**Приложение 1.**

**Примеры упражнений и игр 1-го ФБМ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название** | **Описание упражнения** | **Функции развития** | **Функции****обучения** |
| **Тренировка дыхания** |
| **Шарик** | Повышение эффективности выполнения дыхательных упражнений достигается благодаря использованию образного представления, подключения воображения, так хорошо развитого у детей. Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, расположенного в животе (соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания). Ребенку также предлагается вокализировать на выдохе, пропевая, отдельные звуки (а, о, у, ш, х) и их сочетания (з переходит в с, о в у, ш в щ, и т.п.). | -Способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. - Успокаивает и способствует концентрации внимания.- Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности, правильному выдоху и вдоху.  |
| **Ветер** | На медленном выдохе пальцем или всей ладонью прерывать воздушную струю так, чтобы получился звук ветра, клич индейца, свист птицы.Сесть или встать прямо. Сделать медленный вдох через нос и медленный выдох через узкое отверстие, образованное губами, на свечу (перышко, воздушный шарик), которая стоит перед ребенком. Голову вперед не тянуть. Пламя должно плавно отклониться по ходу воздушной струи. Затем немного отодвинуть свечу и повторить упражнение; еще больше увеличить расстояние и т.д. Обратите внимание ребенка на то, что при удалении свечи мышцы живота будут все более напряженными.После усвоения ребенком этих навыков можно переходить к упражнениям, в которых дыхание согласуется с движением. Они выполняются на фазе вдоха и выдоха, во время пауз удерживается поза. | -Способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. - Успокаивает и способствует концентрации внимания.- Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, правильном выдоху и вдоху.  |
| **Весы** | Предложите ребенку представить, что его ладони — чашечки весов, держащие груз. При необходимости — реально нагрузить «весы», надавливая собственной рукой или кладя на них какой- либо «груз».Встать, поставив руки перед грудью ладонями вверх, пальцы направлены навстречу друг другу, локти в стороны. Сделать длинный вдох через нос, задержать дыхание. «Уравновесить» чашечки весов. Медленно вытянуть одну руку над головой, поворачивая кисть, посмотреть на нее. Другую руку опустить вниз, держа кисть горизонтально, ладонью вниз, повернув пальцы от себя. С силой вытянуть ее: на этой чашечке весов лежит груз. Медленно выдохнуть, расслабиться. Повторить упражнение, изменив положение рук. | -Способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. - Успокаивает и способствует концентрации внимания.- Коррекция дефицита внимания и двигательной расторможенности.- Помощь в снятии избыточного возбуждения.- Развитие точности движений за счет обогащения крови кислородом.- Улучшение дыхательных процессов.- Расслабление центральной нервной системы | Обучает детей базовым составляющим произвольной саморегуляции. |
| **Цветок** | Исходное положение (далее – ИП): стоя, спина прямая голова поднята, ноги на ширине плеч, слегка согнутые в коленях, руки свободно опущены вдоль тела. Выполнить плавный, спокойный глубокий вдох через нос (брюшное дыхание), одновременно руки поднять через стороны вверх и вытянуть над головой. Цветок распустился.Задержать дыхание. Спокойно плавно, медленно выдыхаем через узкую щель, образованную губами, зубы разомкнуты, широкий кончик языка спокойно лежит на нижней губе. Одновременно плавно и медленно опускаем руки через стороны вниз. Вернуться в исходноеположение. Задержать дыхание.Повторить упражнение не более 3 раз. | - Оптимизация работы больших полушарий мозга.- Коррекция дефицита внимания и двигательной расторможенности.- Настрой на деловой лад.- Помощь в снятии избыточного возбуждения.- Развитие точности движений за счет обогащения крови кислородом.- Улучшение дыхательных процессов.- Расслабление центральной нервной системы | Настрой на выполнение учебной деятельности.Организационнаяфункция.Улучшение навыка письма |
| **Массаж\Самомассаж** |
