



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**



НАЧАЛО ПУТИ

методические материалы для волонтеров



город Новосибирск
2020г

Автор: С.Н. Позднякова, педагог-психолог

Составители: А.В. Шубина, А.С. Малыгина (Ресурсный центр добровольчества «Волонтерский корпус новосибирской области»); П.Н. Кузьмин, (АНО «Старость в радость – Новосибирск»); Ю. Радоскевич (АНО «Больничные Клоуны НОС»); К.В. Котова (Волонтерский штаб НГТУ, факультет ИСТ); А.Ю. Семёнова (МБУ центр реабилитации «Олеся»).

Благодарность.

При написании методического пособия использовались наработки и опыт многих организаций, в том числе Ресурсный центр добровольчества «Волонтерский корпус новосибирской области», АНО «Больничные клоуны», Волонтерский штаб НГТУ, факультет ИСТ, АНО «Старость в радость – Новосибирск», МБУ Центр реабилитации «Олеся». Авторы благодарят волонтеров и организаторов добровольческой деятельности за их бесценный опыт и желание им делиться. Мы уверены, что практика их ежедневной деятельности, истории волонтеров и подопечных вдохновят и окрылят и наших читателей. Делайте мир добрее вместе с нами!

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	6
Глоссарий.....	7
Кто такой волонтер (доброволец)?.....	10
Какую деятельность может осуществлять волонтер (доброволец)?.....	10
Перечень документов, регламентирующих добровольческую деятельность.....	11
Для чего нужна подготовка волонтеров?.....	12
Принципы волонтерства.....	13
«Ребенок с ограниченными возможностями здоровья» — что подразумевает этот статус?.....	13
Работа с особенными детьми.....	17
Что такое детский церебральный паралич (ДЦП)?.....	17
Рекомендации для волонтеров при работе с детьми с ДЦП.....	18
Что такое ЗПР и как проявляется?.....	19
Советы в общении с детьми с задержкой психического развития.....	20
Что такое СДВГ.....	20
Как общаться с ребенком, у которого диагноз СДВГ?.....	21
Аутизм. Что это за болезнь?.....	23
Советы волонтерам при общении с детьми с аутизмом	25
Психологические особенности и проблемы родителей, имеющих детей с инвалидностью.....	25
Трудности при работе волонтеров с семьями.....	29
Знакомство с семьями. первичный контакт.....	29
Формы работы персональных помощников.....	30
Специфика работы волонтеров.....	31
Общие правила этикета при общении с детьми-инвалидами и детьми с ОВЗ.....	32
Как учитывать интересы особенного ребенка?.....	33
Негативные проявления в поведении и характере.....	33
Способы реагирования волонтера на негативные форм поведения ребёнка.....	34
Упражнения для коррекции поведенческой сферы.....	35
Негативные проявления в эмоциональной сфере.....	36
Упражнения для коррекции в эмоциональной сфере.....	36
Игра как средство воспитания.....	37
Игры на развитие мелкой моторики.....	38
Творческие занятия с детьми с ОВЗ.....	41
Применение релаксационных техник для детей с ограниченными	

возможностями здоровья.....	42
На заметку.....	44
Эмоциональное выгорание волонтера.....	45
Методы первой помощи при стрессе, напряженности.....	47
Опыт команды АНО «Больничные клоуны НОС».....	49
Опыт взаимодействия с детьми инвалидами Волонтерского штаба НГТУ, факультет ИСТ.....	52
Советы волонтерам от АНО «Старость в радость – Новосибирск».....	53
Опыт взаимодействия с детьми инвалидами Ресурсного центра добровольчества «Волонтерский корпус новосибирской области».....	56
Приложение 1 «Варианты игр, которые можно использовать в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья».....	60

Введение

Данное методическое пособие собрало в себе огромный опыт организаций, специалистов и волонтеров, работающих с детьми инвалидами и их семьями. Изучив материалы, Вы сможете гораздо проще и эффективнее адаптировать к своим реалиям чужой опыт, чем путем проб и ошибок получать свой. В представленном пособии заслугой авторов является то, что они смогли, объективно описать существующие реалии, проблемы и задачи развития социального волонтерства. Весьма полезны будут представленные в пособие практические занятия, упражнения в работе с детьми, предлагаемы типовые решения для конкретных задач по выходу из сложных ситуаций и многое другое. В пособии собран бесценный опыт тех, кто уже много лет занимается организацией социального волонтерства. Авторы рассказывают, как с самого начала выстроить работу волонтеров, чтобы она была эффективной, и волонтеры могли быть по-настоящему полезны нуждающимся в их помощи. Пособие знакомит с основными понятиями и принципами, позволяет заранее учесть возможные трудности и подводные камни, например, эмоциональное выгорание волонтеров.

В результате получились методические рекомендации, адаптированные к реальным потребностям волонтеров по практической работе с детьми инвалидами и их семьями. Это самый ценный результат проделанной работы. Читайте, используйте, спорьте с авторами, если ваш опыт другой! А главное, вовлекайтесь сами в живой, интересный, увлекательный мир волонтерства - мир добрых дел и открытых дверей. Только вместе, общими усилиями, мы сделаем жизнь вокруг лучше!

ГлоССарий

Волонтёр — (франц. *volontair*) (устар.), добровольно поступивший на военную службу. *Волонтёр*. То же, что доброволец.

Волонтеры — граждане, осуществляющие благотворительную деятельность в форме безвозмездного труда в интересах благополучателя, в том числе в интересах благотворительной организации (Федеральный закон от 11.08.1995 № 135-ФЗ).

Добровольность — качество личности, основанное на добровольном взятии на себя какой-нибудь работы. Слово этимологически связано с понятиями «добро» и «воля».

Добро — (старославянское *dobrъ*, *добро*, общеславянское *dobrъ*). Всё положительное, хорошее, полезное. Прилагательное «добрый», означающее «мягкосердечный», «сострадательный», «хороший», впервые стало использоваться в русском языке в XI веке. Слово с той же индоевропейской основой встречаем в армянском языке (*darbin*), однако оно имеет другое значение — «кузнец». *Производные*: доброта, добряк, одобрить, добреть.

Воля — (древнерусское *воля* (*свобода*), старославянское *воля*, общеславянское *volja*). Слово «воля» славянское по происхождению, в лексике русского языка закрепилось в XI веке. «Воля» — это «желание», «свобода», «приказание», а также «способность достигнуть намеченной цели». *Производные*: волевой, вольный.

Воля 1. Способность осуществлять свои желания, поставленные перед собой цели. 2. Сознательное стремление к осуществлению чего-нибудь.

3. Пожелание, требование. 4. Власть, возможность распоряжаться

Воля 1. Свобода в проявлении чего-нибудь. 2. Свободное состояние, не в тюрьме, не взаперти.

Доброволец — тот, кто добровольно взял на себя какую-нибудь работу (преимущественно добровольно вступивший в армию).

Мотивация — её составляют побуждения, вызывающие активность организма и определяющие её направленность. В широком смысле термин используется во всех областях психологии, исследующих причины и механизмы целенаправленного поведения человека и животных.

По своим проявлениям и функции в регуляции поведения мотивирующие факторы могут быть разделены на три относительно самостоятельных класса:

1) При анализе вопроса о том, почему организм вообще приходит в состояние активности, анализируются проявления потребностей и инстинктов

как источников активности.

2) Если изучается вопрос, на что направлена активность организма, то исследуются, прежде всего, проявления мотивов как причин, определяющих выбор направленности поведения.

3) При решении вопроса о том, каким образом производится регуляция динамики поведения, исследуются проявления эмоций, субъективных переживаний и установок поведения субъекта.

Персональные помощники — студенты, молодые люди разного возраста и разных профессий, прошедшие специализированное обучение для оказания персональной помощи социально-уязвимой категории населения, осуществляющие услуги на добровольной основе и безвозмездно.

Рефлексия:

1. Процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний. Предполагает особое направление внимания на деятельность собственной души, а также достаточную зрелость субъекта. У детей её почти нет, и у взрослого она не разовьётся, если он не проявит склонности размышления над самим собой и не направит специального внимания на свои внутренние процессы.

2. Как механизм взаимопонимания — осмысление субъектом того, какими средствами и почему он произвёл то или иное впечатление на партнёра по общению.

Рефлексия в социальной психологии — осознание действующим субъектом — лицом или общностью — того, как они в действительности воспринимаются и оцениваются другими индивидами или общностями. Рефлексия — не просто знание или понимание субъектом самого себя, но и выяснение того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные представления, когда их содержанием выступает предмет совместной деятельности, развивается особая форма рефлексии — предметно-рефлексивные отношения.

Рефлексия социально-психологическая — понимание другого путём размышления за него.

Толерантность (от лат. *tolerantia* — терпение) — терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению.

Толерантность является фактором социализации личности, определяющим её отзывчивость, чувствительность и внимание к другим людям, их проблемам, горестям и радостям.

Эмпатия — постижение эмоционального состояния, проникновение в чувствование в переживания другого человека. Способность индивида к переживанию тех эмоций, что возникают у другого индивида в ходе общения с ним. Понимание другого человека путём эмоционального вчувствования в его переживания.

Различаются:

эмпатия эмоциональная — основанная на механизмах проекции и подражания моторным и аффективным реакциям другого;

эмпатия когнитивная — базирующаяся на процессах интеллектуальных — сравнение, аналогия и пр.;

эмпатия предикативная — проявляемая как способность предсказывать аффективные реакции другого в конкретных ситуациях.

Как особые формы эмпатии выделяются:

сопереживание — переживание тех же эмоциональных состояний, что испытывает другой, через отождествление с ним;

сочувствие — переживание собственных эмоциональных состояний в связи с чувствами другого.

Кто такой волонтер (доброволец)?

Слово «волонтер» произошло от латинского «voluntarius» – добровольный. В России волонтер и доброволец – это равнозначные понятия, обозначающие человека, который добровольно и безвозмездно выполняет какую-либо работу или занимается общественной деятельностью. Доброволец вкладывает в дело, которым занимается, свои навыки и время.

Стать волонтером может любой, профессия и взгляды на мир не имеют значения. Несовершеннолетним добровольцам нужно разрешение от родителей, а детей младше 14 лет во время волонтерских работ должны сопровождать официальные представители. Точное определение волонтера и возможные цели добровольческой деятельности прописаны в [Федеральном законе «О благотворительной деятельности и добровольчестве \(волонтерстве\)»](#).

Волонтерство может быть как индивидуальным, так и групповым. Например, если вы в одиночку или вдвоем с другом вышли и убрали мусор с берега реки, то можно считать, что вы уже экологические волонтеры.

В любом случае следует помнить, что волонтерская деятельность – это серьезный инструмент социального, культурного, экономического и экологического развития страны.

Какую деятельность может осуществлять волонтер (доброволец)?

Существует множество направлений, в которых добровольцы могут проявить себя и принести пользу обществу. В числе основных – социальное, культурное, экологическое, медицинское и спортивное волонтерство. Добровольцы ездят в дома престарелых, общаются с пожилыми людьми, восстанавливают старинные усадьбы, проводят археологические раскопки, ищут пропавших людей, ведут наблюдения за птицами и помогают работе крупных мероприятий.

Часто добровольцы помогают тем, кто не может помочь себе сам: бездомным, детям-сиротам, людям с инвалидностью и тем, кто пострадал от природных и техногенных катастроф.

Сегодня популярно событийное волонтерство, когда люди помогают на конкретных мероприятиях. Самые яркие примеры таких событий – это Олимпийские игры в Сочи в 2014 году и Чемпионат мира по футболу в 2018 году.

Волонтерство может быть разовым или системным. Можно принять участие в одной акции или помогать регулярно, вступив в какую-либо волонтерскую организацию.

Перечень документов, регламентирующих добровольческую деятельность

На международном уровне добровольческую деятельность регламентирует [Всеобщая декларация прав человека](#), принятая в 1948 году. Она закрепляет право человека на его ответственность перед обществом.

В 1990 году в Париже была принята Всеобщая декларация волонтеров, где обозначили главные принципы движения, его смысл и цели. В 2001 году в Амстердаме также провозгласили Всеобщую декларацию добровольчества – она гласит, что все люди в мире должны иметь право добровольно посвящать свое время, талант, энергию другим людям или своим сообществам посредством индивидуальных или коллективных действий, не ожидая финансового вознаграждения. Декларация – это документ, положения которого не носят строго обязательный для выполнения характер и лучше отталкиваться от законов, которые действует на территории нашей страны.

В России добровольческую деятельность регулируют несколько федеральных законов. Основным документ, который регулирует деятельность добровольцев в России, – [федеральный закон № 135 «О благотворительной деятельности и добровольчестве \(волонтерстве\)»](#), принятый в 1995 году. В феврале 2018 года его доработали и внесли изменения. В законе прописаны понятия, связанные с волонтерством, права и обязанности добровольца и организаторов волонтерской деятельности, а еще – порядок взаимодействия органов власти с волонтерскими организациями. Кроме того, в ряде регионов приняты местные законы о волонтерской деятельности.

Кроме того, добровольческую деятельность регулируют [ФЗ от 19 мая 1995 г. № 82-ФЗ «Об общественных объединениях»](#) и [ФЗ от 28 июня 1995 г. № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений»](#).

В 2018 году утверждена [Концепция развития добровольчества \(волонтерства\) в России до 2025 года](#). Документ, в частности, предусматривает развитие методической, информационной, консультационной, образовательной и ресурсной поддержки деятельности по привлечению волонтеров к работе в учреждениях социального обслуживания населения, образования, здравоохранения, оказанию помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций. Согласно концепции, добровольчество планируется развивать в различных профессиональных и социальных группах, возрастных категориях, семейных формах с учетом региональных и местных условий волонтерской деятельности.

Существуют и региональные нормативные акты, которые регулируют волонтерскую деятельность. Например, в Москве действует [регламент Департамента соцзащиты от 2015 года](#) «взаимодействия организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, организаций по работе с семьями с детьми Департамента социальной защиты населения города Москвы с негосударственными, социально ориентированными некоммерческими, общественными и волонтерскими организациями».

В 2016 году [появился регламент взаимодействия](#) Департамента здравоохранения города Москвы и организаций, подведомственных Департаменту здравоохранения города Москвы, с социально ориентированными некоммерческими организациями. Учреждениям предписывается «оказывать содействие по внедрению добровольческих проектов и программ НКО в медицинских организациях», выявлять лучшие практики и распространять их дальше.

В Санкт-Петербурге действует [Положение об организации и использовании труда добровольцев в государственных учреждениях социального обслуживания населения города](#). В нем прописаны достаточно строгие правила допуска волонтеров: например, они обязаны иметь медкнижку и справку о несудимости.

Регламенты взаимодействия волонтерских организаций с бюджетными учреждениями созданы пока не во всех регионах. После того, как региональные власти установят регламенты по конкретному направлению деятельности госучреждения, руководители учреждений должны будут создать специальные положения о работе с НКО и волонтерами.

Для чего нужна подготовка волонтеров?

Главный смысл подготовки волонтеров – это повышение эффективности труда и минимизация рисков, как для подопечного, так и для самого волонтера. Однако на практике мы имеем два ограничения – это ресурс самого волонтера, который он готов отдать на обучение, и ресурс волонтерской организации, благодаря которому может быть выстроена система обучения. Подготовка волонтеров складывается из баланса этих ресурсов и практической целесообразности. При теоретическом рассмотрении, все мы согласимся, что всегда и всем нужна подготовка. Подготовленный человек – лучший работник, чем неподготовленный. Однако, когда мы говорим о волонтерстве, то в теорию привносятся несколько практических вопросов.

Во-первых, как правило, подавляющее большинство волонтеров делают неквалифицированную работу. Даже в социальной сфере, даже при прямом и

личном контакте с пациентами больниц или проживающими в психоневрологическом интернате от волонтера может требоваться что-то совершенно бытовое, очевидное, простое. Например, поговорить, порисовать, поддержать пожилого человека на прогулке. Поэтому важно ясно понимать: что волонтеру может дать предварительная подготовка? Полученные знания и навыки реально пригодятся?

Во-вторых, время и силы, потраченные волонтером на подготовку, следует соотнести с ресурсом волонтера. Не растратит ли он себя, и не остынет ли он к волонтерству? Если подготовка – это один из «фильтров» (чтобы отсеять неусидчивых, нелояльных и т.д.), то проявление волонтером волевого усилия и готовности пройти этот этап очень позитивны. Но подготовка ради галочки, ради оторванного от жизни теоретического понимания вопроса может оказаться серьезным препятствием на пути к волонтерству.

