 **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность**

Многие проблемы обучения и поведения детей с тяжелыми или множественными нарушениями физического и психического 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 невозможно понять, что им говорят, если к ним в это же время прикасаются: они либо понимают, что им говорят, но не чувствуют прикосновения, либо чувствуют прикосновение, но не понимают, о чем идет речь. В данной ситуации мы имеем дело с дисфункцией сенсорной интеграции или нарушением процесса переработки информации, поступающей от органов чувств. При общении с другими детьми и взрослыми ребенок ощущает трудности во взаимодействии, что значительно усложняет период реабилитации.

Необходимость разработки проекта «Сенсорная интеграция детей с ограниченными возможностями «Дом Совы» обусловлена, прежде всего, наличием в учреждении детей, имеющих дисфункцию сенсорной интеграции.

Проект реализуется в специализированной зоне – «Доме Совы». Это сенсорная комната «под ключ», разработанная в соответствии с духом концепций, лежащих в основе метода терапевтического вмешательства, целью которого является устранения нарушений в сфере сенсорной интеграции.

Проект внедрен в рамках Концепции комплексного сопровождения людей с расстройствами аутистического спектра и другими ментальными нарушениями Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года, проекта социальной реабилитации подростков с ментальной инвалидностью и психофизическими нарушениями «Детская тренировочная квартира «Жизнь в полном спектре».

На этапе диагностики психолог изучает степень того или иного нарушения у ребенка.

После проведения диагностики психолог составляет комплекс упражнений, выполнение которых поможет несовершеннолетнему восполнить дефицит в сфере сенсорной интеграции. В занятия включаются упражнения для вестибулярной, проприоцептивной, тактильной систем, позволяющих сформировать базу для эффективной работы всех сенсорных систем и их взаимодействия и, как следствие, обучения необходимым навыкам.

По итогу проекта эффективность работы сенсорных систем способствует более успешному закреплению социально-бытовых, коммуникативных навыков у ребенка.

**Целевая группа –** несовершеннолетние с ограниченными возможностями здоровья с 10 до 17 лет.

**Цель проекта –** усиление, балансирование и развитие обработки сенсорных стимулов центральной нервной системы ребенка с различными ментальными нарушениями.

**Задачи:**

*Организационные:*

* организовать работу по выявлению детей и подростков с нарушениями сенсорного восприятия, нуждающихся в реабилитационных мероприятиях в стенах учреждения.

*Практические:*

* развивать самоконтроль, способность к управлению своим телом в условиях полимодальной окружающей среды;
* развивать крупную и мелкую моторику и координацию движений;
* развивать эмоционально-личностную сферу;
* развивать коммуникативные способности и речь;
* активизировать когнитивные процессы (мышление, внимание, память, воображение).

*Аналитические:*

* провести диагностику когнитивных процессов, коммуникативных способностей и речи детей и подростков целевой группы;
* проанализировать эффективность реализации проекта.

**Формы работы**

*Организационные:*

* просветительская и консультативная деятельность с родителями;
* диагностическое обследование.

*Практические:*

* подбор дидактического материала для проведения занятий;
* индивидуальные и групповые консультации;
* консультативно-обучающие занятия.

*Аналитические:*

* аналитические отчеты;
* анкетирование;
* опросы;
* отслеживание первичной, промежуточной и итоговой динамики.

**Методы работы**

* наблюдение;
* подвижные игры, игры-драматизации;
* беседа, убеждение, поощрение;
* метод сенсорной интеграции.

Метод сенсорной интеграции предполагает стимуляцию работы органов чувств в условиях координации различных сенсорных систем. Реализуется в двух направлениях:

1. Создание специальных средовых условий, облегчающих восприятие окружающих объектов и продуктивное взаимодействие с ними, адаптация среды с учетом потребностей ребенка с дисфункцией сенсорной интеграции.

2. Развитие способов полисенсорного восприятия предполагает, во-первых, совершенствование отдельных перцептивных умений (зрительных, слуховых, тактильных и др.), во-вторых, обучение комплексному использованию этих умений, синтез информации, поступающей от различных органов чувств (приложение 2).

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА**

**Этапы и сроки реализации проекта**

Проект разделен на три этапа: организационный, практический и аналитический.