| **Мытье головы** | а) Пальцы слегка расставить и немного со гнуть в суставах. Кончиками пальцев массировать голову в направлении: ото лба к макушке; ото лба до затылка и от ушей к шее.б) Пальцы слегка согнуты, поверхность ногтей и первые фаланги плотно соприкасаются с поверхностью головы за ушами; массаж производится ребенком обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке. | -Способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. - Успокаивает и способствует концентрации внимания.- Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела | Обучает направлению движений.Формирует у детей базовые составляющие произвольной саморегуляции. |
| **Обезьяна расчесывается** | Правая рука массирует пальцами голову от левого виска к правой части затылка и обратно. Затем левая рука — от правого виска к левой части затылка. В более сложном варианте руки перекрещиваются у линии роста волос (большие пальцы — по средней линии!); в такой позе ребенок интенсивно массирует голову ото лба к шее и обратно. | -Способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. - Успокаивает и способствует концентрации внимания.- Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела | Обучает направлению движений.Формирует у детей базовые составляющие произвольной саморегуляции. |
| **Растяжки** |
| **Потягивание** | Ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулак, большие пальцы внутри ладоней; кулаки прижаты к низу живота. Поднять кулаки к плечам и прогнуться в спине, разводя плечи и за прокидывая голову. Потянуться вверх, распрямляя руки и поднимаясь на цыпочки, постепенно напрягая все тело как «струнку» (пред ставьте, что вы только что проснулись и сладко потягиваетесь). Вернуться в И.п., выполняя движения в обратном порядке. | - Способствует преодолению разного рода мышечных дистоний, зажимов и патологических ригидных телесных установок; - Оптимизация мышечного тонуса и повышение уровня психической активности.  | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания и настраивает на выполнение учебной деятельности |
| **Глазодвигательные упражнения** |
| **«Ленивые****восьмерки»****для глаз** | ИП: спина прямая, голова поднята, ноги на ширине плеч. Выполняется стоя. Вытянуть руку перед собой, чуть согнув в локте. Сжать пальцы в кулак, большой палец выпрямить на уровне переносицы. Прямо перед собой этой рукой начать движениепо форме перевернутой восьмерки (знак бесконечности). Держать голову прямо и расслаблено. Следить за движением пальца только глазами: глаза вслед за рукой «рисуют» восьмерку, при этом голова все время удерживается в прямом положении. Большой палец начинает движение от центра и идет вверх (плавный вдох), далее против часовой стрелки вниз и возвращается в центр (плавный выдох). Движения медленные и осознанные. Выполнить сначала одной, затем другой рукой.ИП: обе руки вытянуть вперед и сцепить в замок, большие пальцы направлены вверх и образовывают перекрестье («Х»). Сосредоточиться на центре перекрестья. Проделать «ленивые восьмерки» двумя скрещенными руками. | - Снятие усталости глаз, напряжения в мышцах шеи.- Установка связи «рука – глаза».- Улучшение действий, требующих зрительной работы | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности,зрительному анализу и пониманиюуслышанного |
| **Упражнения на развитие речевого аппарата** |
| **Хобот** | На счет «один» губы вытягиваются вперед (как хобот у слона); на счет «два» «хобот» двигается вправо; «три» - снова вперед; «четыре» - «хобот» двигается влево. Круговые движения «хоботом» вправо и влево. | Убирает вялость речевого аппарата («кашу во рту») и, кроме того, расширяет репертуар соответствующих кинестетических (артикуляционных) и кинетических возможностей. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности и развивает ощущения от движений собственного тела (частей тела). |
| **Качели** | И.п. - рот открыт, язык лежит плоско, его кончик – у нижних передних резцов. На счет «один» кончик языка поднимается к верхним передним зубам; на «два» — язык опускается (кончик языка у нижних резцов). На счет «три» кончик языка поднимается к альвеолам, «четыре» в И.п.; «пять» - кончик языка за альвеолами; «шесть» - в И.п. | Помогает правильному звучанию гласных и согласных звуков. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности и развивает ощущения от движений собственного тела (частей тела). |
