини голови, повільно просуваючись до задньої частини голови і шиї.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

8. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає торкатись обличчя дитини долонею, називаючи ті частини, до яких торкається (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім постукувати долонею, так само називаючи частини, до яких торкається.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

9. СТОЯННЯ НА ОДНІЙ НОЗІ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дитина та дорослий стоять один напроти одного на відстані 1м. Розпочинаємо стояти з ведучої ноги (правої/лівої). Спочатку допомагаємо дитині - тримаємо за плечі. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Після кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй стояти. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

10.ПІДБЕРИ ҐУДЗИК

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібно взяти 5 білих ґудзиків і 5 чорних. Покласти їх перед дитиною на стіл. Потім перемішати та попросити дитину покласти всі білі ґудзики праворуч, а всі чорні – ліворуч. У разі помилки виправляти дитину.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 2

1. ПРИГАДУВАННЯ ДОТИКІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий торкається долонею певної частини тіла дитини (права рука, права нога, ліва рука, ліва нога, голова, спина, живіт) і запитує в дитини до якої частини торкається, а дитина повинна відповісти до якої частини тіла доторкнулись. У разі неправильної відповіді виправити дитину.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЩИПКАМИ

Сфера розвитку: стимуляція чуттів обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає пощипувати обличчя дитини долонею (праву щоку, ліву, ніс, підборіддя, лоб), поступово збільшуючи силу пощипування. Силу пощипування чергувати – то легко, то сильніше, дивлячись на реакцію дитини.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

3. СЛУХАННЯ МОВИ ЗІ ЗМІНОЮ СИЛИ ГОЛОСУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий говорить дитині речення зі зміною сили голосу (тихо-голосно). Починаємо вправу з вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). На кожне вухо говоримо: «Саша хороша. Саша слухає вчителя. На уроках дуже цікаво. Діти грають у різні ігри. На прогулянці діти грають у сніжки. Навкруги багато снігу. Дерева покриті снігом. Люди тепло одягнені».

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

4. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ ГУБКОЮ ТА ТКАНИНОЮ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості обличчя.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо м'які губку та тканину. Спочатку легкими дотиками торкаємось губкою до обличчя дитини, називаючи частини, до яких торкаємось (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім так само легкими дотиками торкаємось тканиною. Силу дотику регулюємо в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 1 хв.

5. ОБЕРТАННЯ ВЗДОВЖ СТІНИ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина стає біля стіни і притискається до стіни всім тілом, потім обертається навколо своєї осі вздовж стіни - раз вліво, раз вправо. Дорослий спочатку повинен показати дитині як саме треба обертатись.

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

6. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ, ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для вправи беремо невеликий м'яч діаметром 10 см. Сідаємо з дитиною один напроти одного за стіл та котимо м'яч один одному. Слідкуємо, щоб дитина слідувала поглядом за м'ячем.

Кількість повторень – 5 рази

Час виконання – 1 хв.

7. ПІДСКОКИ НА ОДНІЙ НОЗІ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дорослий з дитиною стоять один напроти одного на відстані 1м. Вправу починаємо з стрибків на одній нозі (починаємо вправу з ведучої ноги правої/лівої), а потім стрибає на іншій нозі. Спочатку дорослий

допомагає дитині - тримає за плечі. В подальшій дії, дитина може сама підскакувати на місці, тримаючи ногу рукою. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй стрибати та слідкуємо за поставою, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

8. МАСАЖ – ЗАТИСКАННЯ ДОЛОНІ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці. Дорослий бере у свої долоні одну долоню дитини та легко ніби затискає. Починаємо затискати долоню ведучої руки (правої/лівої). Потім затискаємо так само іншу долоню. Під час виконання вправи слід пам'ятати, що треба називати частину долоні, яку затискаємо (права долоня, пальці правої долоні, ліва долоня, пальці лівої долоні).