В итоге, главное – необходимо все взвесить и понять, а может быть той внутренней «энергии» волонтера, его собственного мотива, его бытовых, да и просто человеческих навыков и здравого смысла вполне хватит для самоподготовки и самоконтроля и этого будет достаточно?

Принципы волонтерства

- не навреди;
- соблюдай правила;
- не пытайся заменить профессионалов (врачей, пожарных, воспитателей);
- вкладывай усилия, а не деньги;
- опирайся на свои реальные возможности;
- работай в команде;
- будь готов помогать нуждающимся вне зависимости от их национальности, вероисповедания и социального статуса;
- учитывай интересы своих близких;
- соблюдай и удерживай свои границы.

«Ребенок с ограниченными возможностями здоровья» — что подразумевает этот статус?

Особые дети имеют особенные права. Чтобы ими воспользоваться, необходимо получить определенный статус. Какие бывают статусы, кто их присваивает и какие права они дают?

Закон об образовании предусматривает две категории обучающихся с особыми образовательными потребностями — дети-инвалиды и лица с

ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Условия признания ребенка инвалидом и лицом с ОВЗ различаются, различны и меры поддержки, которые им предоставляются. Оба термина упоминаются в текстах законов, но статус ребенка-инвалида и ребенка с ОВЗ вовсе не обязательно будут у одного лица. Законы учитывают разницу между понятиями «ОВЗ» и «инвалид».

Понятие «инвалид»

Инвалид — лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты (статья 1 Федерального закона 181).

1. Основные виды стойких расстройств функций организма

- нарушения психических функций (сознания, ориентации, интеллекта, личностных особенностей, волевых и побудительных функций, внимания, памяти, психомоторных функций, эмоций, восприятия, мышления, познавательных функций высокого уровня, умственных функций речи, последовательных сложных движений);
- нарушения языковых и речевых функций (устной (ринолалия, дизартрия, заикание, алалия, афазия), письменной (дисграфия, дислексия), вербальной и невербальной речи; нарушение голосообразования);
- нарушения сенсорных функций (зрения, слуха, обоняния, осязания, тактильной, болевой, температурной, вибрационной и других видов чувствительности, вестибулярной функции, боль);
- нарушения нейромышечных, скелетных и связанных с движением (статодинамических) функций (движения головы, туловища, конечностей, в том числе костей, суставов, мышц; статики, координации движений);
- нарушения функций сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, пищеварительной, эндокринной систем и метаболизма, системы крови и иммунной системы, мочевыделительной функции, функции кожи и связанных с ней систем;
- нарушения, обусловленные физическим внешним уродством (деформации лица, головы, туловища, конечностей, приводящие к внешнему уродству; аномальные отверстия пищеварительного, мочевыделительного, дыхательного трактов; нарушение размеров тела).

2. Основные категории жизнедеятельности человека

К ним относятся способность к самообслуживанию, к самостоятельному передвижению, к ориентации, к общению, способность контролировать свое

поведение, способность к обучению, способность к трудовой деятельности. Ограничения в каждой из этих категорий могут быть выражены в разной степени.

I степень — стойкие незначительные нарушения функций организма человека, обусловленные заболеваниями, последствиями травм или дефектами, в диапазоне от 10 до 30%;

II степень — стойкие умеренные нарушения функций организма человека, обусловленные заболеваниями, последствиями травм или дефектами, в диапазоне от 40 до 60%;

III степень — стойкие выраженные нарушения функций организма человека, обусловленные заболеваниями, последствиями травм или дефектами, в диапазоне от 70 до 80%;

IV степень — стойкие значительно выраженные нарушения функций организма человека, обусловленные заболеваниями, последствиями травм или дефектами, в диапазоне от 90 до 100%.

Присвоение группы инвалидности

На основе этих критериев МСЭ присваивает группу инвалидности.

Первая группа — нарушение здоровья человека с IV степенью выраженности стойких нарушений функций (в диапазоне от 90 до 100%), обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами.

Вторая группа — нарушение здоровья человека с III степенью выраженности стойких нарушений функций (в диапазоне от 70 до 80%), обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами.

Третья группа — нарушение здоровья человека со II степенью выраженности стойких нарушений функций (в диапазоне от 40 до 60%), обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами.

Категория «ребенок-инвалид» устанавливается при наличии у ребенка II, III либо IV степени выраженности стойких нарушений функций организма (в диапазоне от 40 до 100%), обусловленных заболеваниями, последствиями травм и дефектами.

МСЭ выдает справку об инвалидности (оригинал справки об инвалидности хранится у родителей) и индивидуальную программу реабилитации или абилитации (ИПРА).

ИПРА ребенка-инвалида содержит разделы, касающиеся медицинской, психолого-педагогической, профессиональной, социальной реабилитации (или абилитации). Также в программе указываются технические средства реабилитации и услуги по реабилитации (ТСР).

Понятие «ограниченные возможности здоровья»

Обучающийся с ОВЗ — физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий (ст. 2 ФЗ-273).

В чем разница статусов?

Перечень детей, относящихся к группе ОВЗ, не закрыт и, кроме того, существенно отличается от ограничений жизнедеятельности, на основании которых устанавливается инвалидность. Обучающийся с ОВЗ — это обучающийся, нуждающийся в создании специальных условий для получения, в первую очередь, качественного доступного образования. Например, у слабовидящего ребенка может быть статус ОВЗ, так как ему необходимы специальные технические приспособления (увеличительные лупы и др.), пособия для обучения в школе. При этом у такого ребенка нет таких ограничений жизнедеятельности, в соответствии с которыми присваивается статус инвалид.

Не каждому ребенку-инвалиду требуются специальные условия для получения им образования. Например, ребенок с диагнозом сахарный диабет имеет статус «инвалид», но ему не нужны специальные образовательные условия. Следовательно, он не имеет статус «обучающийся с ОВЗ». В этом случае он получает реабилитационные услуги не в образовании, а в иных сферах (здравоохранении, социальной защите).

Вместе с тем один и тот же обучающийся может быть и инвалидом, и лицом с ОВЗ. Например, глухой ребенок получает статус «инвалид» (у родителей есть справка МСЭ об инвалидности и ИПРА), а также и статус «обучающийся с ОВЗ» (имеется заключение ПМПК).

В таком случае в разделе ИПРА, посвященном образовательной реабилитации, и заключении ПМПК должны быть идентичные с заключением ПМПК формулировки.

Для разведения терминов «ОВЗ» и «инвалидность» в настоящее время разрабатывается проект внесения изменений в ФЗ-273. Законопроект включает категорию инвалидов (детей-инвалидов) в категорию обучающихся с ОВЗ при наличии у них заключения ПМПК о необходимости создания специальных условий для получения образования.

Работа с особенными детьми

Работая с детьми с ОВЗ, нужно обладать определенными навыками:

— это, **во-первых**, умение создать атмосферу психологического комфорта, что позволит добиться положительной динамики реабилитационного периода для ребенка;

- **во-вторых**, это умение наладить контакт с ребенком. Что возможно с помощью мимики, взглядов, улыбок, жестов, ласковой выразительной речи, а главное - положительного эмоционального настроения.

Также следует позвать детей на занятия, чтобы научиться понимать простейший сигнал игровой ситуации: убегайте от собак, птиц, кошек, можно погрозить им пальцем; чтобы поймать куклу, искать ее, чтобы выразить удивление ее исчезновению. Используя определенные приемы, ребенок всесторонне развивается, обогащается новыми музыкальными впечатлениями, овладевает различными умениями.

Искусство развивает и воспитывает, позволяет понять жизнь и понять себя, формирует самооценку. Игра поможет организовать и активизировать детей с ограниченными возможностями здоровья, привлечь их внимание, установить с ними контакт, а наличие живой музыки на занятиях и праздниках станет для них мощным стимулом в процессе реабилитации.

Что такое детский церебральный паралич (ДЦП)?

Детские церебральные параличи (ДЦП) — это термин, обозначающий группу хронических двигательных нарушений, которые являются не прогрессирующими и вторичными по отношению к поражению или аномалиям головного мозга. Часто это повреждение или аномалия головного мозга возникает и развивается в перинатальном периоде развития ребёнка. ДЦП не является наследственным заболеванием.

Причины ДЦП

Детский церебральный паралич может появиться по ряду причин. Эти причины могут оказывать негативное воздействие на развитие ребенка, как во время беременности, так и во время родов, а также впервые недели жизни ребенка.

Основными причинами являются:

- если был нарушен процесс развития коры головного мозга плода во время беременности из-за различных негативных факторов;

- если во время беременности плод испытывал недостаток кислорода по тем или иным причинам;
- развитие различных поражений головного мозга плода во время беременности под воздействием различных внешних и внутренних факторов;
- различные внутриутробные инфекции, чаще всего герпес-вирусные инфекции;
- несовместимость крови плода и матери;
- травмы, вызывающие поражение головного мозга ребенка во время рождения и после рождения;
- инфекционные поражение головного мозга ребенка после рождения;
- токсические поражения головного мозга ребенка после рождения;
- в результате врачебной ошибки при родах.

К сожалению, не всегда есть возможность определить главную причину, которая вызвала ДЦП в каждом конкретном случае.

Рекомендации для волонтеров при работе с детьми с ДЦП

Основные правила взаимодействия с ребенком:

- Развивайте самостоятельность. Помогайте ребенку осваивать различные навыки. Не делайте вместо него, но делайте вместе с ним. Постепенно идите к тому, чтобы ребенок учился справляться с некоторыми заданиями и делами без вас. Да ему будет тяжело. Да вам будет тяжело наблюдать за его неудачными попытками. Но постепенно у него начнет получаться. Делайте вместе с ним, показывайте много раз, поощряйте стремление к самостоятельности. Имейте терпение и увидите, как ваш ребенок приобретает все больше и больше полезных навыков.
- Проводите систематические занятия. В занятиях с ребенком следует идти от простого к сложному. Сложность заданий увеличивайте постепенно. Придерживайтесь плана развития, разработанного совместно со специалистами педагогами, врачами, логопедами, психологами и т.д. Тут очень важно терпение и постепенно результат появится.
- Стимулируйте компенсацию особенности ребенка. Для этого необходимо направить все силы на развитие коммуникабельности, развивать у ребенка широту взглядов и интересов. Развивать остроумие, обаяние, уверенность в себе и своих силах. Стимулировать ребенка приобретать как можно больше знаний и навыков в сферах, которые ему интересны. Все это поможет в будущем ребенку найти свое место в жизни и успешно социализироваться.

Что такое ЗПР и как проявляется?

ЗПР — это задержка психического развития детей, чаще всего проявляется в возрасте 5-6 лет. Выражается в нестойкости эмоционально-волевой сферы, быстрой истощаемости, сниженном внимании, низкой работоспособности. Кроме того, высшие психические функции, такие как опосредованное и произвольное запоминание, обобщающие функции образного и логического мышления, развиваются и формируются не в том темпе как следует.

Часто задержку психического развития путают с умственной отсталостью, но это принципиально разные понятия.

В случае умственной отсталости нарушены мыслительные функции.

Ребенок, страдающий умственной отсталостью, не может нормально анализировать, обобщать, сравнивать. А у ребенка с задержкой психического развития страдает интеллектуальная сфера, это выражается в невнимательности, плохой памяти, повышенном игровом интересе. Ребенок отказывается от деятельности, которая ему неинтересна.

В самом раннем возрасте болезнь, как правило, не проявляется, она может возникать от различных факторов и подразделяется на разные виды.

ЗПР может возникнуть по биологическим и социальным причинам.

Биологические причины возникновения ЗПР:

- формируется во время беременности, из-за инфекционной болезни матери или других неблагоприятных факторов;
- передается по наследству;
- ребенок родился недоношенным;
- в результате травм при родах.

Социальные причины возникновения ЗПР:

- неблагополучная семья;
- ребенку уделяют мало времени.

Основные виды ЗПР:

- **конституциональная форма** болезни определяется наследственностью. Имеет не только психическую, но и физиологическую природу. При хорошем педагогическом воздействии имеет благоприятные прогнозы. Характеризуется слабой эмоционально-волевой сферой. Дети отказываются делать то, что не представляет для них игрового интереса. При этом часто бывают в хорошем настроении, имеют легкий и приятный характер;

- **соматогенная задержка** - причиной являются перенесенные заболевания, оказывающие пагубное влияние на развитие мозга. Такие дети

часто испытывают головные боли, им характерно отсутствие аппетита. Быстро утомляются, не проявляют инициативы, испытывают трудности при взаимодействии с коллективом. Им требуется постоянная педагогическая поддержка;

- **психогенная форма** возникает из-за неблагоприятных социально-психологических факторов. Если негативное воздействие не устранить мозговая дисфункция будет все более усиливаться. При устранении неблагоприятных факторов и хорошей психолого-педагогической поддержке ребенка можно полностью устранить нарушения.

Советы в общении с детьми с задержкой психического развития

- необходимо постоянно поддерживать у ребенка уверенность в своих силах;
- не следует акцентировать внимание на недостатках ребенка;
- необходимо всегда давать ребенку некоторое время на обдумывание, не требовать от него немедленных ответов;
- в момент выполнения задания не следует отвлекать ребенка;
- важно дробить инструкцию на части и давать ребенку по порядку, по мере выполнения задания;
- стараться использовать картинки, игрушки и другие зрительные образы при объяснении нового материала;
- при запоминании стараться, чтобы дети не только проговаривали материал, но и наблюдали зрительные образы, совершали двигательную активность.

Это усиливает запоминание:

- важно создавать для ребенка максимально спокойную и комфортную обстановку;
- важно в процессе обучения использовать различные дидактические игры, стараться максимально их разнообразить;
- контроль над выполнением задания нужно осуществлять очень мягко и ненавязчиво.

Что такое СДВГ.

СДВГ – синдром дефицита внимания и гиперактивности. В основе этого синдрома лежит выработка веществ, с помощью которых по нейронным цепям передается информация.

Выработка этих веществ происходит волнообразно и побуждает проявлять реакцию, не соответствующую ситуации. Происходит это в зонах мозга, ответственных за удержание внимания и принятия решений. Дети, которым поставили диагноз СДВГ не могут долго удерживать внимание, выполнять однообразную деятельность, они испытывают проблемы с принятием решения, их поведение часто может не соответствовать возрастным нормам и социальным правилам.

СДВГ проявляется в детском возрасте, чаще всего у мальчиков и в возрасте старше 4 лет. Это расстройство проявляется характерным поведением. К детям с СДВГ требуется индивидуальный подход, как со стороны родителей, так и со стороны педагогов. С детьми, у которых наблюдается синдром дефицита внимания и гиперактивности, необходимо проводить коррекционную работу.

СДВГ проявляется в детском возрасте. Синдром сохраняется на долгие годы, затрудняя процесс обучения и социализации ребенка.

Как проявляется СДВГ:

- Ребенок не может играть в игры и выполнять деятельность, требующую концентрации внимания. В процессе игры возникают сложности с выполнением определенных заранее правил.

- Ребенку тяжело выполнять одно действие. Он постоянно переключается от одного действия к другому. Очень быстро теряет интерес к занятиям, игрушкам. Не усидчив, проблемы с вниманием, очень забывчив и рассеян.

- Ребенок часто игнорирует нормы поведения. Имеет сложности с принятием решений.

Как общаться с ребенком, у которого диагноз СДВГ?

- Прежде всего, запастись терпением. Важно запомнить: ругать, читать нотации, категорично запрещать, нет смысла. Важно понять, что дети с СДВГ ведут себя так не специально, а просто потому, что по-другому не могут. Кроме того, они обладают повышенной чувствительностью к положительным стимулам, но имеют очень высокий порог к отрицательным. То есть слова «нельзя», «нет», «не делай это», «я тебе это запрещаю» на них практически не действуют. Скорее всего, они еще и начнут оспаривать ваш авторитет при попытке воздействовать на них через отрицательные подкрепления.

Поэтому важно запомнить: при взаимодействии с ребенком мы забываем об отрицательных подкреплениях (это любые наказания за неподобающее поведение, крик, ругань, штрафные санкции и прочее) и используем только

положительные подкрепления (похвала, вознаграждение, это может быть игрушка, конфета, совместная прогулка или игра, что-то, что любит ребенок).

