

ИКБ им. Куваевых
Детская поликлиника № 8
Отделение медицинской реабилитации

Программа развития ребенка от 2 лет до 2 лет 6 мес.

1. Физическое развитие

1. Если ребенок капризничает, когда ему нужно садиться за стол, но любит "таскать куски" и выпрашивать различные лакомства в неподходящее время, можно играть с ним в приготовление "закуски". Когда малыш говорит: "Хочу есть", мама отвечает: "Отлично! Вот тебе кусочек хлеба. Порежь его. Вот тебе тарелка с маслом. Намажь хлеб". Конечно, нож предлагается не острый, лучше пластиковый, хлеб и масло – мягкие. Ребенок, во-первых, может почувствовать себя умелым и значимым, во-вторых, потренировать свои руки (мелкую моторику), в-третьих, действительно перекусить, если он голодный. Или - получить хорошую игру, если требование пищи было способом привлечения внимания мамы. Все эти достижения важны, каждой маме стоит придумывать новые "рецепты" закусок, которые в состоянии приготовить сам ребенок.

2. Приучая ребенка мыть руки и чистить зубы - не торопите его. Общение с водой для него - игра, а не гигиеническая процедура. Если он так разыгрался, что маме трудно уговорить его выйти из ванной комнаты, можно использовать "внешние ограничители": песочные часы ("когда песочек закончится - надо выходить"), звук чайника, что закипел ("чайник уже зовет завтракать"), других членов семьи ("ты умылся - теперь очередь папы"). Если мама с ребенком дома одни, то очередь вполне может занять и медвежонок, которому тоже нужно вымыть и вытереть щечки.

3. Сделать завтрак наслаждением можно, превратив его из "приема пищи" во встречу с добрыми друзьями. Играйте в "застольные" разговоры: "Здравствуй, стульчик! Можно на тебя сесть? Спасибо. А кто у нас сегодня в гостях? О, это подружка-кашка и дружок-пирожок! Кашка, кашка, ты какую хочешь ложечку? А тарелочку? Какое у тебя сегодня настроение, кашка?" и др. В этом веселом разговоре ребенок может освоить и названия блюд, и названия столовых приборов, и мастерство вести застольные беседы, и умение ощущать вкус каждого блюда и получать от него удовольствие.

4. Принося продукты из магазина, просите малыша извлекать их из сумки и раскладывать на столе или убирать в холодильник. Называйте все вещи, которые ребенок держит в руках, рассказывайте, что вы будете с ним готовить и когда подадите к столу.

5. Если малыш разлил, рассыпал или уронил - не спешите убирать, как и не спешите сердиться на него. Попросите его принести тряпку, веник, совок и убрать. Помогите ему в этом. Конечно, неприятно, когда что-то разбито и на полу грязь, но, раз уж так случилось, рассмотрите ситуацию как "учебно-тренировочную" и используйте ее для обучения ребенка навыкам опрятности, моторики и умению не только краснеть за свои ошибки, но и исправлять их.

2. Эмоционально-социальное развитие

1. Основное новое переживание двухлетнего ребенка - понятие "мое". Ребенок становится крупным собственником, он очень привязывается к своим вещам, они становятся частью его самого. Это нужно учитывать маме и папе, когда они решают приобрести ребенку новые брючки или заменить кроватку. Дети часто капризничают и предпочитают старую, но привычную вещь новой, даже если она лучше. Помогает игра в "новые вещи для плюшевого мишки". Не стоит сильно настаивать при переодевании ребенка, но, обращаясь к мишке, мама может и говорить строгим голосом, и настаивать, и объяснять, и требовать послушания. И, конечно, мишка "согласится" померить новые туфельки. И, возможно, это позволит сделать то же самое и малышу, не потеряв своего достоинства.

2. Чтобы малышу было легче отдавать какие-то вещи, учите его меняться. "Дай мне посмотреть на твой мячик, вот тебе пока мой блокнот", "Вот посмотри, какой у меня платок, а мне дай посмотреть на свою куклу". Тренируясь таким образом, не забывайте, что ребенок не пойдет на обмен, если игрушка, которую он держит в руках, еще не исследована ним, еще очень желаемая. Нужно дать малышу время поиграть с ней самому, а затем предложить обмен.