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

9. ЛОКАЛІЗАЦІЯ ОСВІТЛЕНОГО ПРЕДМЕТУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання вправи потрібен маленький ліхтарик. Дитина сидить на стільці. Дорослий тримає ліхтарик, яким освітлює по черзі різні предмети (стіл, стілець, двері, підлога, стеля, вікно, шафа). Дитина повинна подивитись в зазначеному напрямку і вказати на предмет, який було перед цим освітлено.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

10.ЗНАЙДИ КРИШЕЧКУ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібно взяти 5 синіх кришечок з пластикових бутилок і 5 червоних, покласти їх перед дитиною. Потім перемішати та попросити дитину покласти всі сині кришечки праворуч, а всі червоні – ліворуч. У разі помилки виправляти дитину.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

Блок № 15

ПРОГРАМА№ 1

1. ПРИГАДУВАННЯ ДОТИКІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий торкається долонею певної частини тіла дитини (права рука, права нога, ліва рука, ліва нога, голова, спина, живіт) і запитує в дитини до якої частини торкається, а дитина повинна відповісти до якої частини тіла доторкнулись. У разі неправильної відповіді виправити дитину.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ГУБ ЗУБНОЮ ЩІТКОЮ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Опис вправи:

Для вправи використовується щітка з м'якою щетиною. Перед масажем зволожуємо щітку теплою водою. Спочатку масуємо легенько верхню губу, потім – нижню (легкими дотиками). Після цього масажуємо круговими рухами спочатку верхню губу, потім – нижню. Поступово дотики можна посилювати (дивлячись на реакцію дитини).

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 1хв.

3. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий безпосередньо до вуха дитини (правого та лівого) шепоче позитивну інформацію: «Зараз зима. На вулиці холодно. Все навкруги покрите снігом. Всі люди тепло одягнені. Діти катаються на санчатах. Анжела грає у сніжки». Починаємо шептати з вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Почергово шепочемо то до лівого, то до правого вушка.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

4. МАСАЖ НАВКОЛО РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ І ЩЕЛЕПИ М'ЯКОЮ ГУБКОЮ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, мова.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці. Для виконання вправи потрібна м'яка губка. Дорослий виконує масаж легкими дотиками губки спочатку до верхньої губи, потім до нижньої губи та щелепи, кожен раз називаючи, до якої частини торкається. Поступово збільшувати силу дотику.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 1хв.

5. СЛУХАННЯ МОВИ ЗІ ЗМІНОЮ СИЛИ ГОЛОСУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий говорить дитині речення зі зміною сили голосу (тихо-голосно). Починаємо говорити на ведуче вухо(праве/ліве): «Анжела хороша. Анжела слухає вчителя. На уроках дуже цікаво. Діти грають у різні ігри. На прогулянці діти грають у сніжки. Навкруги багато снігу. Дерева покриті снігом. Люди тепло одягнені». Потім так само говоримо на інше вухо.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

6. ВПРАВА З ЛУПОЮСФЕРА РОЗВИТКУ: СТИМУЛЯЦІЯ ЧУТЛИВОСТІ ЗОРУ.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібні лупа середнього розміру та невеличкі предмети (кулька, олівець, ручка, кубик, червона та синя кришечки з бутилки, ложка). Вправа полягає в огляданні дитиною з допомогою лупи маленьких предметів. Дорослий просить дитину взять в руку лупу, направити її на один предмет, який розглядаєгься через лупу. Поступово оглянути всі предмети.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

7. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного, вправу починаємо вуха з ведучої сторони тіла (правої/лівої). Говоримо: праве вухо, ліве вухо.

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

8. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ, ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного, відстань між ними має становити 1,5 м. Для вправи потрібна автоматична машинка, яка рухається. Ставимо машинку на стіл і запускаємо зліва - направо, потім справа – наліво один одному. Дитина повинна слідкувати за машинкою очима.

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

9. ФОРМУВАННЯ ТАРІЛОЧКИ З ПЛАСТИЛІНУ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо дощечку та пластилін. Дорослий показує як треба качати пластилін, щоб утворилася тарілочка, а потім просить дитину зробити те саме. Якщо в дитини не виходить – допомогти та продемонструвати ще раз.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

10.ПОВТОРИ РУХ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Сконцентруйте увагу дитини – скажіть: «Подивись, що я роблю і повтори за мною». Виконуйте такі жести руками чи ногами, щоб дитина могла їх повторить. Наприклад: «Руки вгору», «Доторкнись до носа», «Підніми праву ногу», «Підніми руки в сторони», «Доторкнись до вух», «Підніми праву ногу, підніми ліву ногу».