Так же ребенку очень важно четко соблюдать режим дня. Занятия должны проходить в одно и тоже время.

Так же важно чтобы у ребенка были определенные обязанности, которые должны быть так же четко прописаны в распорядке дня. Он должен знать, во сколько он должен сделать определенное дело и сколько времени на него должен потратить. Ребенка важно контролировать, но делать это следует мягко. Вдохновлять его своим примером. Хвалить за успехи. Вначале они будут, скорее всего, незначительными, нужно быть к этому готовыми. Можно разработать систему премирования. Например, за выполнение своих обязанностей в течение недели ребенок получает какое-то приятное вознаграждение. Это может быть какая-то совместная игра, в которую ребенок давно хотел с вами поиграть, вкусный подарочек (с разрешения родителей), или еще что-нибудь интересное ребенку.

Очень важно при общении с детьми контролировать свои эмоции. Если вы что-то запрещаете ребенку, следует объяснить, почему это делать нельзя. Объяснить, чем выражен ваш запрет. Если объяснить не получается, лучше отвлечь и переключить внимание и таким образом перевести его в конструктивную деятельность. Спокойный, ровный тон, юмор, доброжелательный настрой и терпение. Важно хвалить ребенка за любые даже минимальные успехи. Так же важен и телесный контакт, обнять в трудной ситуации, показать вашу поддержку, это будет служить укреплению эмоциональной связи между вами, а также может быть отличным положительным подкреплением.

- На занятии с ребенком важно обратить пристальное внимание на рабочий стол. Там не должно быть ничего постороннего. Дело в том, что такие дети не в состоянии самостоятельно сделать так, чтобы их ничего не отвлекало, поэтому при организации любой их деятельности, важно правильно организовать рабочее пространство. Никаких ярких цветов и отвлекающих предметов.

- Когда вы даете ребенку какое-то задание важно дать подробные инструкции, несколько раз показать, сделать вместе и только потом поручить ему выполнить это действие самостоятельно. В итоге следует его мягко проконтролировать. И обязательно хвалить.

Хвалить в процессе совместного выполнения, хвалить за то, что он хорошо справился с заданием самостоятельно. Это очень важно с любыми детьми, а с детьми с СДВГ особенно.

- Детям тяжело находиться среди большого количества людей. Для ребенка очень полезны физические упражнения и прогулки на свежем воздухе. Важно подобрать именно то, что нравится ребенку. Занятия спортом помогут сбросить избыток энергии и окажут позитивное влияние на нервную систему ребенка. Но важно следить за тем, чтобы у ребенка не было переутомления. Всего должно быть в меру.

Когда вы даете ребенку задание, которое требует от него повышенной концентрации внимания, важно придерживаться следующих правил:

- задание должно быть четким и содержать подробные инструкции;
- задание должно быть зафиксировано в распорядке дня, ребенок должен знать, сколько времени ему отведено на выполнение задания;
- задание должно быть одно, никакой многозадачности.

Выполнение задания должно мягко контролироваться и в процессе выполнения ребенку нужно оказывать необходимую помощь, если она требуется.

Так же важно помнить, что ребенок физически не может внимательно слушать, при этом спокойно сидеть и сдерживать свои импульсы длительное время. Поэтому если он вас внимательно слушает, но при этом не может спокойно сидеть, постарайтесь не ругать его за это, а похвалить, что он внимательно вас слушает.

Аутизм. Что это за болезнь?

Аутизм — это расстройство, при котором ребенок отказывается взаимодействовать с другими людьми. Как с взрослыми, так и детьми. Признаки аутизма чаще всего проявляются в возрасте до 3 лет. Аутизм не является следствием плохого воспитания. Это расстройство возникает в результате нарушения развития мозга. Дети, страдающие аутизмом, имеют отклонения в общении и сложности в социальном взаимодействии, а также обладают стереотипностью в поведении и интересах.

Формы аутизма бывают очень разными. При легкой форме особенности ребенка могут быть едва заметными и почти не мешать его развитию, при тяжелых формах аутизма дети могут вообще отказываться идти на любой контакт и эти особенности пагубно влияют на его развитие.

Аутизм является психофизическим нарушением, при этом многие дети, страдающие аутизмом, обладают исключительными способностями в различных сферах. Главное вовремя это заметить и развить. Это может помочь им адаптироваться в обществе.

Наиболее типичные симптомы аутизма:

- Ребенок страдает нарушениями речи, часто наблюдается полное ее отсутствие, может не понимать речь других людей и не имеет стремления учиться разговаривать и общаться с другими людьми, реагирует только на односложные слова, не может анализировать и абстрактно мыслить, обобщать. Часто может повторять отдельные слова, которые слышал ранее от кого-то, по радио или телевизору. Повторяет их не к месту, не задумываясь об их смысле.

- Ребенок не обращает внимания на то, что его окружает. Не фиксирует взгляд на предметах, игрушках, окружающей обстановке. Не реагирует на голос. В том числе на голос мамы и папы. Уходит в себя. Отказывается от контакта, избегает общения.

- Ребенок относится к окружающим как к неодушевленным предметам. При этом для таких детей характерна повышенная впечатлительность. Его реакции часто нестандартны. Непредсказуемы и непонятны. Зрительное внимание очень кратковременно и выборочно.

- Даже первые месяцы жизни ребенок сопротивляется физическому контакту с родителями.

- Ребенка не интересуют игрушки. Игра очень нестандартна. Проявляется в однообразных и повторяющихся движениях. Играет с предметами, не предназначенными для этого, или играет с обычными игрушками не обычным способом (например: переворачивает машинку и бесконечно крутит у нее колеса, крутит колечки от пирамидки, но собирать ее отказывается.)

- Ребенок не хочет контактировать с другими детьми и взрослыми. Отказывается от обычных игр. Навыки игры у него особенные и своеобразные. Сюжетно-ролевую игру вообще не приемлет и не хочет осваивать. Зачастую вообще не замечает окружающих и не хочет с ними общаться.

- Очень тяжело осваивает навыки самообслуживания.

- Не понимает опасности от различных предметов, при переходе дороги, не обращает внимания на машины и требует повышенного внимания и контроля со стороны взрослого.

- Очень часто может проявлять агрессию, которую направляет на себя, но при попытке установить с ним контакт может кусаться, царапаться, кричать. После не чувствует сожаления и не реагирует на чувства родителей.

- У ребенка очень часто повторяются определенные навязчивые движения, например, он крутится на месте или бежит из угла в угол. Делает это он, как правило, полностью без эмоций, не обращая внимания на окружающих. Смотрит как будто бы сквозь них.

Советы волонтерам при общении с детьми с аутизмом

- дети больше привязаны к предметам, чем к людям. При работе с ними эту особенность следует учитывать и использовать.

- они очень чувствительны к звукам и прикосновениям. Поэтому при работе с ними деятельность должна сменяться плавно, иметь четкий порядок и не сопровождаться неожиданными звуками.

- детей важно постоянно страховать. Некоторые дети имеют особенность провоцировать взрослых, кидаясь под машину, падая со стула или совершая другие опасные действия. Всю степень опасности они чаще всего не осознают. Эту особенность важно знать и учитывать. Ругать за это их бесполезно.

- детей важно научить сбрасывать стресс продуктивными методами. Например, с помощью арт-терапии.

- важно стимулировать интерес ребенка к окружающему миру любыми доступными способами.

- постоянно привлекать внимание ребенка к своим действиям.

- даже если ребенок не обращает внимания на внешние раздражители, это не значит, что он ничего не слышит. Ставьте ему аудио сказки, рассказывайте сами интересные истории. Даже если он на вас не обращает внимания, он все равно развивается. Если ребенок не выражает бурного протеста — это уже хорошо. Учитывайте эти особенности при работе с детьми.

Для развития ребенка с ОВЗ очень важно много и эмоционально с ним разговаривать. Важно разговаривать очень эмоционально, разнообразно и намного больше, чем с обычными детьми. Делать это нужно, даже если он на вас вообще не реагирует. При должном внимании, ребенок начинает постепенно адаптироваться. Главное иметь терпение и продолжать систематические занятия.

Психологические особенности и проблемы родителей, имеющих детей с инвалидностью

Никому не хочется иметь ребенка с физическими или иными недостатками. Все ждут, что малыш будет здоровым, красивым и умным, что он добьется успехов обществе и станет опорой. Ничего удивительного нет в том, что родители волнуются в ожидании ребенка: каким он родится, и, если он появляется на свет с нарушениями или больным, для них это глубокое потрясение. Поначалу у них наблюдаются чувства вины, гнева, стыда, безысходности и жалости к самим себе. Иногда возникает желание убить ребенка и себя. Неспособность принять ситуацию может привести к отказу от

ребенка, к упованиям на несчастный случай с ним или на то, что он окажется чужим. Не секрет, что родители к такому ребенку испытывают двойные чувства: то они любят его так же, как могли бы любить здорового ребенка, то злятся на него, боятся и даже отвергают. Это и понятно: ребенок желанный и любимый, но его нарушения неожиданны, и родители это остро переживают.

Следует отметить, что семья, имеющая ребенка с ограниченными возможностями здоровья (с психически и соматически больным ребенком), не обязательно попадает в разряд «проблемных семей», не способных конструктивно решать задачи развития. Однако рождение больного ребенка может быть деструктивным фактором, который нарушает привычное функционирование семьи и в конечном итоге приводит к трансформации ее структуры.

Традиционно выделяются несколько типов реакции родителей и соответствующих им стратегий поведения.

1. *Принятие ребенка и его дефекта*

Родитель принимает дефект своего ребенка, объективно его воспринимает, адекватно оценивает и проявляет настоящую преданность ребенку. Родители не испытывают чувства вины или неприязни к ребенку. Главным девизом считается: «Необходимо достигнуть как можно большего там, где это возможно». В большинстве случаев вера в силы и способности ребенка дает родителям душевную силу и поддержку. Такой тип поведения обеспечивает наиболее эффективную адаптацию ребенка во внешней среде.

2. *Реакция отрицания*

Отрицается, что у ребенка имеется дефект, что ребенок аномальный, что его дефект оказывает воздействие на эмоциональное состояние родителей. Планы относительно образования и профессии ребенка свидетельствуют о том, что никакие ограничения не принимаются и не признаются. Ребенка воспитывают в духе честолюбия, родители настаивают на высокой успешности его деятельности. У самого ребенка, вероятнее всего, могут происходить срыв адаптации и истощение психоэмоциональных компенсаторных ресурсов, что приводит к ухудшению его состояния. У родителей наступают разочарование и отвержение ребенка вследствие нереализованности их родительских амбиций.

3. *Реакция чрезмерной защиты, протекции, опеки*

Родителей переполняет чувство жалости и сочувствия, они защищают ребенка от всех опасностей. Мать проявляет чрезмерную любовь, родители стараются все сделать для ребенка и за него, поэтому он может долго, а иногда всю жизнь находиться на инфантильном уровне. У него формируются пассивность, несамостоятельность, психическая и социальная незрелость. Ребенок

лишается возможности развивать сохранные психические процессы и компенсировать дефект, что затрудняет его дальнейшее обучение и общую адаптацию.

4. *Скрытое отречение*

Дефект считается позором. Отрицательное отношение и отвращение к ребенку скрываются за чрезмерно внешне заботливым, предупредительным, внимательным поведением. Скрытое эмоциональное отвержение ребенка родителями компенсируется педантичным формальным выполнением функциональных родительских обязанностей. Эмоциональная холодность родителей травмирует ребенка, снижая его самооценку, деформирует развитие эмоциональной сферы личности.

5. *Открытое отречение, отвержение ребенка*

Ребенок с дефектом открыто принимается с отвращением, и родитель полностью осознает свои враждебные чувства к нему. Оправдание агрессии, рационализация враждебных чувств и преодоление чувства вины за их проявление у родителей реализуется по типу психологической защиты. Общество, врачи, учителя объявляются виноватыми во всех бедах. В случае конфликтных отношений с прародителями либо разрушенных супружеских отношений «ответственной» за дефект может объявляться «дурная наследственность» со стороны отвергаемого супруга. Родитель чужой виной обосновывает свою враждебность и испытывает от этого облегчение.

Жизненные ориентации деформируются по-разному у матерей и отцов. Матери находятся с детьми постоянно. Ребенок с ОВЗ требует от матери гораздо больше затрат времени и энергии, чем обычный ребенок, он связывает мать по рукам и ногам. Матери часто жалуются на обилие повседневных забот, связанных с ребенком, что ведет к повышенной физической и моральной нагрузке, подтачивает их силы и вызывает запредельное утомление. Часто для таких матерей свойственны снижение психического тонуса и заниженная самооценка. Они утрачивают радость жизни, отказываются от дальнейшей профессиональной карьеры. У отцов детей с ОВЗ зачастую наблюдается другая тенденция: отец не принимает ребенка с нарушениями по состоянию здоровья и постепенно отдаляется от семьи. Он холодно относится к ребенку, отказывая ему в любви и поддержке. Подобное отношение к ребенку со стороны отца травмирует мать ребенка, понижает ее самооценку. Чаще всего отцы уходят из таких семей.

Основными проблемами семьи, имеющей ребенка с ограниченными возможностями здоровья, являются:

- **медицинские проблемы**: получение информации о заболевании ребенка и особенностях его течения, прогнозе, ожидаемых социальных трудностях;

овладение практическими навыками выполнения медицинских рекомендаций, коррекции речи; поиск возможностей дополнительного консультирования ребенка, его госпитализации, получения путевок в санатории и т. д.;

- **экономические проблемы:** в семьях, имеющих ребенка-инвалида, уровень материальной обеспеченности оказывается ниже, чем в семьях со здоровыми детьми. Жилищные условия, обычно не приспособлены для ребенка-инвалида. В таких семьях возникают проблемы, связанные с приобретением продуктов питания, одежды и обуви, мебели, предметов бытовой техники. Простые семьи не могут обеспечить крайне необходимый уход за ребенком. Услуги для такого ребенка преимущественно платные (лечение, дорогостоящие лекарства, медицинские процедуры, массаж, путевки санаторного типа, необходимые приспособления и аппараты, обучение, оперативные вмешательства, ортопедическая обувь, очки, слуховые аппараты, инвалидные кресла, кровати и т. д.).

- **проблема воспитания, обучения и ухода** за больным ребенком, которая заключается в трудностях, связанных с подготовкой ребенка к школе и помощью в его обучении, особенно при обучении на дому;

- **психологические проблемы**, которые связаны, прежде всего, с тревогой за судьбу ребенка-инвалида всех членов семьи, напряжение во взаимоотношениях родителей из-за необходимости решения всевозможных проблем; уходом одного родителя из семьи; негативным восприятием со стороны окружающих физических недостатков ребенка.

- **изолированность семей.**

Испытывая трудности в преодолении кризиса, связанного с рождением ребёнка-инвалида, семья полностью посвящает себя ребёнку, становится малообщительной, избирательной в контактах. В силу особенностей физического и психического состояния ребёнка, а также из-за личностных установок самих родителей ограничивается общение с родственниками, сужается круг знакомых. Во многих случаях мать оставляет работу для того, чтобы ухаживать за ребёнком, или переходит на низкооплачиваемую и малоквалифицированную работу, расположенную рядом с домом. Порой матери бывает трудно выйти из дома, например, в магазин, так как она боится оставить ребёнка одного или без должного присмотра. В случае трудностей передвижения ребёнка, его сложно вывести на улицу, поехать с ним в город, например, в поликлинику. При отсутствии помощи и поддержки со стороны общества, социальная изолированность семей усиливается.

Трудности при работе волонтеров с семьями

При организации волонтерской работы в семьях (на дому):

- потребительский подход со стороны семей;
- родители неохотно идут на контакт, если нет материальной помощи;
- родители порой не заинтересованы или просто у них нет сил на развитие и социализацию ребенка;
- работа с детьми инвалидами или сиротами и трудными подростками, работа с кризисными семьями – это всегда очень сложная сфера личной включенности;
- массовые волонтеры – не подходят;
- подавляющее большинство волонтеров не готово к работе с «проблемными» детьми и семьями;
- семьи закрыты;
- позитивные изменения в жизни ребенка благодаря волонтерам могут стать бременем для родителей.

