



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ»



**ТЕРАПИЯ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ
В РАБОТЕ С ЛЮДЬМИ (ДЕТЬМИ),
ИМЕЮЩИМИ ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ,
ВКЛЮЧАЯ АУТИЗМ
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ**



Составитель:
Гордеева Л.В., методист отдела методологии

Утверждено на заседании экспертного совета по проведению экспертиз
(протокол № 24 от 10.04.2020г.)

г. Сургут, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ	5
1.1. Понятие сенсорной интеграции.....	5
1.2. Нарушение работы вестибулярной системы	9
1.3. Нарушения планирования движений (диспраксия развития)...	11
1.4. Проприоцептивная система и мышечный тонус.....	12
1.5. Нарушение двусторонней координации	13
1.6. Нарушения тактильного восприятия	13
1.7. Нарушения зрительного восприятия	15
1.8. Нарушения слухового восприятия	16
1.9. Выявление нарушений сенсорной интеграции: общие рекомендации	16
1.10. Особенность терапии, основанной на сенсорной интеграции	17
ГЛАВА 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ: ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ПО СЕНСОРНО-ИНТЕГРАЦИОННОЙ КОРРЕКЦИИ.....	30
2.1. Игры и упражнения для развития вестибулярной и гравитационной системы	31
2.2. Игры и упражнения для развития моторного планирования.....	36
2.3. Игры и упражнения для развития проприоцептивной системы	38
2.4. Игры и упражнения для развития двусторонней координации.....	39
2.5. Игры и упражнения для развития тактильной системы.....	42
2.6. Игры и упражнения на развитие зрительной системы.....	46
2.7. Игры и упражнения для развития слухового восприятия.....	51
2.8. Игры и упражнения для развития обонятельной системы.....	54
2.9. Игры, упражнения с использованием интерактивного оборудования сенсорной комнаты.....	56
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	61
ПРИЛОЖЕНИЯ	63

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время выявляется все больше случаев ментальных нарушений, сказывающихся на развитии людей и в первую очередь детей. Поэтому все больше специалистов пытаются разобраться в природе этих проблем и найти пути помощи.

В процессе этой работы изначально была установлена связь между обучением, развитием человека и нарушением слуховой и зрительной перцепции. Потом ученые выяснили, что причиной некоторых слуховых и большинства зрительных проблем, возникающих у взрослых и детей, является плохая интеграция ощущений, обеспечивающих человека информацией о физическом состоянии тела (прикосновениях, положении тела и движениях) и окружающей среды.

Восприятие сигналов из внешнего мира и внутренней среды организма формируется на основе совместной деятельности ряда сенсорных систем: зрительной, слуховой, тактильной, проприоцептивной, вестибулярной, вкусовой и обонятельной. Многоканальный характер восприятия позволяет человеку использовать несколько органов чувств одновременно: ощущения различных модальностей в результате сложной аналитико-синтетической деятельности мозга объединяются в целостный образ предмета явления, ситуации и интерпретируются в соответствии с прежним сенсорным опытом. Например, при условии нормального развития, человек способен видеть какой-либо предмет, одновременно с этим ощупывать его, слышать название и понимать, о чём идёт речь. Восприятие информации, одновременно поступающей по нескольким чувственным каналам, и объединение этой информации в единое целое называется сенсорной интеграцией.

Многие проблемы обучения и поведения людей с нарушениями развития являются результатом искажения процесса восприятия сенсорной информации. Для них характерна неспособность интегрировать сенсорную информацию, поступающую от различных органов чувств, для того чтобы получить точную картину реального окружения. Например, для некоторых

детей понять, что им говорят, если к ним в это же время прикасаются, невозможно: они либо понимают, что им говорят, но не чувствуют прикосновения, либо чувствуют прикосновение, но не понимают, о чем идет речь. Это относится к дисфункции сенсорной интеграции или нарушению процесса переработки информации, поступающей от органов чувств. Люди с дисфункцией сенсорной интеграции имеют моноканальный характер восприятия: они вычленивают из широкого спектра сенсорных сигналов отдельные аффективно значимые для них раздражители цвета, формы, звуки, запахи и пр., поэтому окружающий мир выступает для них как хаотичный и раздробленный.

Проблемы с сенсорной интеграцией в той или иной степени встречаются сегодня довольно часто. Различные виды расстройств сенсорной интеграции обычно выявляются в детском возрасте. В соответствии со статистическими данными сенсорно-интегративные проблемы отмечаются более чем у 70% детей с нарушением развития. Однако в некоторых случаях (3–11%) нарушения сенсорной интеграции диагностируются и у взрослых людей с неврологическими и психическими расстройствами.

Для коррекции сенсомоторных нарушений у детей с особенностями психического развития, включая аутизм, и взрослых, имеющих нарушения в сенсорной интеграции, рекомендована терапия сенсорной интеграции, которая направлена на то, чтобы помочь людям с нарушениями движений и поведения в повседневной жизни, развить, восстановить и поддержать навыки, необходимые при выполнении действий, важных и значимых для здоровья и благополучия человека.

С целью оптимизации и совершенствования работы по терапии сенсорной интеграции в учреждениях социального обслуживания, разработаны данные методические рекомендации, которые включают теоретические и практические материалы.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ

1.1 Понятие сенсорной интеграции

Мы приобретаем опыт, учимся через посредство органов чувств, воспринимающих информацию: зрение, слух, обоняние, вкус, осязание, мышечно-суставное чувство (проприоцепция), вестибулярная информация, чувство гравитации.

Сенсорная интеграция происходит от двух латинских слов – «sensus» (ощущение, чувство) и «integratio» – вставка, вовлечение. Термином «сенсорная интеграция» принято обозначать передачу центральной нервной системой в мозг информации обо всем происходящем с телом и окружающей средой.

Сенсорная (чувственная) информация фиксируется пятью главными органами чувств – глазами (зрение), ушами (слух), носом (обоняние), языком (вкус) и кожей (осязание), а затем обрабатывается посредством центральной нервной системы для принятия решений о действиях в той или иной ситуации. Помимо органов чувств, в сенсорной интеграции задействованы вестибулярный аппарат и способность проприоцепции – ощущения человеком собственного тела и положения в пространстве каждой его части. В научной терминологии этот процесс называется обработкой сенсорных афферентных сигналов.

Каждую миллисекунду в мозг поступают бесчисленные кусочки сенсорной информации от всего тела.

Поскольку человеку необходимо двигаться, учиться или вести себя подобающим образом, мозг должен организовать все вышеупомянутые ощущения. Он определяет область соответствующих ощущений, сортирует и располагает их в определенном порядке. Когда ощущения текут организованно, или интегрированно, мозг может использовать их для формирования восприятия, поведения, а также для процесса обучения.

Таким образом, сенсорная интеграция:
является бессознательным процессом, происходящим в головном мозге;
организует информацию, полученную с помощью органов чувств (вкус, вид, звуки, запах, прикосновение, движение, воздействие силы тяжести и положение в пространстве);

наделяет значением испытываемые нами ощущения, фильтруя информацию и отбирая то, на чем следует сконцентрироваться (например, слушать учителя и не обращать внимания на уличный шум);

позволяет нам осмысленно действовать и реагировать на ситуацию, в которой мы находимся;

формирует базу для теоретического обучения и социального поведения.

Нарушение сенсорной интеграции — это состояние, при котором мозг испытывает проблемы с получением и реагированием на информацию, поступающую через органы чувств.

Нарушение или дисфункция сенсорной интеграции, сенсорная дезинтеграция — состояние, свойственное в первую очередь людям с некоторыми особенностями психического развития, включая аутизм. Проблемы с сенсорным восприятием — это еще и возможный симптом кататонии в различных ее проявлениях.

Различные виды расстройств сенсорной интеграции обычно выявляются у пациентов детского возраста — сенсорно-интегративные проблемы отмечаются более чем у 70% детей с дефектами развития. Однако в некоторых случаях (3–11%) нарушения сенсорной интеграции диагностируются и у взрослых людей с неврологическими и психическими расстройствами. Поэтому важно знать, как проявляется аутизм у взрослых, чтобы провести своевременную диагностику и подобрать соответствующую терапию.

Внешние признаки нарушений сенсорной интеграции достаточно многообразны, а самыми характерными из них являются:

избыточная или недостаточная чувствительность (гипер- или гипочувствительность) к внешним раздражителям – свету, различным звукам, движениям, температуре и т. д.;

избегание соприкосновений с предметами и веществами определенных фактур и консистенций – например, с песком, кашей, жидкостями, полиэтиленовыми пакетами, меховой или шерстяной одеждой и т. д.;

расстройства моторики – например, неумение использовать по назначению столовые приборы, карандаши, ножницы, невозможность собрать мозаику или конструктор и т. д.;

затруднения при обучении езде на велосипеде, чтению (характерны пропуски отдельных букв и слогов), правописанию и другим навыкам;

отказ надевать одежду из тканей определенной структуры;

излишне повышенная или, наоборот, пониженная двигательная активность;

проблемы с координацией движений, хождение на цыпочках, общая «неуклюжесть»;

недостаточный или избыточный мышечный тонус (гипо- или гипертонус мышц);

трудности при выполнении каких-либо инструкций, подразумевающих последовательные действия;

неспособность различать правую и левую стороны;

нетерпеливость, вспыльчивость, импульсивность, склонность к эмоциональным «взрывам»;

проблемы с концентрацией внимания;

повышенная утомляемость;

избегание социального контакта, вплоть до истерик во время нахождения среди людей на прогулке, в магазине и даже дома;

замедленное речевое и/или двигательное развитие.

Наличие двух или более из перечисленных симптомов является достаточным основанием для обращения к специалисту по диагностике нарушений сенсорной интеграции.

Расстройства функций сенсорных систем наблюдаются у большинства детей с отклонениями в эмоциональной и двигательной сферах, а также при проблемах с развитием речи, поведением, способностью к обучению. Детям с нарушениями сенсорной интеграции свойственна перечисленная выше симптоматика, а в целом признаки детских сенсорных расстройств разделяются на две категории в зависимости от вида реактивности:

- 1) гипореактивность (недостаточная реакция) – получаемые сигналы от органов чувств недостаточно интенсивны для ребенка, из-за чего ему необходимо больше времени, чтобы полностью прочувствовать сенсорную информацию;
- 2) гиперреактивность (избыточная реакция) – получаемые сигналы слишком сильны, они «оглушают» ребенка, и ему трудно абстрагироваться от них.

При гипореактивности дети демонстрируют следующие особенности:
стремление к тесным объятиям и тяжелым, надавливающим прикосновениям при отсутствии реакции на обычные легкие прикосновения (ребенок их просто не чувствует и стремится усилить);

мышечная вялость, постоянно полуоткрытый рот;
слишком громкая речь (ребенок плохо слышит собственный голос);
неловкость движений, плохая координация;
отсутствие реакции на звуки (ребенок может даже не отзываться на свое имя), боль, высокие или низкие температуры и т. д.

Для гиперреактивности характерна обратная картина:

многократно усиленная реакция на любые прикосновения, запахи, звуки и прочие раздражители;

ребенок очень легко отвлекается на внешние факторы, которых другие люди просто не замечают;

длительные перегрузки вестибулярного аппарата – бесконечный бег по кругу, кручение на одном месте;

отказ надевать одежду из определенной ткани и т. д.

У детей с РАС сенсорная гиперреактивность проявляется особенно ярко, и именно ею объясняется характерное поведение аутистов, сопровождающееся ритуалами, стереотипиями, аутоагрессией, эхолалией и др. Все эти «странности» по сути являются защитной реакцией психики с дисфункцией сенсорной интеграции – попыткой аутичного ребенка успокоить себя и обезопасить свой уникальный мир от болезненно-травмирующих внешних факторов. В большинстве случаев сенсорная интеграция для детей с аутизмом, при условии регулярных занятий, позволяет значительно снизить проявления дисфункции сенсорной интеграции и «смягчить» симптомы РАС.

Дети, с трудом воспринимающие сенсорную информацию, могут испытывать сложности при обучении в школе: они часто рассеяны, не могут усидеть на месте, с трудом концентрируют внимание.

Можно сказать, что развитие ребенка с нарушением сенсорной интеграции не сбалансировано. Т.е. одни области нервной системы работают с перебоями или неправильно, другие же выполняют свои функции хорошо, поэтому в чем-то развитие ребенка будет соответствовать его возрасту, а в чем-то ребенок будет отставать.

С возрастом проблемы множатся и возникают трудности с развитием, обучением в школе и поведением.

В целом нарушения сенсорной интеграции вызывают: снижение самооценки, фрустрацию из-за невозможности находиться среди других детей, чувство физической и психологической небезопасности, трудности в освоении знаний.

1.2. Нарушение работы вестибулярной системы

Вестибулярная система – сенсорная система, используемая для анализа положения и движения тела в пространстве. Информация вестибулярной системы используется для управления положением головы и туловища. Эта

информация позволяет мозгу определять, в каком положении находится голова по отношению к направлению действия силы тяжести и в каком направлении голова перемещается.

Вестибулярная система связана почти со всеми зонами мозга. В организации вестибулярной системы особую роль играют глазодвигательные мышцы и мышцы шеи.

Дети, имеющие проблемы, с обработкой вестибулярных сигналов, нередко не могут следить за предметом, движущимся у них перед глазами, а также четко переводить взгляд из одной точки в другую. Движения глаз у них не плавные, взгляд либо отстает от предмета, либо резко «дергается», как бы догоняя его. Таким детям очень трудно играть в мяч, чертить мелком линию, читать и т.п.

Чтобы мозг мог осознать отношения между объектом, головой и телом, ощущения от действия силы тяжести и движения головы должны взаимодействовать с ощущениями, идущими от суставов, мышц.

Дети, у которых сенсорная интеграция неэффективная, не интегрируют эти ощущения должным образом. Проверка зрения может ничего не выявить, но ребенок почему-то натывается на мебель или падает с лестницы, не понимая, что он делает. Он видит шкаф или ступеньку, но не в состоянии оценить их положение, относительно собственного тела. Случается, что такие дети «перешагивают» через край кровати, словно полагая, что кровать и пол находятся на одном уровне.

Существуют также мышечные реакции, которые позволяют нам сохранить равновесия тела, стоя на двух ногах, поддерживают руки, когда мы толкаем или тянем предметы, придают нашим движениям плавность. Дети с вестибулярными нарушениями неэффективно управляют своим телом. Например, они могут упасть, чуть сдвинувшись на стуле. Пытаясь помочь ребенку усестся, можно почувствовать, что тело ребенка очень отяжелело или очень скованно. Кроме того, у детей с вестибулярными нарушениями согласованное сокращение мышц нередко отсутствует: сокращение мышц,

начинаясь на одной стороне тела, проявляется на другой с некоторой задержкой.

Благодаря вестибулярной системе также возможны защитные реакции, когда тело принимает крайне неустойчивое положение в пространстве (например, выбрасывание рук вперед при падении). Дети с нарушением вестибулярного восприятия иногда вообще не пытаются предотвратить свое падение, что приводит к ушибам и травмам.

