

План занятий на 7 дней для детей раннего возраста

*Терентьева И.Ю.,
уч.-дефектолог, методист
ГБУ ДПО СО
«Центр специального образования»*

План занятий включает в себя:

- Общеразвивающие упражнения (ребенок повторяет движения за взрослым, актуально для деток, у которых не сформирован навык имитации).

Инструкция: «Делай, как я». Обязателен показ упражнений.

- Развитие речи и мелкой моторики.

- Игра. Представлены игры на развитие памяти, внимания, развития конструктивных навыков и умения удерживать сюжет игры.

- Творчество. В данном разделе мы предлагаем шаблоны для рисования пальчиками, простой обрывной аппликации и работы с пластилином.

Занимайтесь в удобное для Вас время, не обязательно выполнять сразу все. Например, зарядку можно сделать утром, поиграть перед обедом, а творческое задание выполнить вечером.



День 1

Общеразвивающие упражнения

1. И.п.: сидя на стуле, руки на коленях. Поднять руки через стороны вверх, опустить на колени. Повторить 5 раз.
2. И.п.: сидя на стуле, руки держаться за сиденье сбоку. Поднять одну ногу и опустить, поднять другую ногу, опустить. Повторить 5 раз для каждой ноги.
3. И.п.: стоя за стульчиком, держаться за спинку. Присесть и выпрямиться («спрятался от мамы и показался»). Повторить 5 раз.

Развитие речи и мелкой моторики

Ба-ба-ба, ба-ба-ба – за плетнем стоит изба.

Бу-бу-бу, бу-бу-бу – видит бабушка избу.

Бы-бы-бы, бы-бы-бы – выйдут гости из избы.

Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка.

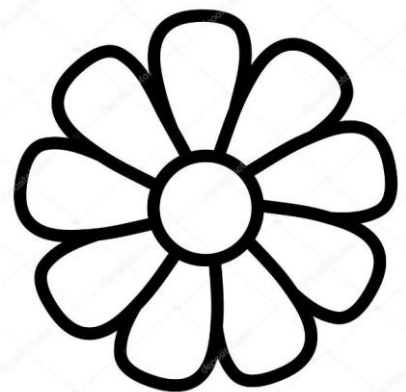
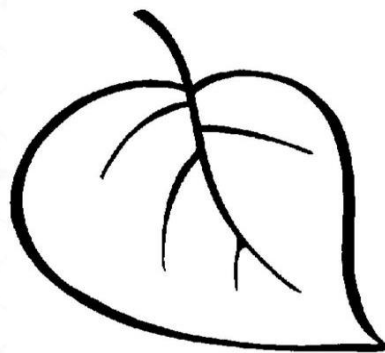
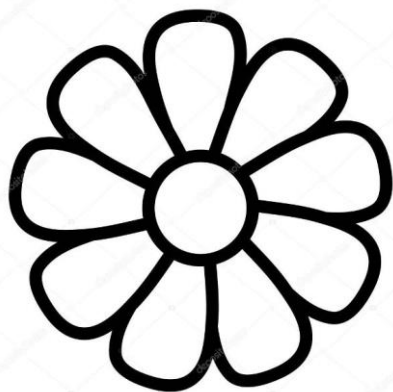
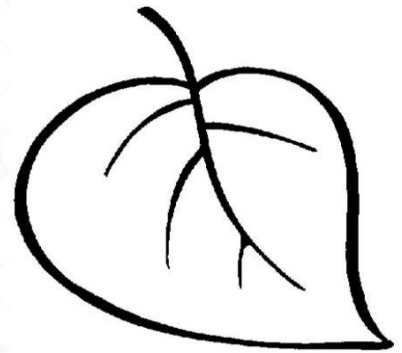
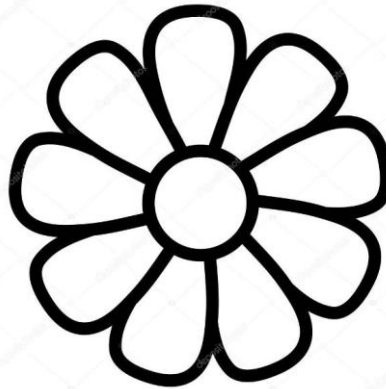
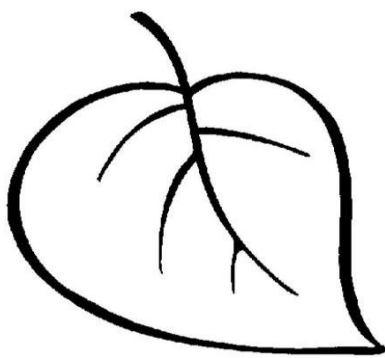
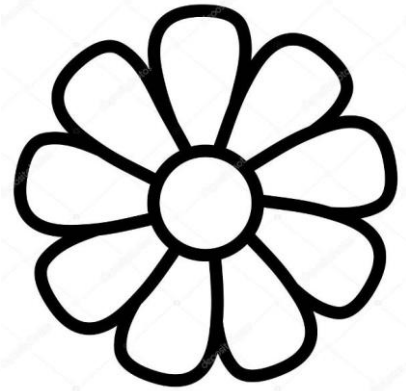
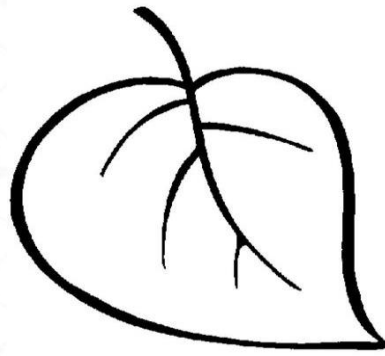
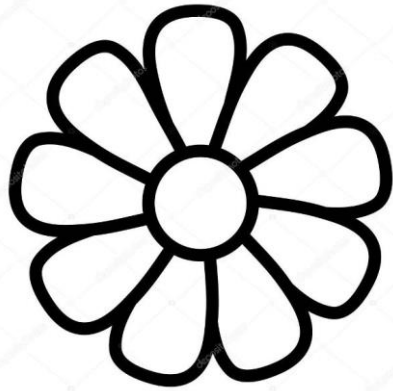
Выполняем хлопки ладонями по воде под слова чистоговорки.

