Сенсомоторные игры и упражнения во всестороннем развитии детей

Учитель-логопед Яхияева Асият Расуловна

Движения играют огромную роль в физическом и интеллектуальном развитии ребенка. Чем больше разнообразных движений совершает ребенок, тем больше в мозг поступает информации, тем активнее и его развитие.

Сенсорные импульсы передаются от внешних и внутренних органов к мозгу ежесекундно еще до момента появления на свет, а после рождения их количество возрастает в разы.

У детей с дисфункцией сенсорной интеграции обрабатывается ненадлежащим образом. Одни перевозбуждается от сенсорных стимулов, другие постоянно находятся в их поиске или избегают их. Очень важно, как можно раньше выявить симптомы дисфункции сенсорной интеграции, что является залогом успеха проведения любой коррекционной работы над проблемами внимания, восприятия, мышления и других высших психических функций.

На данный момент, каждый шестой ребенок, который капризничает, вовсе не капризничает, а имеет значительное сенсорное нарушение, мешающее полноценно развиваться.

*Например,*

Нарушения обработки слуховой информации: дети боятся громких звуков, не переносят некоторых видов музыки (или музыку вообще, тембры голоса, часто закрывают уши руками часто не слышат, когда к ним обращаются, не любят шумного окружения.

Нарушения зрительной системы: ребенок не любит ходить по ступенькам, перешагивать препятствия, смотреть в глаза, предпочитает полумрак или темноту, капризничает при ярком свете, напрягается, рассматривая окружающих и предметы.

Нарушения тактильного восприятия: дети не любят играть с пластилином, песком, красками, боятся испачкаться клеем или грязью, избегают прикосновений к себе, сами не любят прикасаться ко многим предметам, резко реагируют на некоторые ткани из одежды, не терпят ходьбы босиком. Также отмечается снижение болевой и температурной чувствительности.

Моторные, вестибулярные дисфункции: при таких типах нарушений ребенок может отличаться неуклюжестью, неловкостью движений, избегать спортивных площадок, горок, игр с мячом, никак не осваивает катание на велосипеде, не залезает по перекладинам, плохо прыгает, опасно рискует в подвижных играх, пробует разные типы движений и пытается держаться, хвататься за все, т. к. чувствует себя неустойчиво. И основное отличие детей с подобными нарушениями — это сложность концентрации внимания, особенно, если окружающая среда насыщена теми раздражителями, к которым они особенно чувствительны. Дети склонны сменять игры, интересы, вид активности очень и очень быстро, в то же время отличаются тревожностью, присутствуют аффекты — избыточные эмоциональные реакции (резкие капризы, истерики, плач, частый смех, агрессивное поведение и т. п.).

Как только ребенок начинает активно двигаться - ползать, сидеть, стоять – развиваются моторные функции, затем формируется речь. Именно функции психики – моторные и сенсорные, а также способность всем этим сознательно управлять – являются базовыми. Если нарушено их формирование, то в дальнейшем появятся проблемы в развитии функций более высокого порядка – внимание, память, речь и мышление. Сенсомоторная коррекция построена таким образом, что как будто «возвращает» ребенка к самому раннему детству. На занятии система восприятия и движения выстраивается заново, компенсируя тем самым нарушения.

Решаются следующие задачи – ребенок учится чувствовать свое тело и пространство вокруг, развиваются зрительно-моторная координация, формируется правильное взаимодействие рук и ног, развивается внимание, ребенок учится управлять своим поведением.

Основные составляющие сенсомоторных игр и упражнений – это дыхательные упражнения. глазодвигательные, ползания, формирование межполушарного взаимодействия и формирование пространственных представлений. Все эти упражнения гармонично вплетаются в структуру занятий и могут использоваться как физкульминутки и динамические паузы, и чередоваться с работой за столом.

В зависимости от результатов диагностики подбирается комплекс сенсорных секвенций — упражнений, помогающих улучшить восприятие, передачу и обработку информации. Упражнения таковы, что дети воспринимают все в виде игры. Привычные бассейны с шариками, гамаки и качалки дополняются необычными приспособлениями, и ко всему есть свои цели движения. В бассейне нужно найти и собрать предметы, качаясь в гамачке или на балансире необходимо умудриться переложить игрушку из одной коробки в другую, поймать мячик.

Все это призвано восполнить отсутствие тех навыков, которые дети в силу особенностей развития недополучили в сенситивный период. Снижение чувствительности к раздражителям или, наоборот, насыщение сенсорного голода помогают восстановить равновесие и не тратить силы и ресурс мозга на защиту от воздействия окружающей среды. А значит — развиваться быстрее, активнее и гармоничнее, а это в конечном итоге и есть цель всех участников процесса обучения и развития.

За энергию и ресурс в нашем мозге отвечает мозжечок. Когда ребенок качается на качелях, прыгает на батуте, занимается на балансире или балансировочной подушке, пытается устоять на одной ноге, то таким образом мы напитываем мозг ресурсом и энергией, чтобы кора головного мозга ребенка, а вместе с ней и высшие психические функции (речь, память, внимание, мышление работали как часы).