Неразвитость вестибулярного аппарата может вызвать реакции двух типов: некоторые дети чрезмерно чувствительны к любой двигательной активности и боятся даже мысли о какой-либо физической нагрузке, другие, наоборот, очень любят активные занятия, стимулирующие вестибулярную систему.

1.3. Нарушения планирования движений (диспраксия развития)

Диспраксия – недостаточная способность к выполнению целенаправленных движений, связанная с нарушением организации и/или планирования движений. Диспраксия развития служит одним из наиболее распространенных признаков нарушения сенсорной интеграции.

Ребенок с диспраксией не умеет правильно планировать движения, поэтому нередко тратит на это огромные усилия. Пытаясь приобрести навык в какой-либо игре или виде спорта, он вынужден каждый раз заново планировать действия. Ребенок с диспраксией хуже чувствует свое тело и его возможности. Например, вместо того, чтобы играть с игрушками, ища им интересное применение, он будет попросту их двигать туда-сюда. Смышленный ребенок с диспраксией видит, как играют другие дети, и понимает, что они делают, но сам спланировать свою игру не может. Желая играть, он дергает или толкает игрушки слишком сильно, нередко ломая их. Плохо развитая схема тела мешает одеваться, застегивать пуговицы и молнии, завязывать шнурки и т.п. Данные навыки – приобретенные навыки, и ребенок должен уметь планировать движения, чтобы их освоить.

Нарушение двигательного планирования – не единственное проявление диспраксии. Она мешает во многих жизненных обстоятельствах. Мозг, неспособный организовать телесные ощущения, как правило путается, пытаясь упорядочить все те ощущения, которые ребенок получает в присутствии множества людей или вещей. Ребенок не справляется с множеством ощущений и испытывает перегрузку. Поэтому его нервная система уязвима в ситуациях, привычных другим людям. Дети с диспраксией неврологически не готовы противостоять угрозам своему «Я». Одна единственная неловкость, например, поломка карандаша, может привести к бурной реакции. Такие дети могут быть и эмоционально лабильными: ребенок то радуется, то через минуту рыдает.

1.4. Проприоцептивная система и мышечный тонус

Проприоцептивная система воспринимает сигналы от мышц, связок и суставов. Благодаря ей мозг получает информацию о том, когда и какие мышцы сокращаются или растягиваются, какие суставы сгибаются и распрямляются и в каком направлении. Когда эта система работает эффективно, ребенок осознает положение тела и его перемещение в пространстве. Эта сенсорная система помогает нам двигаться, не сталкиваясь с препятствиями, понимая, какую силу необходимо приложить для выполнения той или иной задачи и автоматически изменять положение тела.

Ребенку с недостаточно развитой проприоцептивной системой свойственна преувеличенная или, наоборот, ослабленная реакция. В первом случае ребенок будет избегать занятий, предполагающих движение частей тела. Во втором случае ребенок будет казаться неуклюжим и постоянно стремиться к самостимуляции: прыгать, скакать, размахивать руками, играть в шумные и подвижные игры.

Развитие нормального мышечного тонуса – также один из ключевых факторов в освоении двигательных навыков. Как правило, детям с расстройством функции сенсорной интеграции свойственны нарушения мышечного тонуса. Эти дети либо вялы, легко устают и в целом имеют низкий

тонус (гипотоники), либо, напротив, очень активны и находятся в постоянном движении, однако не способны остановиться, удержать равновесие и выдержать весовую нагрузку.

1.5. Нарушение двусторонней координации

Двусторонняя координация – это способность выполнять согласованные действия обеими сторонами тела, а также пересекать среднюю линию.

Средняя линия – воображаемая вертикальная линия, разделяющая тело на правую и левую половины.

Ребенок пересекает среднюю линию, скрещивая руки на груди, кладя ногу на ногу, трогая правой рукой левое ухо и т.д. Двусторонняя координация нужна также, чтобы, например, взять левой рукой предмет, расположенный в правом поле зрения, и наоборот. Навык координации обеих сторон тела необходим для развития как мелкой, так и крупной моторики. Эта способность начинает развиваться, когда младенец впервые перекладывает предмет из одной руки в другую или сталкивает два предмета. Наше тело сначала учится выполнять действия, при которых обе его половины работают вместе (ползать, ходить). Позже мы начинаем выполнять более сложные действия, в которых каждая часть тела выполняет отдельную задачу (одна рука держит банку, а другая откручивает крышку).

Ребенку с нарушением двусторонней координации может быть сложно, например, одной рукой придерживать низ куртки при застегивании молнии, а другой – тянуть «язычок» вверх. Такие дети избегают пересекать середину тела и часто меняют руки, расстраиваясь из-за того, что не могут выполнить задание. Хорошо развитая двусторонняя координация необходима и для освоения бытовых и учебных навыков (например, выдавливание зубной пасты на щетку, использование ножниц и т.п.).

1.6. Нарушения тактильного восприятия

Тактильная система обеспечивает человеку чувство осязания, т.е. способность воспринимать и распознавать стимулы через контакт с кожей.

Благодаря защитной функции нашей осязательной системы тело автоматически избегает прикосновений, способных причинить вред. Ребенок с нарушениями данной системы организма может иметь чувствительность повышенную (гиперчувствительность) или пониженную (гипочувствительность).

Ребенок с пониженной (или гипо-) чувствительностью не осознает, когда к нему прикасаются другие люди, или не проявляет должной реакции на болезненные стимулы (порезы, удары).

При тактильной гиперчувствительности ребенок отрицательно и эмоционально реагирует на ощущение прикосновения. Такая реакция возникает лишь при определенных условиях. В основном человек резко отрицательно реагирует на очевидно неприятные тактильные стимулы. У детей с тактильной гиперчувствительностью таких стимулов гораздо больше. Они сильно реагируют на раздражители, которые мы едва замечаем. Ощущения прикосновения приводят к серьезным сбоям в их нервной системе, что служит причиной негативных эмоций и неадекватного поведения.

Дети с повышенной тактильной чувствительностью иногда предпочитают одежду с длинными рукавами, чтобы руки всегда были закрыты, или носят свитера даже в теплую погоду. Погрузить руки в глину, обмакнуть палец в краску, ходить босиком по траве или песку – всего этого они тоже могут избегать. Им не нравится, когда их кто-то моет, не нравится ходить в воде, поскольку брызги чрезмерно возбуждают их нервную систему. Определенные виды тканей, такие как шерсть, некоторые виды синтетики или грубые материалы также вызывают у них дискомфортные ощущения.

И, конечно же, такому ребенку очень трудно сосредоточиться на уроке, когда кожа или одежда доставляют ему неприятные ощущения.

В те моменты, когда такой ребенок чувствует себя надежно защищенным, особенно общаясь с близкими ему людьми, он может сам искать тактильных ощущений, например, объятий. В противном случае даже прикосновения матери могут быть ему неприятны.

Избыточное реагирование на прикосновения мешает и социальным взаимоотношениям. Совместные игры тоже чреваты проблемами, поскольку другие дети не осознают, что причиняют ребенку дискомфорт. Бывает, что ребенок с тактильной гиперчувствительностью избегает играть, например, в мягкие игрушки, столь популярные у других детей. Однако некоторые дети с повышенной чувствительностью к тактильным раздражителям стремятся получить дополнительную – приятную тактильную стимуляцию. Приятные тактильные ощущения организуют нервную систему и помогают ослабить отрицательные реакции. Вот почему такие дети иногда нуждаются в особом «защитном» одеяле или мягкой игрушке. Им нравится заворачиваться в одеяло или валяться на ковре с толстым ворсом.

1.7. Нарушения зрительного восприятия

Ребенок с недостаточно развитой способностью к сенсорной интеграции может испытывать проблемы со зрительным восприятием. Эти проблемы могут проявляться в различных формах: плохая способность к управлению движением взгляда, резкие и несогласованные движения глаз, трудности при фокусировке взгляда на неподвижном предмете, недостаточная координация между зрением и двигательными реакциями (зрительно-моторная координация).

Вестибулярные, зрительные ощущения, сигналы от мышц и сухожилий (проприоцептивные ощущения) объединяются, образуя «карту», которую мозг потом использует для управления телом в пространстве. Соотнесение того, что мы видим с тем, что мы чувствуем, помогает планировать сложные действия. И если зрительная зона коры мозга не наладила связь с вестибулярной системой, мышцами, суставами, кожей – зрительно различать детали будет сложно. Поэтому у детей, не получающих точной информации от тела, нередко страдает и зрительное восприятие.

При подобных нарушениях сенсорной интеграции ребенок может не любить ходить по ступенькам, перешагивать препятствия, смотреть в глаза, предпочитает полумрак или темноту, капризничает при ярком свете,

напрягается, рассматривая окружающих и предметы. Он, возможно, не захочет кататься с горки, т.к. не в состоянии определить ее высоту. Или боится так высоко залезать – маленькая площадка на вершине горки может показаться ему опасным местом.

1.8. Нарушения слухового восприятия

При нарушениях обработки слуховой информации дети могут бояться громких звуков, плохо переносить некоторые виды музыки (или музыку вообще), тембр голоса, часто закрывают уши руками или голову подушкой, или напротив, часто не слышат, когда к ним обращаются, не любят шумного окружения, улицы и т.п.

Например, дети с нарушением слухового восприятия в классе пытаются слушать учителя, но звуки с игровой площадки под окном, гудение ламп над головой, шум машин и даже шепот одноклассников сильно мешают им разобрать объяснения. Такие дети нередко оглядываются, вертятся за партой, ища у других ребят зрительной подсказки.

1.9. Выявление нарушений сенсорной интеграции: общие рекомендации

Для выявления возможных проблем с сенсорной интеграцией используется диагностический опросник, который может заполняться родителями или педагогами, работающими и наблюдающими за ребенком.

Задача данного диагностического опросника — дать важную информацию о симптомах сенсорной дисфункции родителям и профессионалам, вступающим в контакт с ребёнком (приложение 1).

Опросник не является абсолютно полным сборником диагностических критериев для установления диагноза "нарушение обработки сенсорных сигналов, сенсорная дезинтеграция", это, скорее инструмент для тех, кто непосредственно общается с ребёнком.

Необходимо отметить, что приведенные в опросных листах вопросы по тем или иным видам нарушений в обработке сенсорной информации – это некоторые симптомы. У ребенка не обязательно могут присутствовать все

указанные признаки. Так же как, отдельные симптомы могут встречаться и у детей, не имеющих проблем с сенсорной интеграцией.

Если в каком-либо разделе диагностического опросника имеется более чем три положительных ответов, то у ребенка имеются признаки нарушения сенсорной интеграции и для него целесообразна сенсорно-интегративная коррекция.

1.10. Особенность терапии, основанной на сенсорной интеграции

Терапия, основанная на сенсорной интеграции, помогает дать мозгу нужные знания об окружающей обстановке и внешних стимулах, воздействующих на сенсорные системы человека (зрительную, слуховую, вестибулярную и т.д.).

Целью терапии сенсорной интеграции (сенсорно-интегративная терапия) для детей и взрослых является: улучшение обработки сенсорной информации ради более эффективной «регистрации» и модуляции ощущений; помощь в формировании простых адаптивных ответов как средства организовать поведение; уход от самостимуляций, стереотипий и возможность более эффективно познавать окружающую действительность.

Показаниями к терапии являются гиперактивность, нарушения речевого, психического развития, детский церебральный паралич, а также восстановительный период после операций, переломов костей, травм, улучшение общего состояния у детей с синдромом Дауна.

В терапии важен тщательный выбор занятий и силы воздействия на ту или иную сенсорную систему ребенка, методы и приемы терапии не должны ни в коем случае наносить вред ребенку. Ответы ребенка на сенсорные импульсы почти всегда служат надежным критерием того, насколько хорошо мозг обрабатывает ощущения.

Сенсорная интеграция как вид терапии целостна: она задействует все тело, все органы чувств и весь мозг. Когда мышцы работают слаженно, формируя адаптивное движение всего тела, они вместе с соответствующими суставами посылают в мозг хорошо организованные ощущения. Движения, в

которые вовлечено все тело, также порождают множество вестибулярных импульсов, помогающих объединить другие сенсорные системы. Способность организовать эти ощущения и адекватно на них ответить способствует организации различных мозговых функций.

Для того чтобы помочь ребенку с нарушениями сенсорной интеграции, необходимо:

хорошо организованное пространство: помещение должно быть довольно большое и безопасное (наличие покрытия или бутоматов на полу; «мягкие» стены);

наличие оборудования, обеспечивающего сенсорные ощущения (качели, шведские стенки, сухой бассейн, мягкие пуфы, маты, мягкое оборудование, мягкие горки, тоннели и т.д.);

наличие оборудования и приспособлений для организации детских игр.

При организации коррекционно-развивающей работы с детьми с нарушениями сенсорной интеграции необходимо:

постараться исключить возможность отвлекаться;

чтобы помочь ребенку удерживать внимание – не давать одновременно больше одного задания;

если ребенок волнуется, что его могут ударить, найти для него место, где он сможет почувствовать себя в безопасности, например, не в центре группы, а с краю;

постарайтесь убрать то, что может приводить к зрительной перегрузке (различная информация на стенах, ковровые покрытия с яркими рисунками, игрушки и предметы, которые отражают свет, бликуют);

твердые, гулкие поверхности, шум аквариума, радио, открытое окно, осветительные или обогревательные приборы, которые издадут звук, мешают детям сосредоточиться на задании, поэтому, необходимо убрать такие вещи;

запахи еды, медикаментов, краски могут раздражать детей, необходимо устранить отвлекающие обонятельные раздражители;

в помещении, где находятся дети (игровая комната), должно быть тихое место, где ребенок, который устал или расстроился, может отдохнуть.

Сенсорно-интегративная терапия рассчитана на продолжительные занятия и обучения периодами. Она воздействует на организацию мозга и не нацелена на достижение кратковременных результатов на поверхностном уровне. Между курсами занятий (периодами обучения) необходимы остановки, паузы, чтобы ребенок, получив порцию обучающего материала, мог воспользоваться паузой для того, чтобы основательно усвоить данный материал. Необходимо помнить, что пауза равнозначна этапу работы со стимуляцией органов чувств. Мозгу нужно время, чтобы обработать воздействие раздражителей.

Ни один метод не гарантирует неперменного успеха. Все люди разные. Каждый ребенок неповторим и многогранен. Важно следовать за ребенком в его развитии, искать тот метод, который поможет преодолеть проблемы и трудности данного конкретного ребенка, и гибко менять приемы, методы и вид терапии, если они не подходят к конкретному ребенку. Понимание особенностей и потребностей каждого ребенка может помочь в построении эффективной коррекционно-развивающей работы, помочь ребенку наладить контакты, общение со сверстниками и взрослыми, и полноценно развиваться во всех направлениях.

Наилучший результат также достигается в комплексном подходе, в сочетании сенсорно-интегративной терапии с другими методами и видами терапий (коррекция речи, физическая терапия (ЛФК), нейропсихологическая коррекция, игротерапия, сенсорно-интегрирующие виды спорта и т.д.)

Также одним из решающих факторов, помогающих добиться положительных изменений, является активное сотрудничество ближайшего окружения, поэтому очень важна роль родителей в данном виде терапии.