**Организационный этап** (в течение месяца) включает в себя организационные мероприятия по внедрению проекта: формирование и подготовку команды специалистов, реализующих проект; укрепление материально-технической базы для реализации проекта. На данном этапе проводится анализ проблемной ситуации, определяется тема, цель, задачи и основные направления работы. Проект утверждается на методическом совете учреждения. Проводится отбор несовершеннолетних по показаниям.

**Практический этап** (в течение года реабилитационными курсами) на этапе реализации происходит внедрение проекта; мероприятия, направленные на развитие коммуникативных навыков взаимодействия и речи, мелкой и крупной моторики, когнитивной и эмоциональной сферы детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья.

**Аналитический этап** (июнь – промежуточный анализ, декабрь – анализ по итогам внедрения за год). На данном этапе проводится анализ работы: оценка результатов диагностики, выявление эффективности проекта. По мере необходимости внесение корректировок.

**Направления деятельности и их содержания**

*Диагностическое* направление предусматривает максимально раннее выявление и диагностику детей, относящихся к группе риска по состоянию здоровья, и их семей, нуждающихся в реабилитационных мероприятиях (приложение 3).

*Информационно-методическое* направление предусматривает разработку индивидуальных программ работы с детьми и их семьями, методических рекомендаций для родителей; организацию мастер-классов; разработку необходимых информационных буклетов.

*Психологическое направление* предусматривает развитие познавательной активности, сенсорной сферы, когнитивной и эмоциональной сфер, мелкой и крупной моторики у детей целевой группы; оказание психологической помощи семье; обязательное включение родителей в процесс реабилитации.

Сенсорная интеграция формируется в определенной последовательности, при этом каждый уровень сенсорной интеграции базируется на предыдущем.

Сначала нужно почувствовать и узнать собственное тело, т.е. достичь определенного уровня самовосприятия. Затем, наряду с ощущением собственного тела, необходимо приобрести ощущение окружающего мира. Самовосприятие и восприятие внешнего мира составляют основу сенсорной интеграции.

Сенсорную интеграцию и этапы ее становления можно наглядно представить с помощью цветка (рис. 1.)

Самовосприятие ассоциируется с корнями, которые обеспечивают ему устойчивость. Корни – это кожа, внутренние органы, мышцы, суставы и органы, контролирующие равновесие. Кожа является самым крупным и наиболее важным органом чувств. Ее площадь составляет от 1 до 2 м2. Кожа содержит большое количество рецепторов (примерно 250 на одном квадратном сантиметре), с помощью которых она получает информацию о форме и границах тела. Мышцы и суставы вместе с внутренними органами сообщают информацию о положении и движениях тела. Органы равновесия посредством ощущения силы тяжести связывают тело с окружающим пространством, в результате возникает уверенность и устойчивость при ходьбе, неподвижном состоянии и всех других положениях тела. Таким образом, самовосприятие является основой для интеграции сигналов, воспринимаемых извне, а также предпосылкой для последующего самовыражения человека.

Рис. 1.

Восприятие окружающего мира символизирует стебель цветка. Стебель – это нос, язык, уши, руки и глаза. Мы нуждаемся в информации об окружающих нас людях и предметах, и ее нам передают наши органы чувств. Только получив данную информацию, мы можем сохранить ее у себя в сознании как основу для ориентирования в окружающем мире. Таким образом, при помощи обоняния, осязания, зрения, слуха и ощущения вкуса, мы постигаем и «завоевываем» то, что находится вне нас.

Сенсорная интеграция на цветке соотносится с его лепестками. Они означают способности человека выполнять те или иные действия, а также дают информацию о характере этих действий (осознанность, креативность).

Результатом успешной сенсорной интеграции являются навыки – это концентрация и способность выполнять несколько задач одновременно, регуляция тонуса и равновесия, координация положения тела и движений, распределение силы и мелкая моторика, понимание слов и речи, ритм и мелодика, чтение, письмо, счет, самооценка, уверенность в себе. Навыки являются результатом роста и зрелости, они определяются мыслительной деятельностью (питание) и любовью (солнце).