| **Упражнения и игры с руками** |
| **Замок** | Сложить руки в «замок» и тянуть их: 1) вверх, вниз, в стороны; прогнуться назад и потянуться руками вверх; руки за спиной в замке, тянуть руки вверх; 2) взять правой рукой левый локоть и тянуть его вправо, то же с правой рукой; 3) зацепиться пальцами рук друг за друга и тянуть руки в разные стороны, то же по одной паре пальцев. | - Способствует преодолению разного рода мышечных дистоний, зажимов и патологических ригидных телесных установок; - Оптимизация мышечного тонуса и повышение уровня психической активности. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности и развивает ощущения от движений собственного тела (частей тела). |
| **Клешня краба** | Средний палец накладывается и зажимает указательный, безымянный кладется на средний, а мизинец на безымянный. Поза удерживается 10—20 сек. После выполнения правой рукой то же — левой, а затем — двумя руками одновременно. | - Оптимизация мышечного тонуса и повышение уровня психической активности- Развитие тонкой моторики. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности и развивает ощущения от движений собственного тела (частей тела). |
| **Упражнения на преодоление синкинезий** |
|  | 1. Отработка автономных и сочетанных движений на уровнях глаз и языка. Голова фиксирована. Выполняются глазодвигательные упражнения (по четырем основным, четырем диагональным направлениям, от себя и к себе), описанные выше, в сочетании с фиксацией мышц языка и челюсти:а) сильно сжать челюсти; при необходимости можно попросить ребенка зажать зубами карандаш и т.п.;б) максимально открыть рот, язык спрятать;в) максимально открыть рот, максимально высунуть язык.2. Глаза фиксированы. Выполняются движения головой и языком (однонаправленные и разнонаправленные).3. Голова фиксирована. Отработка однонаправленных и разнонаправленных движений глаз и языка. Иными словами, движения языка направлены в ту же или в противоположную от взора сторону.4. Отработка однонаправленных и разнонаправленных движений головы и глаз.5. Отработка однонаправленных и разнонаправленных движений языка (глаз) с руками и ногами. | Способствуют устранению синкинезий «глаза – язык», так как, во-первых, патологическая связь этих уровней довольно часто встречается у большинства детей, во-вторых, она является очень энергоемкой для организма в целом, в-третьих, оптимальное взаимодействие именно этих уровней необходимо для развития восприятия, речи, письма и т.д. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности и развивает ощущения от движений собственного тела (частей тела). |
|  |  |  |  |

**Приложение 2**

**Примеры упражнений и игр 2-го ФБМ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название** | **Описание упражнения** | **Функции развития** | **Функции****обучения** |
| **Соматогностические, тактильные и кинестетические процессы** |
| **Хасты** | Ребенок воспроизводит одну за другой ряд ручных поз, каждая из которых фиксируется в течение 20—30 сек. (двух-трех циклов дыхания); обязательное условие — полная сосредоточенность на каждой позе. Это упражнение хорошо выполнять несколько раз в день 5—7 мин. Хасты выполняются в той же последовательности, что и на рисунке  | -Способствует оптимизации и коррекция межполушарных взаимодействий и специализации правого и левого полушарий мозга | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности. |
| **Угадай часть тела и запомни ее название** | Дотроньтесь (погладьте, помассируйте, потрите и т.д.) до какой-либо части тела ребенка (например, до локтевого сустава) и предложите ему вслепую показать ее на себе, затем, открыв глаза, на вас; назвать ее. Это необходимо проделать со всеми частями тела, а затем сделать то же с 2—3 точками.После того как ребенок запомнит все названия, сыграйте в ту же игру, поменявшись ролями. Или иначе: дотроньтесь до своего тела и попросите его показать на себе и назвать этот участок. Более сложный вариант: взрослый дотрагивается до одной (нескольких) частей тела с одной стороны, а ребенок должен показать и назвать ее с другой стороны тела. Желательно, чтобы в процессе выполнения этого упражнения в работу включались все части тела: лицо, пальцы рук и ног, спина и т.д. | -Способствует оптимизации и коррекция межполушарных взаимодействий и специализации правого и левого полушарий мозга. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности и развивает ощущения от движений собственного тела (частей тела). |