Одним из современных средств коррекции дисфункции сенсорной интеграции является специально оборудованная сенсорная комната.

Сенсорная комната представляет собой искусственно созданное окружение, где ребенок, пребывая в безопасной, комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении специалиста исследует среду. Каждая сенсорная комната предлагает гораздо больше различных впечатлений, чем традиционное окружение и позволяет их использовать более длительное время. В условиях сенсорной комнаты используется массированный поток информации на каждую сенсорную систему. Одновременная стимуляция нескольких сенсорных систем приводит не только к повышению активности восприятия, но и к обеспечению сенсорной интеграции. В сенсорной комнате созданы условия, в которых ребенок получает положительные эмоции. Здесь с помощью различного оборудования создается ощущение комфорта и безопасности, что способствует быстрому установлению тесного контакта между педагогом и детьми.

Все сенсорные комнаты делят на Темные (комната релаксации) и Светлые (комната сенсорномоторной стимуляции).

Темные сенсорные комнаты: восстанавливают психоэмоциональное состояние детей и успокаивают нервную систему. Освобождают от страхов и агрессии, развивают более легкое восприятие мира через сенсорные ощущения ребенка, когда он исследует обстановку и детали комнаты. За счет большого количества необычных световых элементов создается ощущение волшебного мира и полной безопасности в нем и комфорта.

Комнаты сенсорномоторной стимуляции: развивают все органы чувств ребенка, повышают настроение, дают заряд энергии, развивают интеллект и реакцию, учат осмысленно действовать и правильно реагировать в различных ситуациях за счет большого количества развивающих, ярких и очень интересных детям деталей комнаты.

Все элементы комнаты позволяют ребенку самостоятельно учиться и развиваться.

Оборудование в сенсорной комнате можно разделить на два основных типа:

Релаксационное оборудование – в него входят различные мягкие покрытия, пуфики, подушечки, маты, сухой бассейн, приборы, создающие рассеянный свет, установка для ароматерапии, релаксационная музыка.

Активационное оборудование – в него входит всё оборудование со световыми и звуковыми эффектами, сенсорные панели для рук и для ног, различное интерактивное оборудование.

Работа в сенсорной комнате основывается на нескольких принципах:

Уровень раздражителей должен быть адекватен возможностям ребенка;

Ребенка нужно стимулировать к изменению поведения в ответ на изменения в обстановке;

Наполнение комнаты должно вызывать интерес у ребенка и соответствовать его уровню развития;

То, как организуются занятия, должно быть обусловлено предпочтениями и интересами ребенка.

Основные методы, используемые при работе с детьми в сенсорной комнате: разнообразные игры (коммуникативные, направленные на развитие познавательных процессов и сенсорно-интегративную коррекцию); сказкотерапия; элементы песочной терапии; элементы арт-терапии (рисование песком, на прозрачном мольберте); релаксационные упражнения; элементы музыкотерапии.

Кроме того, для работы в сенсорной комнате можно использовать методики свето-, цвето-, звуко- и ароматерапии для воздействия на состояние ребенка через соответствующие органы чувств.

Для проведения занятий с различными категориями детей в сенсорной комнате необходимо изучить анамнез ребенка, проконсультироваться с врачом, и получить рекомендации по каждому конкретному диагнозу. Необходимо строго следовать имеющимся рекомендациям и правилам безопасного использования оборудования, а также крайне осторожно

подходить к планированию занятий с детьми, имеющими следующие проблемы развития: астенические проявления, сильные коммуникативные нарушения, синдром двигательной расторможенности, эпилептический синдром, умеренная и тяжелая умственная отсталость, психоневрологические заболевания, нарушения слуха и зрения.

Нозологии, с которыми можно работать в Сенсорной Комнате: синдром дефицита внимания и гиперактивность (СДВГ); умственная отсталость; расстройство аутистического спектра; минимальная мозговая дисфункция; задержка психического развития (ЗПР); речевые нарушения; нарушение зрения; посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР); нарушения слуха; детский церебральный паралич (ДЦП).

Работа в сенсорной комнате эффективна для следующих специалистов: психологи, педагоги, врачи, логопеды, дефектологи, коррекционные педагоги.

Таблица 1.

Оборудование для сенсорной комнаты

Наименование оборудования	Назначение
Безопасная и мягкая среда	
Сухой бассейн	Игры ребенка в сухом бассейне помогают удовлетворить его потребность в постоянном движении, шарики создают массажный эффект, стимулируют творческую активность и развивают мышечную систему, улучшается психоэмоциональное состояние. Пластиковые цветные и прозрачные шарики для сухих бассейнов развивают мелкую моторику, тактильную и визуальную чувствительность.
Подвесные качели гнездо-капля	Помогает гармоничному сенсорному развитию, формированию целостного ощущения тела, восприятия собственных движений, помогает преодолевать барьер телесного контакта с другими людьми, развивает вестибулярный аппарат и помогает при гиперактивности и тревожности.
Мягкие модули («Пазлы»,	Играя с таким мягким конструктором, ребенок осваивает знания о сенсорных эталонах (цвет, размер, форма),

«Мозаика», «Кубик»)	развивает пространственное и зрительное восприятия, навыки конструирования и воображения.
Мягкий мат для упражнений и отдыха	Используется для того, чтобы максимально обезопасить ребенка во время занятий. Дополнительно такой элемент в комнате добавляет комфорта и создает уют, что способствует более быстрому раскрепощению ребенка.
Пуф или кресло-мешок	Использование данного материала – это одновременно расслабление (расслабление – это обязательный компонент занятия в сенсорной комнате), ощущение безопасности и стимуляция сенсорной системы.
Зрительная стимуляция	
Световая пузырьковая колонна «Bubble Tubes»	Расслабляет и успокаивает нервную систему. Учит различать цвета или считать. Развивает концентрацию внимания, снижает уровень стресса, гармонизирует. Кроме того, часто колонны совмещают со звуковой терапией, с музыкой или приятными звуками. К колонне можно прикасаться, трогать или обнимать, она совершенно безопасна для детей и взрослых.
Фиброоптическое волокно для психологической разгрузки «Пучок оптоволокон»	Рекомендуется для граждан, которым необходимо развитие сенсорной сферы и дополнительное удовлетворение сенсорных потребностей - это визуально стимулирующая захватывающая, развивающая игра со светом.
Фиброоптическое волокно Штора\Дождь	Предназначен для стимуляции визуальной, и тактильной систем, улучшения психоэмоционального состояния.
Панно «Звездное небо»	Предназначено для имитации звездного неба. Используется для стимуляции ослабленных сенсорных функций (зрения), улучшение концентрации внимания.
Проектор Mathmos	Используется для стимуляции ослабленных сенсорных функций (зрения), улучшение концентрации внимания. Создают впечатление сказки, заливая комнату впечатляющим узором или цветным изображением. Диски с жидкостью внутри проецируют живые изображения, позволяя наблюдать за переливами волн прямо в комнате.
Зеркальный шар для психологической разгрузки	Провоцирует стимуляцию зрительной системы, стимулирует развитие внимания.
Набор сенсорных световых игрушек	Обеспечивает стимуляцию визуальной, тактильной и аудиальной систем. Все игрушки светятся в темноте разными цветами, развивают манипуляционные умения, восприятие и воображение ребенка.

Тактильная стимуляция	
Песочница с подсветкой	Используется для арт-терапии, песочной анимации, помогает проявить ребенку креативность и фантазию. Игры и обучения с помощью песочницы успокаивают и дают ребенку новый необходимый опыт созидания. Благодаря использованию различных материалов (песок, крупы, камушки, пуговички и т.д.) активно стимулируется тактильная система ребенка.
Тактильная волнистая дорожка	Полоски и пупырышки дают нежный массаж ногам. Изгиб каждого элемента повторяет натуральный изгиб стопы, улучшая тактильный эффект. Текстурная поверхность с четко выраженными пупырышками и объемными полосами стимулирует нервные окончания, находящиеся на стопе, укрепляет свод стопы и мышцы ног, способствует возникновению умения уверенного балансирования.
Тактильный тренажер следочки–ладошки	Пупырышки стимулируют тактильные ощущения на руках и ногах.
Тактильная резиновая подушка	Предназначена для активных тренировок баланса и мышц. Также рекомендуется для гиперактивных детей, так как удерживая баланс на подушке они становятся более усидчивыми. Одна сторона подушки гладкая, вторая – с пупырышками для предоставления разных ощущений и массажа.
Детские массажные кольца разной жесткости	Благодаря разной степени жесткости способствуют нормализации мышечного тонуса и силы нажима в руках. Массажные кольца стимулируют тактильную систему, мелкую моторику. Манипулятивное взаимодействие с предметами разных фактур способствует активации деятельности нервной системы.
Мяч массажный	Предназначен для стимуляции тактильной системы. Ребенок может сам играть с мячом и самостоятельно стимулировать тактильные анализаторы, либо специалист делает массаж ребенку, предоставляя, тем самым, ему широкий спектр разнообразных ощущений.
Проприоцептивная стимуляция	
Тренажер «Сквизер»	Проползая сквозь плотно размещенные валики этого оборудования, ребенок получает глубокую стимуляцию проприоцептивной системы, это оказывает успокаивающий эффект и способствует лучшему восприятию собственного тела. Взаимодействие с

	валиками тренирует координационные способности ребенка и умение контролировать собственные движения.
Мягкий тренажер «Туннель»	Увлекательный способ насыщения и стимуляции вестибулярной и проприоцептивной систем, и как следствие, активизации работы центральной нервной системы.
Утяжеленное одеяло для сенсорной интеграции	Помогает гиперактивным детям уснуть либо успокоиться. Под таким одеялом ребенку будет казаться, что его обнимают, ведь оно принимает форму тела и усиливает давление. Это дарит ощущение настоящего комфорта.
Спуск с роликами	Упражнения и игры на этой горке стимулируют тактильную, проприоцептивную и вестибулярную системы ребенка. Спуск с горки массирует тело ребенка, способствует формированию схемы тела. Роликовая горка также используется для профилактики различных нарушений опорно-двигательного аппарата, осанки и тому подобное. В зависимости от динамики упражнений возможно получать успокаивающие и активизирующие эффекты.
Гамак	Мультисенсорные гамаки используются для активных занятий и с целью релаксации. Проприоцептивное чувство глубокого давления способствует успокоению ребенка. Гамак имеет несколько слоев, проползая под ними, ребенок познает свое тело и учится моторному планированию (планирование движений вперед).
Эластичный чулок для тела	Помогает гармоничному сенсорному развитию, активной стимуляции проприоцептивную систему, формированию целостного ощущения тела, восприятию собственных движений, облегчает преодоление барьера телесного контакта с другими людьми, развивает вестибулярный аппарат и помогает при гиперактивности и тревожности.
Вестибулярная стимуляция \ баланс \ координация	
Детская чаша балансир	Данный балансир предназначен для детей от раннего возраста. Поверхность полу шара имеет форму гладкой кривой, что обеспечивает безопасность ребенка. Наружная поверхность низа чаши покрыта выпуклыми волнообразными линиями, что противодействует скольжению и акцентирует характер движений. Возможно нахождение в чаше двоих детей под контролем взрослого. Упражнения на данном тренажере формируют вестибулярный аппарат, улучшают координацию движений, способствуют релаксации. Дополнительно развивается навык коммуникации.

Качели для вестибулярного развития «Бревнышко»	Терапевтические качели, на которых достаточно места для терапевта и ребенка. На них можно сидеть или висеть под ними, все зависит от функциональных возможностей клиента. После занятий на этом оборудовании достигается положительный эмоциональный и успокаивающий эффект. Тренируют умение управлять собственным телом, движениями и формируют правильную осанку.
Качели для сенсорной интеграции «Тарелочка»	Незаменимый инструмент во время занятий в комнате сенсорномоторной стимуляции. Рассчитаны для занятий с 1 ребенком. Дно качели - эластичное настолько, чтобы слегка прогибаться под ребенком, создавая терапевтическую упругость.
Качели «Летающее блюдце»	Активно используются в рамках сенсорной стимуляции с целью улучшения навыков моторного планирования. Во время раскачивания происходит активизация большого количества вестибулярных рецепторов, ребенок получает тактильную и проприоцептивную стимуляцию, тренировки мышц и правильной осанки. Медленное и равномерное раскачивание способствует выравниванию эмоционального фона ребенка.
Сенсорные качели «Диск»	Используется для клиента, которым еще сложно удерживать равновесие стоя на ногах, или как альтернатива упражнениям с балансирами. Раскачивание на диске позволяет освободить руки для взаимодействия с другими предметами, такие занятия способствуют развитию: реакций равновесия, моторного планирования, зрительно-моторной и билатеральной координации; тренируются мышцы и правильная осанка. Это замечательное средство для стимуляции вестибулярной и проприоцептивной систем. Качели также используются для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата и укрепления суставов.
Детский балансир «Равновесие»	Классический детский балансир. С ним можно работать как ногами, так и руками. Можно использовать как качалку, которая может стать интересным элементом в полосе препятствия. Развивает баланс, координацию. Помогает ребенку преодолеть страх.
Мягкие модули «Шажки»	Упражнения с использованием модуля "Шажки" способствуют развитию двигательных навыков, реакций баланса, координационных способностей, ловкости реакций, происходит знакомство и закрепление понятий сенсорных эталонов (цвет, форма).