Знакомство с семьями. первичный контакт

Организация первичного контакта является важным аспектом деятельности волонтеров, во многом определяющим эффективность дальнейшего взаимодействия. Встреча организуется специалистом, курирующим семью.

Для членов семьи приход в дом посторонних людей является фактором, повышающим уровень тревожности. Волонтеры также могут испытывать волнение и беспокойство, связанное с необходимостью вторжения в личное пространство семьи. Родители и ребенок с первой минуты общения могут находиться в некотором напряжении. Об этом свидетельствуют выражения лиц, позы, повышенные или пониженные голоса близких ребенка. В связи с этим одной из задач волонтера является установления связи с куратором семьи/специалистом. Следует знать, что тональность первой фразы, выразительность мимики, движений, открытость улыбки — это те невербальные средства, которые обязательно должны использоваться для установления контакта и вхождения в мир проблем семьи ребенка с отклонениями в развитии. Не стоит забывать, что для членов семьи ребенка с отклонениями в развитии это еще одно испытание в череде попыток найти истину, исцеление и покой. Поэтому позитивная тональность

беседы, которую ведет психолог, волонтер, его бодрое приветствие ((«Добрый день! Как добрались? Долго ли ждали? Как приятно видеть всю семью вместе! Я вас внимательно слушаю...»)) очень важны.

Первичный контакт может быть организован как дома, так и на базе учреждения, где семья получает психолого-педагогическую, медико-социальную помощь. Предпочтительнее, чтобы знакомство состоялось в домашней обстановке. Это является наиболее удобным для семьи, снижает уровень тревожности.

Родители сами могут выбирать наиболее удобное место для беседы. Установление эмоционального контакта волонтера с ребёнком осуществляется в ходе игрового взаимодействия. Попросите его накануне знакомства рассказать вам о семье и ребёнке, с которым предстоит общаться. Для того чтобы облегчить процесс установления контакта между волонтером и ребёнком, необходимо попросить родителей рассказать о его интересах, любимых играх, особенностях характера и поведения.

В ходе первичного визита в семью могут обсуждаться такие организационные вопросы, как:

- какова периодичность и длительность домашних визитов волонтеров в семью;
- в какие дни недели волонтеры смогут осуществлять домашние визиты;
- в течение какого периода семья может рассчитывать на поддержку персональных помощников.

В процессе установления первичного контакта волонтеры могут рассказать о своих интересах и увлечениях, какое игровое взаимодействие или какой вид детской деятельности они смогут организовать. Кроме того, совместно со специалистом волонтер должен обсудить с родителями опасения, которые возникают у них по взаимодействию волонтера с ребёнком.

В завершение визита участники беседы обмениваются контактными телефонами, адресом электронной почты, договариваются о следующей встрече.

Формы работы персональных помощников

Индивидуальные развивающие игры-занятия. Они проходят в игровой форме, направлены на формирование и закрепление когнитивных, речевых, двигательных, социальных, коммуникативных навыков. Родитель ребёнка является наблюдателем.

Групповые развивающие игры-занятия. Организация и проведение

коррекционно-развивающих занятий в игровой форме, направленных на формирование и закрепление когнитивных, речевых, двигательных, социальных, коммуникативных навыков. В процессе работы активное участие принимают родители, братья, сёстры и другие близкие взрослые, с которыми проживает ребёнок.

Совместные игровые взаимодействия, прогулки и продуктивные виды деятельности. Сюжетно-ролевые игры, игры-театрализации. Прогулки во дворе дома, в парке. Активное участие в спортивных, культурно-массовых мероприятиях. Занятия творчеством: лепка из пластилина, глины, солёного теста; рисование; выполнение аппликаций, поделок из природного материала; оригами.

Информирование. Предоставление персональными помощниками информации о мероприятиях, которые можно посетить вместе с ребёнком, о литературе, которая будет полезна родителям в процессе обучения и воспитания ребёнка. Поиск определённой информации по запросу родителей.

Специфика работы волонтеров

Особенности работы волонтеров:

- Волонтер должен уметь устанавливать взаимодействие с семьями вне зависимости от возраста и диагноза ребёнка.
- Подбор игрового развивающего материала и дидактических пособий, соответствующих возрастным и психологическим особенностям ребёнка, а также способствующих развитию восприятия, внимания, памяти, мышления, речи, двигательной, эмоционально-волевой, личностной сферы ребёнка.
- Учёт ритма жизни и традиций семьи.
- При выявлении фактов жесткого обращения с ребёнком (психологического, физического характера, пренебрежение нуждами ребёнка) персональный помощник должен поставить в известность специалиста.

Кроме того, необходимо помнить, волонтер несёт затраты на проезд, на приобретение билетов в учреждения культурно-массового характера, на расходные канцелярские принадлежности.

Общие правила этикета при общении с детьми-инвалидами и детьми с ОВЗ

- Не забывайте, что если ребёнок не говорит, это не значит, что он не понимает.

- Если ребёнок говорит хорошо и много, это не значит, что он мыслит также, как и мы.

- Если ребёнок использует обидные слова, как правило, он не вкладывает в них тот же смысл, что и взрослые.

- Многие очевидные для нас вещи ребёнок может не знать или не понимать – нужно объяснять – простым языком (!).

- Если ребёнок дерётся или проявляет другие агрессивные действия — значит, он не знает (или не может) как по-другому объяснить, что ситуация для него непереносима.

- Общаясь с ребенком-инвалидом, обращайтесь непосредственно к нему, а не к сопровождающему, родителю.

- Естественно пожать руку человеку с инвалидностью – даже те, кому трудно двигать рукой, или кто пользуется протезом.

- При встрече с человеком с ослабленным зрением обязательно называйте себя и всех, кто с вами. Если у вас общая беседа в группе, не забывайте пояснить, к кому в данный момент вы обращаетесь и назвать себя.

- Предлагая помощь, подождите, пока ее примут, а затем спрашивайте, что и как делать. Если не поняли, не стесняйтесь – переспросите.

- Обращайтесь с детьми-инвалидами по имени, а уже с подростками – как со взрослыми.

- Опирайтесь или повиснуть на чьей-то инвалидной коляске – то же самое, что опираться или повиснуть на ее обладателе.

- Разговаривая с человеком, испытывающим трудности в общении, слушайте его внимательно. Будьте терпеливы, ждите, пока он сам закончит фразу. Не поправляйте и не договаривайте за него. Не стесняйтесь переспрашивать, если вы не поняли собеседника

- Когда вы говорите с человеком, пользующимся инвалидной коляской или костылями, постарайтесь расположиться так, чтобы ваши глаза были на одном уровне. Вам будет легче разговаривать, а вашему собеседнику не понадобится запрокидывать голову.

- Чтобы привлечь внимание человека, который плохо слышит, помашите ему рукой или похлопайте по плечу. Смотрите ему прямо в глаза и говорите четко.

- Не смущайтесь, если случайно сказали: «Увидимся» или: «Вы слышали об этом...?» тому, кто на самом деле не может видеть или слышать.

Как учитывать интересы особенного ребенка?

1. Интерес нередко равен тому, что хорошо получается. Хорошо бы это и развивать, при условии, что ребёнку это нравится.
2. При гипер или гипо-чувствительность важно добавить соответствие: гипо — усиливаем, а гипер — уменьшаем.
3. Если ребенок визуал, то есть внимательно смотрит на изображения, он может захотеть забрать их с собой. Учитывайте социально приемлемые действия в соответствии с уровнем актуального развития.
4. Если ребенок аудиал — слушает и реагирует на звуки (например, может зажать уши), подстройтесь под это: не говорите громко или наоборот слишком тихо, наблюдайте, что из звуков особенно нравится, включайте их для поощрения.
5. Если ребенок кинестетик — очень быстро передвигается, пытаться взять в рот предметы или понюхать или лизнуть, научите его социально приемлемому поведению, найдите предметы, помогающие социально-приемлемой стимуляции.

Негативные проявления в поведении и характере

Мы можем выделить следующие негативные проявления в поведении и характере ребёнка: упрямство, неуправляемость, неусидчивость, агрессивность, гиперактивность, неприятие образа «Я».

Сейчас мы рассмотрим каждое проявление.

Упрямство. Это способ утверждения себя как личности.

Неуправляемость. Какой родитель не сталкивался с неприятными проявлениями детского характера: шкодит, дерется, не слушается, впадает в истерику. У родителей появляется злость, раздражение, беспомощность и усталость, а ребенок начинает утверждать свои жизненные позиции.

Агрессивность. Это признак внутреннего эмоционального неблагополучия ребенка, комплекс негативных переживаний его, один из неадекватных способов психологической защиты.

Гиперактивность. Это синдром дефицита внимания.

Неприятие образа «Я». Это детская привычка спорить, протестовать, настаивать на своем, требовать себе всего, чего хочется, делая себе плохо.

Способы реагирования волонтера на негативные форм поведения ребёнка.

Характеристика негативных форм поведения детей. Цели и потребности ребёнка (привлечение внимания, влияние, месть, избегание неудачи). Зависимость негативных форм поведения от обстоятельств, от цели принадлежности к значимой социальной общности. Техники коррекции негативных форм поведения ребёнка. Методы и техники коррекции агрессивного поведения. Методы и техники коррекции невротичных проявлений в поведении ребёнка. Методы и техники коррекции эмоциональной неустойчивости в поведении ребёнка.

У детей с ОВЗ процесс формирования личности осложняется прежде всего тем, что они не умеют обобщать и использовать накопленный опыт. В связи с этим проявляются различные негативные проявления в поведении детей. Формирование сознания ребёнка с нарушениями интеллекта менее всего поддаётся коррекции. Необходимо направить все усилия, чтобы помочь ему приспособиться к жизни и выработать нужное для него поведение. В этом на помощь приходит поведенческая психотерапия.

Несколько методов выхода из провокационной ситуации с ребенком.

Метод 1 «Отрицательное подкрепление» – это то, чего ребенок хотел бы избежать. Волонтер может использовать повышение голоса, нахмушивание бровей, неприятный звук. Отрицательное подкрепление может использоваться в том случае, если мы имеем дело с сознательным и преднамеренным отклонением поведения.

Метод 2 «Угашение». Он предполагает исчезновение поведения, которое пропадает само собой, если не получает подкрепления. То есть волонтер должен не акцентировать внимание на негативные формы поведения ребенка, если они не опасны для жизни и здоровья, или не влекут за собой других серьёзных последствий. Это для ребёнка это будет мощным отрицательным подкреплением и ему не захочется снова так поступать, потому что не будет эмоциональной отдачи.

Метод 3 «Переключение внимания, или отвлечение». Это также довольно известный способ изменения нежелательного поведения ребёнка. Этот способ относится к положительному подкреплению и при системном использовании даёт хорошие результаты.

Метод 4 «Положительное подкрепление, или поощрение». Положительное

подкрепление – это самый действенный способ формирования нужного типа поведения у детей. В качестве положительного подкрепления могут быть использованы сладости, поощрительные значки (с разрешения родителей), похвала, возможность заняться любимым делом.

Никакое другое поведение не раздражает так взрослых и не дезадаптирует детей, как **агрессивное**. Это одно из немногих состояний, на которое чаще всего встречаются жалобы родителей и педагогов. Агрессивное поведение может проявляться от подозрительности до физических действий. Агрессивные дети и подростки с ограниченными возможностями здоровья, - одни из самых малоуправляемых и плохо поддающихся коррекции учащихся. Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение, выделяют следующие: недостаточное развитие интеллекта; сниженная самооценка; низкий уровень самоконтроля; неразвитость коммуникативных навыков; повышенная возбудимость нервной системы вследствие различных причин. Проявления агрессивности, встречающиеся при психических заболеваниях, в первую очередь лечатся медикаментозно. Однако, психокоррекционные методы здесь играют весьма важную роль, так как без них адаптация ребенка, подростка к окружающей социальной среде крайне затруднительна.

Одним из факторов, способствующих профилактике и коррекции агрессивного поведения и стрессовых состояний у детей с ОВЗ является творческий потенциал личности. Арт-терапевтические формы выступают как средство самовыражения и проекции своих чувств относительно каких-либо ситуаций. Дети на всех занятиях или рисуют, раскрашивают, или заполняют карточки с заданиями акварельными красками, гуашью, цветными мелками и карандаши. Беседы, обсуждения выступают как формы закрепления достигнутых результатов после каждого упражнения, используется музыка как средство активизации или релаксации детей.

Упражнения для коррекции поведенческой сферы

«Разрывание бумаги»

В начале игры можно просто предложить ребенку рвать бумагу. Затем взрослый сам берет бумагу и начинает ее рвать, бросать, говоря при этом, что размер кусочка бумаги не важен. Затем можно предложить поиграть с ними (подбрасывать их вверх, делать кучки, прыгать на них).

«Птички»

Взрослый показывает детям, как птицы взмахивают крыльями, и приглашает ребенка «прилететь» к нему. Если ребенок не выполняет движение (взмах

руками), взрослый помогает ему. Задание можно усложнить. Взрослый присаживается на корточки и стучит пальцем по полу, показывая, как птички клюют зернышки.

«Рубим дрова»

Здесь можно помочь детям переключиться на активную деятельность, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее. Можно даже вскрикнуть: «Ух!»

Негативные проявления в эмоциональной сфере

Рассматривая негативные проявления в эмоциональной сфере, мы можем отметить следующее: страдания, пренебрежение, враждебность, страх, тревога, стыд, стресс, смена настроения.

Страдания. Страдания и грусть можно считать синонимами.

Враждебность. Это эмоции гнева, отвращения, пренебрежения.

Страх. Страх рано или поздно переживают все люди. Страх является наиболее опасной из всех эмоций. Но страх является не только злом, он может быть предупредительным сигналом и изменять поведение человека.

Тревога. Страх и тревога тесно связанные состояния.

Стыд. Переживание стыда начинается с усиленного осознания своего «Я».

Стресс. Это состояние психического напряжения, возникающее у человека в особо сложных ситуациях.

Смена настроения. Настроение в значительной степени зависит от того, как человек осознает те или иные события собственной и общественной жизни. При этом имеет значение и то, насколько человек может контролировать свое настроение.

Упражнения для коррекции в эмоциональной сфере

«Мороженое»

Дети стоят (сидят) на ковре. Им предлагается поиграть в мороженое. «Вы – мороженое, вас только достали из холодильника. Мороженое твердое, как камень. Ваши руки напряжены, ваше тело ледяное. Но вот пригрело солнце, мороженое стало таять. Ваше тело, руки, ноги стали мягкими, расслабленными. Вы таете, таете и превращаетесь в молоко».

«Поссорились и помирились»

Дети встают парами, лицом друг к другу. Сигнал «помирились»- дети обнимаются. Сигнал «поссорились» — поворачиваются спиной друг к другу и, конечно, показывают, какие они бывают, когда ссорятся.

(смена движений, показ эмоций, умение быстро реагировать)

Применение методов психогимнастики оказывает положительное влияние на эмоционально-психическое здоровье ребенка.

Игра как средство воспитания

Для успешного взаимодействия с детьми с ОВЗ необходимо пробудить их интерес к занятиям, мобилизовать их внимание и переключение с одного вида деятельности на другой, активизировать их деятельность через игры (*познавательные, сюжетно-ролевые, подвижные, конструктивные и др.*).

Игра решает следующие коррекционно-развивающие, коррекционно-воспитательные и образовательные задачи:

- Развитие познавательной деятельности ребёнка с ОВЗ;
- Развитие эмоционально- волевой сферы;
- Обогащение представлений об окружающем мире;
- Формирование коммуникативных навыков;
- Формирование культурного поведения;
- Развитие двигательной сферы, в том числе мелкой моторики.

Цель – создание условий для успешной адаптации ребёнка с ОВЗ в макромире, для коррекции и развития личности.

Каждый вид игры выполняет определённые функции.

1. Дидактические игры – одно из средств познавательной деятельности ребенка с нарушением интеллекта. Дидактические игры развивают наблюдательность, внимание, память, мышление, речь, повышают эффективность обучения.

2. В сюжетно-ролевых играх дети при помощи взятых на себя ролей воспроизводят жизнь взрослых людей, их взаимоотношения, их деятельность. В ходе игры ученик познаёт мир и усваивает общественный опыт. Воспитывается стремление к учению, умение и желание трудиться, а также моральные качества, обогащается речевой запас.