| **Зрительный гнозис** |
| **Загадочные рисунки** | Нужно разглядеть, раскрасить и сосчитать изображенные на рисунке предметы.о | Способствует развитию зрительного восприятия. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания. |
| **Фигура и фон** | Нарисуйте или подберите стимульный мате риал, где основу составляет «фон» (более или менее часто расстав ленные точки или значки любой конфигурации; различные пересека ющиеся линии, переплетающиеся листья и т.п.). Ребенку предлагается различить на таком «фоне» «фигуры», то есть найти, показать и назвать все «замаскированные» в этом «шуме» изображения (предме ты, буквы, цифры и т.д.).Наиболее трудный вариант этого задания дан на рис.  | Способствует развитию зрительного восприятия. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания. |
| **Пространственные и «квазипространственные» представления** |
| **Робот** | Ребенок изображает робота, точно и правильно вы полняющего команды человека: «Один шаг вперед, два шага напра во, прыжок вверх, три шага налево, вниз (присесть) и т.д.». Затем играют в непослушного робота, который выполняет все команды на оборот: идет не вперед, а назад; вместо того чтобы подпрыгнуть вверх, приседает; поворачивает не направо, а налево.После того как ребенок начнет, не ошибаясь, в соответствии с условием быстро выполнять эти задания, усложните программу: «Шаг налево правой ногой; два шага вперед, начиная с левой ноги, и т.д.». | - Формирует пространственные представления- Способствует осознанию двигательных возможностей и расширению диапазона движений в разных зонах пространства: нижней, средней и верхней. | - Обучает ребенка ориентации в схеме тела.- Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания и произвольности. |
| **Назови часть тела** | Дети стоят лицом друг к другу. Один из двоих молча показывает на себе отдельные части тела, а другой — называет: «Это твое правое колено, это твой левый глаз и т.д.». | - Формирует пространственные представления.- Формирует знания о схеме тела. | - Обучает ребенка ориентации в схеме тела.- Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания и произвольности. |
| **Квазипространственные» (логико-грамматические) речевые конструкции** |
| **Зашифрованное послание** | Ребенок должен прочитать послание, содержание которого ясно из рисунка, и записать его прямо под картинками.Нарисуйте несколько подобных фраз с разными предлогами. Предложите ребенку самому придумать и написать вам аналогичные послания с известными ему предлогами. | - Формирование «квазипространственных» представлений | Обучает детей предлогам |
| **Верни число на место** | Дается числовой ряд, в котором пропущено какое-либо число. Образец ответа: «Пропущено число семь. Оно больше шести на одну единицу, а значит, стоит справа от него». Или: «Число семь на единицу меньше восьми, значит, стоит слева от него». | Формирование «квазипространственных» представлений | Ребенок овладевает ориентацией в линейной последовательности сначала предметного, а затем числового ряда в направлении слева направо. |
| **Что было раньше?** | Пусть ребенок определит, какое событие произошло раньше, какое позже: «После того как подул ветер, фор точка распахнулась», «Мы пошли гулять перед ужином» | Формирование «квазипространственных» представлений | Ребенок усваивает сравнительные словесные конструкции |
| **Графические способности** |