В проекте используется принцип организации занятий, который заключается в поступенчатом усложнении и введении нового материала. Усложнение занятий может быть лишь в том случае, когда специалист видит, что ребенок справляется с полученной нагрузкой и может приступать к более сложной форме работы. Организация коррекционных занятий проходит в индивидуальной форме 1–2 раза в неделю на протяжении всего срока реабилитации. Продолжительность занятий может варьироваться от 30 до 60 минут. В зависимости от возраста ребенка, уровня его развития, от того, в какой сфере наблюдается отставание в развитии, предлагаются различные коррекционно-развивающие занятия. Всего за курс ребенок посетит 24 занятия.

Занятия специалистов с детьми и подростков строятся на единых принципах:

1. Ведущим является онтогенетический принцип: при проведении занятий учитывается уровень двигательного, когнитивного, речевого и эмоционально-личностного развития, ведущий тип мотивации деятельности, поэтапность в формировании новых видов деятельности.

2. Принцип взаимодействия и координации между специалистами и родителями имеет особое значение: совместная разработка коррекционного маршрута и медико-психолого-педагогическое сопровождение развития ребенка, а также активное участие родителей обеспечивают эффективность реабилитационных мероприятий по устранению выявленных отклонений в развитии ребенка.

3. Принцип систематизации. Систематичность заданий и используемых на занятиях игр предполагает наличие определенного порядка в подаче материала, повторяемости заданий и игр, использование их в определенной последовательности.

4. Принцип вариативности. Вариативность заданий позволяет при формировании у ребенка одних и тех же понятий использовать разные игры и задания.

5. Принцип планирования при проведении занятий различными специалистами. При проведении занятий различными специалистами с одним ребенком используется принцип единого тематического планирования занятий. Такой подход в планировании и организации работы дает возможность каждому специалисту, решая свои специфические задачи, обеспечивать наиболее эффективное усвоение пройденного материала и закрепление полученных знаний, умений и навыков.

При проведении занятий следует учитывать возрастные возможности ребенка и сенситивные периоды восприятия информации, для того, чтобы развитие было наиболее эффективным.

Описание игровых приемов представлено в приложении 1. Используемых методов работы – в приложении 2.

В структуру каждого занятия включены игры на развитие сенсорного воспитания. Каждому ребенку подбираются индивидуальные задания, в зависимости от структуры сенсорной дисфункции. Так, например, детям с нарушением тактильной сферы и нарушением координации движений, предлагаются игры с массажным оборудованием, игры с прищепками, утяжелители для рук. Детям с нарушениями двигательной сферы предлагаются занятия на терапевтическом мяче, используется во время занятий плечевой утяжелитель, что помогает им стать усидчивыми на занятии, повышает уровень концентрации внимания, снижает двигательное беспокойство. Детям с недостаточной зрительной чувствительностью предлагаются игры с яркими зрительными стимулами и т.д.

В процессе индивидуального занятия может быть использован частично или полностью комплекс специальных игр и упражнений, направленных на улучшение сенсорной
интеграции:

* вращение по кругу;
* раскачивание на качелях или в гамаке;
* перекатывание со спины на живот;
* заворачивание в ковер, одеяло, тяжелые ткани, рулон бумаги;
* пролезание в ограниченное пространство, преодоление препятствий;
* толкание тяжелых предметов, игры с тяжелым мячом;
* растягивание эластичных лент;
* балансирование на гимнастических мячах;
* катание на животе на роликовой доске;
* ползание, ходьба, бег по неровной, наклонной, ограниченной, неустойчивой поверхности;
* лазание по тренажерным стенкам;
* перетягивание каната;
* прыжки на мате, матраце, батуте, в мешке, через скакалку;
* прыжки с маракасами в руках;
* прыжки на палочке-лошадке в ритме музыки;
* имитация движений животных;
* движения под музыку, пение песен с движениями;
* подражание позам и очередности движений;
* футбол бумажным пакетом;
* броски в цель бумажных снежков;
* игры с мыльными пузырями.

Дидактические игры на материале твердых и мягких вкладок, мозаик, матрешек, конструктивных, разбирающихся по частям предметов и игрушек.

Исследовательские игры с водой, с песком, камешками, ракушками, в сухом бассейне, игры с надувными и плавающими предметами.