3. Театрализованные игры – это разновидность сюжетно-ролевых игр, однако они развиваются по заранее подготовленному сценарию, в основе которого – содержание сказки, рассказа.

4. Подвижные игры служат средством коррекции моторных нарушений, т. к. большинство таких детей имеют двигательные нарушения.

5. Для детей с нарушением интеллекта конструктивные игры служат средством развития восприятия формы, объёма, размеров различных предметов. В ходе конструктивных игр ребят развивается пространственная ориентация, а также мелкая моторика.

Игры на развитие мелкой моторики

Принято говорить о двух видах моторики: мелкая и крупная. И обе одинаково значимы для развития ребенка, для стимуляции речевой активности.

Крупная моторика - это движения тела (корпуса, рук, ног)

Мелкая моторика - это четкие, хорошо скоординированные движения пальцами.

У детей, относящихся к группе компенсирующей направленности, практически всегда имеются проблемы речевого развития. Многочисленные исследования учёных подтвердили: уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук, т.е. от развития мелкой моторики. Вместе с мелкой моторикой развивается не только речь, но и внимание, мышление, координация, наблюдательность, зрительная и двигательная память. Все эти сферы у данной категории детей нуждаются в коррекции. В связи с этим очень важно развивать мелкую моторику у детей с ОВЗ. Пальчиковые игры являются одним из самых доступных видов работы по развитию мелкой моторики. Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы всего тела.

Для получения максимального «коэффициента полезного действия» игры с пальцами рук и занятия должны быть составлены таким образом, чтобы:

1. сочетались сжатие, расслабление, растяжение пальцев;
2. использовались изолированные движения каждого из них.

Пальчиковые игры разнообразны по содержанию. Их можно разделить по способам действия:

1. Игры – манипуляции.

«Ладушки-ладушки...», «Сорока-белобока...»- указательным пальцем осуществляют круговые движения.

«Пальчик-мальчик, где ты был?», «Мы делили апельсин...», «Этот пальчик хочет спать...», «Этот пальчик – дедушка...», «Раз, два, три, четыре, кто живёт в моей квартире?», «Пальчики пошли гулять...» - ребёнок поочерёдно загибает каждый пальчик. Эти упражнения он может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение: в каждом пальчике ребёнок видит тот или иной образ.

2. Сюжетные пальчиковые упражнения.

«Пальчики здороваются» - подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (*правой, левой руки, двух одновременно*).

«Распускается цветок» - из сжатого кулака поочерёдно «*появляются*» пальцы.

«Грабли» - ладони на себя, пальцы переплетаются между собой.

«Ёлка» - ладони от себя, пальцы в «замок» (*ладони под углом друг к другу*). Пальцы выставляют вперёд, локти к корпусу не прижимаются.

К этой группе относятся также упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта и мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревьев.

3. Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой.

Ребёнок может поочерёдно соединять пальцы каждой руки друг с другом, или выпрямлять по очереди каждый палец, или сжимать пальцы в кулак и разжимать и в это время произносить звуки: б-п, д-т, к-г.

4. Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга»).

С помощью таких упражнений компенсируется работа левого полушария. Их выполнение требует от ребёнка внимания, сосредоточенности.

«Колечко»- поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с каждым пальцем последовательно указательный, средний и т. д.

«Кулак – ребро – ладонь»- последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола (*сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе*).

«Ухо – нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой – за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

«Симметричные рисунки» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т. д. Главное, чтобы ребёнок смотрел во время «рисования» на свою руку).

«Горизонтальная восьмёрка» - нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза – сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками.

5. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук.

В данных упражнениях используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание (*от периферии к центру*).

«Помоем руки под горячей струёй воды» - движение, как при мытье рук.

«Надеваем перчатки» - большим и указательным пальцами правой и левой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.

«Засолка капусты» - движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движения обеих кистей: имитация посыпания солью, сжатие пальцев в кулак.

«Согреем руки» - движения, как при растирании рук.

«Молоточек» - фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки «забивать» гвозди.

«Гуси щиплют травку» - пальцы правой руки пощипывают кисть левой.

Для более эффективного самомассажа кисти рук используются грецкий орех, каштан, шестигранный карандаш, массажный мячик.

6. Театр в руке.

Позволяет повысить общий тонус, развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.

«Бабочка» - сжать пальцы в кулак и поочередно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения («трепетание пальцев»).

«Сказка» - детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец – какой-либо персонаж.

«Осьминожки» - правая рука, осторожно и по очереди передвигая свои щупальцы-пальцы, путешествует по морскому дну. Навстречу движется

осьминог – левая рука. Увидели друг друга, замерли, а потом стали обследовать морское дно вместе.

Чтобы развитие мелкой моторики пальцев рук стало увлекательным для детей можно использовать бельевые прищепки, игры с крупами. Дидактическая игра: «Рисуем картину», где дети сначала приклеивают, на обведенные по шаблонам изображения, семена гречихи, риса, подсолнечника, гороха, а затем раскрашивают их. При помощи семян можно изготовить поделки, украшать вазы, тарелочки. Крупные семена можно использовать для дидактической игры «Раздели семена по сортам», где дети сортируют семена по форме, цвету, величине. Детям нравится играть в «Сухом бассейне». Когда берётся банка или какая-то другая ёмкость, в меру глубокая и широкая, это наш бассейн. На ее дно кладем одну или несколько небольших игрушек и сверху засыпаем горохом или фасолью. Ребенок ищет игрушку и называет её и описывает. Дети с удовольствием играют в такую игру, как "Покорми зверюшку".

«Игровой квадрат» — один из «инструментов» замечательной коллекции развивающих игр педагога-изобретателя Вячеслава Воскобовича. Он умеет превращаться в разные предметы и попутно «сообщает» детям о различных геометрических свойствах фигур.

В работе по развитию мелкой моторики рекомендуется придерживаться некоторых правил:

- подбирать задание с учетом их постепенно возрастающей сложности;
- учитывать индивидуальные особенности ребенка, темп его развития, возможности, настроение;
- проводить работу регулярно, систематически;
- соблюдать временной регламент, чтобы не вызвать переутомления ребенка;
- повышать у детей интерес к упражнениям и заданиям, превратив их в занимательную игру;
- заботиться о том, чтобы деятельность ребенка была успешной, тогда подкрепляется его интерес к играм;
- стараться, чтобы процесс обучения и развития формировывал у детей положительную мотивацию.

Творческие занятия с детьми с ОВЗ

Дети с ограниченными возможностями здоровья, так же, как и здоровые дети обладают талантом, способностями, одаренностью. Формирование творческих навыков можно рассматривать как средство интеллектуального

развития. Как средство коррекции познавательной деятельности, как метод обучения и, наконец, как средство эмоционально – эстетического воспитания. Для развития творческих способностей у детей с ОВЗ огромный потенциал заключен в изобразительной и декоративной деятельности, использование нетрадиционных техник (витраж, коллаж пуговиц, рисование пластилином, свечой; папье-маше, комбинированная аппликация).

В декоративно-прикладное направление включены различные виды творчества: изобразительное искусство, аппликация, соломка, бисероплетение, лепка, изготовление народной куклы и др. Наиболее эффективно развиваются творческие способности в художественном труде посредством аппликации.

Изобразительная деятельность, в частности детское рисование, включает в себе больше возможности: это средство умственного, моторного, эмоционально-эстетического и волевого развития детей совершенствование психических функций: зрительного восприятия, воображения, памяти, мыслительных операций (анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирование).

Применение релаксационных техник для детей с ограниченными возможностями здоровья

Дети с ОВЗ часто находятся в состоянии высокого психоэмоционального возбуждения. Виной тому может быть адаптационный стресс, кризис трех лет, усталость и другие причины. Многим детям свойственны нарушение равновесия и подвижности между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность. Излишнее возбуждение в нервной системе ведёт к эмоциональным перегрузкам. Как следствие у детей появляются страхи, неадекватное поведение, тревожность, неуверенность в себе, мышечные зажимы.

Волонтеры могут помочь снять это напряжение, успокоить их, используя в работе релаксационные техники.

Существуют разные релаксационные игры:

1. Игры, помогающие достичь состояния релаксации путём чередования сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышц тела.

Игра: «Поймай бабочку»

Цель: нервно-мышечная релаксация через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления.

Процедура проведения. Взрослый показывает ребенку бабочку, пробует ее поймать – выполняет хватательные движения над головой одной рукой, потом другой, обеими руками одновременно. ребенок повторяет показанные движения. Затем медленно разжимает кулачки, смотрит, поймал бабочку или нет. Затем соединяет раскрытые ладони, представляя, что держит ее.

Игра: «Лягушонок»

(Перед выполнением упражнения нужно помыть руки!)

Цель: снятие напряжения мышц лица.

Процедура проведения. Взрослый рассказывает стихотворение и показывает движения к нему.

Тянут губы прямо к ушкам!

Воспитатель и дети осторожно пальцами растягивают улыбку к ушкам

Потяну – перестану и нисколько не устану!

«Отпускают» улыбку

Губы не напряжены и рас-слаб-ле-ны.

Пальчиком руки проводят по расслабленным губам сверху вниз

Игра: «Потягушечки»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение.

Процедура проведения. Взрослый предлагает ребенку поспать, отдохнуть. Ребенок садится на корточки, закрывает глаза. Взрослый (через несколько секунд): «Вот мы и проснулись, сладко потянулись». Ребенок открывает глаза, медленно встает, вытягивает руки вперед, затем поднимает их вверх, отводит за голову и поднимается на носки. Взрослый: «Сладко потянулись, друг другу улыбнулись». Ребенок встает на ступни, опускают руки вниз.

2. Игры, помогающие добиться состояния релаксации путём чередования ритмичного дыхания и дыхания с задержкой.

Игра: «Согреем бабочку»

Цель: достичь релаксации через дыхательные техники.

Процедура проведения. Ребенок сидит на стуле. Взрослый показывает воображаемую бабочку, рассказывает, что она замерзла и не может взлететь. Предлагает согреть ее своим дыханием. Ребенок дышит на ладошки (обучая этому дыхательному упражнению, можно попросить ребенка широко открыть рот и произнести долгий звук «А»).

Взрослый рассказывает, что бабочка согрелась и ее надо сдуть с ладошки. Ребенок делает несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки (на начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить ребенку на выдохе произнести долгий звук «У»).

Игра: «Часики»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения через дыхательные техники, создание положительного эмоционального фона.

Процедура проведения. Взрослый: «Ты видел часики? У тебя они есть? Хочешь, мы сегодня с тобой будем показывать часики? Встань прямо, ножки слегка расставь так, чтобы машина могла проехать, руки опусти. Мама часики завела, и они стали тикать: «Тик-так!». Размахивай прямыми руками вперед и назад. Устали часики, остановились, отдыхают... Мама снова завела часики, и они снова стали тикать». Ребенок и взрослый размахивают руками, говорят: «Тик-так».

Игра: «Каша кипит»

Цель: снять психоэмоциональное напряжение через дыхательные техники.

Процедура проведения. Взрослый: «Поставила мама кашу варить и ушла. А каша закипела. Ты знаешь, как каша кипит? Давай покажем. Одну ручку положим на животик, другую – на грудь. Втянули животик – набрали воздух. Говорим громко: «Ф-Ф-Ф», -выпятили животик. Вот как каша кипит!»

На заметку

Список произведений классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния детей с ограниченными возможностями:

- Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности – «Мазурка» Шопен, «Вальсы» Штрауса, «Мелодии» Рубинштейна.
- Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы – «Кантата №2» Баха, «Лунная соната» Бетховена.
- Для общего успокоения – «Симфония №6» Бетховена, часть 2, «Колыбельная» Брамса, «Аве Мария» Шуберта.
- Для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми – «Концерт ре-минор» для скрипки Баха.
- Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением, - «Дон Жуан» Моцарт, «Венгерская рапсодия №1» Листа, «Сюита Маскарад» Хачатуряна.
- Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения – «Шестая симфония», Чайковского, 3 часть, «Увертюра Эдмонд» Бетховена.
- Для повышения концентрации внимания, сосредоточенности – «Времена года» Чайковского, «Лунный свет» Дебюсси, «Симфония №5» Мендельсона.

Эмоциональное выгорание волонтера

Эмоциональное выгорание – явление, распространенное в среде «помогающих» профессий: врачи, педагоги, психологи, социальные работники, менеджеры по персоналу. Именно эти люди большую часть рабочего времени проводят с людьми, общаясь с ними и оказывая на них влияние, встречаясь с их чувствами, переживаниями, порой не легкими. Сегодня все больше говорят об эмоциональном выгорании у сотрудников благотворительных организаций и у волонтеров. Эмоциональное выгорание нужно отличать от депрессии, синдрома хронической усталости и просто усталости. Основная характеристика «выгорания» – истощение, опустошение. В отличие от депрессии, эмоциональное выгорание связано с интенсивной социальной активностью и проявляется как опустошение: смысловое, эмоциональное. Ближе всего по своим проявлениям эмоциональное выгорание к синдрому хронической усталости, который связывают с обменными процессами в организме, недостатком витаминов, и, конечно, образом жизни. Однако эмоциональное выгорание имеет психологическую природу.

В силу множественности и обыденности предпосылок, эмоциональное выгорание - общечеловеческое явление. Оно связано исключительно с видом деятельности человека (помогающая профессия) и в той или иной степени зависит от устройства каждого отдельного человека. Бывает, что выгорание проявляется как усталость человека «от всего» и надолго. Эмоциональное выгорание очень многогранно: оно отражается на телесном (частые болезни или обострение хронических заболеваний, изменения в весе, режиме сна, снижается ощущение бодрости) и психологическом (трудно переносимые чувства, потеря смыслов, ослабление познавательных способностей) уровнях. Могут даже разрушаться отношения с близкими людьми. «Выгоревший» бывает раним, обидчив, раздражителен, или избегает общения, или у него повышается тревога. Бывает и так, что в эмоциональном плане «выгоревший» становится похожим на робота. В деятельности эмоциональное выгорание может проявляться через сопротивление, откладывание начала или завершения дела, через неудовлетворенность своей деятельностью, ее качеством и результатами. Для того, чтобы восполнить этот телесный и психологический дисбаланс, недостаточно просто выспаться, больше гулять, встретиться с друзьями, заняться любимым делом. Это может помочь человеку в ситуации усталости, но в состоянии эмоционального выгорания у человека могут отсутствовать силы и желание делать то, что раньше его радовало. Трудно бывает сделать самые простые вещи: позвонить друзьям, заварить чай и т.п.

Значение эмоционального выгорания в жизни человека Эмоциональное выгорание – своеобразное испытание на прочность для человека. Если он не понимает и не чувствует границ своих возможностей, если не чувствует меру, то приходит дисбаланс между «брать» и «отдавать». Человек становится не способен сказать «нет», берет на себя задачи, превышающие его возможности. При невнимательном отношении и на определенных стадиях эмоциональное выгорание может стать своего рода саморазрушением для человека, и тогда он будет нуждаться в серьезной профессиональной помощи. Однако у эмоционального выгорания может быть и положительное значение. Дело в том, что человек в итоге решает отказаться от чего-то, что разрушительно для него. Исследуя себя «на прочность» и дойдя до предела, человек может сделать важные для себя выводы. Положительным в эмоциональном выгорании может стать и то, что человек начинает задавать себе вопросы, изучать себя, понимать свое эмоциональное состояние, возможности и ограничения. Это важный шаг на пути выздоровления.