| **Загадочный контур** | Педагог рисует на доске или листе бумаги волнистую замкнутую линию и предлагает детям, подключив воображение, рассказать, на кого (на какое животное, птицу, фанта стическое существо и т.д.) она похожа. Затем, подражая педагогу или вместе с ним, ребенок постепенно учится самостоятельно и свободно проводить волнистые замкнутые линии. После чего ему предлагается, глядя на свои рисунки, представить, на что похож нарисованный контур. Фантазируя, ребенок может дополнить контур необходимыми деталями (например, ушками, глазами, крыльями, элементами одежды, предметами и др.).Заполнение внутреннего пространства контура возможно не только путем простого раскрашивания, но и посредством необычного заполнения, например, незамкнутыми и замкнутыми линиями, точками, кляксами, сочетаниями геометрических фигур, орнаментов и т.д. | Развивается образное воображение и стимулируется способность каждого ребенка увидеть что-то свое в данном контуре, без навязывания ему собственных стереотипов восприятия. | Ребенок учится фантазировать.Ребенок обучается обводить по контору. |
| **Слуховой гнозис и фонетико-фонематические процессы** |
| **Чудо-звуки** | Прослушайте с ребенком аудиозаписи звуков природы (шум дождя, морской прибой, журчание ручья, капель, го лоса животных и птиц и т.д.). Проанализируйте и обсудите услышан ные звуки (их сходство и различие, где можно их услышать и т.д.). Сначала прослушиваются хорошо отличающиеся между собой звуки, затем — сходные по звучанию. | Формирование слухового гнозиса | Ребенок обучается слышать и понимать неречевые шумы, звуки. |
| **Запрещенный звук** | Поставьте ребенку условие, что в своих ответах на вопросы взрослого он не должен употреблять слова с определенным звуком, например, «м». Тогда на вопрос «Какую ягоду ты любишь?» ему нельзя назвать малину и землянику. Другой вариант — вместо запрещенного звука он хлопает в ладоши. | Формирование фонетико-фонематического восприятия | Ребенок обучается звукоразличению. |
| **Мнестические процессы** |
| **Вспомни пару** | Приготовьте бланки с фигурами для запо минания и воспроизведения. Объясните ребенку, как ему предстоит вспомнить фигуры. Он смотрит на 1-й бланк и старается запомнить предложенные пары изображений (фигуру и знак). Затем бланк убирается и ему предла- гается 2-й бланк — для воспроизведения, на котором он должен на- рисовать в пустых клетках напротив каждой фигуры соответствую- щую ей пару. | Развитие зрительной произвольной памяти | Обучает детей произвольности и концентрации внимания. |
| **Цепочка ассоциаций** | Необходимо запомнить 7—10 не связанных между собой слов, например: дом, кот, лес, апельсин, шкаф, змея, книга, пожар, крокодил и т.д. Для этого надо применить метод искусственных ассоциаций, который издавна использовался носителями феноменальной памяти. «Представьте себе дом, по которому ходит пушистый кот, который выпрыгивает в окно и оказывается в лесу, где на деревьях растут апельсины. Вы срываете апельсин, чистите его, и вдруг в нем оказывается шкаф, в углу которого притаилась змея, и т.д. Скрепив так между собой все слова, вы неожиданно убедитесь что припоминаете их в нужном порядке от начала до конца». Такая тренировка, как легко понять, может быть перенесена затем на запоминание любого учебного материала. | Развитие зрительной произвольной памяти | Обучает детей произвольности и концентрации внимания |
| **Номинативные процессы** |
| **Я знаю пять…** | Это всем известная старая игра, в ходе которой ребенок, одновременно с ударом по мячу, называет пять слов: это могут быть имена мальчиков, девочек, названия растений, животных, предметов красного цвета, цветов и т.д. | - Формирование и использование активного словаря в речи, -Развитие памяти. | -Обучает детей называть слово и понимать смысл (значение) данного слова.- учит детей самоконтролю. |
| **Составляем определения** | Задание выполняется на слух:а) блюдце — это..., масленка — ..., груша — ..., берлога — ...,врач — ..., рано — ..., сумерки — ..., шептать — ..., плакать — ..., озеро — ..., зябко — ..., аккуратно— ...б) лечит людей — ..., овощи растут — ..., самолет ведет — ..., выше всех летает — ..., быстрее всех бегает — ..., выходит на охоту ночью — ... | Формирование и использование активного словаря в речи. | Обучает детей называть слово и понимать смысл (значение) данного слова |