Игра «Строим дом»

Попросите малыша загрузить кубики в грузовик, привезти кубики, разгрузить машину, построить дом.

Творчество

Распечатайте лист (на следующей странице), вырежьте бабочек и предложите малышу посадить бабочек на цветочки: «Бабочки хотят кушать, посади их на цветочки, пусть они попьют нектар».



День 2

Общеразвивающие упражнения

1. И.п.: стоя, руки опущены. Поднять руки вперед, показать маме, спрятать за спину. Повторить 5 раз.

2. И.п.: стоя, руки опущены. Присесть, коснуться пальцами пола, выпрямиться. Повторить 5 раз.

3. И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднять ноги вверх и опустить. Повторить 5 раз.

Развитие речи и мелкой моторики

Анка-анка-анка-анка – на столе большая банка.

Анку-анку-анку-анку – будем мыть большую банку.

Анку-анку-анку-анку – наливаем сок мы в банку.

Анка-анка-анка-анка – будет полной наша банка.

Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка.

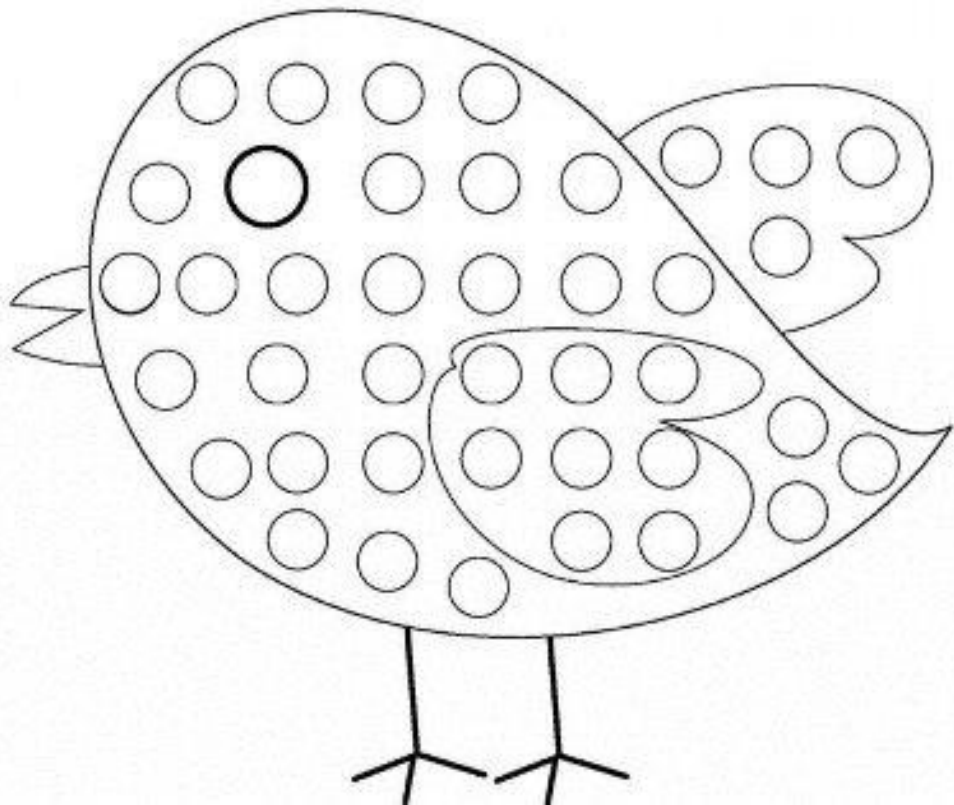
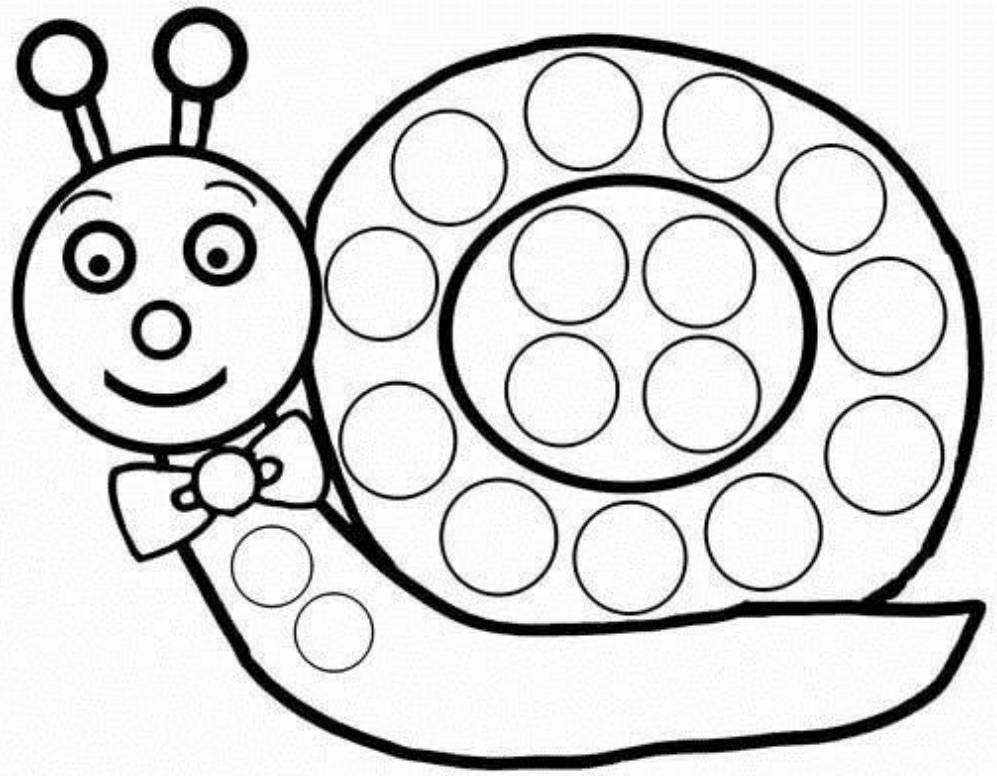
Выполняем резкие сжимания кулачков в воде под слова чистоговорки.

Игра

Разноцветные поляны. Потребуются большие цветные листы бумаги и игрушки таких же цветов. Предложите малышу разложить предметы по полянкам.