**РЕСУРСЫ**

**Кадровые ресурсы**

В реализации проекта участвуют сотрудники БУ «Сургутский реабилитационный центр»:

заведующий отделением (1 чел.) – координирует работу по проекту, контролирует эффективность и результативность проекта, осуществляет необходимое для проекта взаимодействие, предоставляет информационные материалы в СМИ, оформляет заявки на материально-технические ресурсы;

психолог (3 чел.) – проводит диагностику психического развития ребенка, осуществляет реабилитационные мероприятия с детьми целевой группы, анализирует эффективность реабилитации, определяет динамику развития ребенка, проводит консультирование родителей по вопросам детско-родительских отношений, о необходимости ранней коррекции нарушений развития, участвует в заполнении необходимой документации, подводит итоги.

**Материально-технические ресурсы**

При реализации проекта используются материально-технические ресурсы БУ «Сургутский реабилитационный центр». В учреждении имеется помещение, оснащенное и оборудованное специальными модулями (бревно, платформа, тоннель, соволента (качели).

Технические средства: музыкальный центр, оборудование, специализированные материалы.

**Информационные ресурсы**

Размещение информации на стендах БУ «Сургутский реабилитационный центр», в сети Интернет на сайте учреждения http://сургутскийрц.рф.

Памятки, буклеты для родителей, воспитывающих детей с различными ментальными нарушениями.

**Методические ресурсы**

Методические рекомендации, пособия, конспекты занятий, реабилитационных мероприятий, бесед, наглядно-иллюстративный, дидактический, игровой материал и атрибуты.

**КОНТРОЛЬ И УПРАВЛЕНИЕ**

Управление и контроль за реализацией проекта осуществляет заведующий отделением социальной реабилитации и адаптации.

Реализация проекта осуществляется в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими профильную деятельность учреждения, в числе которых:

* Конституция РФ;
* Конвенция о правах ребенка;
* Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;
* Национальные стандарты Российской Федерации в сфере социальных и реабилитационных услуг инвалидам;
* Постановление Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 29.05.2015 № 154-п «О внесении изменений в приложение к постановлению Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 06.09.2014 № 326-п «О порядке предоставления социальных услуг в Ханты-Мансийском автономном
округе – Югре» и признании утратившим силу некоторых постановлений Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры»;
* локальные нормативные документы БУ «Сургутский реабилитационный центр»;
* Положение об отделении социальной реабилитации и адаптации.

Проект реализуется в рамках проекта социальной реабилитации подростков с ментальной инвалидностью и психофизическими нарушениями «Детская тренировочная квартира «Жизнь в полном спектре».

По завершению проекта психологами составляется общий отчет о его реализации с предоставлением результатов эффективности в отделение информационно-аналитической работы.

**РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Ожидаемые результаты**

* организация работы по выявлению детей и подростков с нарушениями сенсорного восприятия, нуждающихся в реабилитационных мероприятиях в учреждении;
* положительная динамика в развитии обработки сенсорных стимулов центральной нервной системы ребенка с различными ментальными нарушениями;
* положительная динамика в развитии самоконтроля, способности к управлению своим телом в условиях полимодальной окружающей среды;
* положительная динамика в развитии крупной и мелкой моторики, координации движений;
* положительная динамика в развитии эмоционально-личностной сферы;
* развитие коммуникативных способностей и речи;
* активизация когнитивных процессов (мышление, внимание, память, воображение).

**Критерии оценки эффективности**

Для оценки эффективности проекта осуществляется количественный и качественный анализ ее результативности при помощи анкетирования, наблюдения, диагностирования.

Предложены следующие критерии:

* доля несовершеннолетних с положительной динамикой сенсорной интеграции от общего количества детей, принявших участие в проекте;
* доля несовершеннолетних с положительной динамикой в развитии когнитивных функций от общего количества детей, принявших участие в проекте.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