Стимуляция обонятельного анализатора	
Арома-панель универсальная	Устройство для ароматерапии. Принцип действия: каждая кнопка отвечает за определенный запах. Нажимая кнопку, ребенок самостоятельно наполняет комнату тем запахом, который ему нравится больше всего.
Аромалампа Jasmin	Предназначена для распыления ароматических масел как в смеси, так и в чистом виде. Наличие клавиатуры позволяет задавать различные температурные и временные режимы, в том числе и режим отложенного запуска. Встроенные вентиляторы принудительного потока позволяют быстрее насытить помещение ароматическим веществом.
Аудиостимуляция	
Светло-музыкальная панель «Sound to light panel»	Улучшает концентрацию внимания, зрительное и слуховое восприятие, способствует мыслительным операциям.
Интерактивная обучающая музыкальная система «Beamz»	Направлена на развитие двигательных умений, моторного планирования и зрительно-моторной координации (понимание последовательных действий для достижения цели). Использование системы положительно влияет на эмоциональный фон ребенка, эффекты схожи с результатами после прохождения Сеанса музыкотерапии.
Музыкальные сенсорные подушки «Мягкое пианино»	Многофункциональное оборудование – они могут использоваться для создания безопасной мягкой стены, интерактивной музыкальной стенки или их комбинации, являясь при этом ярким цветным элементом декора.
Физическая реабилитация	
Набор базовый спортивно-игровой	Упражнения с использованием элементов универсального спортивного набора развивают координацию, крупную и мелкую моторику, биполярную интеграцию. В процессе игры происходит укрепление мышц спины и конечностей, приобретается и оттачивается навык балансирования. Также развиваются тактильные ощущения и умение ориентироваться в пространстве. Набор используется для развития и закрепления физических навыков у детей. Идеально подходит для физической терапии.
Спортивный комплекс «Сад»	Комплекс предназначен для общей физической подготовки в условиях ЛФК класса, спортивного зала, игровой комнаты. Занятия способствуют повышению общего тонуса организма, укреплению опорно-двигательной системы, улучшению работы ЦНС,

	развития проприоцептивной системы и формирования модели здорового образа жизни и закреплению элементарных правил безопасности двигательной активности.
Сенсорная горка по рекомендации Уллы Кислинг	Уникальная многофункциональная горка разработана по рекомендации известного терапевта сенсорной интеграции Уллы Кислинг. Съезжая вниз по горке, дети тренируют реакции баланса, стимулируют вестибулярную систему. Можно осуществлять подъем по горке только с помощью рук, используя канат, такие упражнения укрепляют мышечную систему, развивают моторные умения и стимулируют проприоцептивную чувствительность ребенка. Также горка предоставляет благоприятный психологический эффект, помогает ребенку почувствовать себя успешным и уверенным.
Система оборудования для занятий в зале ЛФК EI-SPORT	Спортивная система предназначена для решения большого количества задач оздоровительно-физкультурной работы. Благодаря своей компактности, ярком виду, легкости в транспортировке, возможности комбинировать элементы и регулировать уровни сложности является универсальным инструментом в работе специалиста.
Шведская стенка («Лесенка», «Паутинка», «Гладиаторская сетка», стенка с турником»)	Необычная шведская стенка позволяет интересно и полезно проводить занятия в зале ЛФК или спортивном зале. Стенки оснащены различными перекладинами, которые изготовлены из различных материалов разной толщины, что усложняет занятия, тем самым повышая его эффективность.
Интерактивные методики	
Интерактивная проекция на пол «Волшебный ковер»	Изображение, отображаемое на пол, создает виртуальный "магический ковер", где дети дошкольного и школьного возраста имеют большое количество задач. Занятия с применением интерактивного пола способствуют когнитивному развитию ребенка, визуальной стимуляции, развитию речи, физическому развитию и реабилитации.
Интерактивная песочница	Занимаясь с песочницей, дети стимулируют зрительную, тактильную, проприоцептивную системы, развивают навыки общения и коммуникации с другими детьми. Очень полезно проводить групповые занятия с использованием интерактивной песочницы, дети выдумывают роли друг для друга, сюжеты и самостоятельно создают пейзажи для игры, что собственно и развивает способности к коммуникации. Во

	время таких занятий у ребенка развивается мелкая моторика.
Световая панель «Бесконечный колодец»	Активно используется в учебных целях для любой возрастной категории, способствует повышению мотивации к познавательной активности, развивает свойства внимания (особенно концентрацию в зрительной модальности).
Световой сенсорный игровой стол	Для творческого развития, игровой терапии и реабилитации. Имеет около шестнадцати базовых цветов, а также эффект быстрого и медленного мигания, что способствует активной визуальной стимуляции ребенка.

ГЛАВА 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ: ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ПО СЕНСОРНО-ИНТЕГРАЦИОННОЙ КОРРЕКЦИИ

Игры и упражнения по сенсорно-интеграционной коррекции направлены на развитие потенциала, который не в полной мере развит у ребенка.

Перед началом упражнений необходимо провести предварительную диагностику развития ребенка, для оптимального подбора соответствующих игр.

С целью выявления вероятных признаков нарушения обработки сенсорной интеграции имеются разнообразные виды диагностических опросников. Если по итогам опроса обнаруживают, то что у детей существуют признаки нарушения сенсорной интеграции, в таком случае ведется наиболее полное исследование.

Исходя из результатов диагностики составляется подробная программа, в рамках которой определяет: режим занятий, виды упражнений, продолжительность и приоритетные сферы сенсорного развития.

Необходимо постепенно вводить в деятельность ребенка упражнения сенсорно-интегративной коррекции.

Упражнения целесообразно делать регулярно и систематически.

Игры и упражнения можно использовать в любой удобный режимный момент (перед едой, перед началом образовательной деятельности, на прогулке).

Целесообразно начинать коррекцию с тех сенсорных каналов, которые достаточно развиты, а постепенно вводить стимуляцию слабых каналов.

Упражнения могут быть использованы как для стимуляции отдельных сенсорных каналов (зрительного, слухового, тактильного, вестибулярного и гравитационного), если в каком либо, из них обнаруживаются элементы дезинтеграции, так и в комплексе.

Рассмотрим основные игры и упражнения по сенсорно-интеграционной коррекции.

2.1. Игры и упражнения для развития вестибулярной и гравитационной системы

Основная цель – стимулировать вестибулярный аппарат, улучшить чувство равновесия, ощущение положения тела в пространстве и способность восстанавливать равновесие. У некоторых детей это может снизить боязнь движения.

Вестибулярное раскачивание

Материал: доска-качалка с мягким верхом, вестибулярная доска, скамья-качалка, лодка-качалка, кресло-качалка.

Ход упражнения: посадите ребенка на качалку. Попросите его взяться обеими руками за стороны качалки. Предложите ему покачаться несколько минут вперед-назад. При необходимости помогите: даже если раскачивать качалку будете вы, ребенок извлечет пользу из этого упражнения.

Варианты проведения: используйте различные устройства-качалки; качайте ребенка из стороны в сторону; предлагайте ему различные позы: качаться на четвереньках, на коленях, стоя на одном колене (одно колено поднято, другое опущено), стоя.

Кружимся вокруг оси

Материал: вращающаяся доска

Ход упражнения: посадите ребенка на крутящуюся доску и попросите его скрестить ноги. Попросите ребенка покружиться, отталкиваясь обеими руками от пола. Ребенок может начать кружиться в любую сторону, затем следует сменить направление. Позвольте ему самостоятельно выбирать скорость и продолжительность движения. Можно установить разумное ограничение по времени – пять или десять минут.

Если ребенок очень боится, не заставляйте его выполнять задание. В этом случае медленно покрутите ребенка (с его разрешения!) от трех до пяти

раз, а затем увеличивайте число поворотов и скорость постепенно, пока ребенок не захочет самостоятельно выполнить задание.

При необходимости помогите: ребенок извлечет пользу из упражнения даже в том случае, если его крутит педагог.

Варианты проведения: используйте мини-карусель; используйте вращающийся конус; попросите ребенка скатиться вниз по склону холма, наклонной доске или любой плоской поверхности; катайте ребенка в бочке: быстро, медленно, под разную музыку; закрутите качели вокруг оси, затем отпустите и дайте учащемуся покружиться; следите, чтобы качели не ударили других учащихся.

Меры предосторожности: никогда не кружите ребенка, склонного к эпилептическим приступам; никогда не кружите шунтзависимого ребенка (часто детям с гидроцефалией устанавливают шунтирующую систему, в которой «избыточный» ликвор выводится в естественные полости организма).

«Покачай головой»

Материал: пол, стул.

Ход упражнения: ребенок должен знать понятия «да» и «нет» и правильно отвечать, качая или кивая головой. Удостоверьтесь, что ребенок удобно сидит на полу или на стуле. Задавайте ему шуточные вопросы, предполагающие ответ «да» или «нет» (например, «В классе идет снег?», «Ты любишь есть мороженое на завтрак?»). Попросите его отвечать с помощью движений головы. Позвольте ему самому решать, сколь долго он сможет кивать и качать головой.

Варианты проведения: если ребенок не понимает значение слов «да» и «нет», адаптируйте задание: попросите ребенка просто качать головой.

«Прыгаем как животные»

Материал: гимнастический коврик или другая мягкая поверхность, мягкие игрушки – животные.

Ход упражнения: попросите ребенка встать на мягкую поверхность, например, на гимнастический коврик или ковер. Он должен выбрать

животное, прыгать, как это животное, и изображать его голос и повадки (он может вести себя как кролик, изображая руками длинные уши; как кенгуру, прижимая к животу мяч вместо кармана; как обезьяна, почесываясь и издавая звуки). Помогите, если это необходимо.

Варианты проведения: ребенок может прыгать по комнате, следуя за педагогом, другим учащимся или источником звука (держась за плечо проводника).

«Кто меня толкнул»

Материал: доска-качалка с мягким верхом, вестибулярная доска или скамья-качалка

Ход упражнения: посадите ребенка на пол и попросите его вытянуть ноги вперед и положить расслабленные руки на колени. Прошагайте пальцами вверх по телу ребенка от ступней до плеч. Дойдя до плеч, слегка толкните его вправо, влево, вперед или назад. Ребенок должен восстановить равновесие.

Варианты проведения: предлагайте ребенку выполнять задание в разных позах: на четвереньках, на коленях, стоя на одном колене (одно колено поднято, другое опущено), стоя; попросите ребенка сесть на качающуюся поверхность, например, на доску-качалку с мягким верхом, вестибулярную доску или скамью-качалку; если у ребенка зрение сохранно, попросите его закрыть глаза или наденьте на глаза повязку.

«Прыгаем на мяче»

Материал: гимнастический мяч или мяч для лечебной физкультуры – выберите подходящий для ребенка размер (ему должно быть удобно сидеть, поставив ступни на пол).

Ход упражнения: предложите ребенку сесть на гимнастический мяч, поставив ноги на пол и положив руки на мяч по бокам. Попросите ребенка попрыгать вверх и вниз пять-десять минут, не падая с мяча.

Варианты проведения: используйте мяч с ручками; попросите ребенка раскачивать мяч из стороны в сторону, перенося вес; поиграйте с ребенком в ладушки, когда он сидит на мяче; положить ребенка грудью или животом на

большой мяч, придерживая сначала за туловище, затем за колени, и потом за голеностопные суставы мягко раскачивая, руки у ребенка, в этом случае, остаются свободные для опоры перед собой.

«Катаемся на скутерборде»

Материал: доска на колесиках, веревка

Ход упражнения: посадите ребенка на доску и попросите его скрестить ноги. Завяжите большой узел или сделайте петлю на одном конце веревки и попросите ребенка держаться за эту петлю. Медленно потяните ребенка вперед. Постепенно повышайте скорость, позволяя ребенку контролировать нагрузку. Изменяйте скорость и маршруты.

Варианты проведения: ребенок может лечь на живот; ребенок может самостоятельно толкать доску в разных направлениях и принимать различные позы.

Вместо веревки можно использовать эластичную веревку или эспандер.

«Колечко»

Ход игры: дети, собравшись в кружок и выбрав водящего, под его счет собирают колечки из пальцев. Внезапно водящий командует: «Без среднего! – и игроки, продолжают перебор, пропуская средний палец. Затем следует команда: «Без мизинца!» и т. д.

Темп счета убыстряется, ошибавшийся выходит из игры.

«Ухо и нос»

Ход игры: эту игру можно провести, сидя за столом. Всем предлагается взяться левой рукой за кончик носа, а правой рукой – за мочку левого уха. По хлопку ведущего необходимо поменять положение рук, то есть левой рукой взяться за мочку правого уха, а правой рукой – за нос. Сначала промежутки между хлопками длинные, а потом ведущий увеличивает темп игры, и промежутки между хлопками становятся все меньше и меньше. Побеждает тот, кто дольше всех продержался и не запутался в руках, носах и ушах.

Прыжки на батуте.

Материал: батут.

Ход игры: Ребенку необходимо прыгать вверх-вниз, пытаясь сохранить равновесие. Ребенку, возможно, потребуется помощь – опираться на педагога.

При выполнении данного упражнения необходимо следить за техникой безопасности.

«Поймай меня»

Ход игры: ребенок выполняет падение на руки взрослого, стоя к нему лицом, затем спиной. Когда ребенок уже будет готов к этому, можно попробовать тоже самое с закрытыми глазами.

«Перейди через пропасть»

Материал: стульчик, скамейка и т.п.

Ход игры: под присмотром взрослого ребенку предлагается перейти с одной возвышающейся поверхности на другую, не становясь на пол.

«Перелезание через стулья»

Материал: стулья.

Ход игры: ставится 2 стула спинками друг к другу, ребенку необходимо перелезть с одного стула на другой. Упражнение хорошо проводится с двумя детьми, при этом им нужно помогать друг другу.

Игры с мячиком.

Материал: сенсорный мяч

Ход игры: Все игры с мячом, направлены на улучшение вестибулярной системы, можно использовать «съедобное – несъедобное», «я знаю...» и т.п.

«Ходьба по линии»

Материал: линия (полоса) шириной 3-4 сантиметра в форме эллипса, наклеенная или нарисованная на полу. Большой диаметр эллипса должен быть не менее 4 метров длиной.

Ход игры: дети сидят вокруг эллипса. Они удалены от него настолько, чтобы не касаться его ногами. Педагог один раз проходит по линии, стараясь при этом обратить внимание ребенка на постановку всей ступни вдоль линии

и на естественность ходьбы. Пальцы ступни и каблук находятся на линии. На этом примере ребенок понимает ход упражнения. Затем педагог одного за другим называет детей по имени и просит каждого начать упражнение. Постепенно все дети группы принимают участие в упражнении. Наблюдая, учитель замечает трудности отдельных детей и может потом тактично вмешаться, высказывая общие пожелания, например, «Мы стараемся наступать точно на линию».

«Между двух берегов»

Материал: скакалки.

Ход игры: две скакалки кладем рядом с друг другом, начиная с расстояния 50 см, постепенно уменьшая расстояние до 10 см.

Задача – ходьба между линий, стараясь не наступать на края.

«Переступаем через веревочку»

Материал: веревка.

Ход игры: веревку необходимо положить на пол.

Задача: ноги ставить с двух сторон от веревочки, стараясь не наступать на нее.

«На носочках»

Материал: бубен, барабан.

Ход игры: возьмите бубен или барабан и стучите в него сначала тихо, потом громче и, наконец, очень громко. Дети бегают на носочках. Если бубен звучит тихо, нужно идти, звук становится громче – идти широким шагом, еще громче – бежать. Чем чаще вы меняете ритм, тем веселее игра.

«Футбол бумажным пакетом».

Материал: бумажный пакет

Ход игры: Надуть бумажный пакет. Играть им в футбол, дети должны соотносить силу удара об пакет, чтобы он не порвался.

2.2. Игры и упражнения для развития моторного планирования

Игры и упражнения на развитие системы моторного планирования, как правило, включают в себя последовательность действий и движений.

«Делай как я»

Ход упражнения: попросите ребенка повторять за вами движения: прыгать, вращать руками, бегать на месте, выполнять глубокие приседания, похлопывать себя по голове, прикасаться к пальцам на ногах и т.д. При необходимости помогите ребенку.

«Полоса препятствий»

Материал: стулья, столы, подушки, мягкие модули.

Ход упражнения: составьте полосу препятствий из различных предметов, которые нужно обходить, перешагивать или перелезать. При необходимости помогите ребенку пройти через полосу препятствий. Следите за соблюдением техники безопасности.

Варианты проведения: пройдите маршрут в обратную сторону; изменяйте элементы полосы препятствий; изменяйте способ прохождения маршрута: ползком, на коленях, вприпрыжку.

«Ходим как животные»

Ход упражнения: попросите ребенка пройти по комнате так, как это сделали бы разные животные: попрыгать как кролик или кенгуру, проскользнуть как змея, пройти на четвереньках как собака или кошка, пройти боком как краб, пройти вразвалку как утка и т.д.