Выгорание в социальном волонтерстве Быть социальным волонтером, служить ближним и при этом не понимать мотивов и значения служения для самого себя, не анализировать собственные чувства и ощущения – разрушительно. Бывает, что волонтер участвует в нескольких благотворительных проектах: помогает на ярмарке, навещает детей в больницах, кормит бездомных, что-то делает дома в неблагополучных семьях, и при этом у него работа, учеба, помощь друзьям, родственникам. Волонтер может таким образом испытывать себя на прочность и при этом чувствовать, что нужен всем, может получать одобрение от окружающих его людей за свою активность, отзывчивость, доброту... Но, при всем этом, если у нет ясного понимания, зачем ему это нужно, каковы его силы, что он в себе через это восполняет, нет осмысления деятельности через свои ценности, то он может столкнуться с эмоциональным выгоранием. Одна из серьезных причин выгорания в волонтерской деятельности – непонимание ценности, значения и смысла своей жизни, непонимание целей, ради которых осуществляется добровольчество. За этим может стоять пресловутое молодежное «попробовать свои силы», «узнать, на что способен». Бывает, что человек не получил принятия и одобрения в своей семье, взрослой жизни, он ищет другие способы для этого, один из которых – добровольчество. Через добрые дела человек ставит амбициозную цель «помочь всем», при этом, не имея возможности найти себе места в этой жизни, пытается его найти среди добрых дел, других волонтеров или людей, которые нуждаются в помощи. Все это, в итоге, приводит к излишней нагрузке. В такой ситуации эмоциональное выгорание схоже с защитными реакциями организма на вирус. Например, тело

сообщает, что что-то не так через повышенную температуру, слабость, бессилие. Так и тут, описанные выше проявления говорят человеку о «выгорании». Соответственно, возможны два варианта реакции на этот сигнал: игнорировать его, и тогда есть вероятность, что эмоциональное выгорание станет «хроническим» и может привести к самым серьезным последствиям, но лучший выход – признать наличие выгорания и сознательно начать восстанавливаться. Во втором случае доброволец начинает осознавать, что, например, одни добрые дела (кормление бездомных) ему даются тяжело, а другие дарят больше удовлетворения. Тогда даже при нахождении, казалось бы, наиболее оптимальной нагрузки, следует быть внимательными, чтобы позволить восстановиться душевным и физическим силам. Если волонтер не осознает четко и глубоко, что же положительного приносит ему самому его доброе дело, то для него существует опасность втянуться в деятельность, разрушающую его.

Методы первой помощи при стрессе, напряженности.

1. Помогите себе не заикнуться на стрессовой ситуации, осознайте себя здесь и сейчас. Проводите инвентаризацию помещения, где находитесь: «Я на своем рабочем месте, вот синяя лампа, я сижу на своем стуле, вот кактус, жалюзи розовые.... в шкафу стоят книги ...» «Это не смертельно, я сейчас успокоюсь и решу, что с этим делать дальше».

2. Набрав воды в стакан медленно, маленькими глотками, сосредоточенно выпей ее. Почувствуйте ее живительную влагу. Эта мера необходима, она поможет снять спазм мышц и нормализовать дыхание.

3. Сильно потрите ладони друг от друга в течение минуты: таким образом активизируются «энергетические аккумуляторы» на кистях рук. Массажирей горячими ладонями ушные раковины против часовой стрелки.

4. Снять эмоциональное возбуждение, состояния тревожности и напряженности поможет правильное дыхание: сделайте глубокий (менее 2 сек.) вдох, набирая воздух сначала в живот, а затем заполняя им всю грудь. Задержите дыхание на 1-2 секунды. Выдыхайте медленно и плавно в течение 3-5 секунд. Выдох должен быть длиннее вдоха. Снова сделайте глубокий вдох без остановки и повторите упражнение.

5. Используйте «Рефрейминг» (это слово происходит от английского слова фрейм (рамка), так что буквально его можно перевести как переобрамление. Смены точки зрения, отношения к чему-либо без изменения самой ситуации. Возьмите себе за правило всякий раз, когда происходит что-то негативное, находить минимум три позитивных последствия или

выигрыша, которые можно извлечь из данной ситуации.

6. Снижайте значимость событий: следует помнить, что истинной причиной стресса являются не люди, не разочарования, не ошибки, а то как вы к этому относитесь.

Опыт команды АНО «Больничные клоуны НОС». Особенности работы с детьми с ОВЗ.

Команда АНО «Больничные клоуны НОС» работает в ЛПУ города Новосибирска и области уже 8 лет. Благополучателями организации преимущественно являются дети, находящиеся на лечении/реабилитации в ЛПУ и сопровождающие их взрослые. Также среди благополучателей организации есть дети и семьи, воспитывающие детей с ОВЗ.

Работа с детьми с ОВЗ ведётся:

Индивидуально, адресно:

- Посещения больничных клоунов семей на дому
- Непосредственное общение в стенах больницы во время визитов больничных клоунов
- Общение и взаимодействие с клоунами детей с ОВЗ на ежегодном семейном городском интеграционном празднике «Выше НОС»

-Массово, совместная активность:

- Показ авторских интерактивных спектаклей в социально-реабилитационных центрах, специализированных домах ребёнка.

В рамках подготовки больничных клоунов даётся блок информации по общению с детьми с разными диагнозами. Также при общении с детьми с ОВЗ специалистами используются знания, полученные в ходе регулярных тренингов. Основные направления занятий, следующие:

- специализированные тренинги по больничной клоунаде от Московских и зарубежных тренеров, включающие работу с партнёром, вниманием, выстраиванием контакта, эмоциями и эмоциональной честностью, импровизацией и т.д.
- Актёрское мастерство
- Контактная импровизация, телесноориентированные тренинги
- Музыкальная импровизация и ритм

При этом при обучении и отборе будущих больничных клоунов используется авторская наработка команды «Шляпа волонтера», которая включает в себя следующий набор принципов:

- Опора на себя
- Со всеми все нормально
- Оставаться собой, чувствуя чужие границы
- Эмоциональная грамотность
- Активная жизненная позиция (АЖП)
- Чувство юмора

Прокачка этих принципов и фокусировка на этих установках помогает при отборе специалистов на дальнейшую работу, а также помогает минимизировать уровень эмоционального выгорания больничных клоунов в том числе и при работе с детьми с ОВЗ. Встречи с такими детьми случались почти у каждого специалиста.

Так при опросе 9 членов команды с опытом работы от года до 8 лет, выяснилось, что наиболее частые встречи происходили с детьми аутистами, синдромом дауна, слабовидящими и ограниченными в движении. Реже - встречались слабослышащие, неговорящие и с ментальными нарушениями.

Отвечая на вопрос, какие инструменты/ игры сработали для выстраивания контакта почти все опрошенные отметили в первую очередь «Ай-контакт», контакт глаз в глаза как основу любого взаимодействия.

Так особое внимание «Ай-контакту» в своих тренинга уделили два наших тренера из Великобритании Клер Перри-Джонс и Денни Деннис. Все искусство клоунады, по мнению клоунессы Клер, строится на соединении с пространством, самим собой и окружающими через взгляд.

При этом она не раз отмечает, что ресурс клоуна в «открытии самому себе, кто ты есть на самом деле». При таком подходе возможно строить контакт, игру с ребёнком на своих чувствах и уязвимостях.

Из конкретных методов и инструментов, которые чаще всего использовали Больничные клоуны при общении с детьми с ОВЗ при опросе выделились следующие:

- Звучание голосом (ритмичное, напевное), звучание музыкальными инструментами (шарманки, калимбы, марокасы)

Из историй на практике:

- На домашнем выходе ребенок среагировал на пение колыбельной, выдохнул, успокоился и заснул.

- Девочка-инвалид, чуть старше 1 года. С партнером начали играть на шкатулке и мелодично напевать ее имя по слогам. Через какое-то время девочка заулыбалась, а потом тоже начала звучать. Звучала и улыбалась вместе с нами и ее мамой. Мама очень растрогалась и сказала, что девочка до этого долго молчала и не реагировала.

- Телесный контакт, тактильные ощущения

Из историй на практике:

- Был домашний визит к девочке с ДЦП возможно с сопутствующим заболеванием, мы с партнёром стали звучать и на ходу придумали песенку про эту девочку и гладили ее по ручкам и ножкам. Музыка и тактильные ощущения позволили состояться нашему контакту и раскрыться всем участникам контакта. Девочка расслабилась, и мы с партнёром чувствовали себя комфортно.

При этом Больничные клоуны упоминали о замедлении как необходимом свойстве при контакте с детьми с ОВЗ.

Об этом же говорит наш учитель, мастер из Италии Роберто Микелон, координатор организации “Giocare in Corsia” при поддержке Lilt в итальянском городке «Тревизо», долгое время изучающий детскую психомоторику:

- Клоуны особенно важны, когда поражен мозг. Таким детям очень сложно фиксировать взгляд и удерживать внимание, только на 1,5-2 метрах они могут воспринимать замедленные движения. Замедленность восприятия ребенка связана с нарушением связей в мозге, поэтому волонтеру нужно хорошо владеть собственным телом, чтобы уметь замедлиться и оставаться органичным.

Касательно участия и вовлечения родителей в контакт, следует отметить разные типы поведения родителей на приход клоунов:

1.Родитель-наблюдатель

Как правило, такие родители наблюдают за взаимодействием, но в контакт не вмешиваются. Только при прямой просьбе клоунов и видя реакцию ребёнка, принимают в игре более активное участие.

2. Родитель прямой участник

Такие родители становятся помощниками клоунов, готовы активно включаться в игру с самого порога. При этом приход клоунов в семью осознаётся членами как приход гостей ко всем членам, что активно используется клоунами для установления контакта и изменения атмосферы.

3. Отстраненный родитель

Как правило, это редкий случай, происходит при неоднократном посещении клоунов, когда родитель выключается из игры и переключается на свои дела, пользуясь возникшим перерывом, полностью доверяя ребёнка клоунам.

Линии поведения родителей могут меняться. При этом клоуны активно пользуются инструментом эмоциональной честности при общении с ними. Под этим инструментом понимается дифференцирование, принятие и транслирование возникающих эмоций в работе. Так одним из методов создания доверительных отношений с родителями и разрядки обстановки становится озвучка своих мыслей и чувств и мыслей родителей, которые считаются клоуном здесь и сейчас.

Опыт взаимодействия с детьми инвалидами Волонтерского штаба НГТУ, факультет ИСТ

Что самое сложное в работе волонтера?

Думаю, что самое сложное это конечно эмоциональное состояние. Прежде всего работа с большим количеством людей, соответственно большая собственная отдача. Также волонтер может столкнуться с работой, которая ему не знакома, здесь нужно уметь быстро сориентироваться и выкрутиться из ситуации и быть довольно стрессоустойчивым. И я думаю, волонтеры наиболее уязвимы и предрасположены к эмоциональному выгоранию и от этого никто не застрахован. Нужно быть максимально социально-психологически подготовленным.

С какими трудностями волонтер может столкнуться при работе с детьми инвалидами?

Прежде всего помним, что это работа с детьми, что уже может вызвать

непонимание как правильно общаться с ребенком и как реагировать на его действия. Могут возникнуть трудности в работе из-за отсутствия знаний физиологических и психологических особенностей детей с ОВЗ. Также теоретические основы выбора педагогических технологий волонтерской деятельности с такой категорией детей.

Какие инструменты сработали для выстраивания контакта с детьми и инвалидами?

Самое главное быть максимально искренним с ребенком, дети такое очень тонко чувствуют. Выстраивать зрительный контакт и удерживать его с наибольшей продолжительностью. Ну и конечно больше общаться, больше совместных дел с учетом того, что мы делаем не за ребенка, а с ребенком вместе.

Перечислите конкретные методы и инструменты, которые чаще всего используете при общении с детьми ОВЗ?

Используются приемы визуализации, вербализации, презентации, обратной связи, методов «мозгового штурма» и «мозговой атаки», методика разработки и реализации социального проекта для детей с ОВЗ.

Как вы находите контакт с родителями детей?

Здесь тоже очень важно расположить к себе, дать понять, что вам можно доверять, что вы знаете, что делаете и можете отвечать за свои действия.

Совет начинающему волонтеру.

Особый акцент необходимо сделать на развитие своих знаний и умений. Необходимо всегда подпитывать себя энергетически, потому что, если не помогаешь себе, не сможешь помочь другим. Ну и конечно, стоит снять «розовые очки» и быть готовым к трудностям данной деятельности.

Советы волонтерам от АНО «Старость в радость – Новосибирск»

По опыту наших волонтеров мы можем выделить 5 основных страхов, которые испытывает начинающий волонтер:

Первый – **«не умею общаться с детьми»**. Я думаю, что нужно помнить, что мы все были детьми когда-то, у всех у нас есть такой опыт. С детьми главное быть искренними, естественными, доброжелательными, и общение обязательно пойдёт.

Второй страх волонтера – **«нет специального образования»**, медицинского или педагогического. Нужно помнить, что мы, социальные волонтеры, не занимаемся медицинским уходом. Следовательно, нам не обязательно иметь медицинское образование или тем более педагогическое. Мы – досуговые волонтеры, мы приходим общаться и дружить.

Часто волонтеры переживают, что у них может быть **мало свободного времени**, недостаточно для того, чтобы посещать волонтерские группы. Но у нас большой выбор волонтерских групп и большой временной диапазон. Практически на каждый день недели у нас есть группы, практически на любое время. Можно найти группу и по удобному местоположению, и по удобному временному графику.

Четвертый страх волонтера – что **нет творческих навыков**. Часто волонтеры говорят: «Я не умею лепить! Я не умею рисовать! Что же делать? Что я буду делать с детьми?» Это совершенно не страшно, потому что главное – это общение. Главное – быть с ребёнком рядом. А дети – они сами удивительно творческие личности, у детей ещё нет таких блоков – мол, я чего-то не умею, я чего-то не могу. 100% детей прекрасно и лепят, и рисуют. Даже если у них нет специальной подготовки, они сами всему научатся, сами всё покажут. И может быть, им даже будет приятно, что если волонтер чего-то не умеет – дети смогут сами его научить!

Пятый страх начинающего волонтера, наиболее распространённый – волонтеры переживают, что им **будет тяжело морально**. Кто-то считает, что если он придёт в больницу к детям, то начнёт сразу плакать, переживать... Я бы сказала так – детей, как ни парадоксально это сейчас прозвучит, не нужно жалеть. С ними нужно общаться, с ними нужно играть! Никому не хочется, чтобы на него смотрели и лили слёзы, и переживали – мол, какой ты бедный-несчастный. Это никому не нужно. Всем нам хочется нормального равного общения, улыбок, игр... Это самое главное.

И ещё один момент. У нас есть группы различного эмоционального комфорта. Т.е. волонтерам тоже нужно выбрать по эмоциональному комфорту удобную для себя группу. Кому-то лучше работать в больнице, кому-то комфортней в приюте. Кому-то комфортней работать с детьми определённых заболеваний. Это всё нужно учесть и выбрать группу, в которой комфортно работать.

Ещё очень важно знать, что всегда есть координатор, опытный человек, руководитель, который всегда поможет, подскажет. Волонтеру не нужно переживать, что он останется один на один со своими трудностями и проблемами. Всегда нужно обращаться к координатору, который поможет и подскажет.

Советы волонтерам:

1. Не делай, не помогай, когда тебя об этом не просят. Не делай за человека то, что он может и хочет сделать сам. Не живи за человека, будь собой.

2. Позволь себе принимать помощь. Если ты помогаешь другим – дай возможность помочь и тебе. Если помогать другим – это хорошо, то помогать тебе не может быть плохо! Принимай помощь, принимай поддержку, принимай заботу. Волонтер тоже человек. Позволь себе чувствовать то, что ты чувствуешь. Ты можешь быть сильным – ты можешь быть слабым. Ты можешь быть усталым, разочарованным, грустным – и при этом прийти к своему подопечному. Помни – ему нужен ты, а не какая-то картинка, или не кто-то с обложки журнала. Какой ты сегодня, какой ты сейчас – именно тот ты, который нужен подопечному.

3. Не бойся того, что, оказывая помощь, ты начинаешь сам много получать. Ты испытываешь радость, ты испытываешь благодарность, у тебя появляются новые друзья... Это нормально! Волонтер получает и отдает, отдает и получает. Так и должно быть, так устроен этот мир.

4. Волонтер имеет право сказать «нет». В том числе волонтер имеет право сказать «нет» своему подопечному. «Ты хочешь, чтобы мы забрали тебя домой, стали твоей семьей... К сожалению, нет. Мы – только твои друзья». «Ты что ругаешься? Мне это не нравится. Пожалуйста, мне так не говори». Если волонтер не имеет права сказать «нет» подопечному, он становится безвольной жертвой.

5. Общение важнее, чем какой-либо подарок. Не позволяйте подменять себя материальными вещами. Вы – дороже.

6. Волонтерство – это отрезок пути со свободным входом и свободным выходом. Вы в любой момент можете понять, что ваше время волонтерства закончилось, сказать: «Спасибо. До свидания». Будьте свободны. Будьте собою, даже когда вы помогаете другим. Если волонтер все сказанное понимает и принимает, то он - готов, теперь можно переходить к делу.

