

Памятка для родителей детей с РАС (расстройством аутистического спектра) и ЗПР (задержкой психического развития)

Игры и занятия играют важную роль в развитии ребенка с особыми потребностями. Они помогают развивать социальные навыки, внимание, концентрацию, моторику и эмоциональное восприятие. Важно выбирать игры, соответствующие возрасту и индивидуальным особенностям ребенка.

Какие игры полезны детям с РАС и ЗПР?

Сенсорные игры

Эти игры стимулируют сенсорное развитие и снижают тревожность.

- Игра с песком: ребенок играет с сухим или влажным песком, лепит фигурки руками.
- Водяные игры: переливание воды, создание пузырьков помогает расслабляться и развивает мелкую моторику.
- Цветные шарики и мячики: развивают тактильные ощущения и координацию движений.

Игры для развития внимания и концентрации

Помогают ребенку учиться сосредотачиваться на задании и удерживать внимание.

- Собираание пазлов: начинать лучше с простых форм и постепенно усложнять задания.
- Рисование контуров предметов: улучшает зрительно-пространственное восприятие.
- Работа с мозаиками: формирует внимательность и усидчивость.

Социальные игры

Обучают взаимодействию с окружающими людьми и формируют основы коммуникации.

- «Давай поздороваемся!»: дети учатся приветствовать друг друга, используя жесты или слова.
- Имитация повседневных действий: игра в магазин, больницу, семью позволяет освоить базовые социальные роли.
- Драматизация сказок: способствует развитию речи и коммуникативных навыков.

Развивающие игры для мелкой моторики

Укрепляют мышцы рук и пальцев, способствуют развитию речи и координации движений.

- Шнуровка: шнуровать ботинки, пуговицы, застегивать молнии.
- Вырезание ножницами: начать с мягких материалов (ватман).
- Переливание мелких деталей: перекладывание бусинок, крупы, макаронных изделий.

Физическое развитие

Важно включать активные виды занятий, способствующие улучшению общей физической подготовки.

- Катание на велосипеде: укрепляет мышечный корсет и равновесие.
- Подвижные игры на свежем воздухе: прыжки, бег, катание на роликах, самокате.
- Занятия плаванием: снимает напряжение мышц, улучшает дыхание и общее самочувствие.

Помните, что каждый ребенок уникален, и выбор игры зависит от индивидуальных особенностей вашего малыша. Наблюдая за реакциями и интересами своего ребенка, вы сможете подобрать подходящие именно ему занятия. Если возникают трудности, обязательно обращайтесь за консультацией к специалистам.