При необходимости помогите ребенку. По мере освоения упражнения, можно усложнять маршрут движения.

«Квадратные коврики»

Материал: несколько отрезков ковролина размером 30х30 см (при работе со слабовидящими детьми выберите ковролин контрастного по отношению к полу цвета); слуховые подсказки (используйте щелкающее или пищущее устройство, хлопайте или щелкайте пальцами).

Ход упражнения: составьте прямую дорожку из ковров, положив их на равных расстояниях друг от друга. Попросите ребенка перешагнуть на другой коврик, предоставляя при необходимости слуховые подсказки. Проведите ребенка до конца маршрута. При необходимости помогите ему.

Варианты проведения: предложите ребенку прыгать с одного коврика на другой; предложите ему прыгать с коврика на коврик на одной ноге; изменяйте расстояние между ковриками; изменяйте маршрут; предложите ребенку пройти по маршруту спиной вперед.

«Гигантские шаги»

Материал: несколько картонных коробок с отрезанным верхом.

Ход упражнения: выложите несколько коробок в ряд так, чтобы их стороны соприкасались. Попросите ребенка перешагивать из одной коробки в другую. При необходимости помогите ему.

Варианты проведения: изменяйте маршрут; изменяйте высоту коробок; постепенно увеличивайте расстояние между коробками.

2.3. Игры и упражнения для развития проприоцептивной системы

Общая цель данных упражнений и игр – стимулировать проприоцептивную систему (восприятие сигналов от мышц, связок, суставов), улучшить осознание тела, ощущение положения тела в пространстве и оптимальное приложение силы.

Мешок-комбинезон

Материал: мешок-комбинезон

Ход упражнения: попросите учащегося залезть в мешок-комбинезон (для этого ему может потребоваться ваша помощь). Попросите его вытягивать руки и ноги в разные стороны. Надевая мешок-комбинезон, ребенок должен чувствовать его прикосновение и натяжение по всей длине от ног до головы.

Объединяющая эластичная веревка

Материал: широкая эластичная веревка, сшитая в кольцо.

Ход упражнения: попросите детей встать в круг, взяться обеими руками за веревку на уровне поясицы и потянуть веревку в разных направлениях. Можно попросить детей отойти назад, натягивая веревку, тянуть веревку руками.

Меры предосторожности: смотрите за тем, чтобы дети не тянули веревку слишком сильно – иначе они могут потерять равновесие или травмировать друг друга.

Движение – это ключевой фактор развития проприоцептивной системы. Поэтому для стимуляции движения могут быть полезны некоторые задания, из других разделов (развитие вестибулярной и гравитационной системы, моторное планирование, развитие тактильной системы, двусторонней координации).

2.4. Игры и упражнения для развития двусторонней координации

Общая цель данных упражнений – скоординировать работу двух сторон тела и развить способность ребенка к согласованному двустороннему движению.

«Качание»

Материал: вестибулярная доска, доска-качалка с мягким верхом, скамья-качалка.

Ход упражнения: посадите ребенка на качалку лицом вперед. Попросите его взяться руками за качалку с обеих сторон. Предложите ему покачаться из стороны в сторону. Можно также использовать гамак или качели-мешок и раскачиваться из стороны в сторону, вперед-назад.

«Гребля»

Материал: скутерборд (доска на колесах).

Ход упражнения: попросите ребенка сесть на скутерборд или встать на него на колени. Предложите ему «гребти», передвигая доску вперед и назад с помощью обеих рук. Он может сначала использовать обе руки, а затем чередовать их.

Варианты проведения: Можно использовать небольшой коврик из ткани или мат вместо скутерборда.

Изменяйте маршрут движения: прямой, извилистый, по кругу.

«Тележка»

Ход упражнения: попросите ребенка лечь на пол и подтянуться на руках вверх, выпрямив локти (изображая садовую тележку). Возьмите его за ноги. Предложите ему пройтись на руках. Соблюдайте технику безопасности, следите, чтобы ребенок не упал из-за слабости рук.

Варианты проведения: изменяйте маршрут движения: прямой, извилистый, по кругу; организуйте эстафету с группой детей.

«Парашют»

Материал: парашют (большой многоугольник, сшитый из легкой ткани).

Ход упражнения: попросите детей взяться за парашют обеими руками. Попросите их разойтись в стороны, чтобы парашют натянулся. Дайте им задание поднимать и опускать руки, удерживая парашют.

Варианты проведения: положите в центр парашюта мячи или воздушные шары и попросите детей сбросить их, поднимая и опуская руки; используйте другие материалы: обруч, простыню, одеяло.

«Поочередные прыжки»

Материал: обруч гимнастический.

Ход упражнения: попросите ребенка встать прямо, опустив расслабленные руки по сторонам. Дайте ему задание по очереди прыгать два раза на правой ноге и один раз на левой, пока вы не попросите его остановиться. При необходимости помогите ему.

Варианты проведения: меняйте инструкции, например, попросите попрыгать три раза на левой ноге и два раза на правой; предложите ребенку запрыгивать в обруч и выпрыгивать из него.

«Не роняй крахмальный шарик»

Материал: крахмал, вода, миска.

Ход упражнения: смешайте крахмал и воду и вылепите из получившейся массы шарик. Попросите ребенка продолжать лепить шарик, перенося его из одной руки в другую.

Меры предосторожности: будьте особенно внимательны при работе с детьми с чувствительной кожей, аллергиями или сыпью. Следите за детьми, которые могут положить материалы в рот.

«Хоп - хлоп»

Материалы: стол, палочки.

Ход упражнения: несколько раз хлопните в ладоши в определенной ритмической последовательности. Попросите ребенка повторить последовательность хлопков.

Варианты проведения: можно стучать ладонями по столу или по полу, использовать палочки вместо рук.

«Прыжок кенгуру»

Материал: легкий мяч.

Ход упражнения: попросите ребенка встать прямо, опустив расслабленные руки по сторонам. Попросите его держать между коленями предмет, например мяч. Предложите ему попрыгать, держа ступни вместе.

Варианты проведения: попросите ребенка встать прямо, опустив расслабленные руки по сторонам; попросите его держать между коленями предмет, например мяч; предложите ребенку попрыгать, держа ступни вместе.

Меры предосторожности: удостоверьтесь, что предмет не слишком тяжелый, чтобы задание было посильным.

«Поймай кольцо»

Материал: пластиковые кольца, палочка.

Ход упражнения: попросите ребенка встать в устойчивое положение. Дайте ему палочку и попросите держать ее обеими руками. Бросайте кольца ребенку, а он должен их ловить на палочку, не сдвигая ноги с места.

Варианты проведения: ребенок может взять палку и попытаться попасть по мячику, висящему на веревке; если ребенок тотально слепой, используйте мячик, издающий звуки.

2.5. Игры и упражнения для развития тактильной системы

Общая цель данных упражнений – предоставить ребенку тактильные ощущения и повысить терпимость к тактильной стимуляции. Некоторые задания призваны также улучшить способность ребенка к различению материалов на ощупь. Игры и упражнения на развитие тактильной системы поощряют стремление ребенка к осознанному исследованию окружающего мира. Поэтому используемые материалы должны различаться текстурой, температурой, весом.

При нарушении сенсорной чувствительности необходимо: всегда предупреждать ребенка, что вы собираетесь прикоснуться к нему, приближайтесь к нему только спереди; помните, что объятия могут быть скорее болезненными, чем утешающими; постепенно знакомьте ребенка с различными текстурами – приготовьте для этого коробку с материалами (шерсть, шелк, бархатная бумага и т.д.); учите ребенка самостоятельным действиям, позволяющим регулировать чувствительность (например, при расчесывании волос и мытье).

Если ребенок избегает прикосновения с незнакомыми предметами, целесообразнее использовать знакомые игрушки (предметы), их можно, например, прятать под одежду ребенка и искать.

Если же у ребенка наблюдается постоянная потребность в тактильном контакте, дети постоянно обнимаются, причем делают это очень крепко, любят залезать в тесные места, то таким детям целесообразно использовать тяжелые одеяла, спальные мешки, массажные коврики, растирание жёсткой мочалкой, развитие мелкой моторики, работа с материалами разной фактуры и плотности.

«Поймай игрушку»

Материал: мягкая игрушка, колючий ежик, мокрая рыбка и т.п.

Ход игры: педагог касается мягкой игрушкой разных частей тела ребенка, а ребенок с закрытыми глазами определяет, где игрушка.

Варианты проведения: по аналогии для касания можно использовать другие предметы: мокрую рыбку, колючего ежика и др.

«Чудесный мешочек»

Материал: пуговицы, линейка, геометрические фигуры, пластмассовые буквы и т.д.

Ход игры: 1) В непрозрачный мешочек кладут предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры и тела, пластмассовые буквы и цифры и др.). Ребенку предлагают на ощупь, не заглядывая в мешочек, найти нужный предмет.

2) «Определи на ощупь» - в мешочке находятся парные предметы, различающиеся одним признаком (пуговицы большая и маленькая, линейки широкая и узкая и т. д.). Нужно на ощупь узнать предмет и назвать его признаки: длинный — короткий, толстый — тонкий, большой — маленький, узкий — широкий и т. д.

3) «Узнай фигуру» - на столе раскладывают геометрические фигуры, одинаковые с теми, которые лежат в мешочке. Педагог показывает любую фигуру и просит ребенка достать из мешочка такую же.

«Платочек для куклы»

Материал: ткань различного типа (шелковом, шерстяном, вязаном).

Ход игры: Детям предлагают трех кукол в разных платочках (шелковом, шерстяном, вязаном). Дети поочередно рассматривают и ощупывают все платочки. Затем платочки снимают и складывают в мешочек. Дети на ощупь отыскивают в мешочке нужный платочек для каждой куклы.

«Угадай на ощупь, из чего сделан этот предмет»

Материал: стеклянный стакан, деревянный брусок, железная лопатка, пластмассовая бутылка, пушистая игрушка и др.

Ход игры: Ребенку предлагают на ощупь определить, из чего изготовлены различные предметы: стеклянный стакан, деревянный брусок, железная лопатка, пластмассовая бутылка, пушистая игрушка, кожаные перчатки, резиновый мяч, глиняная ваза и др.

Варианты проведения: По аналогии можно использовать предметы и материалы различной текстуры и определить, какие они: вязкие, липкие, шершавые, бархатистые, гладкие, пушистые и т. д.

«Узнай предмет по контуру»

Материал: картон, карандаши, альбом.

Ход игры: Ребенку завязывают глаза и дают в руки вырезанную из картона фигуру (это может быть зайчик, елочка, пирамидка, домик, рыбка, птичка). Спрашивают, что это за предмет. Убирают фигуру, развязывают глаза и просят по памяти нарисовать ее, сравнить рисунок с контуром, обвести фигуру.

«Догадайся, что за предмет»

Материал: объемные игрушки.

Ход игры: На столе разложены различные объемные игрушки или небольшие предметы (погремушка, мячик, кубик, расческа, зубная щетка и др.), которые накрыты сверху тонкой, но плотной и непрозрачной салфеткой. Ребенку предлагают через салфетку на ощупь определить предметы и назвать их.

«Найди пару»

Материал: пластинки, оклеенные бархатом, наждачной бумагой, фольгой, вельветом, фланелью.

Ход игры: ребенку предлагают с завязанными глазами на ощупь найти пары одинаковых пластинок.

«Найди ящичек»

Материал: спичечные коробки, сверху оклеенные различными материалами: вельветом, шерстью, бархатом, шелком, бумагой, линолеумом и др. Внутри выдвижных ящичков также приклеены кусочки материала. Ящички находятся отдельно.

Ход игры: ребенку предлагают на ощупь определить, какой ящичек, от какого коробка.

«Что в мешочке»

Материал: бобовые культуры или крупы.

Ход игры: ребенку предлагают небольшие мешочки, наполненные горохом, фасолью, бобами или крупами: манкой, рисом, гречкой и др. Перебирая мешочки, он определяет наполнитель и раскладывает в ряд эти мешочки по мере увеличения размера наполнителя (например, манка, рис, гречка, горох, фасоль, бобы).

«Отгадай цифру» (букву)

Материал: карандаши

Ход игры: На ладошке ребенка обратной стороной карандаша (или пальцем) пишут цифру (букву), которую он определяет с закрытыми глазами.

«Что это?»

Материал: предметы из различного по фактуре материала.

Ход игры: Ребенок закрывает глаза. Ему предлагают пятью пальцами дотронуться до предмета, но не двигать ими. По фактуре нужно определить материал (можно использовать вату, мех, ткань, бумагу, кожу, дерево, пластмассу, металл).

«Собери матрешку»

Материал: игрушки матрешки.

Ход игры: Двое играющих подходят к столу. Закрывают глаза. Перед ними две разобранные матрешки. По команде оба начинают собирать каждый свою матрешку — кто быстрее.

«Прочитай»

Ход игры: Играющие становятся друг за другом. Стоящий позади пальцем пишет на спине партнера буквы, слова, цифры, рисует фигуры, предметы. Стоящий впереди отгадывает. Потом дети меняются местами.

«Золушка»

Материал: горох, семечки.

Ход игры: Дети (2—5 человек) садятся за стол. Им завязывают глаза. Перед каждым кучка семян (горох, семечки и др.). За ограниченное время следует разобрать семена на кучки.

«Угадай, что внутри»

Материал: непрозрачный мешочек, предметы маленького размера и различного по фактуре материала (шашки, колпачки ручек, ластиками и др)

Ход игры: Играют двое. У каждого играющего ребенка в руках непрозрачный мешочек, наполненный мелкими предметами: шашками, колпачками ручек, пуговицами, ластиками, монетами, орехами и др. Педагог называет предмет, игроки должны быстро на ощупь найти его и достать одной рукой, а другой держать мешочек. Кто быстрее это сделает?

2.6. Игры и упражнения на развитие зрительной системы

Общая цель данных упражнений и игр - развитие зрительного восприятия, зрительной ориентации, зрительных образов и объектов, совершенствование цветовосприятия, восприятия формы и величины предметов, их расположения и удаленности в пространстве.

«Сложи полоски».

Материалы: бумага, картон.

Ход игры: Нарезаются полоски, отличающиеся длиной на 1 см. Диапазон полосок от 3 см до 16 см. Надо сложить полоски в лесенку, но, не соприкасаясь с друг другом.

«Найти предмет указанной формы».

Материалы: геометрические фигуры, карточки с изображением геометрических фигур.

Ход игры: Ребенку предлагают назвать модели геометрических фигур, а затем найти картинки с изображением предметов, по форме похожие на круг (квадрат, овал, треугольник, прямоугольник, ромб).

«Из каких фигур состоит машина?».

Материал: карточки с изображением: машины, геометрических фигур.

Ход игры: Дети должны определить по рисунку, какие геометрические фигуры включены в конструкцию машины, сколько в ней квадратов, кругов и т. д.

«Коврик»

Материалы: коврик, разделенный на 9 квадратов с липкой лентой в каждом, фишки по вашему усмотрению, которые располагаются над квадратами (бабочки разного цвета, цветы трех цветов по три штуки, геометрические фигуры, цифры).