Після показу кожного жесту просимо дитину повторити так само.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 2

1. ПРИТИСКАННЯ М'ЗІВ ДО КІСТКИ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається . Дорослий, який виконує масаж, кладе край своєї долоні поперек до кінцівки дитини і виконує рухи, ніби пиляє (натискає таким чином м'язи), називаючи (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога). Пересуваючись вздовж руки або ноги. Силу натискання регулювати в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ДОЛОНЕЮ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ТА ЩЕЛЕПИ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці. Дорослий виконує масаж легкими дотиками долоні спочатку до верхньої губи, потім до нижньої губи та щелепи, кожен раз називаючи, до якої частини торкається. Поступово збільшувати силу дотику.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 1хв.

3. НАБЛИЖЕННЯ ТА ВІДДАЛЕННЯ ДЖЕРЕЛА ЗВУКУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці рівно. Для вправи потрібен маленький дзвоник. Дорослий дзвонить дзвоником, позмінно наближаючи і віддаляючи від вух дитини. Починаємо вправу від вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Дзвонимо біля правого вуха, правої ноги, біля лівого вуха, лівої ноги. Дитина може слухати звук з відкритими очима.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 1 хв.

4. МАСАЖ НАВКОЛО РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ І ЩЕЛЕПИ ЩИПКАМИ

Сфера розвитку: оральна стимуляція, комунікація.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає пощипувати обличчя дитини долонею (праву щоку, ліву, ніс, підборіддя, лоб), поступово збільшуючи силу пощипування. Силу пощипування чергувати – то легко, то сильніше, дивлячись на реакцію дитини.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

5. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Сфера розвитку: стимуляція слуху.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного, вправу починаємо з вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Говоримо: праве вухо, ліве вухо.

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

6. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА.

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання цієї вправи знадобиться маленький «карманний» ліхтарик.

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного на відстані 1. Дорослий включає ліхтарик, та просить дитину, щоб вона водила поглядом за ліхтариком. Світимо ліхтариком вниз, догори, вниз,

набік по скошеній лінії вправо, вліво, по колу, крутимо нею вісімку, праворуч, ліворуч.

Кількість повторень – 5 раз

Час проведення – 2 хв.

7. ОБЕРТАННЯ ВЗДОВЖ СТІНИ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина стає біля стіни і притискається до стіни всім тілом, потім обертається навколо своєї осі вздовж стіни - раз вліво, раз вправо. Дорослий спочатку повинен показати дитині як саме треба обертатись.

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

8. ОГЛЯДАННЯ СВІТЛОМ ЛІХТАРИКА КОНТУРІВ ПРЕДМЕТІВ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Дитина стоїть та тримає в руці маленький ліхтарик. На прохання дорослого вона оглядає контур вказаного об'єкта (шафа, вікно, лампа, стіл, стілець, двері, ліжко, килимок).

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

9. ФОРМУВАННЯ ТАРІЛОЧКИ ТА ВАЛИКА З ПЛАСТИЛІНУ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо дощечку та пластилін. Дорослий показує як треба качати пластилін, щоб утворилася тарілочка, а потім просить дитину зробити так само. Потім показує як зробити валик і просить повторити дію. Якщо в дитини не виходить – допомогти та продемонструвати ще раз.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

10.ХОДІННЯ ВЗДОВЖ ТАСЬМИ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу прямою лінією. Просимо дитину пройти по тасьмі справа – наліво, потім зліва направо. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком). Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 3

1. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГУВАННЯ СУГЛОБІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання і розтягування починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається дорослий (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога).

Вправа складається з делікатних розтягнень і притискань почергово всіх суглобів.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ГУМОВИМ М'ЯЧЕМ НАВКОЛО РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ТА ГУБ

Сфера розвитку: оральна стимуляція,комунікація.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці. Для вправи використовується гумовий м'яч «їжачок». Дорослий спочатку легкими дотиками м'яча масує праву щоку, потім ліву щоку, верхню губу, потім нижню губу. Під час масажу називати, яка саме частина масажується.