* 1. Агаян Г.Г. Великая книга о пальчиках и звуках, о том, как пальчики пошли гулять, а язычок учился быть ловким / Г.Г. Агаян, Л.П. Абрамова, Ю.А. Разенкова. – М. : Изд. дом Карапуз, 2013.
	2. Айрес Э. Джин Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э. Джин Айрес. – пер. с англ. Юлии Даре. – М. : Теревинф, 2009.
	3. Ассоциация специалистов сенсорной интеграции. – Режим доступа: http://sensint.ru/ (дата обращения 10.11.2017).
	4. Ауэр М. Вольфганг. Практика пробуждения чувств: игры и идеи для детских садов и дошкольных групп / Вольфганг М. Ауэр. – пер. с нем. И. Василевской. – М. : НАИРИ, 2012.
	5. Богина Т.И. Современные методы оздоровления детей / Т.И. Богина, И.Б. Курочкина, Е.А. Сагайдачная. – М. : МИПКРО, 2001.
	6. Гайворонский И.В. Анатомия мышечной системы : учебное пособие / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук. – СПб. : ЭЛБИ, 2005.
	7. Гайворонский И.В. Анатомия центральной нервной системы : учебное пособие / И.В. Гайворонский И.В., Г.И. Ничипорук. – СПб .: ЭЛБИ, 2014.
	8. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении / Г.Г. Колос. – М. : Аркти, 2007.
	9. Крановиц К.С. Разбалансированный ребенок / К.С. Крановиц. – М. : Редактор, 2012.
	10. Метилева Л.А. Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии. Сборник игр и игровых упражнений /Л.А. Метилева, Э.Я. Удалова. – М. : Книголюб, 2008.
	11. Методика раннего развития Вальдорфской школы: от 0 до 7 лет / автор-сост. Л.И. Головина. – М. : Эксмо, 2009.
	12. Якубовская Е.А. Методика сенсомоторного обучения : учеб.-метод. пособие для учителей центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации / под ред. Т.Л. Лещинской. – Минск, 2010.
	13. Якубовская Е.А. Стимуляция сенсомоторного развития детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития / Е.А. Якубовская. – Минск, 2007. – № 4.
	14. Янушко Е.А. Игры с аутичным ребенком. Установление контактов, способы взаимодействия, развитие речи, психотерапия / Е.А. Янушко. – М. : Теревинф, 2004.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**Игровые приемы**

В программе представлены примеры простых упражнений, которые можно выполнять в «Доме Совы». Освоив их, вы можете придумывать новые упражнения самостоятельно или обратить внимание на упражнения классического жонглирования.

Помните: принципиально неважно, какие упражнения ребенок будет выполнять. Важно, чтобы они соответствовали уровню подготовки ребенка (находились в его зоне ближайшего развития) и были ему интересны. Задача педагога – составить из таких упражнений комплекс, который будет выполняться регулярно, не менее одного раза в день (желательно – два раза в день). Рекомендуемое время одного занятия – около 20 минут. По мере прогресса ребенка освоенные упражнения можно удалять из комплекса, а новые добавлять.

**Подбор уровня сложности**

Правильный подбор уровня сложности заданий является самым важным моментом в организации тренировок. Если поставленная задача будет слишком легкой, она моментально наскучит ребенку. Если будет слишком сложной, приведет его в состояние фрустрации и стресса. И в том, и в другом случае, эффект от занятий будет стремиться к нулю. Поэтому очень важно «держать руку на пульсе» состояния и успехов ребенка.

При правильном подборе уровня сложности задания все внимание ребенка занято выполняемым упражнением, он полностью мобилизован, воодушевлен тем, что у него получается, и относится к занятиям позитивно. Если ребенок уклоняется от тренировок, выполняет задания кое-как, «из-под палки», – что-то не так в организации занятий, и вам нужно понять, в чем проблема.

**Критерий освоения упражнения**

Критерием полного освоения ребенком того или иного упражнения является способность его спокойного, уверенного выполнения в ровном, четком ритме в течение нескольких минут. «Рваный» ритм говорит о том, что упражнение не освоено. Если технических сложностей его выполнение не составляет, то нужно сосредоточить внимание именно на ритме.

Прежде чем исключить упражнение из комплекса, убедитесь, что вы освоили все допускаемые упражнением вариации нюансов его выполнения. Например, при занятиях с мешочками вы можете попробовать:

1. Варьирование высоты подбрасывания. Предложите, например, ребенку подбрасывать мешочек в воздух так, чтобы он слегка касался потолка. Затем бросать его так, чтобы он приближался к потолку как можно ближе, но не касался его.
2. Использование мешочков разного веса.
3. Варьирование траектории замаха.
4. Выполнение упражнений с повернутым на 90 градусов в сторону корпусом.
5. Выполнение упражнений с закрытыми глазами.
6. Управление вращением мешочка во время полета.