Варианты игры:

1. «Продолжи ряд»:

на верхней полоске расположи синие цветы, а на нижней – зеленые; продолжить ряд сверху вниз, снизу вверх, справа налево и наоборот.

2. «Кто где живет»:

посмотри на мой образец, назови, где находятся цветы (в середине, в центре, справа, слева, сверху, внизу), и на своем коврике выложи точно также; воспитатель дает указание, где расположить предметы, а затем показывает образец.

3. «Назови по цвету» дети называют, какого цвета бабочка, где она сидит, используя слова «в центре», «над», «под», «справа», «слева». В старшем возрасте добавляются бабочки другого цвета и в речь добавляются слова «правый верхний угол», «левый нижний угол» и другое.

4. «Закончи предложение» В центре располагается; Вверху находится...; Внизу располагается...; Справа находится; Слева располагается ... «Заполни пустые клетки» дети находят пропущенные цифры и располагают их на свои места.

5. «Найди клад» закрыть все квадратики бабочками (цветочками, геометрическими фигурами, цифрами) и сказать, что клад находится под

розовой бабочкой, или в верхнем правом углу, или в среднем ряду на втором по счету месте слева направо и так далее.

6. «Назови соседа» расположить геометрические фигуры или цифры во всех клетках и попросить назвать, например, соседей цифры пять справа, слева или соседей круга вверху, внизу, справа, слева.

«Коврик» – 2

Материал: мягкий коврик пазл с вынимаемыми картинками фигуры (геометрические фигуры).

Ход игры: Ребенку предлагают рассмотреть коврик из геометрических фигур и набор составных частей этого коврика. Среди элементов этого набора следует найти ту часть, которой нет в коврике.

«Найди предмет такой же формы»

Материал: геометрические фигуры, предметы схожие по форме с геометрическими фигурами.

Ход игры: Дети выделяют форму в конкретных предметах окружающей обстановки, пользуясь геометрическими образцами. На одном столе геометрические фигуры, на другом – предметы. Например, круг и предметы круглой формы (мяч, тарелка, пуговица и т. д.), овал и предметы овальной формы (яйцо, огурец, желудь и т. д.).

«Какая фигура лишняя?»

Материал: геометрические фигуры.

Ход игры: Ребенку предлагают различные наборы из четырех геометрических фигур. Например, три четырехугольника и один треугольник, три овала и один круг и др. Требуется определить лишнюю фигуру, объяснить принцип исключения и принцип группировки.

«Составь целое из частей»

Материал: геометрические фигуры.

Ход игры: Составить конструкцию из 2 – 3 геометрических фигур по образцу.

Варианты: составить конструкцию по памяти, по описанию; составить геометрическую фигуру, выбрав необходимые ее части из множества предложенных деталей (8-9).

«Определи правильно»

Материал: рисунки с изображением геометрических фигур.

Ход игры: Ребенку предлагают по рисункам определить, из каких геометрических фигур состоит замок.

«Зрительный диктант»

Материал: геометрические фигуры.

Ход игры: Дети запоминают орнамент из 3-4 геометрических фигур, складывают его по памяти. Со временем можно увеличивать количество фигур.

«Определи форму предмета»

Материал: карточки с изображением предметов.

Ход игры: Перед ребенком разложены карточки с изображением предметов: телевизор, дом, стол, люстра, торшер, кровать и др. Педагог предлагает в соответствующую прорезь перфокарты с вырезанными геометрическими фигурами вписать название мебели, изображение которой похоже на данную геометрическую фигуру.

«Что изменилось?»

Материал: карточки с изображениями: предметов, геометрических фигур; букв; цифр и др.

Ход игры: Ребенку предлагают рассмотреть несколько карточек с буквами (словами, цифрами, геометрическими фигурами и т. д.) и отвернуться (выйти из комнаты). Педагог убирает (добавляет или меняет местами) карточки. Ребенок определяет, что изменилось.

«Найди ошибку»

Материал: карточки со словами, примерами, предложениями.

Ход игры: Ребенку предлагают карточку с неправильными написаниями:

слов – одна буква написана зеркально (пропущена, вставлена лишняя);
примеров – сделана ошибка на вычисление, цифра написана зеркально и др.;
предложений – пропущено или вставлено неподходящее по смыслу слово
(сходное по написанию и т. д.).

«Найди отличия»

Материал: карточки с изображением букв, цифр, геометрических фигур, и т.д.).

Ход игры: Детям предлагают рассмотреть парные картинки с признаками различий (карточки букв и цифр с различным написанием, различным изображением одних и тем же геометрических фигур и т. д.) и найти эти признаки различия, сходства.

«Наложенные изображения»

Материал: карточки с контурными изображениями.

Ход игры: Ребенку предъявляют 3–5 контурных изображений (предметов, геометрических фигур, букв, цифр), наложенных друг на друга. Необходимо назвать все изображения.

«Спрятанные изображения»

Материал: карточки с изображениями.

Ход игры: Ребенку дают изображения, состоящие из элементов букв, геометрических фигур. Требуется найти все спрятанные изображения.

«"Зашумленные" изображения»

Материал: карточки с зашумленными контурными изображениями.

Ход игры: Предъявляют контурные изображения предметов, геометрических фигур, цифр, букв, которые зашумлены, т. е. перечеркнуты линиями различной конфигурации. Требуется их опознать и назвать.

«Парные изображения»

Материал: карточки с изображением предметов.

Ход игры: Предъявляют два предметных изображения, внешне очень похожие друг на друга, но имеющие до 5-7 мелких отличий. Требуется найти

эти отличия. При успешном выполнении, количество отличий можно увеличивать.

«Незаконченные изображения»

Материал: карточки с изображениями.

Ход игры: Предъявляют изображения с недорисованными элементами, например, птица без клюва, рыба без хвоста, цветок без лепестков, платье без рукава, стул без ножки и т. д. Нужно назвать недостающие детали (или дорисовать).

«Точечные изображения»

Материал: карточки с изображениями.

Ход игры: Предъявляют изображения предметов, геометрических фигур, буквы, цифры, выполненные в виде точек. Необходимо назвать их.

«Перевернутые изображения»

Материал: схематические изображения.

Ход игры: Предъявляют схематические изображения предметов, букв, цифр, повернутые на 180°. Требуется назвать их.

«Разрезанные изображения»

Материал: карточки с изображениями частей предметов.

Ход игры: Предъявляют части 2-3 изображений (например, овощей разного цвета или разной величины и т. д.). Требуется собрать из этих частей целые изображения.

2.7. Игры и упражнения для развития слухового восприятия

Общая цель данных упражнений и игр - развитие слуховых функций, направленности слухового внимания, памяти; формирование основы слуховой дифференциации, регулятивной функции речи, представления о различной интенсивности неречевых и речевых звуков; формирование фонематического восприятия для усвоения звуковой системы языка.

«Различай веселую и грустную музыку»

Материал: карточки, раскрашенные в различные цвета.

Ход игры: Детям выдают по 2 карточки. Одна из них раскрашена в яркие, светлые, веселые тона, соответствующие веселой музыке, другая – в холодные, мрачные, соответствующие грустной музыке. Прослушав музыку, дети показывают карточку, условно обозначающую данный характер музыки.

«Тихо и громко»

Материал: барабан, металлофон, картон, карандаши цветные.

Ход игры: Поочередно звучит то тихая, то громкая музыка; ребенок под тихую музыку ходит на цыпочках, под громкую – топает ногами.

Варианты проведения: можно предложить детям использовать свои произвольные варианты движений, соответствующие силе звучания музыки; использовать большой и маленький барабан: большой звучит громко, маленький – тихо; на громкое звучание большого барабана отвечать громкой игрой на металлофоне, на тихое звучание отвечать тихой игрой на металлофоне; на громкую музыку рисовать широкие и яркие полосы, на тихую – узкие и более бледные; найти игрушку, ориентируясь на громкое или тихое звучание колокольчика.

«Угадай, какой музыкальный инструмент звучит»

Материал: карточки с изображением музыкальных предметов или музыкальные инструменты; магнитофон.

Ход игры: Детям раздают карточки с изображением музыкальных инструментов или демонстрируют настоящие музыкальные инструменты. Включается магнитофонная запись со звучанием одного из них. Ребенок, угадавший по тембру музыкальный инструмент, показывает нужную карточку и называет его.

«Далеко – близко»

Ход игры: У водящего закрыты глаза. Кто-то из детей называет имя водящего то близко от него, то на расстоянии. Водящий должен по голосу узнать того, кто назвал его имя.

«Будь внимателен»

Материал: магнитофон.

Ход игры: Дети свободно маршируют под музыку. Педагог дает разные команды, а дети имитируют движения названного животного. Например, «аист» – стоять на одной ноге, «лягушка» – присесть и скакать вприсядку, «птицы» – бегать, раскинув руки, «зайцы» – прыгать и т. д.

«Определи, что слышится»

Материал: ширма, стакан с водой, бумага, ножницы, ключи, магнитофон и др.

Ход игры: Из-за ширмы доносятся различные звуки: переливающейся воды из стакана в стакан; шуршание бумагой – тонкой и плотной; разрезание бумаги ножницами; упавшего на стол ключа, судейского свистка, звонка будильника и др. Нужно определить, что слышится. Шумы могут быть записаны на телефон и отражать шумы окружающего мира (мурлыканье кошки, скрип двери, шум машин, храп, дождь и т.д.) – ребенку необходимо определить, что за шум.

«Шумящие коробочки»

Материал: несколько коробочек (можно использовать киндер-сюрпризы), которые заполнены различными материалами (железными пробками, маленькими деревянными брусочками, камушками, монетками и др.) и при сотрясении издают разные шумы (от тихого до громкого).

Ход игры: ребенку предлагают проверить шумы всех коробочек. Затем педагог просит дать коробочку с тихим шумом, а потом с громким шумом. Ребенок выполняет. Вариант: ребенок находит одинаковые коробочки.

«Слушай и выполняй»

Ход игры: Педагог называет несколько действий, но не показывает их. Дети должны повторить эти действия в такой последовательности, в какой они были названы. Например, повернуть голову направо, повернуть голову вперед, опустить голову вниз, поднять голову; повернуться налево, присесть, встать, опустить голову.

«Что слышно?»

Ход игры: По сигналу педагога внимание детей обращается с двери на окно, с окна на дверь, предлагается послушать и запомнить, что там происходит. Затем каждый ребенок должен рассказать, что происходило.

2.8. Игры и упражнения для развития обонятельной системы

Общая цель данных упражнений и игр - развитие обоняния и дифференциация запахов, развивать умения познавать признак запаха и классифицировать объекты.

Улучшение обоняния можно достигнуть, занимаясь по нескольким направлениям. Способствуют улучшению обоняния любые занятия физкультурой, так как они улучшают общее кровообращение. Но, прежде всего, это относится к гимнастике лица. Хорошо восстанавливают и улучшают обонятельные способности упражнения, восстанавливающие местное кровообращение в верхней части носа. Ускорить этот процесс можно прогреванием верхней части носа.

Упражнение для мышц, расширяющих ноздри выполняется очень просто: во время вдоха раздувайте ноздри как можно шире в течение 5-6 секунд, с выдохом расслабьте мышцы; повторите упражнение ещё 4 раза.

Упражнение для носовой мышцы (она находится в крыльях носа) также желательно делать 5 раз с напряжением во время вдоха на 5-6 секунд: надавите пальцем на кончик носа и, одновременно, носом надавите на палец с максимально возможной силой и потяните вниз нижнюю губу; движения быть не должно, не должны двигаться и другие мышцы лица.

Упражнение для мышцы гордецов (она – над переносицей) делается на тех же условиях: положите один или два пальца на середины бровей; надавите пальцами на брови, а брови со всей силой попытайтесь сдвинуть к переносице, но брови при этом даже шевелиться не должны.

Способствует улучшению обоняния упражнение дыхания через нос. Выполните это упражнение, обращая особое внимание на движение воздуха

по верхней части носа, через верхний носовой ход, то есть через область расположения обонятельных рецепторов.

Ароматерапия – это прекрасный способ для занятий с детьми, которые не чувствуют некоторые запахи или наоборот очень к ним чувствительны. Это отличное средство стимуляции, и зависит во многом от того, какой запах вы выберете (например, запах корицы скорее взбодрит ребенка, а лаванды расслабит). Если ваш ребенок очень чувствителен к запахам, предложите ему носить собой баночку ароматического масла, запах которого ему приятен (например, мята), и нюхать его, когда другие запахи становятся трудно терпеть.

Игровое упражнение «Поможем Тузику»

Материал: разложены по пластиковым одноразовым стаканчикам продукты питания: хлеб, шоколад, фрукты; предметы туалета: мыло, духи, зубная паста.

Ход игры: предложить детям от имени Тузика, который потерял нюх и зрение, определить по запаху съедобные для него продукты.

Игровое упражнение «Фрукт или овощ?»

Материал: разложенные по пластиковым одноразовым стаканчикам кусочки фруктов и овощей (банан, огурец, яблоко, апельсин, лимон, лук и т.д.).

Ход игры: предложить детям определить по запаху с закрытыми глазами лежащие в стаканах продукты и разделить их на фрукты и овощи.

Игровое упражнение «Что приготовил повар на обед?»

Это игровое упражнение лучше проводить во время обеда.

Материалы: меню обеда.

Ход игры: предложить детям по запаху определить меню сегодняшнего обеда. Например, щи, гороховый или рыбный суп и т.д. Подтвердить запах вкусовыми качествами блюда.

Игровое упражнение «Коробочки с запахами»

Материал: два набора по 8 контейнеров из-под Киндер-сюрпризов с маленькими отверстиями в каждом, наполненные остро пахнущими веществами (кофе, гвоздика, корица, ванилин, цедра, чеснок и т.д.).

Ход игры:

1 этап – предложить детям понюхать все контейнеры одного набора, затем воспитатель вынимает контейнеры из второго набора – предлагает понюхать и сравнить запахи двух наборов, до тех пор, пока не найдется пара для каждого контейнера.

2 этап – предложить детям проделать подобное упражнение с закрытыми глазами (т.к. при отсутствии зрительного восприятия – возможность восприятия других органов чувств усиливается).

2.9. Игры, упражнения с использованием интерактивного оборудования сенсорной комнаты

Общая цель данных игр и упражнений – развитие сенсорных ощущений у ребенка; развитие всех форм чувствительности; профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок; создание положительного эмоционального состояния.

Игры и упражнения с применением оборудования

«Воздушно-пузырьковая колонна»

«Поймай взглядом»

Ход упражнения: Педагог обращает внимание детей на колонну с пузырьками, как она меняет цвет, что в ней плавают (рыбки, пузырьки). Дети рассматривают происходящее в колонне.

«Посчитаем пузырьки»

Ход упражнения: Педагог обращает внимание детей на колонну с пузырьками, как она меняет цвет, что в ней плавают (рыбки, пузырьки), предлагает посчитать количество пузырьков. Дети считают пузырьки, прослеживая пальчиками их движения.

«Верх – низ»

Ход упражнения: Педагог обращает внимание детей на колонну с пузырьками, как она меняет цвет, что в ней плавают (рыбки, пузырьки). Дети определяют расположение рыбок.