Кількість повторень – 3 рази

Час проведення – 2 хвилини.

3. ПЕРЕГЛЯД КАРТИНОК ЧЕРЕЗ ЛУПУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для вправи потрібні 5 картинок із зображенням предметів та лупа. Дитина сидить за столом. Перед нею на столі розкладаємо 5 маленьких картинок із зображенням різних предметів (стіл, стілець, ложка, ручка, чашка). Вправа полягає в огляданні дитиною з допомогою лупи маленьких карток. Дорослий просить дитину взяти лупу в руку та подивитись через лупу на картинку із вказаним предметом. Так по черзі оглядаються всі картинки.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

4. ОБСТУКУВАННЯ ДОЛОНІ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини починає тихенько обстукувати кінчиками своїх пальців. Обстукування починаємо з ведучої руки дитини (права/ліва), озвучуючи ті частини долоні, до яких

торкається (долоня правої руки, пальці правої руки), потім так само обстукуємо ліву долоню, озвучуючи (долоня лівої руки, пальці лівої руки).

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

5. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ.

Сфера розвитку: стимуляція чуттів обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає торкатись обличчя дитини долонею, називаючи ті частини, до яких торкається (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім постукувати долонею, так само називаючи частини, до яких торкається.

Кількість повторень – 3 рази

6. Час виконання – 2 хв.

ХОДІННЯ ВЗДОВЖ ТАСЬМИ ПО КОЛУ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу у формі кола. Просимо дитину пройти по тасьмі. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком).

Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

7. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання цієї вправи знадобиться маленький «карманний» ліхтарик.

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного на відстані 1м. Дорослий включає ліхтарик, та просить дитину, щоб вона водила поглядом за ліхтариком. Світимо ліхтариком вниз, догори, вниз, набік по скошеній лінії вправо, вліво, по колу, крутимо нею вісімку, праворуч, ліворуч.

Кількість повторень – 5 раз

Час проведення – 2 хв.

8. НАДІНЬ ТРУБОЧКИ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо шнурок довжиною 20 – 25 см та порізані на дрібні шматочки (2-3 см)

різнокольорові трубочки для соку 20 шт. Дитина повинна нанизати маленькі трубочки на шнурок.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

9. ЗРОБИ ЯК Я

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Сконцентруйте увагу дитини – скажіть: «Подивись, що я роблю і повтори за мною». Виконуйте такі жести руками чи ногами, щоб дитина могла їх повторить. Наприклад: «Підніми праву руку», «Доторкнись до лоба», «Підніми ліву ногу», «Підніми руки в сторони», «Доторкнись до носа», «Підніми ліву руку, підніми праву ногу».

Після показу кожного жесту просимо дитину повторити так само.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

10.ЛОКАЛІЗАЦІЯ ОСВІТЛЕНОГО ПРЕДМЕТУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання вправи потрібен маленький ліхтарик. Дитина сидить на стільці. Дорослий тримає ліхтарик, яким освітлює по черзі різні предмети (стіл, стілець, двері, підлога, стеля, вікно, шафа). Дитина повинна подивитись в зазначеному напрямку і вказати на предмет, який було перед цим освітлено.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

Блок № 16

ПРОГРАМА№ 1

1. ПРИТИСКАННЯ І РОЗТЯГУВАННЯ СУГЛОБІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання і розтягування починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається дорослий (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога).

Вправа складається з делікатних розтягнень і притискань почергово всіх суглобів.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ДОЛОНЕЮ

Сфера розвитку: стимуляція чуттів обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає торкатись обличчя дитини долонею, називаючи ті частини, до яких торкається (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім постукувати долонею, так само називаючи частини, до яких торкається.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

3. ПРИТИСКАННЯ М'ЗІВ ДО КІСТКИ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається. Дорослий, який виконує масаж, кладе край своєї долоні поперек до кінцівки дитини і виконує рухи, ніби пиляє (натискає таким чином м'язи), називаючи (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога). Пересуваючись вздовж руки або ноги. Силу натискання регулювати в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