В летний период стимулировать мозжечок гораздо проще, существует множество вариантов простых и в тоже время действенных способов - качели, горки, карусели, бордюры, различные спортивные сооружения и снаряды. В осенне-зимний период, на который приходится учебная деятельность, прогулок меньше, соответственно и движений меньше. Из естественных стимуляторов остается горка и хождение по сугробам. Конечно такого минимального воздействия не хватает, и очень часто уже под конец первых осенних месяцев мы замечаем признаки истощения ЦНС у детей.

На пирамиде обучения наглядно видно, как и по каким кирпичикам ребенок двигается, чтобы прийти к получению академических знаний. С самого появления на свет начинают стимулироваться и развиваться все сенсорные системы (тактильная, слуховая, зрительная, осязательная …., это база и основа, постепенно ребенок из полностью горизонтального положения вертикализируется и в активную фазу включается и сенсомоторное развитие (сюда входят схема тела, ориентировка в пространстве, равновесие, моторное планирование, дальше наслаивается перцептивно-моторное это координация глаз-рука, внимание, способность слышать и слушать речь и понимать ее, контроль за положением тела, и только на самой верхушке пирамиды ребенок и мы вместе с ним приходит получению академических знаний в нашем привычном классическом понимания и сюда уже входит повседневная деятельность, произвольность, контроль поведения и академическое обучение в школе.

Таким образом, если пропустить хоть одну ступень, если выпадет хоть один кирпичик, то вся пирамида разрушится, или не разрушится, то ребенок будет на обучение и восприятие новый знаний у умения затрачивать такой колоссальный ресурс мозга, что на выходе мы получим неадекватное поведенческие реакции и отсутствие какой-либо мотивации к учебной деятельности.

Исходя из моего опыта сенсомоторные игры — это очень большой вклад в развитие ребенка.

Вот примеры игр и упражнений, и что мы развиваем на пирамиде обучения с помощью этой игры.

Эти игры провести и группе детей, и рекомендовать родителям для домашнего использования.

**Любимый всеми детьми сухой бассейн** (наполненный рисом, фасолью, пшеном, это по сути самая первая игра на тактильное восприятие, и она же самая ранняя подготовка руки к письму. В бассейн прячутся любые фигурки насекомыми, транспорта и предлагается ребенку это найти, достать и ощупать, на пирамиде обучения - это работа над восприятием сенсорной информации.

**Ритмическая парковка и любые повторяющееся фигурки** (парковку можно заменить на расчерченный лист бумаги, либо малярный скотч, наклеенный на пол). (Моторное планирование — основа для развития так называемых управляющих функций, т. е. способностей, которые отвечают за реализацию серии последовательных действий, ведущих к определенной цели. Моторное планирование находится между идеей и совершением действий. Есть автоматические движения, которые не требуют моторного планирования и совершаются привычным способом. Моторное же планирование появляется тогда, когда появляется новая задача, когда нужно использовать новый инструмент, когда необходимо в жизни сделать что-то неосвоенное, непривычное. Младенец поднимает погремушку, кладет ложку в рот, переползает через порог. Вы можете отметить, что, выполняя эти движения впервые, малыш не спешит, каждый шаг совершает медленно – он использует моторное планирование. Как только эти действия становятся навыками, они перестают требовать моторного планирования и выполняются легко и быстро, без предварительного обдумывания. Например, для семи- или восьмилетних детей за этим стоит способность решать проблемы и доводить дело до конца, не отступаясь, пока проблемы не будут решены.)

Развитие зрительного восприятия - ищем определенный предмет в каждой ячейке. В качестве ячеек может быть и нейропланшет, и ритмические парковки, и расчерченный лист бумаги.

**Кинезиологические мячики и мешочки** (можно использовать на начальном этапе самые простые упражнения) перекладывание из правой руки в левую, поймать с одним отскоком двумя руками, поймать одной левой, одной правой и так далее. Для усложнения ребенка можно поставить на балансировочную подушку, включить метроном, чтоб ребенок делал упражнение в определенном ритме и приучался к контролю тела и движений. Использовать на начальном этапе лучше мешочки, они лучше лежать в руке, и ребенку легче понять задачу и легче с ним справляться, дальше можно переходить на мячики.

**Ортоковрики, следочки и ладошки.**

Игра прятки (зрительный гнозис, закрепление цвета, сенсорное насыщение) Под «ладошками» спрятаны «следы», причем цвет перепутан, нужно отыскать все следы и с группировать их по цвету с ладошками. Если игра проходить в группе детей, то можно устроить соревнование, кто быстрее соберет.

Игра Канатоходцы (работаем над равновесием, схемой тела, удержание когнитивной задачи, слуховое восприятие. На полу выложены следочки ввиде канатной дороги, стопа к стопе, задача детей пройти, не наступая на пол.

Дополнить упражнение слухоречевой инструкцией –

ПО канату мы идем, руки за спину кладем

ПО канату мы идем, руками уши мы потрем

ПО канату мы идем, руки на живот кладем и т. д., перечисляя то, что нужно в зависимости от целей.

Это совсем небольшой количество игр и упражнений, которые можно использовать.

Желаю удачи!