Творчество

Предложите малышу раскрасить улитку и птичку в технике «Пальчиковое рисование». Покажите ему, как это нужно делать. Окунаем пальчик в краску и оставляем отпечаток на рисунке.



День 3

Общеразвивающие упражнения (с платочками)

1. И.п.: сидя на полу, платочек в правой руке. Поднять платочек над головой, помахать и опустить на колени. Переложить платочек в левую руку и выполнить упражнение. Повторить 3 раза для каждой руки.

2. И.п.: стоя, взять платочек обеими руками за углы, руки опущены. Присесть, поднять платочек перед лицом («спрятался»), выпрямиться, опустить платочек («вот и нашелся»). Повторить 3 раза.

3. И.п.: лежа на животе, платочек в вытянутой вперед руке. Поднять руку вверх, опустить. Повторить 3 - 4 раза для каждой руки.

Развитие речи и мелкой моторики

Па-па-па, па-па-па – в поле бегают толпа.

Пы-пы-пы, пы-пы-пы – пыль летит из-под толпы.

Пу-пу-пу, пу-пу-пу – покрывает пыль толпу.

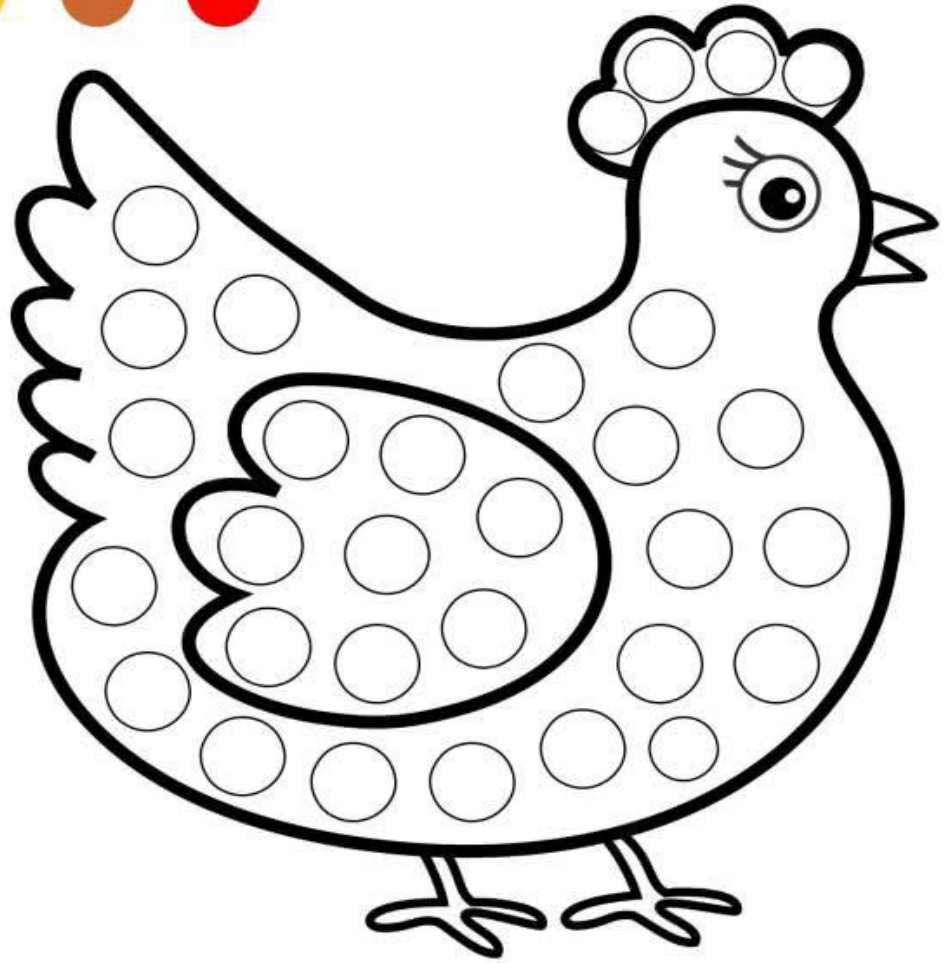
Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка. Выполняем хлопки ладонями по воде под слова чистоговорки.