4. ЛОКАЛІЗАЦІЯ ОСВІТЛЕНОГО ПРЕДМЕТУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання вправи потрібен маленький ліхтарик. Дитина сидить на стільці. Дорослий тримає ліхтарик, яким освітлює по черзі різні предмети (стіл, стілець, двері, підлога, стеля, вікно, шафа). Дитина повинна подивитись в зазначеному напрямку і вказати на предмет, який було перед цим освітлено.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

5. СЛУХАННЯ ШЕПОТІННЯ

Сфера розвитку: стимуляція слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий безпосередньо до вуха дитини (правого та лівого) шепоче позитивну інформацію: «Зараз зима. На вулиці холодно. Все навкруги покрите снігом. Всі люди тепло одягнені. Діти катаються на санчатах. Саша грає у сніжки». Починаємо шептати з вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Почергово шепочемо то до лівого, то до правого вушка.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

6. ХОДІННЯ ВЗДОВЖ ТАСЬМИ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу прямою лінією. Просимо дитину пройти по тасьмі справа – наліво, потім зліва направо. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком). Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

7. ФОРМУВАННЯ ТАРІЛОЧКИ З ПЛАСТИЛІНУ.

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо дощечку та пластилін. Дорослий показує як треба качати пластилін, щоб утворилася тарілочка, а потім просить дитину зробити те саме. Якщо в дитини не виходить – допомогти та продемонструвати ще раз.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

8. СТОЯННЯ НА ОДНІЙ НОЗІ, ТРИМАЮЧИСЬ ЗА СТІЛЕЦЬ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Вправу починаємо з навчання стояти на одній нозі, а потім на іншій. Починаємо з ведучої ноги дитини (права/ліва). Дитина тримається за стілець рукою. Спочатку допомагаємо дитині - тримаємо за плечі. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Після кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй стояти. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

9. ПІДБЕРИ ҐУДЗИК

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібно взяти 5 білих ґудзиків і 5 чорних. Покласти їх перед дитиною на стіл. Потім перемішати та попросити дитину покласти всі білі ґудзики праворуч, а всі чорні – ліворуч. У разі помилки виправляти дитину.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

10.КОТІННЯ М'ЯЧА

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дорослий сідає з дитиною за стіл один навпроти одного. Беремо невеликий м'яч, діаметром 10 см та по черзі штовхаємо його один одному, щоб він покотився по столу.

Кількість повторень – 10 раз

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 2

1. ПРИГАДУВАННЯ ДОТИКІВ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий торкається долонею певної частини тіла дитини (права рука, права нога, ліва рука, ліва нога, голова, спина, живіт) і запитує в дитини до якої частини торкається, а дитина повинна відповісти до якої частини тіла доторкнулись. У разі неправильної відповіді виправити дитину.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

2. СТИМУЛЯЦІЯ ОБЛИЧЧЯ ГУБКОЮ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості обличчя.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо м'яку губку. Спочатку легкими дотиками торкаємось губкою до обличчя дитини, називаючи частини, до яких торкаємось (ніс, рот, права щока, ліва щока, лоб, підборіддя), потім збільшуємо силу дотику. Силу дотику регулюємо в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 1 хв.

3. ОБСТУКУВАННЯ ДОЛОНІ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного, дорослий фіксуючи в своїй руці долоню дитини починає тихенько обстукувати кінчиками своїх пальців. Обстукування починаємо з ведучої руки дитини (права/ліва), озвучуючи ті частини долоні, до яких торкається (долоня правої руки, пальці правої руки), потім так само обстукуємо ліву долоню, озвучуючи (долоня лівої руки, пальці лівої руки).

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

4. СЛІДКУВАННЯ ЗА ПРЕДМЕТОМ, ЯКИЙ РУХАЄТЬСЯ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного, відстань між ними має становити 1м. Для вправи потрібна автоматична машинка, яка рухається. Ставимо машинку на стіл і запускаємо зліва - направо, потім справа – наліво один одому. Дитина повинна слідкувати за машинкою очима.

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 2 хв.

5. ОБСТУКУВАННЯ ВУХ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного, вправу починаємо з вуха ведучої сторони тіла (правої/лівої). Говоримо: праве вухо, ліве вухо).