«Прятки»

Ход упражнения: Специалист говорит детям, что за колонну с пузырьками и шариками можно спрятаться и предлагает поиграть: один ребенок прячется, а другие его ищут. Взрослый спрашивает: «Где Саша?». Когда он находит визуальный контакт с ребенком, то произносит: «Ку-ку». В это время все дети прячутся за колоннами и, выглядывая из-за них, кричат: «Ку-ку».

«Поднимаем пузырьки»

Ход упражнения: Дети встают напротив колонн с пузырьками и шариками и представляют, будто бы они поднимают шарики и пузырьки вверх. При выполнении этого упражнения дети должны почувствовать напряжение в мышцах рук при подъеме шариков вверх и расслабление в момент опускания шариков вниз. Пару минут дети отдыхают. Затем упражнение повторяется (несколько раз).

«Собираем орешки»

Ход упражнения: Взрослый становится мамой-медведицей, а дети ее медвежатами. Медведица просит медвежат собрать кедровые орешки, но чтобы сделать это, нужно сорвать шишки и разломать их. Медвежата подходят к кедру (к колоннам с шариками), выбирают шишку-шарик и тянутся за ней до самого верха, представляя, что срывают шишки и с силой сжимают в руках («лапках»). Шишки разламываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в стороны и роняют «лапки» вдоль тела – «лапки» отдыхают. Мама снова просит медвежат собрать орешки.

«Мышата»

Ход упражнения: Взрослый предлагает детям превратиться в мышат. Они увидели сырные шарики, им захотелось есть. Все подбежали к колоннам

и стали «ловить» свои любимые (по цвету) лакомства. «Поймали», «поели», погладили свои животики. Сонным пискom показывают, что хотят спать. Укладываются спать.

Игры и упражнения с применением оборудования

«Пучок фиброоптических волокон»

Работу по развитию зрительного восприятия необходимо начинать с плетения цветных (сверкающих) шнуров (используется пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь»). В процессе этой деятельности дети, находясь под воздействием сложного сенсорного потока, могут сконцентрировать свое внимание на определенном световом раздражителе. Эти упражнения также помогают развитию произвольности.

«Звездный дождь»

«Сжимаем в кулачке»

Ход упражнения: педагог обращает внимание детей на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.), показывает, как можно собрать волокна в ладошке.

«Заплетем косу»

«Наматывание» (на палец, на ладонь, на руку)

Ход упражнения: Взрослый предлагает всем вместе расчесать волшебные волосы, что бы они стали красивыми, дети гладят, расчесывают фиброоптические волокна.

«Шарфики для медвежат»

Ход упражнения: Дети-медвежата вышли на улицу, очень холодно (напряжение мышц рук, тела, шей, головы), пришла мама и раздала медвежатам шарфики (каждый ребенок получает светящееся волокно из пучка фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь»), чтобы они больше не мерзли (расслабление мышц). Полусонные медвежата, не открывая глаз, повязали шарфики на свои шейки. Покрутили медвежата головой из стороны в сторону: хорошо, тепло шейкам.

«Фигуры»

Ход упражнения: Из светящихся нитей (пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь») по примеру взрослого дети выкладывают разные геометрические фигуры. Затем они делают из них дороги и катают по ним воображаемые машинки (если ребенку трудно играть воображаемой машинкой, можно использовать игрушку).

Игры и упражнения с применением оборудования

Пуфики-кресла с гранулами

Ход упражнения: Дети ложатся на спину на пуфиках и в течение 30–40 слушают спокойную музыку, делая глубокий вдох и выдох.

Ход упражнения: Взрослый под музыку медленно читает сказку с небольшими паузами между абзацами: «Сейчас мы с вами отправимся в путешествие в прекрасную сказочную страну... в самое ее сердце – на волшебную поляну. Мы лежим на волшебной поляне и видим над собой высокое чистое голубое небо (зрительный образ)... Слушаем, как поют птицы и переговариваются деревья, журчит ручей (слуховой образ)... Чувствуем аромат спелой земляники и свежеевыпеченного хлеба, его только что испекла добрая волшебница, живущая неподалеку (обонятельный образ)... Если мы протянем руку, то сорвем и положим в рот (кинестетический образ) крупную ароматную ягоду и ощутим сладость спелой земляники (вкусовой образ)... Шелковая молодая трава нежно щекочет наши руки, ноги, лицо (тактильный образ)...». С окончанием звучания музыки дети открывают глаза и тихо встают.

Ход упражнения: Ребенок ложится на спину на пуфике и в течение 30–40 с. слушает спокойную музыку. Затем ему предлагается рассмотреть абстрактную картину, спроецированную на стену (космические, морские пейзажи и т. п.) с помощью проектора «Солнечный 100», и пофантазировать, а затем рассказать, какие детали вызвали у него определенные ассоциации, с чем связаны эти ассоциации.

Ход упражнения: Ребенок-путешественник преодолел горы, жару, препятствия (перебрался через мягкие модули) в пустыне и добрался до оазиса (ложится на пуфик), где прохладно, щебечут птицы, вода (слуховой образ).

Ход упражнения: Ребенок с мамой поплывут в сказочную добрую страну воспоминаний. Специалист предлагает маме лечь (сесть) на пуфик, взять ребенка на руки. Звучит спокойная и приятная музыка. Затем они возвращаются из страны воспоминаний и делятся своими впечатлениями от путешествия.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айрес, Джин. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития. – М.:Теревинф, 2017.
2. Барбера М.Л. Детский аутизм и вербально-поведенческий подход. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2014.
3. Войлокова Е.Ф. Сенсорное воспитание дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. – М.: Каро, 2005.
4. Кириллова Е.В. Логопедическая работа с безречевыми детьми: Учебно-методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2017.
5. Нуриева Л.Г. Развитие речи у аутичных детей. – М.: Теревинф, 2013.
6. Обучение и воспитание детей в условиях центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации / С.Е. Гайдукевич, В. Гайслер, Ф. Готан, И.Н. Миненкова, Э. Крамер. – Минск: 2007.
7. Сумнительная С.И., Сумнительный К.Е. Домашняя школа Монтессори. Сенсорное развитие 2-4 года. – М.: Карапуз дидактика, 2006.
8. Шрам Р. Детский аутизм и АВА. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2013.
9. Кислинг У. Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребенка, распознать проблему, помочь обрести равновесие. – М.: Теревинф, 2014.
10. Коробкина Л.А. Сенсорная интеграция как метод преодоления нарушений в развитии детей с ограниченными возможностями здоровья. [электронный ресурс] – Режим доступа. – Международный образовательный портал «Мир учителя»: <http://worldofteacher.com>
11. Ледлофф Ж. Как вырастить ребенка счастливым: принцип преемственности. – М.: Генезис, 2010.
12. Чупаха И. В., Пужаева И. Ю., Соколова И. Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. – М.: Илекса, 2004.
13. Ворошнина О.Р., Санникова А.И.; науч. ред. / сост. Мальцева М.Н., Кобялковская Е.А., Гилева А.Г. (вып. ред.) Телесные практики,

- сенсорная интеграция и эрготерапия: сборник методических материалов семинара в рамках образовательного форума «Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями» / Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. – Пермь, 2018. – 140 с.
14. Пенкина Ю. А.: сост. Модель комплексного сопровождения семей с детьми с особенностями развития: представление успешного опыта РООРДИ «Дорогою добра» Кировской области: Сборник материалов конференции /. – Киров: РООРДИ «Дорогою добра», 2018 – 60 с.
15. Манелис Н.Г., Никитина Ю.В., Феррои Л.М., Комарова О.П. / Под общ. ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис: Сенсорные особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Стратегии помощи. Методическое пособие - М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. 70 с.
16. Виноградова Л.А., Виноградова Н.В., Гурьянова Н.В., Пискарева Т.С., Поздняк В.В. Методические рекомендации по применению игр и упражнений сенсо-интеграционной коррекции дошкольников в группах комбинированной направленности – СПб.: 2015. – 51 с.
17. Аутизм и проблемы в сенсорной сфере [Электронный ресурс] – режим доступа: <http://www.corhelp.ru/narusheniya-i-pomoshh/autizm-i-problemy-v-sensornoj-sfere/> (дата обращения: 21.02.2020);

**Диагностический опросник
для проверки наличия нарушений обработки
сенсорной информации**

Данный список вопросов предназначен помочь родителям и специалистам, взаимодействующим с детьми, в определении конкретных признаков дисфункции обработки сенсорной информации.

Тактильные ощущения.

Признаки тактильной дисфункции

1. Гиперчувствительность к прикосновению (защитное поведение по отношению к тактильным стимулам):

- ☐ испытывает страх, тревогу или агрессию при лёгком или неожиданном прикосновении;
- ☐ в младенческом возрасте не любил/не любит, когда берут на руки или крепко обнимают: может выгибаться, кричать и вырываться;
- ☐ болезненно реагирует на смену подгузника/необходимость смены подгузника;
- ☐ боится или избегает находиться в непосредственной близости от других людей или детей (особенно в очередях);
- ☐ пугается, если до него/неё дотрагивается кто-то/что-то, кого/что он/она не видит (например, сзади или, когда находится под одеялом);
- ☐ не любит, когда расчёсывают волосы. Может быть крайне придирчив(а) к типу расчески;
- ☐ не любит мягые простыни (т.е. старые, в складках);
- ☐ избегает групповых взаимодействий из-за страха чужих неожиданных прикосновений;
- ☐ противится дружелюбным или ласковым прикосновениям от кого бы то ни было, кроме родителей и родных братьев/сестёр (а иногда и включая их!);
- ☐ не любит чужие поцелуи, вытирает место поцелуя. Предпочитает обниматься;
- ☐ воспринимает как пытку капли дождя, воду из душа или дуновение ветра по коже, что приводит к нежелательным реакциям или к попыткам избежать данное воздействие;
- ☐ выдаёт гиперреакцию при лёгких порезах, царапинах или укусах животных;
- ☐ избегает прикосновения к некоторым видам материалов (одеяла, коврики, чучела животных);
- ☐ отказывается носить новую или жёсткую одежду, одежду из грубой ткани (водолазки, джинсы, головные уборы или ремни и т.д.);
- ☐ избегает игр с участием рук;
- ☐ избегает/не любит/испытывает отвращение к «грязным играм», например, в песок, глину, воду, клей, блеск, пластилин, слизь, крем для бритья/мыльные пузыри и т.д.;
- ☐ не любит, когда грязные руки, часто вытирает или моет их;
- ☐ чрезмерно боится щекотки;
- ☐ раздражают швы на носках, из-за чего может отказываться носить их;
- ☐ раздражает трение одежды о кожу, может захотеть носить шорты и футболки круглый год. Маленькие дети могут предпочитать оставаться голыми и всё время стягивают с себя одежду и подгузники;
- ☐ носит рубашки с длинными рукавами и длинные брюки круглый год, чтобы не оставлять кожу открытой внешним воздействиям;
- ☐ не любит, когда моют лицо;
- ☐ не любит, когда стригут волосы или ногти на ногах и на руках;
- ☐ сопротивляется чистке зубов и ужасно боится стоматолога;

- ☐ капризничает в еде, ест только еду определенного вкуса и консистенции, избегает пищи со смешанной текстурой, избегает приёма холодной и горячей пищи, не любит пробовать новую пищу;
- ☐ отказывается ходить босиком по траве или песку;
- ☐ ходит только на цыпочках.

2. Пониженная тактильная чувствительность (гипочувствительность):

- ☐ стремится дотрагиваться, дотрагивается до всего и всех;
- ☐ чувствует чужое прикосновение, только если оно происходит с повышенной силой;
- ☐ не реагирует на повреждения (например, порезы или синяки), при этом не боится уколов (даже может говорить, что любит уколы!);
- ☐ может не осознавать свои грязные руки или лицо, или не чувствовать насморка;
- ☐ может проявлять самоагрессию: щипаться, кусаться или биться головой о стену;
- ☐ часто берёт разные предметы в рот;
- ☐ часто делает больно другим детям или животным во время игры;
- ☐ часто трогает успокаивающие себя поверхности или объекты (например, одеяло);
- ☐ ищет контакта с поверхностями и материалами, обеспечивающими мощное тактильное взаимодействие;
- ☐ очень любит и стремится к играм, подразумевающим возню;
- ☐ любит вибрации или мощные сенсорные воздействия;
- ☐ предпочитает и просит чересчур острую, сладкую, кислую или солёную пищу.

3. Слабое тактильное восприятие и различение:

- ☐ имеет трудности с мелкой моторикой (застегивание пуговиц, молний, застёжек);
- ☐ может не уметь определять с закрытыми глазами, до какой части его/её тела дотронулись;
- ☐ может бояться темноты;
- ☐ неаккуратно одевается: выглядит неопрятным, не замечает, что штаны перекрутились, рубашка вылезла из-под брюк, на ботинках развязались шнурки, одна штанина поднята, а другая – нет и т.д.;
- ☐ испытывает трудности при работе с ножницами, карандашами или столовыми приборами;
- ☐ продолжает брать предметы в рот для исследования даже в возрасте старше 2 лет;
- ☐ с трудом определяет физические характеристики объектов, форму, размер, текстуру, температуру, массу и т.д.;
- ☐ не узнаёт объекты на ощупь. Нуждается в зрительном контакте, например, чтобы достать нужную вещь из рюкзака или парты.

Вестибулярный аппарат

Признаки вестибулярной дисфункции:

1. Гиперчувствительность к движению (повышенная чувствительность):

- ☐ избегает/не любит оборудования детских площадок (например, качелей, лестниц, горок, каруселей);
- ☐ предпочитает занятия сидя, двигается медленно и осторожно, избегает рисков, может казаться «увальнем»;
- ☐ избегает/не любит лифты и эскалаторы, предпочитает ехать в них/по ним сидя или чувствует дурноту/тошноту при движении в них/по ним;
- ☐ в буквальном смысле цепляется за взрослого, которому доверяет;
- ☐ испытывает ужас перед падением, даже при отсутствии реального риска;
- ☐ боится любой высоты, даже бордюра тротуара или ступеньки;
- ☐ боится отрывать ноги от земли;
- ☐ боится подниматься/спускаться по лестнице или ходить по неровным поверхностям;

- ☐ боится быть опрокинутым вверх ногами, повернутым влево-вправо или назад, не любит мыть волосы над раковиной;
- ☐ пугается, если кто-то двигает его/её (например, двигает сидящим на стуле);
- ☐ в младенчестве не любил(а) детских качелей или прыгунков;
- ☐ боится или испытывает трудности при катании на мотоцикле, прыжках или удержании равновесия на одной ноге (особенно с закрытыми глазами);
- ☐ в младенчестве не любит переворачиваний на живот;
- ☐ легко теряет равновесие и может выглядеть неуклюжим;
- ☐ боится действий, требующих хорошего равновесия;
- ☐ избегает быстрых или вращательных движений.