Игра

Бусы для мишки. Понадобятся шнурки или веревочки и бусины. Покажите, как можно сделать бусы, пусть ребенок повторит за Вами. Если нет бусин, то можно сделать бусы из макарон.

Творчество

Сегодня мы предлагаем Вам украсить курочку пластилиновыми шарики, их лучше заготовить заранее.



День 4

Общеразвивающие упражнения (с кубиками)

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки в стороны. Соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны. Повторить 5 раз.

2. И.п.: лежа на животе, руки согнуты, кубики поднять к плечам. Выпрямить руки вперед («показал(а) кубики»), вернуться в и.п. («спрятал(а) кубики»). Повторить 5 раз.

3. И.п.: стоя, руки с кубиками опущены. Присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх. Вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

Развитие речи и мелкой моторики

Апа-апа-апа, апа-апа-апа – у щенка большая лапа.

Апу-апу-апу, апу-апу-апу – мы погладим эту лапу.

Апы-апы-апы, апы-апы-апы – мы полечим эти лапы.

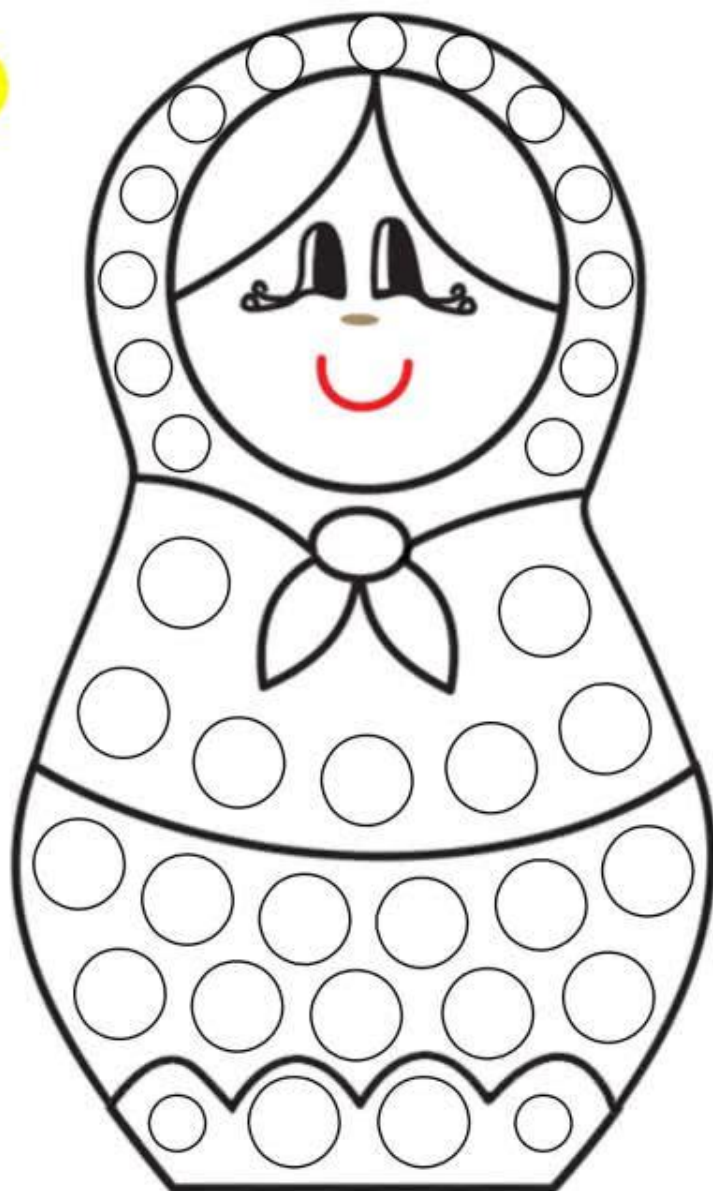
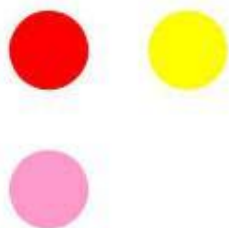
Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка. Выполняем резкие сжимания кулачков в воде под слова чистоговорки.

Игра

«Кукла устала после прогулки». Предложите малышу покормить, раздеть, искупать, уложить спать куклу. Нет куклы? Не беда, можно заменить её на любого другого персонажа.

