

**Сенсорная интеграция** – это организация поступающих из органов чувств сигналов, благодаря которой мозг обеспечивает эффективные реакции тела и формирует эмоции и поведение.

**Целью** этого процесса является *планирование и выполнение* соответствующих действий в ответ на раздражитель, внешний или внутренний.

**Нарушение сенсорной интеграции** — это состояние, при котором сигналы, поступающие от разных органов чувств, не переводятся в соответствующий ответ, не организуются в адекватную поведенческую реакцию.

Сенсорная интеграция неразрывно связана с развитием *высших психических функций* человека (речью, памятью, мышлением, воображением, эмоционально-волевой сферой, вниманием, восприятием), поэтому *данный развивающий комплекс показан детям с нарушением речи и интеллекта, с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ), особенно детям с расстройством аутистического спектра (РАС), при котором наблюдается дисфункция обработки сенсорной информации.*

Налаживанием правильного взаимодействия работы органов чувств занимаются специалисты по сенсорной интеграции. Элементы сенсорной интеграции применяют на своих занятиях логопеды, дефектологи, психологи и др.

Однако, в домашних условиях можно создать среду для сенсорной интеграции ребенка

По Вашим наблюдениям за ребенком можно определить, в каких сферах у него повышенная

чувствительность, а в каких – пониженная. Например, если ребенок закрывает уши руками при громких звуках, – это гиперчувствительность к звукам. Если ребенок не чувствует боли при падениях – это недостаточная тактильная чувствительность. Понаблюдайте за своим ребенком и запишите Ваши наблюдения.

Выделяют 7 органов чувств:

- глаза (зрение),
- уши (слух),
- язык (вкус),
- нос (обоняние),
- кожа (осознание),
- вестибулярный аппарат (поддержание равновесия),
- проприоцепция (мышечное чувство, ощущение положения частей собственного тела относительно друг друга и в пространстве).

Для налаживания работы этих сенсорных путей и их взаимосвязи необходимо предоставить ребенку большой и разнообразный опыт ощущений.

**1. Развиваем зрение:** рассматриваем предметы, их цветных и черно-белых фотографий, рисунков, силуэтов, зашумленных картинок, обучаем чтению, используем разноцветных ламп, свечей, подсветок. С яркими мигающими подсветками нужно быть осторожнее, если у ребенка есть эпилепсия. Если есть проблемы с остротой зрения, то можно использовать черно-белые карточки Домана для стимуляции

зрительного нерва и проводить другие зрительные стимуляции по этой методике.

**2. Развиваем слух ребенка.** Воспроизводим различные звуки, которые ребенок может слышать. Знакомим ребенка с этими звуками. Например, звуки разных музыкальных инструментов, животных и птиц, звуки моря, леса, ветра, звуки различных машин и бытовой техники. Аудиозаписи всех этих звуков можно скачать или продемонстрировать их вживую.

Если у ребенка гиперчувствительность к звукам, то ему очень тяжело, так как он постоянно слышит множество звуков и никогда не может побыть в тишине. В этом случае несколько раз в день на 20-30 минут можно использовать беруши (лучше использовать силиконовые мягкие беруши, которые легко принимают форму уха) или специальные шумоподавляющие наушники, чтобы уши ребенка отдохнули. Внимание! Внутрь слухового прохода беруши засовывать нельзя, только в область наружного уха.

Постепенно приучать к неприятным звукам, например, найти аудиозапись звука, вызывающего раздражение у ребенка, и в домашних условиях воспроизводить его сначала тихо, едва заметно, затем наращивая громкость.

**3. Развиваем вкус:** пробуем давать ребенку еду с разными вкусами (горький, сладкий, соленый, кислый) и разной консистенции (твердую пищу, пюре, шипучки, тянучки и другое). Можно использовать лото вкусов – специальная игра, которая обучает ребенка новым вкусовым ощущениям. Если ребенок не хочет пробовать новую еду, можно использовать метод *систематической десенсибилизации*. То есть, мы постепенно уменьшаем неприятные ощущения ребенка, связанные с новой едой. Сначала мы НЕ

просим ребенка съесть что-то. Мы даем ребенку посмотреть на новую еду, затем потрогать. Активно хвалим ребенка, если он это делает. Затем можно взять в рот маленький кусочек, потом пожевать. Действовать нужно очень постепенно и терпеливо. У некоторых детей ввод нового продукта может занимать несколько недель. Не отчаивайтесь, будьте последовательны и терпеливы.

**4. Развиваем обоняние:** учим ребенка распознавать различные запахи. Например, делаем мешочки, наполненные различными материалами с ярко выраженными запахами (например, с кофе, какао, ванилином, хвоей, лепестками розы, апельсиновыми корками и др.). Очень удобно использовать игру «Лото запахов»: баночки с 30 разными запахами и еще есть дополнительные наборы ароматов. Также можно использовать аромалампы с различными эфирными маслами. При этом нужно учитывать, что некоторые эфирные масла бодрят (например, апельсин, лимон, бергамот, а некоторые, наоборот, успокаивают (масло ромашки, лаванды).

**5. Развиваем тактильные ощущения:** игры с сыпучими материалами (фасоль, крупы и др.), игры с различными природными материалами, игры с водой, игры с песком, занятия с кинетическим песком, тестом, пластилином, пальчиковые краски, тактильная и массажная дорожка для ног, тактильное лото, мячики из различных материалов и с различной поверхностью (заполненные крупами, с шипами, пластмассовые, резиновые и т. д., образцы разных тканей, тактильные стимуляции с использованием парных предметов с

противоположными свойствами (холодный – горячий, мягкий – твердый, нежный – грубый, сухой – мокрый и т. д.). Можно пробовать и непарные ощущения: например, липкий, деревянный, пластмассовый, резиновый, металлический...

**6 и 7. Развиваем вестибулярный аппарат и проприоцепцию** дома и на улице в повседневной жизни: качели, вращающееся кресло дома, шведская стенка, различные кувырки и другие гимнастические упражнения, горки и другие приспособления дома и на детской площадке, катание на велосипеде, самокате, коньки, лыжи, ролики, плавание, карусели, бассейн с шариками, мягкое кресло-мешок, надувной матрас и другое.

Хорошо развивают специальные приспособления, которые не занимают много места дома: бревно, качающаяся балансировочная доска, качели-дуга, гамак, батут, тоннель-труба и другие приспособления (утяжеленное одеяло, пендолин, яйцо-мешок, канат и многое другое).

Интересно, что вестибулярная система начинает формироваться у ребенка уже на 21-й день после зачатия! Все остальные органы чувств формируются значительно позже. Поэтому развитию вестибулярной системы ребенка нужно уделять особое внимание. Вестибулярная система накапливает опыт движения. В этом и состоит суть ее развития и созревания.

**ВАЖНО!** Данные примеры игр, упражнений носят общеразвивающий характер. Если Вы заметили серьезные нарушения у ребенка, то

первоначально необходимо обратиться к специалисту.

МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №190»

## СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ



Рекомендации учителя-дефектолога:  
Марченко Лидии Николаевны