Обратите внимание, что усложнение задачи поддержания равновесия, стоя на балансире, усложняет и выполнение упражнений в целом. Поэтому, как только вы изменили угол поворота рокеров Равновеса в сторону усложнения, вернитесь на некоторое время к уже освоенным упражнениям и доведите их до столь же уверенного выполнения в новых условиях.

**Использование Равновеса**

Все упражнения рекомендуется выполнять стоя на Равновесе Совы (желательно босиком). Если освоение нового упражнения вызывает большие трудности, допустимо разучивание его стоя на ровном полу. Но затем стоит научиться выполнять его и на балансирной доске.

Особенностью Равновеса Совы является возможность плавного регулирования уровня сложности балансирования путем поворота рокеров. Усложнять балансирование следует постепенно, по мере адаптации тела к текущему уровню сложности.

Критерием правильности выбора уровня сложности является возможность спокойно, без напряжения стоять на Равновесе с небольшими колебаниями плоскости доски. Если ребенок может стоять на Равновесе практически неподвижно (доска не качается), значит, сложность недостаточна, нужно ее увеличивать.

Если поддержание равновесия вызывает стресс, проявляющийся как скованность во всем теле и судорожные, рывковые движения, то это означает, что установленный уровень сложности балансирования превышает текущие адаптационные возможности организма, и следует его уменьшить.

**Положение тела**

Все упражнения старайтесь выполнять легко и естественно, максимально расслабившись. Колени должны быть слегка согнуты, чтобы обеспечить в них наличие дополнительной степени свободы.

**Участие взрослых**

Успех занятий зависит в значительной степени от правильного эмоционального настроя ребенка, от его заинтересованности и вовлеченности в процесс. Практика показывает, что наиболее эффективный способ увлечь ребенка какой-то деятельностью — увлечься ей самому. Поэтому мы настоятельно рекомендуем родителям включиться в занятия ребенка и тренироваться вместе. Это не только гарантирует успех занятий, но и подарит вам многие часы переживания радости и счастья единения, возможность почувствовать себя семьей.

**Упражнения с мешочками**

Занятия с мешочками формируют базовые мышечно-суставные увязки, обучают правильному захвату «мягкой» кистью, тренируют координацию «глаз – рука». После того, как ребенок научится уверенно выполнять упражнения с мешочками, можно переходить к мячикам.

**Упражнение 1. Подбрасываем вверх двумя руками один мешочек**

Подбрасываем вверх и ловим мешочек двумя руками, сложенными чашкой. Взгляд неотрывно следит за мешочком.

**Упражнение 2. Подбрасываем вверх одной рукой один мешочек**

Подбрасываем вверх и ловим мешочек одной рукой. Внимательно следим за ним взглядом на протяжении всего полета.

Основной хват – снизу. После того, как он освоен, пробуйте сначала ловить, а затем и подбрасывать мешочек с захватом сверху.

Начинаем с ведущей руки, затем выполняем упражнение для второй руки.

**Упражнение 3. Подбрасываем одной рукой, ловим второй, возврат хлопком**

Подбрасываем вверх мешочек одной рукой (начинаем с ведущей), ловим другой и со звонким шлепком перекладываем его в «подбрасывающую» руку.

Делаем упражнение в одну сторону, затем в другую сторону.

**Обратите внимание:**

* Выполняем упражнение, четко акцентируя ритм!
* Перекладываем мешочек из руки в руку не посередине тела, а сбоку. Передающая рука пересекает среднюю линию тела, принимающая рука остается в исходном положении и НЕ движется навстречу передающей.

**Упражнение 4. Подбрасываем одной рукой, ловим второй, возврат за спиной**

Подбрасываем вверх мешочек одной рукой (начинаем с ведущей), ловим другой и со звонким шлепком перекладываем его в «подбрасывающую» руку за спиной.

Делаем упражнение в одну сторону, затем в другую сторону.

**Упражнение 5. «Восьмерка», один мешочек**

Подбрасываем мешочек правой рукой вверх с небольшим уклоном влево и ловим левой рукой. Затем подбрасываем мешочек левой рукой и ловим правой. Цикл повторяется.

**Обратите внимание:**

* Траектория полета мешочка очерчивает положенную на бок восьмерку (знак бесконечности). Каждая из рук движется по кругу, снаружи внутрь.
* Мешочек старайтесь ловить мешочек не жестко, а очень мягко, так, чтобы рука после контакта с мешочком продолжала его траекторию, поддерживая непрерывность движения.
* Сохраняем постоянный зрительный контакт с мешочком!