Долонею, складеною човником, прикриваємо вухо дитини і делікатно постукуємо по ній іншою долонею (пальцями), потім обстукуємо інше вухо.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

6. ХОДІННЯ ВЗДОВЖ ТАСЬМИ ПО КОЛУ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу у формі кола. Просимо дитину пройти по тасьмі. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком).

Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

7. ФОРМУВАННЯ ТАРІЛОЧКИ ТА ВАЛИКА З ПЛАСТИЛІНУ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо дощечку та пластилін. Дорослий показує як треба качати пластилін, щоб утворилася тарілочка, а потім просить дитину зробити так само. Потім показує як зробити валик і просить повторити дію. Якщо в дитини не виходить – допомогти та продемонструвати ще раз.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

8. СТОЯННЯ НА ОДНІЙ НОЗІ БЕЗ ПІДТРИМКИ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Станьте з дитиною один навпроти одного на відстані 1,5м. Вправу починаємо з навчання стояти на одній нозі, а потім на іншій. Починаємо з ведучої ноги дитини (права/ліва). Спочатку допомагаємо дитині - тримаємо за плечі. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Після кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй стояти. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

9. НАДІНЬ ТРУБОЧКИ.

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для виконання вправи беремо шнурок довжиною 20 – 25 см та порізані на дрібні шматочки (2-3 см) різнокольорові трубочки для соку 20 шт. Дитина повинна нанизати маленькі трубочки на шнурок.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

10.КИДАННЯ М'ЯЧА

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дорослий стає з дитиною один навпроти одного на відстані 1 м. Берем невеликий м'яч, діаметром 15см та по черзі кидаємо його один одному.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

ПРОГРАМА№ 3

1. ПРИТИСКАННЯ М'ЗІВ ДО КІСТКИ

Сфера розвитку: стимуляція відчуттів всього тіла.

Опис вправи:

Вправу виконуємо на руках і ногах дитини. Притискання починаємо з ведучої сторони тіла дитини (права/ліва), озвучуючи всі частини тіла, до яких торкається . Дорослий, який виконує масаж, кладе край своєї долоні поперек до кінцівки дитини і виконує рухи, ніби пиляє (натискає таким чином м'язи), називаючи (права рука, права долоня, права нога, ліва рука, ліва долоня, ліва нога). Пересуваючись вздовж руки або ноги. Силу натискання регулювати в залежності від реакції дитини.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

2. МАСАЖ ОБЛИЧЧЯ ЩИПКАМИ

Сфера розвитку: стимуляція чуттів обличчя.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий спочатку легенько починає пощипувати обличчя дитини долонею (праву щоку, ліву, ніс, підборіддя, лоб), поступово збільшуючи силу пощипування. Силу пощипування чергувати – то легко, то сильніше, дивлячись на реакцію дитини.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

3. МАСАЖ ДОЛОНІ М'ЯЧИКОМ «ЇЖАЧОК»

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина сидить на стільці. Для масажу використовуємо невеликий гумовий м'ячик, діаметром 10 см, з маленькими "шипами" різної м'якості. Дорослий бере в руку м'ячик, а в іншу бере долоню дитини і починає масажувати легкими дотиками. Починаємо масаж з долоні ведучої руки (права/ліва). Під час масажу озвучувати ту частину долоні, яка масажується (права долоня, пальці правої долоні, ліва долоня, пальці лівої долоні).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

4. ВОДІННЯ ОЧИМА ЗА РУХЛИВИМ ДЖЕРЕЛОМ СВІТЛА

Сфера розвитку: стимуляція чутливості зору.

Опис вправи:

Для виконання цієї вправи знадобиться маленький «карманний» ліхтарик.

Дитина та дорослий сидить на стільчиках один навпроти одного на відстані 1м. Дорослий включає ліхтарик, та просить дитину, щоб вона водила поглядом за ліхтариком. Світимо ліхтариком вниз, догори, вниз, набік по скошеній лінії вправо, вліво, по колу, крутимо нею вісімку, праворуч, ліворуч.

Кількість повторень – 5 раз

Час проведення – 2 хв.

5. СЛУХАННЯ МОВИ ЗІ ЗМІНОЮ СИЛИ ГОЛОСУ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості слуху.