Творчество

Украсим матрешку в технике «Отрывная аппликация». Покажите карапузу, как нужно отрывать кусочки бумаги и приклеивать к основе.



День 5

Общеразвивающие упражнения (с мячом)

1. И.п.: стоя, мяч в обеих руках, руки внизу. Поднять руки вверх, посмотреть на мяч, опустить руки. Повторить 5 раз.

2. И.п.: сидя на полу, ноги вместе, мяч в руках на коленях. Повернуться в одну сторону, коснуться мячом пола, вернуться в и.п. То же самое выполнить в другую сторону. Повторить 3 - 4 раза в каждую сторону.

3. И.п.: стоя, мяч в обеих руках, руки внизу. Присесть, слегка ударить мячом об пол, выпрямиться. Повторить 5 раз.

Развитие речи

Ап-ап-ап-ап – в магазине много шляп.

Уп-уп-уп-уп – Паша ест перловый суп.

Ип-ип-ип-ип – на аллее много лип.

Оп-оп-оп-оп – Топнет Паша ножкой – топ!

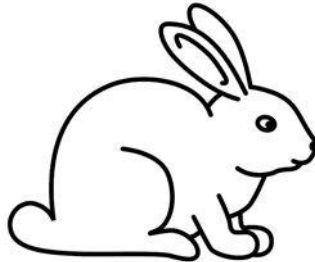
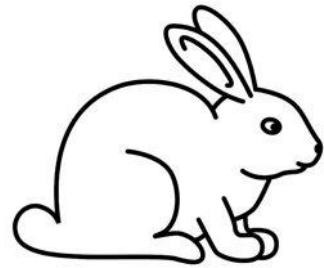
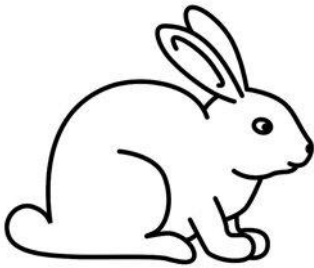
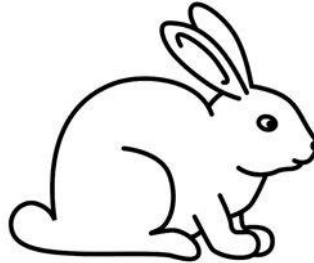
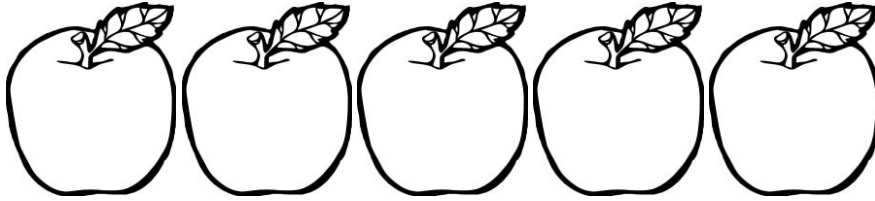
Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка. Выполняем хлопки ладонями по воде под слова чистоговорки.

Игра «Теремок»

Вам потребуется коробка с отверстием или домик, персонажи сказки. Звери стучатся и входят в дом. Сначала появляются последовательно 2–3 персонажа, постепенно их количество может увеличиваться. Звери начинают вести диалог, как в «Теремке».

Творчество

Сегодня мы предлагаем вам накормить ежика яблочками, а зайку – морковками. Для этого распечатайте лист и вырежьте яблоки и морковки. Их можно приклеивать персонажам, а можно просто прикладывать к ним.



День 6

Общеразвивающие упражнения

1. И.п.: сидя на стуле, руки спрятаны за спину. Показать руки маме, протянув их вперед, и снова спрятать. Повторить 5 раз.

2. И.п.: стоя за спинкой стула, поднять руки вверх. Наклониться вперед через спинку стула, коснуться ладонями сиденья, вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

3. И.п.: сидя на стуле, руки держаться за сиденье сбоку. Поднять ноги вперед, опустить.

Развитие речи

Ом-ом-ом-ом – вот плывет усатый сом.

Ма-ма-ма-ма – не поймали мы сома.

Мы-мы-мы-мы – плавают в реке сомы.