3. Познавательное развитие

1. На полу раскидайте цветочки, сделанные из бумаги, и грибочки, взятые из школьного материала для счета. Предложите ребенку с корзиной "сходить в лес" и собрать сначала грибы, а затем цветочки.

2. Предложите ребенку посадить бабочек на свои цветочки, учитывая их цвет и размер. Цветочки и бабочек нарисуйте с ребенком и вырежьте их ножницами.

3. Попробуйте извлечь различные мелкие предметы из банки ложечкой или сачком.

4. Разложите перед ребенком листочки разного цвета, назовите их и раскладывайте на них сверху бесцветные картинки, в соответствии с цветом, которым они могут быть окрашены (солнышко бывает желтое, река - синяя, дерево - зеленое и т.д.).

5. Постройте из палочек дом и на глазах ребенка уберите одну палочку. Ребенок должен положить палочку на место. Потом снова уберите одну палочку, закрыв малышу глаза.

6. Положите перед ребенком картинки лета и зимы и накладывайте сверху предметные картинки, которые относятся либо к лету, или к зиме (елка, санки, шуба, шапка - к зиме, а трусики, майка, сачок - до лета).

7. На рисунках, которые вы дадите ребенку, нарисованы разные ситуации: мальчик с забинтованной рукой, на столе банка с разлитым молоком, а рядом сидит кошка, мальчик не дает девочке игрушку, и она плачет. Обратитесь к ребенку и спросите: "Что случилось? Расскажи". Обратите внимание на то, понимает ли ребенок, что случилось на рисунке.

8. Отправьтесь с ребенком на прогулку в лес или парк. Обратите внимание ребенка на яркую бабочку, ароматный цветочек, веселую птичку. Объясняйте ребенку свои наблюдения.

9. Предлагайте назвать цветы, деревья, животных, которые ребенок видит; рассказывайте особенности их строения, называйте детешек разных животных.

10. Показывайте и вместе с ребенком изучайте, что можно делать с песком, водой, глиной.

11. Сделайте вместе с малышом огород на подоконнике, посадите лук, фасоль, огурцы и т.п. и ухаживайте за ним.

12. В совместной деятельности активизируйте соблюдение ребенком правил безопасного поведения с растениями и животными.

4. Речевое развитие

1. Умение слушать - важная функция в развитии речи. Возьмите игрушечный барабан, колокольчик, дудочку, погремушку, резиновую игрушку, которая пищит, ложки и все, из чего можно извлечь звук. Дайте ребенку рассмотреть эти предметы и послушать их. А потом попросите малыша закрыть глаза (повернуться спиной, спрятаться за ширму) и спросите "Что звучит?", ударяя в барабан или извлекая звук из других игрушек. Громко радуйтесь, хвалите малыша, когда он угадывает. Со временем усложняйте задачу: добавьте звуки более тихие и непонятные (шелест бумаги, например, скрип дверей). Играйте в "Послушай и угадай" на улице, прислушиваясь к шуму деревьев или машин, голосов птиц, людей, животных.

2. Чтобы научить малыша выполнять речевые инструкции, играйте с ним в "Запутай". Разложите по комнате игрушки и скажите, что сейчас вы будете говорить, что нужно делать, чтобы он "запутался" и ошибся - проиграл. Например, "Подойди к кукле, отнеси куклу к мишке, погладь мишку, иди к машинке, покати машину к зайцу, посади зайца в машинку".

Говорите все эти инструкции весело, то ускоряя, то замедляя темп, создавая голосом веселую игровую атмосферу. Достаточно 5-6 инструкций в туре игры. Громко радуйтесь, если у малыша все получилось. Если малыш захочет - поменяйтесь ролями.

3. Похожие друг на друга по технике игры "Съедобное - несъедобное", "Кто спит - кто не спит" "Кто говорит - кто не говорит", "Можно на этом ездить или нет". Малышу всегда весело видеть взрослого, который чего-то не понимает. Например, в игре "Съедобное - несъедобное" мама говорит: "А можно съесть булочку?" - Малыш: "Можно!", мама: "А можно съесть колбаску?" - Малыш: "Можно!", мама (с хитрым видом): "А можно съесть стульчик?", - малыш кричит: "Нет!" - и радуется, что спас маму от несварения желудка. Тот же принцип в игре, например, "Говорит - не говорит": "Как говорит кошечка?", "Как говорит собачка?", "А как говорит кровать?" и др.