Опис вправи:

Дитина сидить рівно на стільці. Дорослий говорить дитині речення зі зміною сили голосу (тихо-голосно). Починаємо говорити на вухо ведучої сторони тіла (праве/ліве): «Саша хороший. Саша слухає вчителя. На уроках дуже цікаво. Діти грають у різні ігри. На прогулянці діти грають у сніжки. Навкруги багато снігу. Дерева покриті снігом. Люди тепло одягнені». Потім так само говоримо на інше вухо.

Кількість повторень – 2 рази

Час виконання – 2 хв.

6. ХОДІННЯ ПО ШНУРУ ЗИГЗАГОМ

Сфера розвитку:велика моторика.

Опис вправи:

Для виконання вправи використовуємо тасьму довжиною 2 м. Кладем тасьму на підлогу у вигляді зигзагу. Просимо дитину пройти по тасьмі справа – наліво, потім зліва направо. Заохочуємо дитину ходити по тасьмі маленькими кроками (крок за кроком).

Під час виконання цієї вправи слідкуємо за правильною поставою дитини (спина прямо).

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

7. НАМИСТИНКИ

Сфера розвитку: дрібна моторика.

Опис вправи:

Дитина сидить за столом. Для вправи потрібно взяти 5 червоних і 5 синіх намистинок. Покласти їх перед дитиною на стіл. Потім перемішати та попросити дитину покласти всі червоні намистинки праворуч, а всі сині – ліворуч. У разі помилки виправляти дитину.

Кількість повторень – 4 рази

Час виконання – 2 хв.

8. ПІДСКОКИ НА ОДНІЙ НОЗІ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дитина стоїть рівно. Дорослий просить дитину підстрибнути на одній нозі. Починаємо з ведучої ноги (права/ліва). Спочатку допомагає дитині - тримає дитину за плечі. В подальшій дії, дитина може сама підскакувати на місці, тримаючи ногу рукою. А ми підтримуємо самостійність виконання вправи. Під час виконання вправи дитина змінює то ліву, то праву ногу. Після кожного разу говоримо дитині на якій нозі їй скакати. Під час виконання цієї вправи слідкуємо за поставою дитини, щоб вона трималася рівно.

Кількість повторень – 5 раз

Час виконання – 1 хв.

9. МАСАЖ ДОЛОНІ ГУБКОЮ

Сфера розвитку: стимуляція чутливості долоні.

Опис вправи:

Дитина та дорослий сидять на стільчиках один навпроти одного. Для вправи потрібна м’яка губка. Дорослий бере в одну руку губку, а в іншу бере долоню дитини і починає легкими дотиками масажувати долоню дитини. Затискання починаємо з ведучої руки дитини (права/ліва), озвучуючи ті частини долоні, до яких торкається (долоня

правої руки, пальці правої руки, долоня лівої руки, пальці лівої руки), потім так само масажуємо ліву долоню.

Кількість повторень – 3 рази

Час виконання – 2 хв.

10.СТРИБАННЯ НА ДВОХ НОГАХ

Сфера розвитку: велика моторика.

Опис вправи:

Дитина та дорослий стоять рівно один навпроти одного. Дорослий просить дитину пострибати на двох ногах. Слідкувати за поставою дитини.

Кількість повторень – 10 раз

Час виконання – 1 хв.

Правила створення програми:

1. Програму потрібно складати виходячи з того, що дитині подобається найбільше.
2. Вправи повинні бути короткі та необтяжливі.
3. Забезпечити комфорт проведення стимуляційної програми (місце проведення не повинне змінюватись; необхідні для виконання вправ матеріли потрібно приготувати заздалегідь; виконувати програму бажано в один і той самий час; не відволікатися на дзвінки, розмови).
4. Заохочувати дитину до співпраці (можна використовувати матеріальні та соціальні нагороди).
5. Вправи повинні змінюватись (статична-динамічна).
6. Загальна тривалість стимуляційної програми не повинна перевищувати 1 години.