**Приложение 3**

**Примеры упражнений и игр 3-го ФБМ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название** | **Описание упражнения** | **Функции развития** | **Функции****обучения** |
| **Формирование навыков внимания и преодоления стереотипов.** |
| **Стоп-упражнения** |  Ребенок свободно двигается под музыку, делает какие-либо упражнения и т.д. По условному сигналу он должен замереть и держать позу, пока педагог не предложит ему продолжать движение. По этому же принципу построены известные упражнения «Море волнуется», «Замри-отомри» и др. | -Формирование устойчивого внимания- Развитие реакции | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности, переключению и реакции. |
| **Условные сигналы** | Перед занятием детям задаются условные сигналы. Один хлопок – посмотреть вверх—вниз (направо - налево, выполнить «хасты»). Два хлопка – прислушаться к звукам вне комнаты (за окном, этажом выше), выполнить перекрестный шаг; три хлопка – закрыть глаза и почувствовать свое состояние (произнести скороговорку: «Карл у Клары украл кораллы» и т.п.). Услышав условный сигнал, дети выполняют соответствующее задание (10—15 сек.). | -Формирование устойчивого внимания- Развитие реакции. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности. переключению и на преодоление стереотипа. |
| **Программирование, целеполагание и самоконтроль. Ритуалы и правила игры.** |
| **Автомобиль** | Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но дети выступают в роли деталей («колеса», «дверцы», «багажник», «капот» и т.п.), из которых ребенок-ведущий «собирает» автомобиль. | Формирование умения планировать свои действия | - Обучает детей составлять программы, цели и задачи, следить за способом их выполнения. - Учит детей самоконтролю и саморегуляции. |
| **Коммуникативные навыки.** |
| **Зеркало** | Дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Один из них делает замедленные движения, другой должен стать его точным «зеркальным» отражением.  | -Формирование навыков совместных действий.- Развитие внимания и реакции. | Обучает детей составлять программы, цели и задачи, следить за способом их выполнения. - Учит детей самоконтролю и саморегуляции. |
| **Причинно-следственные отношения. Последовательность.** |
| **Расставь события по порядку** | - Я ложусь спать; я обедаю; Я смотрю телевизор; я чищу зубы; я играю в футбол и т.д.- Листья опадают; распускаются цветы; идет снег; созревает клубника; улетают перелетные птицы и т.д.- Через год; позавчера; сегодня; завтра; месяц назад и т.д. | Формирование понимания причинно-следственных отношений | - Обучает детей мыслить и находить причины и следствия.- Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания. |
| **Составление рассказа по серии картинок** |  Перед ребенком выкладывается серия картинок. Вначале они предъявляются в правильной смысловой последовательности; ребенок должен составить рассказ. При необходимости можно задать наводяцие вопросы. Следующим важным этапом является намеренное «нарушение порядка» при раскладывании серии картинок. Цель- наглядная демонстрация того, что изменение порядка картинок (событий) полностью меняет (вплоть до абсолютной нелепицы) сюжет.  Наконец, ребенок должен самостоятельно из перемешанных карточек выстроить событийный ряд и составить рассказ. | Формирование понимания причинно-следственных отношений | - Обучает детей мыслить и находить причины и следствия.- Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания. |
| **Произвольное внимание.**  |
| **Звонкое слово** | Дети стоят в кругу, по очереди называя числа (овощи, растения, города, посуду). Запретными являются числа, содержащие, например, цифру «5» (или из овощей – огурец, из цветов – сирень, из животных – заяц, из посуды – кружка). Не называя запретного числа (слова), ребенок должен хлопнуть в ладоши. | -Формирование произвольного внимания.- Развитие реакции. | Обучает детей самоконтролю, концентрации внимания, произвольности, переключению и реакции. |
|  |  |  |  |

