

Лежа на спине

Ребенок лежит на животе и груди взрослого лицом к нему. Помогите ребенку принять функциональную позу на животе: осторожно выведите его согнутые в локтях ручки вперед, придерживая его за плечи. В этой позе у малыша будет возможность видеть ваше лицо, а у вас – окликать его по имени, ласково с ним разговаривать, улыбаться ему, осторожно дуть на головку, чтобы он ее приподнимал и учился удерживать



Лежа на животе лицом к лицу к ребенку

Положите малыша на живот на полу или на большой ровной кровати, а сами расположитесь лицом к лицу с ним, то есть тоже лягте на живот напротив него. Следите за тем, чтобы ребенок лежал правильно; если нужно, помогите ему вывести вперед руки и опереться на локти. Это положение дает примерно такие же возможности для игры и общения с ребенком, как и предыдущее



Составитель: врач ЛФК

Бабаян Лаура Лаврентьевна

305000, г. Курск, ул. Кирова 7.

Телефон: (4712) 51-14-75;

305040, г. Курск, ул. Дружбы 5.

Телефон: (4712) 57-20-85, 57-20-86.

Сайт: pmckursk.ru

Адрес электронной почты:

pmc-kursk@yandex.ru

**ОКУ «Курский областной центр
психолого-педагогического,
медицинского и социального
сопровождения»**



*«Как родители могут дома помочь
двигательному развитию своего
ребенка с синдромом ДАУНА»
1 часть*

Курск - 2026г.

Синдром Дауна – это особое генетическое состояние, которое вызывает появление ряда характерных признаков и особенностей развития. Малыши с синдромом Дауна развиваются не так, как обычные дети, а их двигательное развитие идет медленнее и с более долгими сроками возникновения тех или иных навыков. Есть некоторые важные моменты, которые следует сделать правилами повседневного ухода за малышом с синдромом Дауна. Речь пойдет о том, как лучше носить ребенка и какие положения удобно использовать во время игр и занятий с ним.

Положение ребенка при ношении на руках столбиком.

С точки зрения двигательного развития эта поза поможет малышу учиться удерживать голову вертикально в том случае, если его голова будет находиться не ниже плеча взрослого. Живот и грудь малыша прижаты к телу взрослого, руки взрослого надежно придерживают ребенка в области таза и плечевого пояса, а голова малыша находится чуть выше плеча взрослого. Если необходимо, взрослый может в первое время помогать ребенку удерживать голову вертикально, чуть придерживая ее своими пальцами за затылок.

Поза бокового ношения.

1-вариант: Часто называют «самолетик». Находясь в этом положении, малыш тренирует разгибание спины и шеи, учится удерживать голову в нужном положении, поворачивая ее из стороны в сторону



2 –вариант: ношения «самолетиком», при котором телу малыша придается асимметричное положение: верхняя часть его корпуса слегка поворачивается относительно нижней части (скручивается), что тренирует необходимую в дальнейшем ротацию корпуса.

3- вариант: ребенку удобно упражнять мышцы шеи, его руки и ноги могут свободно двигаться, кроме того, нахождение в таком асимметричном положении формирует важные для дальнейшего двигательного развития навыки.



4 –вариант спиной ко взрослому в позе сидя дает представление еще об одной позе, в которой полезно находиться малышу, когда мама или папа носят его по дому.



Эта поза симметрична, малыш хорошо зафиксирован, ему удобно тянуться за игрушкой, причем у него есть возможность тренировать не только координацию рук потянувшись зачем-то привлекательным, но и учиться удерживать голову вертикально и выпрямлять спину.

Спинойко взрослому вертикально.



Эти позы позволяют сгруппировать малыша, причем не симметрично, а асимметрично, что дополнительно дает ребенку возможность тренировать ротацию корпуса. Обратите внимание на то, что ноги малыша сведены вместе, взрослый поддерживает их рукой.

Существуют приемы и положения тела взрослого, которые позволяют, во-первых, использовать его тело в качестве хорошей опоры для малыша, располагая его определенным образом, а во-вторых, отлично стимулируют не только двигательное развитие, но и коммуникативные навыки. Для успешного развития малыша очень важно, чтобы и он, и родители во время игры получали взаимное удовольствие.