Опыт взаимодействия с детьми инвалидами Ресурсного центра добровольчества «Волонтерский корпус новосибирской области»

1. Что на ваш взгляд самое сложное в работе волонтера?

Сложность в работе волонтера с данной группой населения может возникнуть из-за того, что волонтер может не знать азов и правил работы с данной целевой аудиторией, ему важно учить и не бояться узнавать новое, просить помощи у своего наставника, если волонтер будет готов оказать помощь и при этом будет знать, как правильно это делать то, риск возникновения как таковых сложностей в работе уменьшается.

2. Расскажите с какими трудностями волонтер может столкнуться при работе с детьми инвалидами?

Одна из основных проблем, с которой мы сталкиваемся это сформированное стереотипное отношение к данной категории со стороны всех людей и волонтеров, в частности. Этому способствовали фильмы и сми. На первом этапе нам нужно проводить работу по снижению вреда стереотипов и объяснять особенности детей с ОВЗ. Где важно показать, что ребята не нуждаются в жалости, изначально нужно постараться увидеть человека. Это весьма сложный процесс. Часто выходя на позицию, волонтер может увидеть несоответствие его представления и реальной ситуации. Тут важно разговаривать с волонтерами и снимать их стрессовые ситуации. Также важно поддерживать волонтеров, уменьшая негатив в их сторону.

Советы от волонтеров:

Во-первых, предлагая свою помощь, необходимо учитывать, что жизнь человека с ОВЗ во многом зависит от его близких, с которыми он живет. Как правило, это родители, но не только. Зная серьезные ограничения, которые порой не позволяют человеку даже просто сидеть без обязательной сторонней поддержки, близкие, естественно, опасаются за его безопасность. Поэтому волонтер должен уметь снимать эти опасения при помощи простых правил общения: демонстрировать грамотность своей подготовки работы с людьми с инвалидностью, проявлять доброжелательность и доброту, обязательно ставить в известность родителей и самого подопечного о том, как и в какие сроки он намерен выполнить поставленную задачу, уточнять у близких о наличии дополнительной информации, которая на их взгляд поможет лучше справиться с ней. Прямой контакт волонтера с семьей и самим подшефным важен еще и для того, чтобы избежать опасности для последних от проникновения в дом злоумышленников под видом добровольца.

Во-вторых, чтобы волонтер (да и любой другой человек) мог уверенно взаимодействовать с людьми, имеющими инвалидность, необходимо уяснить несколько следующих этических правил:

- когда вас знакомят с человеком, имеющим инвалидность, вполне естественно пожать ему руку;
- обращайтесь напрямую к человеку, имеющему инвалидность, а не к сопровождающему лицу или переводчику;
- в начале разговора представляйтесь сами и, если необходимо, представляйте людей, находящихся рядом;
- обращайтесь к детям с инвалидностью по имени, к подросткам и людям старшего возраста по имени и отчеству;
- прежде чем оказывать помощь, всегда спрашивайте, чего именно от вас ждут. Вы предложили помощь - и ждите, пока ее примут, а затем спрашивайте, что и как делать. Внимательно выслушивайте указания человека с инвалидностью, перед тем как начинать действовать. Если вам не все ясно, попросите повторить указание;
- не следует относиться к человеку с инвалидностью как к объекту снисхождения или жалости;
- будьте внимательны, дружелюбны, терпеливы.

В отношениях с человеком, имеющим инвалидность, совершенно исключается покровительственный тон, который часто возникает как следствие общих предрассудков, не основанных на опыте непосредственного общения с этим человеком. А если сомневаетесь или не знаете, как поступить, будьте естественны и рассчитывайте на свой здравый смысл. Будьте спокойны и доброжелательны, если не знаете, что делать, спросите об этом своего собеседника. Не бойтесь задеть его этим – ведь вы показываете, что искренне заинтересованы в общении.

Если вы действительно стремитесь быть понятым – вас поймут. Не бойтесь шутить, шутка, тактичная и уместная, только поможет вам наладить общение и разрядить обстановку. Относитесь к другому человеку, как к себе самому, точно так же его уважайте, и тогда все будет хорошо.

3. Какие инструменты/ игры сработали для выстраивания контакта с детьми инвалидами?

Существует множество игровых развлечений и конкурсов. Однако ввиду различных ограничений далеко не все из них подходят детям-инвалидам. Особую важность в этом перечне занимают игры, связанные с физической активностью ребят. В этом контексте правильно организованный досуг положительно влияет на социализацию, формирование из ребенка будущего самостоятельного гражданина. Задача не только федеральных, но и местных

властей, товариществ собственников многоквартирных домов и прочих управляющих организаций состоит в том, чтобы в должной мере организовать игровые площадки и комплексы, в том числе подходящие детям с ограниченными возможностями.

Вновь оговоримся: в данном случае речь идет про подвижные игры, которые можно проводить на игровой площадке. Часть из них требует участия взрослого и нескольких участников, в остальные дети могут играть самостоятельно или даже индивидуально. Конкурсная составляющая предполагает начисление баллов за успешно выполняемые действия.

«Пропавший предмет»

Суть игры в поиске пропавшего предмета, который ранее присутствовал на площадке. Инвентарь состоит из 4-7 различных предметов: кегли, мячи, обручи, игрушки, прочее. Участникам сперва предлагается запомнить их расположение, а затем за отведенное время определить пропавшие. Нашедшему начисляются дополнительные баллы.

«Слови мяч»

Оттачивание координационных навыков и развитие внимания. Расположение участников может быть по кругу либо в хаотичном порядке. Смысл в постепенном аккуратном перебрасывании мяча друг другу. В игре может использоваться особенность площадки (как элементов, усложняющих задачу).

«Узнай друга»

На игровой площадке располагаются участники (3-5 детей). Главному участнику предлагается запомнить расположение остальных. Затем ему закрываются глаза, а все прочие меняются местами. Посредством тактильных ощущений, памяти и слухового внимания предлагается найти и узнать своих друзей.

«Ты сможешь!»

Большинство игровых площадок содержат элементы и снаряды для физических активностей. Одному ребенку или нескольким детям, которые редко играют их посещают, предлагается в игровой форме позаниматься и выполнить действия, которые ранее казались недоступными. «Сражение».

Игроки бросаются легкими предметами (шариками из бумаги, маленькими мягкими игрушками) друг в друга, можно из укрытия. Заканчивается игра перемирием и объятиями.

4. Как вы находите контакт с родителями детей инвалидов?

Волонтер помогает не только самому ребенку с овз, но и его родителям, ведь именно они круглосуточно помогают своему ребенку в обеспечение

жизнедеятельности, и волонтер является тем человеком, который сможет помочь родителю в работе с таким ребенком. Контакт настраивается на желание помогать. Часто для выстраивания контакта нужны совместные мероприятия, где есть возможность познакомиться и пройти этап подстройки.

5. Какой совет вы можете дать начинающему волонтеру.

Порой, самое сложное — это начать. Тут важно не бояться, помнить, что любое, даже небольшое доброе дело, вносит огромный вклад в общество. На месте команда поддержит и поможет.

Также еще важная деталь, если в какой-то момент вы понимаете, что вы устали, нет ничего плохого в том, чтобы об этом сообщить.

Варианты игр, которые можно использовать в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья

СЕНСОРНЫЕ ИГРЫ

В отличие от обычных детей аутичные надолго «застревают» на этапе изучения предметного мира. При этом основной мотив их манипуляций с предметами и игрушками - привлекательные сенсорные свойства. Именно стремлением извлекать из окружающего разнообразные сенсорные эффекты объясняется активный интерес аутичного ребенка к предметам: ему нравится трогать, вертеть, подбрасывать, ронять на пол, нюхать, пробовать на вкус. Но вот действовать с предметами в соответствии с функциональным назначением эти дети часто отказываются, поскольку социальное назначение предметов для них менее важно, нежели их сенсорные свойства. Сенсорными условно называются игры, цель которых - дать ребенку новые чувственные ощущения. Ощущения могут быть самыми разнообразными:

- зрительные (например, ребенок видит яркие цвета, их перетекание друг в друга, смешивание);

- слуховые (ребенок слышит разнообразные звуки, от шуршания опавших листьев до звучания музыкальных инструментов, учится их различать);

- тактильные (то, что ребенок ощущает посредством прикосновений, ощупывания: это различные по фактуре материалы, от мягкого махрового полотенца до прохладной гладкой поверхности стекла, различные по величине и форме предметы - большой мяч и крохотные бусинки, различные шары и кубики, соприкосновения и объятия с другим человеком);

- двигательные (ощущения от движения тела в пространстве и ритма движений - ходьба, бег, танцы);

- обонятельные (ребенок вдыхает и учится различать разнообразные запахи окружающего мира - от аромата котлетки и маминых духов до запаха деревянного забора и стальной перекладины);

- вкусовые (ребенок пробует и учится различать на вкус продукты питания и блюда).

Цель проведения сенсорных игр. 1. Переживание приятных эмоций, что положительно сказывается на настроении и поведении ребенка. 2. Возникновение эмоционального контакта со взрослым, появление в жизни человека, который понимает его, открывает новые возможности для проведения коррекционной работы и влияния на сам ход дальнейшего развития ребенка. 3. Получение ребенком новой сенсорной информации, что важно для расширения его представления об окружающем мире. 4. Внесение в игру новых социальных смыслов посредством введения сюжетов, что дает новые представления о социальных связях.

Виды сенсорных игр

1. Игра с красками: «цветная вода» - для игры потребуются акварельные краски, кисточки, прозрачные стаканы; поэтапно проводим действия: размешивание красок в воде, рисование на мокром листе; игра в дом - красная краска - томатный сок, белая - молоко, коричневая - кофе и т.д.

2. Игра с водой: переливание, брызгание - посещение бассейна, реки; бросать камешки в воду; «плывут по морю корабли»; купание кукол, мытье посуды.

3. Игры с мыльными пузырями: дуть на кусочки ватки в воздухе, на кораблик на воде, на игрушку - вертушку, через трубочку в стакан; затем игра с мыльными пузырями.

4. Игры со светом и тенями: игра «солнечный зайчик», тени на стене, движения с фонариком в руках.

5. Игры со льдом: «тает льдинка» - в стеклянный стакан налейте горячую воду, опустите кусочек льда и понаблюдайте, как быстро он тает; «разноцветный лед» - приготовить разноцветный лед, добавив в воду краски; «ледяные фигуры» - замораживайте воду в различных формочках; зимой на прогулке обратите внимание ребенка на заледеневшие лужи, сосульки.

6. Игры с крупами: прячем руки в крупе; пересыпаем крупу; сделаем «дождь» или «град»; покормим птичек на улице крупой; сварим кашу.

7. Игры с пластичными материалами (пластилин, тестом, глиной): мнем, отщипываем, надавливаем, размазываем, скатываем шарики, раскатываем колбаски, режем кусочки, создание пластилиновой картинки - размазывает различные цвета пластилина по картону: зеленая трава, красные ягоды, желтое солнышко и т.д.

8. Игры со звуком: послушаем звуки - скрип двери, стук ложки о стакан, звон бокалов, стук колес поезда; постучим, погремим сами, при этом используем свистульки, барабан, бубен, дудочку, гармошку, пианино.

9. Игры с ритмами: хлопки в ладоши, топание ножками, прыжки в определенном ритме, танцы, проговаривание текстов стихов, пение детских песен.

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ

Игра «Ласковое имя»

Цель: учить взаимодействовать друг с другом, называть имя другого ребенка. Дети встают в круг, каждый из них по очереди выходит в центр. Все остальные дети при помощи взрослого называют варианты ласкового имени ребенка, стоящего в центре круга.

Игра «Кто пришел к нам в гости?»

Цель: способствовать развитию самоуважения детей; активизировать доброжелательное отношение детей к сверстникам.

Взрослый отводит в сторону двоих-троих детей из группы и договаривается с ними о том, что они будут изображать животных, которые придут в гости к ребятам. Дети решают, каких животных они будут изображать.

Дети встают в круг. Гости по очереди входят в круг. Взрослый говорит детям: «Посмотрите, какой замечательный зверь к нам пришел, какие у него глазки,

как он красиво движется и т.п.» Детям необходимо догадаться, какие звери к ним пришли и какое у них было настроение.

Игра «У птички болит крылышко»

Цель: способствовать формированию у детей умения любить окружающих.

Один из детей превращается в птичку, у которой болит крылышко. Он старается показать, что он грустит. Ведущий предлагает ребятам «пожалеть птичку». Первым «жалует» ее сам ведущий, который надевает на руку куклу-котенка и его лапками гладит «птичку» со словами: «Птичка ... (Саша, Маша) хорошая». Затем другие дети надевают куклу-котенка на руку и тоже «жалуют птичку».

Игра «Вместе играем»

Цель: учить детей взаимодействию и вежливому обращению друг с другом.

Оборудование: парные игрушки (шарик – желобок, паровозик – вагончик, машинка – кубики).

Взрослый раздает детям игрушки, расставляет детей парами, предлагает поиграть вместе. Затем он помогает каждому из детей выполнять предметно-игровые действия в соответствии с назначением каждой игрушки. В конце игры взрослый фиксирует, кто с кем играл, называя каждого ребенка по имени: «Аня играла с Дашей – катали шарик, Дима играл с Васей – возили паровозик, Петя играл с Леной – нагружали и возили кубики в машине».

Игра «Наше солнце»

Цель: способствовать объединению и взаимодействию детей в группе.

Взрослый рисует на ватмане большой круг. Затем обрисовывает ладони детей, создавая таким образом лучики солнца. При помощи взрослого дети раскрашивают нарисованные ладошки. В итоге получается красивое разноцветное солнце, которое вывешивается в группе.

Игра «Кто лучше разбудит»

Цель: способствовать формированию у детей умения любить окружающих.

Один ребенок превращается в кошечку и засыпает – ложиться на коврик в центре группы. Ведущий просит детей по очереди будить «спящую кошечку». Желательно делать это по-разному (разными словами и прикосновениями), но всякий раз ласково. В конце упражнения дети все вместе решают, кто «будил кошечку» наиболее ласково.

Игра «Покажу, как я люблю»

Цель: способствовать формированию у детей умения любить окружающих.

Взрослый говорит, что можно показать человеку, что ты его любишь, только прикосновениями, без слов. Далее один из ребят превращается в маму, другой – в ее сыночка, и показывают, как они любят друг друга. Следующая пара – «мама» и «дочка», потом «бабушка» и «внук» и т.п.

Игра «Листочек падает»

Цель: развивать у детей умение сотрудничать.

Взрослый поднимает над столом лист бумаги (на расстоянии около метра), затем отпускает его и обращает внимание детей на то, как плавно он спускается вниз и ложится на стол. После этого ведущий просит детей превратить свои руки в листочки бумаги. Ведущий снова поднимает лист

бумаги – дети поднимают руки вверх. Взрослый отпускает лист, он спускается на стол. Детям нужно сделать то же самое, то есть плавно опустить руки на стол одновременно с листом бумаги. Упражнение можно повторить несколько раз. Ведущий подчеркивает умение ребят действовать согласованно, вместе.

Игра «Обижаться не могу, ой, смеюсь, кукареку!»

Цель: способствовать уменьшению обидчивости у детей.

Один ребенок садится на «волшебный стульчик», другой понарошку должен обидеть его. Взрослый начинает при этом говорить слова: «Обижаться не могу...» - ребенок продолжает: «Ой, смеюсь, кукареку!»

Игра «Звериное пианино»

Цель: развивать у детей умение сотрудничать.

Дети садятся на корточки в одну линию. Они – клавиши пианино, которые звучат голосами разных животных. Ведущий раздает детям карточки с изображениями животных, голосами которых будут звучать «клавиши» (кошка, собака, свинья, мышка и т.д.). Потом взрослый дотрагивается до головок детей, как будто нажимает клавиши. Клавишам нужно звучать голосами соответствующих животных.

Игра «Паровозик»

Цель: учить ребенка отзываться на свое имя, запоминать имена сверстников, действовать по показу и словесной инструкции.

Взрослый объясняет детям, что сейчас они будут играть в паровозик. Главным паровозом будет взрослый, а вагончиками – дети. Он поочередно подзывает к себе детей, эмоционально комментируя происходящее: «Я буду паровозом, а вы вагончиками.