Им-им-им-им – в бочке плавает налим.

Има-има-има-има – надо нам поймать налима!

Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка. Выполняем резкие сжимания кулачков в воде под слова чистоговорки.

Игра

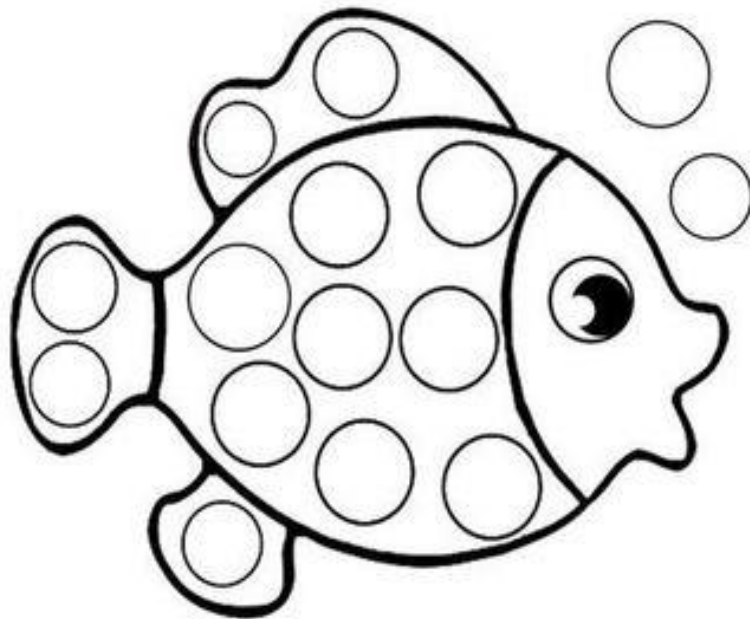
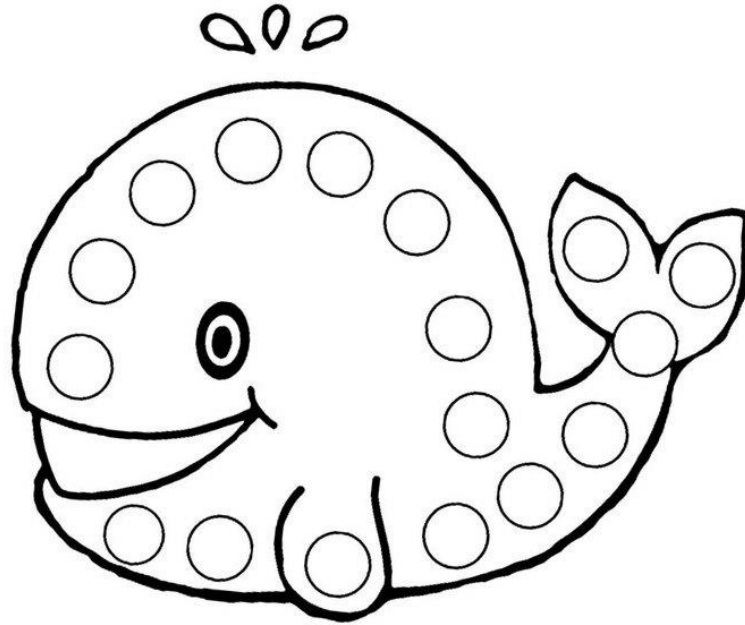
Вариант 1. Лото «Рыбы и другие обитатели моря». Распечатайте лист в 2-х экземплярах, один разрежьте на карточки и предложите ребенку найти всем обитателям моря пары.

Вариант 2. Распечатайте в 2-х экземплярах, разрежьте их на карточки и поиграйте в мэмори. Начинать можно с 2-х пар, как только карапуз начнет справляться с заданием, увеличивайте количество пар.



Творчество

Украсим обитателей морей пластилиновыми шариками.



День 7

Общеразвивающие упражнения (с погремушкой или марacasами)

1. И.п.: стоя, погремушка (маракас) в одной руке, руки внизу. Поднять руки вперед, погребеть погремушкой и спрятать руки за спину. После 2-3 повторений переложить погремушку в другую руку и повторить упражнение.