Перший раз програма проводиться психологом під час консультації, в присутності батьків, які мають змогу спостерігати за правильним виконанням вправ. Оскільки ці вправи потрібно виконувати щоденно, хоча б два рази на день, їх з дитиною виконують батьки (чи один з опікунів дитини). Стимуляційна програма змінюється

кожних 2-3 тижні і складається наступна. Виконуючи вправи вдома батькам пропонується навпроти кожної вправи ставити "+", якщо дитина виконала завдання і "-", якщо не виконала. Якщо існує проблема з виконанням певної вправи чи небажання її виконувати, можна змінити матеріали, які використовують для проведення даного завдання. Систематичність виконання вправ є необхідною умовою для отримання позитивного результату роботи з дитиною[1-11].

Література:

1. Островська К. О. Соціальний супровід дітей з аутизмом під час навчання /К.О. Островська, Ю.В. Рибак, У.Р. Мельник. - Львів: Тріада плюс, 2009. –175с.
2. Островська К. О. Засади комплексної психолого-педагогічної допомоги дітям з аутизмом : моногр. / К. О. Островська. – Львів : Тріада плюс, 2012. – 520 с.
3. Островська К. О. Соціальна адаптація дорослих осіб з загальними розладами розвитку : навч. посібник / К. О. Островська. – Львів : «Тріада плюс», 2012. – 576 с.
4. Островська К. О. Реабілітація осіб з аутизмом у центрі денного перебування : навч. посібник / К. О. Островська, Ю. В. Рибак – Львів : «Тріада плюс», 2010. – 136 с.
5. Островська К.О. Основи психолого-педагогічної та медичної діагностики дітей із спектром аутистичних порушень. Навчальний посібник / К. О. Островська, І. П. Островський. – Львів: Тріада плюс, 2015. – 228 с.
6. Островська К. О. Особливості габілітації аутичних дітей та їх родин: навч. посібник / К. О. Островська, М. Б. Химко, Ю. В. Кудрявцева. – Львів : «Тріада плюс», 2007. – 32 с.
7. Островська К. О. Гіперактивність із дефіцитом уваги у аутичних дітей: прояви та способи допомоги : метод. посібник для проведення практичних занять з курсу «Загальні розлади розвитку: проблеми психологічної допомоги». / К. О. Островська, М. Б. Химко– Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. – 40 с.
8. Островська К. О. Особливості інтелектуального розвитку дітей зі спектром аутистичних порушень / К. О. Островська // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН

України / за ред. С. Д. Максименка. – Кам'янець Подільський: Аксіома, 2013. – Вип.20. – С. 498–511.
9. Островська К. О. Особливості соціальної компетентності у дітей з різним рівнем аутизму / К. О. Островська // Практична психологія і соціальна робота. К., 2013. - № 5. – С. 52–56.
10. Островська К. О. Духовні засади психологічної допомоги батькам аутичних дітей / К. О. Островська // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія : зб. наук. праць.– К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – № 17 – С. 353–359.
11. Островська К. О. Особливості ставлення педагогів загальноосвітньої школи до інклюзивної освіти / К. О. Островська // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – К. : Д П «Інформаційно-аналітичне агентство», 2011.–Том X.– Психологія навчання. Генетична психологія. Вип. 18. – С. 337–347.
12. Anderson L. M., Emmons P. G., Dzieci z zaburzeniami integracji sensorycznej, tłum. Waliś R., Warszawa, 2007 r.
13. AyersJ. A., Sensory Integration and Child, Western Psychological Services, Los Angeles, 1991
14. Domagała - Zyśk E. (2009). Elementy „filozofii niepełnosprawności" Jeana Vaniera a współczesne tendencje rozwiązywania problemów osób z niepełnosprawnością. W: A. Szudra, K.Uzar Personalistyczny wymiar filozofii wychowania. Wydawnictwo KUL, s. 279 – 292
15. Doman RJ, Spitz ER, Zucman E, Delacato CH, Doman G. Children with severe brain injuries: neurological organization in terms of mobility. JAMA. 1960;174:257–262.
16. Przyprowski Z., Terapia integracji sensorycznej,Bliżej przedszkola. Wychowanie i Edukacja, Nr 6 (33), S. 204 – 213, 2004r.
17. Przyrowski, Zbigniew. Neurobiologiczne podstawy Integracji Sensorycznej, Materiały szkoleniowe. Poznań, 2008.