

Коррекционные упражнения для детей младшего школьного возраста с умеренной и тяжелой умственной отсталостью

Упражнения для развития моторики и внимания

1. Ребенок должен по инструкции:

- протянуть руки вверх, вниз, направо, налево (если не знает "направо", "налево", то - "на окно", "на дверь");
- показать вытянутой рукой на называемый предмет (окно, стол, книга и т.д.);
- нарисовать мелом (карандашом) кружок (палочку, крестик) наверху, внизу, справа, слева доски (тетради).

2. Упражнения для пальцев рук:

- растопырить пальцы, сжать в кулак - разжать;
- из сжатого кулака попеременно выпрямить пальцы;
- скатывать из пластилина шарики, змейки, цепочки;
- перекладывать мелкие предметы из одной коробки в другую;
- собрать рассыпанные на полу мелкие предметы в коробку.

3. Мелом на доске или карандашом в тетради ставят две точки, ребенок должен пальцем провести линию, их соединяющую (точки даются в разных направлениях).

4. Ребенок должен:

- пройти по начерченной линии (прямая, круг и др);
- пробежать по дощечке, неся какой-нибудь предмет.

Упражнения для развития памяти и внимания

1. Педагог показывает ребенку картинки и быстро их убирает. Ребенок должен по памяти назвать, что видел.

2. Несколько раз ударяют в ладоши или карандашом о стол. Ребенок должен сказать сколько раз.

3. Производится ритмичный стук (палочкой о стол). От воспитанников требуется повторить его.

4. Прodelьвается какое-нибудь движение. Ребенок по памяти должен его повторить.

5. Ребенку завязывают глаза, педагог прикасается к нему. Ребенок должен определить, сколько раз к нему прикасались.

Коррекционные упражнения для достижения определенной быстроты движений

Эти упражнения целесообразно проводить с инертными, малоподвижными детьми.

1. Убрать со стола руки быстро по команде.

2. Быстрые движения рук по команде (поднять руку, протянуть в сторону и т.п.).

3. Быстро простучать по столу 3,4,5 раз.

4. Быстро выйти из-за стола, сказать свое имя (или возраст, или адрес) и сесть на место.

5. Быстро поднять какой-нибудь предмет (предварительно педагог его роняет)
6. Быстро вытереть доску.
7. В быстром темпе называть показываемые предметные картинки.
8. Когда ребенок научится складывать пирамидку, собирать матрешку, можно устраивать с ним соревнование "Кто быстрее". Педагог одновременно с ним складывает такую же пирамидку, иногда опережая ребенка, иногда предоставляя победу ему.

Упражнения для различения цвета, формы, величины

1. Показывается какая-нибудь фигурка из цветной геометрической мозаики (ромб, кружок, треугольник). Ребенок должен выбрать такие же по форме (по цвету).
2. Показывается определенная фигурка (из той же мозаики), а затем она убирается. Ребенок должен по памяти подобрать такую же.
3. Раскладывание разноцветных шариков, палочек в кучки по цвету.
4. Складывание различных пирамидок.
5. Складывание матрешек.
6. Выстраивание цепочкой кубиков одинаковой величины и одного цвета. Выстраивание кубиков разной величины в ряд по принципу постепенного уменьшения размера каждого последующего кубика.
7. Выстраивают однородные предметы разного размера (грибочки, лодочки, куклы и т.д.). Ребенку предлагают показать самую большую, самую маленькую.
8. Раскладываются различные предметы резко контрастных цветов. Ребенку предлагают отделить предметы одного цвета от предметов другого цвета. Затем учат правильно называть эти цвета; постепенно вводятся новые. Путем упражнений на различных предметах, группируя их и называя цвета, ребенок учится правильно распознавать и называть цвета. Можно использовать бусинки, шарики, мотки ниток, полоски бумаги, палочки, флажки, пуговицы, предметы, сделанные из пластилина.

Коррекционные упражнения для беспокойных детей

Для беспокойных, импульсных детей целесообразно чередовать со специальными упражнениями, требующими покоя и самообладания.

Эти упражнения могут быть следующими:

1. Посидеть спокойно 5-10-15 секунд.
2. Посидеть молча, заложив руки за спину.
3. Медленно, молча проводить рукой по краю стола.
4. Бесшумно встать и сесть.
5. Бесшумно пройти до окна (до двери), вернуться на свое место и сесть.
6. Тихо поднять и опустить книгу. Можно несколько раз.