**Приложение 4.**

**Ориентировочная таблица этапов развития ребенка**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Двигательное развитие, моторика** | **Психическое развитие** | **Речевое развитие** |
| **1 месяц** | Попытка приподнять голову, лежа на животе | Кратковременно фиксирует взгляд и прослеживает за игрушкой. Первая улыбка при общении со взрослыми. | При общении издает тихие звуки - короткое гуление, гукание. |
| **2 месяца** | Приподнимает и 10-20 сек, удерживает голову, лежа на животе. В вертикальном положении удерживает голову не постоянно. | Длительно удерживает предмет в поле зрения, четко следит за двигающимся в горизонтальной плоскости предметом. Отвечает улыбкой и удерживает ее при общении со взрослым. | Начальное гуление (гукание) при положительном эмоциональном состоянии. |
| 3 месяца | Хорошо держит голову и в вертикальном положении. Опирается на предплечья, согнутые под острым углом, лежа на животе. | В ответ на обращенную к нему речь взрослого проявляет радость улыбкой, звуками и оживленными движениями рук и ног (комплекс оживления). Поворачивает голову и глаза к источнику звука (погремушке). При виде игрушки появляются нецеленаправленные движения рук. | Певучее гуление. |
| **4 месяца** | Опирается на предплечья, согнутые под прямым углом, лежа на животе. При тракции (потягивании) за руки из положения лежа на спине - активно приподнимает (сгибает) голову - подбородок достает до грудины; пытается подтянуться к: рукам взрослого.Переворачивается со спины на бок.Тянется рукой к подвешенной игрушке, пытается захватить, рассматривает ее. | При попытке врача играть с ребенком комплексу оживления предшествует ориентировочная реакция в виде настораживания. Узнает мать (отличает ее от других взрослых). | Длительно гулит. Громко смеется при общении со взрослыми. |
| **5 месяцев** | Опирается на ладони вытянутых рук, на одну руку, лежа на животе. Ровно и устойчиво стоит при поддержке взрослым под мышки.Четко направляет руки и берет погремушку, которую взрослый держит над грудью ребенка.Переворачивается со спины на живот. | Плачет, когда уходят, прерывая контакт с ним. Различает строгий и ласковый тон, по- разному реагирует на них. | Подолгу певуче гулит. |
| **6 месяцев** | При тракции за руки из положения лежа на спине - садится. Сидит в подушках или при поддержке взрослым за бедра или пальцы рук. Подползает. Свободно берет игрушку из руки взрослого с любой стороны. | Прекращает плакать, когда берут на руки. | Начало лепет - произносит некоторые отдельные (без повторения) слоги - «ма», «ба» |
| **7 месяцев** | Посаженный ребенок самостоятельно сидит, опираясь на руки. Ползает на животе. Начинает поворачиваться о животам на спину.Может брать по игрушке в каждую руку, удерживать их одновременно, стучать друг об друга. | Различает своих и чужих и по-разному реагирует на них (при попытке врача вступить в контакт с ребенком сначала чаше всего отрицательная реакция). | Подолгу лепечет. |
| **8 месяцев** | Начинает самостоятельно сидеть без опоры. Встает на четвереньки. Сам держит в руке кусок хлеба или печенья, обсасывает грызет его. | При назывании взрослым (вопрос «где» ) разыскивает взглядом знакомый предмет, находящийся в определенном постоянном месте. | Громко повторно (сам) произносит различные слова; «ма-ма-ма», «ба-ба-ба». |
| **9 месяцев** | Сидит сам продолжительное время.Придерживаясь за барьер сам полностью встает, стоит, переступает и опускается. Ходит при поддержке взрослого за обе руки.Играет с предметами по- разному в зависимости от их свойств: катает, вынимает. | По просьбе взрослого выполняет заученные движения, например «ладушки», «до свидания», «дай ручку», «открой рот» и т.д.На вопрос «где» ищет и указывает взглядом или жестом знакомый пред мет, независимо от его местонахождения, находит и достает его из массы игрушек.Поворачивается на собственное имя. | Во время лепета подражает сам себе, повторяя случайно возникающие звукосочетания. |
| **10 месяцев** | Стоит самостоятельно без опоры. Ходит, держась одной рукой за опору. Приседает.При игре открывает и закрывает (коробку, матрешку), вкладывает один предмет в другой. | По просьбе берет и подает знакомые предметы «дай мяч, дай лялю»). Показывает части тела другого человека. Голосом сигнализирует о предстоящем мочеиспускании или дефекации. | Повторяет за взрослым новые, ранее не произносимые слоги. |