"Петя, иди ко мне, становись за мной, держи меня за пояс, вот так. Теперь, Ваня, иди сюда, встань за Петей, держи его за пояс". После того как все дети выстроились, «поезд» отправляется в путь. Взрослый, имитируя движение паровоза «Чух - чух, у-у-у!», побуждает детей повторить их.

Игра «Передай мяч»

Цель: учить взаимодействовать со сверстниками.

Дети стоят напротив друг друга. Взрослый показывает детям, как нужно правильно удерживать и передавать мяч другому ребенку, называя его по имени («На, Петя!»). Игра эмоционально поддерживается взрослым.

Игра «Ласковый ребенок»

Цель: продолжать учить детей подражать эмоционально-тактильным и вербальным способам взаимодействия с партнером.

Дети сидят на стульях полукругом перед взрослым. Он вызывает к себе одного из детей и показывает, как можно его обнять, прислониться, смотреть в глаза, улыбаться. «Ах, какой хороший Саша, иди ко мне. Я тебя обниму, вот так. Посмотрите детки, как я обнимаю Сашу, вот так. Я ласковая». Затем взрослый приглашает еще одного ребенка к себе и предлагает ему повторить все свои действия, эмоционально акцентируя каждое действие ребенка и при необходимости оказывая ему помощь. В конце игры взрослый подчеркивает, подытоживает все действия ребенка: «Ваня обнял Сашу, посмотрел ему в

глазки, улыбнулся. Вот какой Ваня, ласковый ребенок!» Затем взрослый поочередно вызывает оставшихся детей, и игра повторяется.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.

«Пузырики»

Пусть малыш сделает глубокий вдох через нос, надует «щёчки – пузырьки» и медленно выдыхает через чуть приоткрытый рот. Повторить 2 – 3 раза.

«Насосик»

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

«Говорилка»

Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.

Как разговаривает паровозик? Ту – ту – ту - ту.

Как машинка гудит? Би – би. Би – би.

Как « дышит» тесто? Пых – пых – пых.

Можно ещё попеть гласные звуки: о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу.

«Самолёт»

Рассказывайте стихотворение, а малыш пусть выполняет движения в ритме стиха:

Самолётик - самолёт (малыш разводит руки в стороны ладошками вверх, поднимает голову, вдох)

Отправляется в полёт (задерживает дыхание)

Жу- жу -жу (делает поворот вправо)

Жу-жу-жу (выдох, произносит ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встает прямо, опустив руки)

Я налево полечу (поднимает голову, вдох)

Жу – жу – жу (делает поворот влево)

Жу- жу –жу (выдох, ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встаёт прямо и опускает руки).

Повторить 2-3 раза

«Мышка и мишка»

Вы читаете стихотворение, ребёнок выполняет движения.

У мишки дом огромный (выпрямиться, встать на носочки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть наруки, вдох)

У мышки – очень маленький (присесть, обхватить руками колени, опустить голову, выдох с произнесением звука ш-ш-ш)

Мышка ходит в гости к мишке (походить на носочках)

Он же к ней не попадёт. Повторить 3 – 4 раза.

«Ветерок»

Я ветер сильный, я лечу,

Лечу, куда хочу (руки опущены, ноги слегка расставлены, вдох через нос)

Хочу налево посвищу (повернуть голову налево, губы трубочкой и подуть)

Могу подуть направо (голова прямо, вдох, голова направо, губы трубочкой, выдох)

Могу и вверх (голова прямо, вдох через нос, выдох через губы трубочкой, вдох)

И в облака (опустить голову, подбородком коснуться груди, спокойный выдох через рот)

Ну а пока я тучи разгоняю (круговые движения руками).

Повторить 3-4 раза.

«Курочки»

Выполняйте вместе с малышом. Встаньте, наклонитесь, свободно свесьте руки-«крылья» и опустите голову. Произносим: «Так-так-так» и одновременно похлопываем по коленкам. Выдох. Выпрямитесь, поднимите руки вверх – вдох. Повторить 5 раз.

«Пчёлка»

Покажите ребенку, как нужно сидеть: прямо, скрестив руки на груди и опустив голову.

Пчёлка сказала: «Жу-жу-жу» (сжимаем грудную клетку и на выдохе произносим: ж-ж-ж, затем на вдохе разводим руки в стороны, расправляем плечи и произносим...)

Полечу и пожужжу, детям мёда принесу (встаёт и, разведя руки в стороны, делает круг по комнате, возвращается на место).

Повторить 5 раз. Следите, чтоб вдох был через нос, и дыхание было глубокое.

«Косим траву»

Предложите малышу «покосить траву»: ноги на ширине плеч, руки опущены. Вы читаете стишок, а ребёнок, произнося «зу-зу» машет руками влево – выдох, вправо – вдох.

Зу-зу, зу-зу,

Косим мы траву.

Зу-зу, зу-зу,

И налево взмахну.

Зу-зу, зу-зу,

Вместе быстро, очень быстро

Мы покосим всю траву.

Зу-зу, зу-зу.

Пусть ребёнок встряхнёт расслабленными руками, повторить с начала 3 – 4 раза.

«Часики»

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторять 10–12 раз.

«Трубач»

Сесть, кисти рук сложить в трубочку, поднять почти вверх. Медленно выдыхая, громко произносить «п-ф-ф». Повторить 4–5 раз.

«Петух»

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны, а затем хлопнуть ими по бедрам. Выдыхая, произносить «ку-ка-ре-ку». Повторить 5–6 раз.

«Каша кипит»

Сесть, одна рука на животе, другая — на груди. При втягивании живота сделать вдох, при выпячивании — выдох. Выдыхая, громко произносить «ф-ф-ф-ф». Повторить 3–4 раза.

«Летят мячи»

Встать прямо, руки с мячом перед грудью. Бросить мяч от груди вперед. Выдыхая, произносить «у-х-х-х-х». Повторить 5–6 раз.

«Семафор»

Стоя или сидя, спина прямо. Поднять руки в стороны — вдох, медленно опустить вниз — длительный выдох, произносить «с-с-с-с-с». Повторить 3–4 раза.

«В лесу»

Представьте, что вы заблудились в густом лесу. Сделав вдох, на выдохе произнесите "ау". Меняйте интонацию и громкость и поворачивайтесь то влево, то вправо. Повторите с ребенком пять-шесть раз.

«Веселая пчелка»

На выдохе произнесите "з-з-з". Представьте, что пчелка села на нос (звук и взгляд направить к носу), на руку, на ногу. Таким образом, ребенок учится направлять внимание на определенный участок тела.

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

«Этот пальчик хочет спать...»

Цель: развитие у ребенка умения загибать пальчики в порядке очередности на правой руке, затем на левой руке, выполнять действия в соответствии с текстом потешки.

Ход: Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик — прыг в кровать! Этот пальчик прикорнул. Этот пальчик уж заснул. Тише, пальчик, не шуми, Братиков не разбуди... Встали пальчики. Ура! В детский сад идти пора. *(Пальцы разомкнуты. Поочередно загибаются все пальцы, начиная с большого. Пальцы крепко сжаты в кулак, затем кулак энергично разжимается, пальцы разомкнуты.)*

«Этот пальчик...»

Цель: обучение ребенка точным движениям пальцев правой и левой руки; развитие умения загибать пальчики в порядке очередности, начиная с мизинца; развитие умения договаривать выделенные слова.

Ход: *Этот пальчик — дедушка.* (можно заменить именами родственников в ласкательной форме)

Этот пальчик — бабушка.

Этот пальчик — мамочка.

Этот пальчик — папочка.

Этот пальчик — я,

Вот и вся моя семья!

(растопырить ручки малыша или свои)

«Дружат наши дети...»

Цель: развитие умения координировать движения пальцев правой и левой руки, загибать пальцы в порядке очередности на правой, а затем на левой руке.

Ход: Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

(пальцы обеих рук соединяются ритмично в замок)

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики.

(ритмичное касание пальцев обеих рук)

Раз, два, три, четыре, пять.

(поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца)

Начинай считать опять:

Раз, два, три, четыре, пять.

Мы закончили считать.

(руки вниз, встряхнуть кистями)

«Баиньки, баиньки»

Цель: развитие у ребенка умения загибать пальчики по очереди на правой и левой руке; совершать действия на поверхности стола (пальчики «бегут по столу»); выполнять действия одним пальцем – указательным; выполнять действия в соответствии с текстом потешки.

Ход:

Баиньки, баиньки,

Прибежали зайчики.

Указательный и средний пальцы «бегут» по столу.

Сели на скамейку,

Попросили лейку

Вытяните вперед указательный палец правой руки, остальные пальцы сжаты в кулаке.

Поливали огород,

Поводите указательным пальцем вправо-влево.

Где капуста растет.

Сожмите правую руку в кулак, обхватите его сверху левой рукой.

«Осенние листочки»

Цель: развитие умения производить действия пальцами (поочередно загибать пальцы правой и левой руки) в соответствии с текстом потешки.

Ход:

Осень, осень к нам пришла

И в подарок принесла

Листик клена,

Загните мизинец.

Лист березы,

Загните безымянный пальчик.

Лист осины,

*Загните средний палец.
Лист дубка,
Загните указательный палец.
Чудо-осень! Хороша!
Распрямите пальцы и вращайте кисть.*

«Купим сыну валенки»

Цель: развитие умения двигать пальчиками в соответствии с текстом потешки, показывать по очереди указательный и средний пальчики на поверхности стола.

Ход:

*А баиньки, баиньки, (левой рукой возьмите ладонь правой и укачивайте ее)
Купим сыну валенки,
Наденем на ножки, (покажите по очереди «ножки»)
Пустим по дорожке. (выставляя указательный, затем средний палец, как бы пританцовывая)*

«Белка»

Цель: развитие умения разгибать по очереди пальцы правой и левой руки, начиная с мизинца.

Ход:

*Сидит белка на тележке (Попросить ребенка подпереть голову кулачком)
Продает она орешки:
Лисичке – сестричке, (Малыш загибает пальчики)
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому
Кому в платок,
Кому в зобок,
Кому в лапочку. (Кулачок малыша сжат)*

«Улитка, улитка...»

Цель: развитие умения координировать движения пальчиков правой и левой руки (поочередно загибать пальчики); выполнять движения в соответствии с текстом.

Ход:

*Кто так медленно ползет,
Дом свой на себе несет?
Сжать руку в кулачок и медленно двигать по столу.
Проползет ещё немножко,
Высунет и спрячет рожки.
Вытянуть вперед указательный и средний пальцы.
По листу, по ветке гибкой медленно ползет ... улитка!
«Улитка» ползет с высунутыми «рожками».*

«Зима»

Цель: развитие мелкой моторики (умение выставлять по очереди пальцы правой и левой руки), умения воспроизводить движения в соответствии с текстом.

Ход:

Катя саночки везет

От крылечка до ворот,

Проведите указательным и средним пальцами правой руки по стол.

А Сережа на дорожке

Голубям бросает крошки.

Сложив пальцы «щепоткой», делайте бросающие движения.

Девочки и мальчики

Прыгают, как мячики.

Помажьте кистями правой и левой руки.

«Зимняя прогулка»

Цель: развитие умения выполнять действия пальчиками (загибать пальчики на правой и левой руке в соответствии с текстом); развитие координации движений; активация словаря.

Ход:

Очень холодно зимой,

Но мы пойдем гулять с тобой.

Я надену шубку,

Загните мизинец левой руки указательным пальцем правой.

Я надену шапку,

Загните безымянный палец.

Я надену шарфик

Загните средний палец.

И еще платок.

Загните указательный палец.

А крошки-рукавички

На ручки натяну.

Загните большой палец.

«Дом на поляне»

Цель: развитие умения производить ритмичные движения руками и пальцами при одновременном проговаривании стихотворения (сначала надо договаривать только отдельные слова).

Ход:

На поляне дом стоит,

(пальцы обеих рук делают «крышу»)

Ну, а к дому путь закрыт.

(руки повернуты ладонями к груди,

средние пальцы соприкасаются, большие - вверх – «ворота»)

Мы ворота открываем,
(ладони разворачиваются)
В этот домик приглашаем.
(«крыша»)

«Кораблик»

Цель: развитие умения ритмично вращать кистями правой, а затем левой руки, попеременно соединять пальчики правой и левой руки; совершенствование умения ориентироваться в своем теле.

Ход:

По реке плывет кораблик,
(ладони соединить лодочкой)
Он плывет издалека.
(выполнять волнообразные движения руками)
На кораблике четыре
Очень храбрых моряка.
(показать одновременно по 4 - ре пальца на каждой руке)
У них ушки на макушке
(сложить обе ладони к макушке)
У них длинные хвосты.
(пальцы рук сложить в щепотку и развести в стороны)
И страшны им только кошки,
Только кошки и коты.
(растопыренными пальцами обеих рук совершать царапающие движения)

«Сорока - белобока»

Цель: развитие мелкой моторики, умения воспроизводить движения в соответствии с текстом.

Ход:

Кашу варила,
Деток кормила.
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
Ребенок правой рукой загибает по очереди пальцы левой руки, начиная с мизинца.
А этому не дала!
Большой палец поднимается вверх.

«Я с игрушками играю»

Цель: развитие мелкой моторики, умения выполнять движения в соответствии с текстом.

Ход:

Я с игрушками играю: *(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)* Мячик я тебе бросаю, *(Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)* Пирамидку собираю, *(Прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз.)* Грузовик везде катаю. *(Двигаем слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)*

Апрель 1- 2 неделя

«Пришла весна»

Цель: развитие моторной ловкости пальцев рук; расширение словарного запаса ребенка; развитие воображения. Ход: "Кап-кап-кап", - капель звенит, *(Стучим правым указательным пальцем по левой ладошке).* Словно с нами говорит. *(Стучим левым указательным пальцем по правой ладошке)* Плачут от тепла сосульки *(Руки поднимаем вверх, кисти рук опускаем вниз, пальцы разводим, трясем кистями).* И на крышах талый снег. *(Соединяем руки над головой углом)* А у всех людей весной *(Разводим руки в стороны)* Это вызывает смех! *(Хлопаем в ладоши и улыбаемся)*

«Лесные дела»

Цель: развитие моторной ловкости пальцев рук; расширение словарного запаса ребенка; развитие воображения.

Ход:

Всем в лесу на удивленье

Разные растут деревья:

Вот уперлась в небеса

Вся смолистая сосна.

Распустила ветви-косы

Белоствольная береза.

Как во полюшке былинка,

Тонкая растет осинка.

Дуб раскинул свои ветви,

И не страшен ему ветер.

Липа цветом зацвела,

Пчелок в гости позвала.

Ель иголки распушила

И грибочки все закрыла.

Шелестят листвою деревья,

Словно разговор ведут,

Руки-ветви распустили,

Птичек в гости к себе ждут.

Трут ладони друг о друга.

Открыть ладони, пальцы растопырены – деревья.

Локти соединить – ствол, ладони раскрыть – крона.

«фонарики» с движением сверху вниз.

Показать указательный палец, остальные в кулаке.

Вытянуть руки вверх, пальцы растопырены.

Пальцы рук собраны в щепотку – бутон.
Круговые вращения указательным пальцем – пчелы летят.
Руки в стороны вниз, пальцы растопырены.
Указательный палец – ножка, ладонь сверху – шляпка.
Трут ладони друг о друга – «шуршат»
Стряхнуть ладони.
Сцепить большие пальцы рук, ладони в стороны – птицы.

«Солнышко - ведрышко»

Цель: совершенствование движение пальцев рук: расширение словарного запаса.

Ход:

Солнышко-ведрышко, - *правой ладонью с разведенными пальчиками нарисовать круг*

Выгляни в оконышко. - *левой ладонью нарисовать круг,*

Где твои детки? - *пожать плечами,*

Сидят на запечке, - *сложить руки полочкой,*

Лепешки валяют, - *«ладушки» с поворотом кистей рук,*

Тебя поджидают. — *пальчиком подпереть щечку.*

Уж как шла лиса по тропке, - *указательный и средний палец «шагают»,*

Нашла грамоту в охлопке. - *то по одной руке, то по другой,*

Лиса лычки драла, - *по очереди все пальчики соединятся с Большим,*

Себе лапотки плела - *покрутить указательными пальчиками вокруг друг друга,*

Она села на пенек - *обе ладони положить на колени,*

И читала весь денек - *обе ладони положить на колени, - соединить ладони «книжечкой», поднести к лицу, как газету.*