2. Гипочувствительность к движениям (пониженная чувствительность):

- ☐ постоянно двигается, никогда не стоит на месте;
- ☐ страстно желает быстрого и/или интенсивного движения, кружения;
- ☐ обожает, когда подбрасывают вверх;
- ☐ может часами кружиться и не испытывать головокружения;
- ☐ любит быстрые, интенсивные и/или опасные аттракционы в парках развлечений;
- ☐ постоянно прыгает по мебели, на трамплинах, крутится на вращающемся стуле, переворачивается вверх ногами;
- ☐ обожает качаться на качелях, раскачиваясь как можно выше и подолгу;
- ☐ является «экстремалом», что порой сопряжено с опасностью;
- ☐ всегда бежит, прыгает, скачет вместо того, чтобы идти пешком;
- ☐ когда сидит, то раскачивается из стороны в сторону, качает ногой или головой;
- ☐ любит внезапные или быстрые движения (например, когда машина или велосипед подпрыгивает на кочке).

3. Слабый мышечный тонус и/или координации:

- ☐ имеет слабое, «вялое» тело;
- ☐ часто сутулится, старается прилечь и/или кладёт голову на руки, работая за столом;
- ☐ с трудом отрывает голову, руки и ноги от пола, лежа на животе (положение «супермена»);
- ☐ часто сидит в «позе W» на полу для поддержания равновесия тела;
- ☐ быстро устаёт;
- ☐ компенсирует «слабость», крепко хватая предметы;
- ☐ с трудом поворачивает дверные ручки, открывает и закрывает разные полости и ёмкости;
- ☐ с трудом удерживает равновесие при начале падения;
- ☐ с трудом одевается и застёгивает молнии, застёжки и пуговицы;
- ☐ не ползал в младенчестве;
- ☐ плохо чувствует своё тело: натыкается на предметы и вещи, опрокидывает предметы, спотыкается и/или бывает неловок;
- ☐ испытывает трудности с крупной моторикой (плохо прыгает, ловит мяч, поднимается по лестнице и т.д.);
- ☐ испытывает трудности с мелкой моторикой, с использованием таких «инструментов» как карандаши, столовые приборы, расчёска, ножницы и т.д.;
- ☐ возможно, одинаково владеет обеими руками – часто меняет руки при раскрашивании, вырезании, письме и т.д. Не имеет чёткого предпочтения/доминирования одной руки к возрасту 4-5 лет;
- ☐ испытывает трудности при лизании мороженого;
- ☐ не уверен в том, какие движения выполнить, например, для перешагивания через препятствие;
- ☐ трудно заучивает спортивные упражнения или танцевальные движения.

Проприоцептивные чувства

Признаки проприоцептивной дисфункции:

1. Поведение, направленное на поиск сенсорных контактов:

- ☐ старается прыгать, сталкиваться, разрушать что-либо;
- ☐ топает во время ходьбы;
- ☐ стучит ногами по столу или по стулу, сидя за партой/столом;
- ☐ кусает или сосёт пальцы и/или часто хрустит костяшками;
- ☐ любит быть плотно укутанным в одно или несколько тяжёлых одеял, особенно перед сном;
- ☐ предпочитает максимально тесную одежду (максимально сильно затягивает ремни, капюшон, шнурки);
- ☐ любит/с энтузиазмом относится к играм, предполагающим хлопающие звуки;
- ☐ любит обниматься;
- ☐ слишком сильно стучит игрушками или предметами;
- ☐ любит «шумные», энергичные игры/возню;
- ☐ часто нарочно падает на пол;
- ☐ может часами прыгать на батуте;
- ☐ в течение дня скрипит зубами;
- ☐ любит толкать/тянуть/тащить вещи;
- ☐ любит прыгать с мебели или высоких мест;
- ☐ часто ударяет, толкает, пихает других детей;
- ☐ грызёт ручки, соломинки, рукава рубашки и т.д.

2. Испытывает трудности с «дифференциацией движений»:

- ☐ неправильно оценивает степень сокращения и растягивания мышц при выполнении заданий/действий (например, при продевании рук в рукава рубашки или при подъёме);
- ☐ не контролирует степень давления при письме/рисовании –получает либо слишком бледный рисунок, либо от усилия ломает карандаш;
- ☐ письменные работы делает неопрятно, часто рвёт бумагу до дыр, стирая ластиком ошибки;
- ☐ постоянно ломает предметы и игрушки;
- ☐ неправильно оценивает массу предмета (например, стакана сока), который поднимает со слишком большим усилием, из-за чего сок проливается, либо со слишком слабым усилием, жалуясь на то, что предмет слишком тяжёлый;
- ☐ путает «тяжёлое» и «лёгкое». Держа два предмета, может не понимать, какой из них тяжелее;
- ☐ делает всё со слишком большими усилиями: хлопает дверями, слишком сильно нажимает на вещи, захлопывает крышки;
- ☐ играет с животными, прилагая слишком большую силу, зачастую причиняя им боль.

Слуховое восприятие

Признаки слуховой дисфункции: (при отсутствии диагностированной проблемы со слухом):

1. Гиперчувствительность к звукам (слуховое защитное поведение):

- ☐ отвлекается на звуки, которых остальные обычно не замечают (например, гудение холодильника, вентилятора, нагревательного прибора, тиканье часов);
- ☐ пугается звука смываемой воды в унитазе (особенно в общественных туалетах), пылесоса, фена, скрипа ботинок, лая собак;
- ☐ пугается или отвлекается на громкие или неожиданные звуки;

- ☐ беспокоится/отвлекается на фоновые шумы окружающего мира (например, звуки сенокосилки или стройки за окном);
 - ☐ часто просит людей вести себя тише: не шуметь, прекратить говорить, петь;
 - ☐ убегает, кричит и/или закрывает уши руками при громких или неожиданных звуках;
 - ☐ может отказываться посещать кинотеатры, парады, катки, концерты и т.д.;
 - ☐ решает, нравится ли ему тот или иной человек, по звуку его голоса.
- 2. Ослабленная чувствительность к звукам (пониженная чувствительность):**
- ☐ часто не отвечает на речевые обращения или не откликается на имя;
 - ☐ любит очень громко включать музыку или ТВ;
 - ☐ кажется, что «шумит ради шума»;
 - ☐ с трудом понимает или вспоминает сказанное;
 - ☐ не замечает некоторых звуков;
 - ☐ не уверен в том, откуда взялся звук;
 - ☐ разговаривает сам с собой, выполняя задание, часто вслух;
 - ☐ в младенчестве произносил мало звуков, отсутствовал лепет;
 - ☐ вынуждает других часто повторять указания, часто переспрашивает.

ВКУС

Признаки нарушения оральной (связанной со ртом) восприимчивости:

- 1. Гиперчувствительность к оральным сигналам (оральное защитное поведение):**
- ☐ капризен в еде, часто имеет экстремальные пищевые предпочтения (например, предпочитает ограниченный набор продуктов, только определенные сорта, наименования, отказывается от проб новой пищи, не ест в гостях);
 - ☐ ест только «мягкую» пищу в форме пюре после 2-летнего возраста;
 - ☐ давится твёрдой пищей;
 - ☐ испытывает трудности с сосанием, жеванием и глотанием, может давиться или испытывать боязнь подавиться;
 - ☐ не желает/отказывается/очень боится посещения стоматолога или лечения зубов;
 - ☐ может есть только горячую или только холодную пищу;
 - ☐ отказывается облизывать конверты, марки или наклейки из-за неприятного вкуса;
 - ☐ не любит или жалуется на зубную пасту или ополаскиватель для рта;
 - ☐ избегает приправленных, острых, сладких или солёных блюд, предпочитает простую пищу
- 2. Сниженная чувствительность к оральным сигналам (пониженная чувствительность):**
- ☐ может лизать, пробовать или жевать несъедобные объекты;
 - ☐ предпочитает пищу с сильным вкусом (например, слишком острую, сладкую, кислую или солёную);
 - ☐ испытывает избыточное слюноотделение после прорезывания зубов;
 - ☐ часто жуёт волосы, одежду или пальцы;
 - ☐ постоянно берёт всё в рот после выхода из младенческого возраста;
 - ☐ ведёт себя так, будто любая пища имеет одинаковый вкус;
 - ☐ всегда добавляет к пище слишком много приправ или соусов;
 - ☐ любит вибрирующие зубные щётки и даже походы к зубному врачу.

ОБОНЯНИЕ

Признаки обонятельной дисфункции (запахи):

- 1. Гиперчувствительность к запахам (повышенная чувствительность):**
- ☐ отрицательно реагирует или не любит запахи, которые чаще всего не беспокоят или незаметны для других людей;

- ☐ говорит другим людям (или разговаривает с ними) о том, как от них плохо или необычно пахнет;
- ☐ отказывается принимать какую-либо пищу из-за запаха;
- ☐ испытывает отвращение и/или тошноту от запахов в туалете;
- ☐ испытывает беспокойство/раздражение от запаха духов или одеколона, бытовых запахов, запахов готовящейся пищи;
- ☐ может из-за неприятных запахов отказаться играть в гостях;
- ☐ определяет, нравится ли ему/ей новое место или кто-либо по запаху.

2. Пониженная чувствительность к запахам:

- ☐ с трудом отличает, не замечает или игнорирует неприятные запахи;
- ☐ может выпить или съесть что-либо ядовитое, потому что не замечает неприятного запаха;
- ☐ не может определять запахи по тестовым полоскам;
- ☐ не замечает запахов, на которые обычно жалуются другие;
- ☐ очень внимательно прислушивается при знакомстве с новыми местами, людьми или предметами.

ЗРЕНИЕ

Признаки дисфункции обработки визуальной информации (в отсутствие диагностированного нарушения зрения):

1. Гиперчувствительность к зрительным сигналам (повышенная чувствительность):

- ☐ чувствителен к яркому свету, косит глазами, закрывает глаза рукой, плачет и/или испытывает неудобство от света;
- ☐ с трудом удерживает фокусировку взгляда на задаче/действии, над которой работает, в течение необходимого срока;
- ☐ легко отвлекается на другие зрительные стимулы в помещении – движение, мебель, игрушки, окна, двери и т.д.;
- ☐ с трудом находится в ярких красочных комнатах или в полутёмных помещениях;
- ☐ трёт глаза, глаза слезятся, болит голова после чтения или просмотра телепередач;
- ☐ избегает контакта с чужим взглядом;
- ☐ любит играть в темноте.

2. Пониженная чувствительность к зрительным сигналам (сниженная чувствительность или трудность с отслеживанием, различением или восприятием):

- ☐ имеет сложности с различением букв, похожих по написанию, фигур, как например, квадрат и прямоугольник;
- ☐ плохо воспринимает целое, большую картину, концентрируясь на деталях или узорах в картине;
- ☐ плохо находит нужный предмет среди других предметов: нужную бумагу на столе, одежду в ящике, игрушку в коробке с другими игрушками, нужную вещь на полке в магазине;
- ☐ часто теряет нужное место, когда переписывает текст из книги или с доски;
- ☐ сложно управлять движением глаз для слежения за движущимся предметом;
- ☐ сложности с различением цветов, форм и размеров;
- ☐ часто теряет в книге место чтения или выполнения математического задания;
- ☐ пишет или читает слова задом наперёд после окончания первого класса;
- ☐ жалуется на "двойное очертание";
- ☐ плохо находит отличия в картинках, словах, символах, предметах;

- ☐ при письме плохо справляется с равномерностью в размере букв и промежутков между словами и цифрами;
- ☐ сложности в составлении паззлов, копировании форм и/или вырезании/обведении готовой формы;
- ☐ имеет тенденцию писать строчку с отклонением вверх или вниз по странице;
- ☐ путает лево и право;
- ☐ легко устаёт от школьных заданий;
- ☐ имеет сложности с пространственными отношениями, натывается на объекты/людей, спотыкается о бордюры, ступеньки.

Аудиальная дисфункция

Признаки дисфункции обработки речевых сигналов:

1. Нарушение функции слуха – обработки языковой информации:

- ☐ не может определить, где источник звука;
- ☐ сложности с идентификацией человека по голосу;
- ☐ сложно различить похожие по звучанию слова;
- ☐ сложно фильтровать посторонние звуковые сигналы при общении с одним человеком;
- ☐ раздражают громкие, внезапные, металлические и очень высокие звуки;
- ☐ трудно сконцентрировать внимание на читаемом или воспринимаемом на слух тексте, понимать и запоминать его; часто просит повторить указания и может быть способен выполнить лишь инструкцию, содержащую не более двух шагов;
- ☐ прежде, чем ответить на вопрос, смотрит на других в надежде на ободрение;
- ☐ трудности с формулировкой идей (письменно и устно);
- ☐ часто говорит не в очередь и не на тему;
- ☐ если его не понимают, испытывает сложности с переформулировкой и впадает во фрустрацию, сердится и отказывается от этой задачи;
- ☐ сложности с чтением, особенно вслух (может одновременно страдать дислексией);
- ☐ проблемы с артикуляцией и внятностью речи;
- ☐ способность к речи часто улучшается после интенсивного движения.

Социальная, эмоциональная, игровая дисфункции, дисфункция саморегуляции

1. Социальная дисфункция:

- ☐ сложности в общении с ровесниками;
- ☐ предпочитает играть один с предметами или игрушками, а не с людьми;
- ☐ не отвечает на попытки установить контакт со стороны взрослых или ровесников; с ним сложно войти в содержательный диалог;
- ☐ может совершать обидные, жестокие действия и в отношении себя, и в отношении других;
- ☐ окружающим трудно понять его намерения, нужды, эмоции;
- ☐ не ищет контакта с членами семьи.

2. Эмоциональная дисфункция:

- ☐ с трудом воспринимает изменение сложившегося порядка (вплоть до вспышек гнева);
- ☐ легко расстраивается;
- ☐ часто бывает импульсивен;
- ☐ показывает лучшие результаты в маленькой группе или при индивидуальных занятиях;
- ☐ переменчивое настроение, склонность к эмоциональным взрывам и истерикам;

- ☐ предпочитает играть с краю, чуть в стороне от группы или просто быть наблюдателем;
- ☐ избегает смотреть в глаза;
- ☐ не умеет адекватно сообщить о своих потребностях.

3. Игровая дисфункция:

- ☐ сложности с имитационной игрой (после 10 месяцев);
- ☐ бесцельное передвижение в пространстве, не обусловленное ни игрой, ни исследованием окружения (после 10 месяцев);
- ☐ для игры нуждается в руководстве взрослого, сложно играть самому (после полутора лет);
- ☐ испытывает потребность в помощи взрослого для игры. С трудом играет в одиночку (старше 18 месяцев);
- ☐ часами может заниматься повтором одной и той же манипуляции: выстраивать друг за другом машинки, кубики, смотреть один и тот же фильм множество раз.

4. Дисфункция саморегуляции:

- ☐ чрезмерная раздражительность, нервозность и колики у маленького ребёнка;
- ☐ не может успокоиться с помощью традиционных способов: соска-пустышка, любимая мягкая игрушка, на руках у мамы (или основного воспитателя);
- ☐ пробуждается в плохом настроении;
- ☐ нуждается в дополнительных стимулах для того, чтобы уснуть: поглаживание, укачивание, ношение на руках или поездка в машине.

*информация с сайта
логопедического центра «Территория речи» г. Москва
<http://speech-area.ru/>*