4. Для развития способности управлять голосовыми связками можно, играя в игры, в которых надо говорить и слушать шепот, крик, быструю речь, медленную речь. Например: "Вот идет большой медведь, - говорит мама грубым голосом. - Топ-топ-топ!" - И просит малыша тоже сказать грубым голосом "Топ-топ-топ". "А теперь пробег зайчик: "Скок-скок-скок" (тоненьким голоском). И малыш пусть повторит тоненько. А вот кошечка идет совсем тихо, - шепотом "Тсс-тсс-тсс", а лошадка - звонко "Цок-цок-цок". Еще можно говорить "Тук-тук-тук", как маленький или сильный дождь, говорить "прыг-прыг-прыг", как маленькая и большая жаба, и др.

5. Чтобы укреплять мышцы лица, от которых зависит качество звукопроизношения, играйте в "беззвучно разговор". Скажите малышу громко-громко: "У-у-у!", попросите его громко "поукать" вместе с вами, а потом скажите: "Будем кричать У-У-У!, чтобы никто не слышал," - и, глядя друг на друга, сделайте губы так, как будто вы кричите "У-У-У!". Так же тренируйте "А-А-А" и "О-О-О" и остальных гласных, сильно растягивая губы и широко открывая рот.

6. Для развития артикуляции хороши игры - "повторялки": "Как котенок лакает молочко", "Как воет волчок" у-у-у ", " Как надувается воздушный шарик", " Как цокают копытца лошадки ". Покажите малышу эти движения, а он повторит за вами.

7. Хороший способ помочь развитию артикуляции и коммуникабельности ребенка - дать ему возможность как можно больше говорить с разными людьми. Не стесняйтесь, когда ваш малыш вступает в разговор со знакомыми и незнакомыми. И не спешите "переводить" его

непонятную для посторонних речь. Пусть он постарается, пока хоть и говорит "как иностранец" и порадует, когда его наконец поймут.

8. Ребенок, возможно, уже знает, как "говорят" кошечка собачка, коза, овца, корова. Теперь в эту игру можно играть "наоборот". Возьмите игрушечные фигурки животных. Напомните малышу, кто как говорит, а потом скажите: "Ме-е. Кто так говорит? "Пусть малыш найдет среди игрушек овечку и даст вам. Затем скажите "Му-у". А ребенок угадает, кто это, и даст вам игрушку. Чтобы вашему партнеру по игре было интереснее, отгадывайте по очереди. По мере освоения различных звуков добавляйте новые, более сложные (например, ребенку не так просто отличить "ме -е" – овцы и "бе -е" – козы).

9. Не заставляйте ребенка говорить, но затевайте больше диалогов, и если ребенок не отвечает словами - отвечайте за него. Например: "Смотри! Кто прилетел к нам на окошко? " Малыш говорит: "У?", а мама добавляет: "Да! Это птичка прилетела! Тебе нравится? "Малыш отвечает: "А-а!", мама: "Нравится! И мне нравится! Ой! Куда улетела? ".

5. Сенсорно-творческое развитие

1. Рассматривайте с ребенком картинки и иллюстрации, комментируя их словами и действиями.

2. Включайте ребенку знакомые песни и любимую музыку.

3. Каждый день читайте ребенку его любимые и новые книги, повторяйте их.

4. Показывайте ребенку произведения народного декоративного искусства (керамические, деревянные, плетеные игрушки, национальная вышивка). Привлекайте внимание малыша к разнообразным формам, цветовой гамме и фактурам узоров.

5. Рисуйте каракули карандашом или фломастером, ставьте пятнышки и цветные пятна на листьях пальчиком, смоченным в краску, или кисточкой.

6. Помогайте ребенку играть на детских музыкальных инструментах (гитара, свирель, пианино, барабан, бубен, колокольчик).

7. Водите ребенка в кукольный театр и повторяйте с ним весь спектакль дома.