Игры и упражнения для работы родителей с детьми в рамках программы «Нейропсихологическая профилактика и коррекция психологического развития дошкольников по методу замещающего онтогенеза в условиях инклюзивного образования» на II-ом этапе реализации программы

Механическая гимнастика для тела.	**Тонизация-2** ИП — лежа на спине, руки вытянуты вверх, ноги прямые. Каждое упражнение выполняется по 3 раза. 1.Взрослый захватывает правую руку ребенка своими ладонями и делает нажимы (захваты) по всей поверхности руки. То же — с правой ногой; одновременно с правыми рукой и ногой; попеременно с правыми рукой и ногой на счет: раз, два. 2.Взрослый захватывает левую руку ребенка своими ладонями и делает нажимы (захваты) по всей поверхности руки. То же — с левой ногой; одновременное левыми рукой и ногой; попеременно с левыми рукой и ногой на счет: раз, два. **Вибрации-2** ИП — лежа на животе, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Упражнение выполняется по 3 раза. 1.Взрослый берет правую кисть руки ребенка и слегка ее встряхивает либо кладет свою руку на правую руку ребенка и вибрирует ее. Затем — правую стопу ноги ребенка и слегка ее встряхивает либо кладет свою руку на правую ногу ребенка и вибрирует ее. То же одновременно с правыми рукой и ногой; попеременное правыми рукой и ногой на счет: раз, два. 2.Взрослый берет левую кисть руки ребенка и слегка ее встряхивает либо кладет свою руку на левую руку ребенка и вибрирует ею. Затем — левую стопу ребенка и слегка ее встряхивает либо кладет свою руку на левую ногу ребенка и вибрирует ею. То же одновременно с левыми рукой и ногой; попеременно с левыми рукой и ногой на счет: раз, два. **Напряжения и расслабления-2** ИП — лежа или сидя, одна рука вдоль тела или на поясе. Ребенок соприкасается своей ладонью с ладонью взрослого. Ребенок отталкивает свою ладонь от себя, то есть давит на ладонь взрослого (напрягается). Взрослый сопротивляется ребенку, то есть давит на его ладонь. Потом взрослый резко убирает свою ладонь, происходит расслабление руки (в положении сидя важно следить, чтобы ребенок не упал). Упражнение выполняется сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе и поочередно. ИП — лежа на спине; руки в замке на животе, ноги согнуты в

	коленях, стопы упираются в стену. Ребенок должен оттолкнуться ногами от стены и выпрямить ноги. Упражнение выполняется сначала одной ногой, потом другой, затем обеими ногами вместе и поочередно. **Растяжки-2** ИП — лежа на спине; руки вытянуты вверх, ноги лежат прямо, произвольно. Упражнение выполняется по 3 раза. Взрослый берет ребенка за правую руку, встряхивает ее, затем слегка тянет ее вверх; за правую ногу под пяточку, встряхивает ее и тянет вниз. Затем — правую руку и правую ногу ребенка вместе, встряхивает их и тянет вниз. Взрослый берет ребенка: за левую руку, встряхивает ее, затем слегка тянет ее вверх; за левую ногу под пяточку, встряхивает ее и тянет вниз. Затем — левую руку и левую ногу ребенка вместе, встряхивает их и тянет вниз.
Артикуляционная гимнастика	**Игры для челюсти, язычка, губ и щек** **«Воздушный поцелуй»** Ребенок прикладывает ладошку к губам, целует ее и машет ею. Для изменения игровой ситуации можно целовать зеркало, игрушку и т. Д. Для того чтобы губы лучше складывались и тянулись трубочкой, взрослый слегка надавливает на уголки рта ребенка и выдвигает его губы вперед. **«Толстые щеки»** Ребенок открывает рот. Взрослый засовывает ему в рот сладкую палочку и на внутренней стороне щек рисует ею линии, кружочки и т. Д. **«Полоскание горла, рта»** Ребенок набирает в рот воды, полощет горло, рот, затем выплевывает воду. **«Рыбалка»** Посыпаем липкую тарелку крупными крошками. Широко открываем рот, высовываем суженный «жалом» язычок и дотрагиваемся до крошки так, чтобы она прилипла к кончику языка. Таким образом ребенок должен съесть от 3 до 10 крошек. Выполнять это упражнение надо быстро, четко и резко, во время слизывания крошек проговаривая «а-а-а». Для создания игровой ситуации ребенку можно предложить поймать рыбку (сказать, что язык — удочка, а крошки — рыбки). **«Жевательная резинка»** Даем ребенку, если это не противопоказано, жевательную резинку в форме большого шарика или бруска и просим его пожевать. Разжевать большой кусок очень сложно, поэтому ребенок будет разрабатывать челюсти, работать языком, сглатывать слюни и т. Д., то есть активизировать подвижные органы артикуляции. **«Яблочко»** Ребенку кладут кусочек яблочка за щеку и просят языком вытащить его оттуда. То же производят с другой щекой. **Игры для формирования воздушной струи**

	«Вдох-выдох» Взрослый зажимает правую ноздрю ребенку. Ребенок делает вдох левой ноздрей. Взрослый разжимает правую ноздрю, зажимает левую. Ребенок делает выдох через правую ноздрю, а затем вдох правой ноздрей. Взрослый разжимает левую ноздрю, зажимает правую. Ребенок делает выдох через левую ноздрю, а затем вдох левой ноздрей и т. Д. **«Буря»** Наливаем в стаканчик немного воды, опускаем в него трубочку для коктейля и просим ребенка дуть в нее: «Давай сделаем бурю в стакане. А ну-ка, сделай сильную-сильную бурю. А теперь сделай так, чтобы буря затихла и стала слабой-слабой». Необходимо приучить ребенка делать вдох через нос, а выдох через рот. В воду можно добавлять мелкую крупу, чтобы усилить зрительный эффект бури в стакане. Вместо воды можно использовать сок, компот разного цвета. **«Веер»** Подобным же образом ребенок дует через трубочку на свою ладошку, веер, цветную бумажку, султанчики, ватный шарик и многое другое, расширяя игровую ситуацию от занятия к занятию. Необходимо приучить ребенка произвольно делать сильную или слабую струю, контролируя воздушную струю ладошкой; он должен чувствовать, что она может быть прохладной, холодной или теплой. **«Снежинки»** В стеклянную банку кладутся мелко нарезанные кусочки салфеток, шарики пенопласта и др. Ребенку предлагается дуть в банку через трубочку так, чтобы снежинки стали летать, как будто началась метель.