| **11 месяцев** | Уверенно стоит, делает первые шаги без опоры. | Играет с пирамидкой, нанизывает кольца. Начинает понимать запрет (реакция торможения при слове «нельзя»). Показывает части своего тела. | Первые лепетные слова: «ма-ма.», «ба-ба»; упрощенные слова- обозначения; «кис-кис», «ав-ав», «бай» и т.д. Указанные лепетные слова ребенок использует целенаправленно, соотнося их с конкретным объектом (мать, игрушка, кошка и др.) или действием «ам-ам» - еда). |
| **1 год** | Самостоятельно стоит без опоры, ходит. Приседает и встает. Сам держит чашку и пьет из нее. Складывает игрушки и предметы в емкость (ящик). Перестает тянуть предметы и игрушки в рот. | Выполняет несколько простых инструкций: «дай то-то, иди ко мне» и д., которым был обучен. Выполняет элементарные требования взрослых. | Первые слова: «мама, папа, дай». Появление слов-меток: «бах» - падение и т.д. Копирует интонации, выражена интонация просьбы. Выражает желания звуками и жестами. |
| **1 год - 1 год 3 месяца** | Умеет пятиться, приседать, наклоняться.Пытается самостоятельно есть густую пищу ложкой. | Выполняет простые поручения с предметами: «принеси, положи, открой и закрой ящик» и т.д. Среди других предметов отдает предпочтение игрушке. Начинает воспроизводить в игре разученные действия, кормит куклу.Собирает пирамидку без учета размера колец. Строит башню из двух кубиков. | Быстрый рост пассивного словаря (запаса понимаемых слов). В активном словаре - произвольное использование знакомых слов; существование особого «жаргона» (облегченные слова). |
| **1 год 4 месяца – 1 год 6 месяцев** | Поднимается и спускается по ступенькам. Пытается самостоятельно есть жидкую пищу ложкой. | Воспроизводит в игре часто наблюдаемые действия: причесывает, умывает куклу т.д. Строит башню из трех кубиков.При рассматривании сюжетной картины на вопрос взрослого показывает известные ему предметы, животных и др. | По просьбе взрослого называет хорошо знакомые предметы и объекты. активно использует слова при сильной заинтересованности, удивлении или радости, чтобы назвать предмет. |
| **1 год 7 месяцев – 1 год 9 месяцев** | Частично раздевается - носки, шапка - с небольшой помощью взрослых. | Понимает несложный рассказ по картинке, пытается отвечать на простые вопросы взрослого при рассмотрении сюжетной картинки. При игре пытается строить из кубиков ворота, скамейку и т.д. Начинает проситься на горшок. | Произносит предложения из двух слов. Ежедневно появляются новые слова. |
| **1 год 10 месяцев – 2 года** | Начинает бегать. Умеет подпрыгивать на месте. Попадает по мячу ногой.Частично одевается - ботинки, носки, шапку. | В игре воспроизводит ряд логически связанных действий: куклу купает, затем вытирает.По предлагаемому образцу, и просьбе взрослого находит предмет того же цвета.контактирует с детьми. | При общении со взрослыми использует предложения из 2-3 слов. |
| **2 года – 2 года 6 месяцев** | Сам одевается, кроме застегивания и шнуровки. | В играх выражена взаимосвязь и последовательность: кормит куклу, затем баюкает и укладывает ее спать. Выполняет двухэтапную инструкцию «пойди в кухню, принеси чашку»).  | Многословные предложения (3-5 слов). Активный словарный запас 50 и более слов. Появляются вопросы: что это? где? когда? почему? Называет свое имя, фамилию. Частично отвечает на вопросы. |
| **2 года 7 месяцев – 3 года** | Полностью сам одевается и застегивает пуговицы. Обувается, с помощью завязывает шнурки.Может несколько секунд постоять на одной ноге. | Воображение в игре (стул - машина, кубик-мыло). Возможность игровых действий без предметов. Появление ролевой игры - например, «я - доктор».Собирает пирамидку с учетом размера колец, но иногда игнорирует верх-низ. Называет 4 основных цвета.Элементарные рисунки карандашом, лепит простые фигурки из пластилина.Понимает прочитанные короткие сказки (видно по мимике, ответам на вопросы). | Называет имена родителей. Часто задает вопросы «почемучка»). Говорит о себе «я».Начинает употреблять сложные предложения. Речь используется с целью объяснения, размышления. |