2. И.п.: сидя на полу, ноги вместе, погремушка в одной руке. Наклониться вперед, стараясь не сгибать колени, коснуться погремушкой носков ног и выпрямиться. Переложить погремушку в другую руку. Повторить 2-3 раза каждой рукой.

3. И.п.: стоя, погремушка (маракас) в одной руке, руки внизу. Присесть, постучать погремушкой об пол, выпрямиться. Повторить 2-3 раза каждой рукой.

Развитие речи

Ама-ама-ама-ама – Машу одевает мама.

Амы-амы-амы-амы – не одеться ей без мамы.

Ама-ама-ама-ама – с Машенькой гуляет мама.

Аму-аму-аму-аму – люит Маша свою маму!

Для упражнения понадобится емкость с водой размером с ладонь ребенка. Выполняем хлопки ладонями по воде под слова чистоговорки.

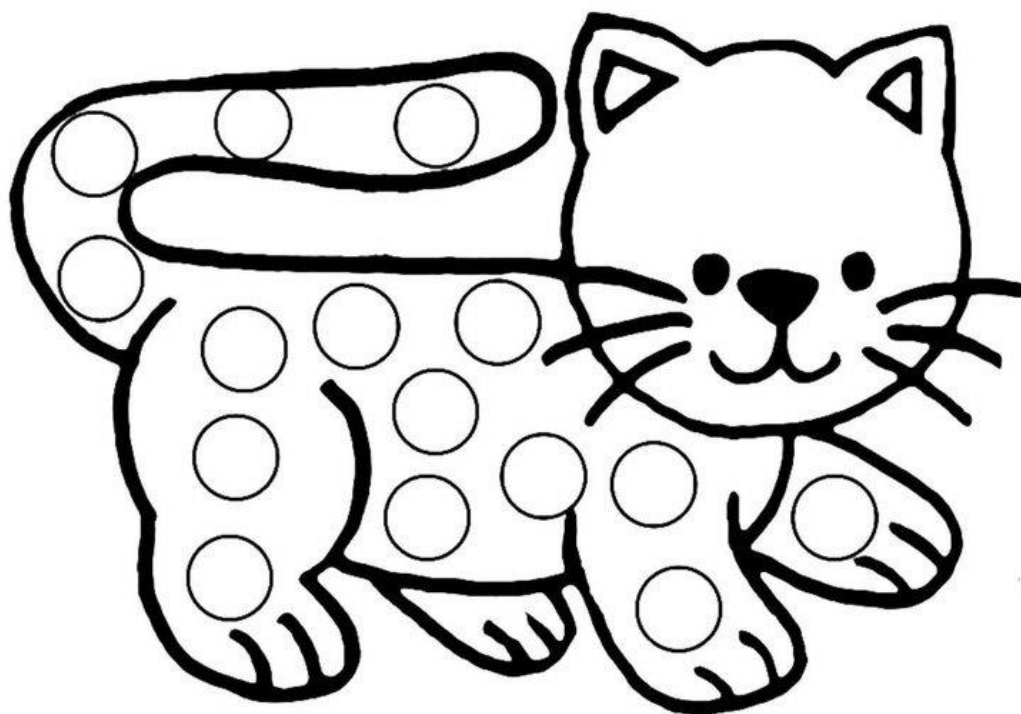
Игра «Что пропало?»

Выберите четыре ярких игрушки, обязательно разных, например, машинку, плюшевого медведя, пирамидку и резинового динозавра; пусть карапуз на них посмотрит, после чего попросите его отвернуться, и за короткое время уберите одну игрушку со стола; скажите малышу повернуться и спросите, чего именно не хватает, что пропало. Когда ребенок освоит данное занятие, можно будет усложнить процесс, используя уже не четыре, а пять или шесть игрушек.

Если Ваш ребенок не умеет пока говорить, игру можно адаптировать следующим образом: предложить выбрать из двух игрушек ту, которая пропала, т.е. Вы показываете одновременно две игрушки – одна из которых убежала, а другой в игре не было. Инструкция: «Покажи ту, которая была вместе с ними? (и указываете на стол)».

Творчество

Можно предложить малышу сделать выбор либо украшаем пальчиками, либо пластилином, либо бумагой.





Приятного досуга Вам и вашему малышу. Будем рады, если данный план окажется полезным для Вас.