**Упражнение 6. Две руки, два мешочка**

В каждой руке по мешочку. Подбрасываем их вверх одновременно и ловим каждый своей рукой.

Основной хват – снизу. После того, как он освоен, пробуйте сначала ловить, а затем и подбрасывать мешочки с захватом сверху. Затем пробуйте менять хват в противофазе — одна рука кидает хватом снизу, ловит хватом сверху, кидает хватом сверху, ловит хватом снизу. Другая рука одновременно кидает хватом сверху, ловит хватом снизу, кидает хватом снизу, ловит хватом сверху.

**Обратите внимание:**

При выполнении этого упражнения взгляд должен быстро перескакивать с одного мешочка на другой. Неправильно просто неподвижно смотреть «в пространство».

**Упражнение 7. Два мешочка, по кругу**

В каждой руке по мешочку. Подбрасываем мешочек правой рукой вверх с уклоном влево. В то время, пока мешочек в воздухе, хлопком передаем мешочек из левой руки в правую перед тем, как поймать левой рукой летящий мешочек.

Взгляд следит за летящим мешочком.

То же в другую сторону.

**Упражнение 8. «Пинг-понг»**

В каждой руке по мешочку.  Подбрасываем мешочек правой рукой вверх с уклоном влево. Хлопком передаем мешочек из левой руки в правую перед тем, как поймать левой рукой летящий мешочек (так же, как в упражнении 7.) Затем подбрасываем вверх-вправо мешочек левой рукой, а правой во время его полета хлопком передаем мешочек в левую.

Таким образом, один мешочек у нас постоянно летает, а второй – передается из руки в руку.

**Упражнение 9. Два мешочка, по кругу, с передачей за спиной**

То же, что Упражнение 7, но, в то время, когда подброшенный правой рукой мешочек в воздухе, левая рука передает свой мешочек в правую *за спиной*.

То же в другую сторону.

**Обратите внимание:**

* Это достаточно сложное упражнение. Перед тем, как начинать выполнение его на Равновесе, можно разучить его, стоя на полу.

**Упражнение 10. «Пинг-понг» с передачей за спиной**

В каждой руке по мешочку. Во время его полета передавайте мешочек из левой руки за спиной. Затем подбрасываете вверх-вправо мешочек левой рукой, а правой во время его полета хлопком за спиной передаете мешочек в левую. Затем цикл повторяется.

**Упражнение 11. Два мешочка, крест-накрест**

Возьмите в каждую руку по мешочку. Подбрасывайте их вверх одновременно при обычном положении рук. Пока мешочки в воздухе, скрещивайте руки и ловите мешочки в положении рук крест-накрест. В этом положении подбрасывайте мешочки вверх и снова приводите руки в обычное положение. Затем цикл повторяется, но, если в первый раз при скрещивании рук у вас наверху оказывалась правая рука, то теперь наверху оказывается левая, и наоборот.

Основной хват – снизу. После того, как он освоен, пробуйте сначала ловить, а затем и подбрасывать мешочки с захватом сверху. Затем пробуйте менять хват в противофазе.

**Упражнение 12. Переворачивание ладони**

Положите мешочек на ладонь правой руки. Подбросьте его вверх (можно невысоко). Во время его полета переверните ладонь и поймайте мешочек тыльной стороной ладони. Затем подбросьте мешочек, держа руку в таком положении, и во время его полета переверните руку в исходное положение.

Начинаем с ведущей руки, затем выполняем упражнение для второй руки.

**Упражнение 13. «Летающая» ладонь**

Положите мешочек на ладонь правой руки. Подбросьте его вверх. Во время полета кисть правой руки должна успеть совершить круг вокруг мешочка и, вернувшись в исходное положение, поймать его.

**Игры и пособия для вестибулярной системы:**

*При низкой сенсорной чувствительности:*

1.Терапевтические мячи.

У ребенка улучшается координация движений, стимулируется вестибулярный аппарат, повышается концентрация внимания, уменьшается двигательное беспокойство. Занятие можно проводить как во время нахождения ребенка на мяче, так и после.

2. Игра «лошадки».

Посадите ребенка к себе на колени и поиграйте в «лошадок». После нескольких минут игры можно начинать занятие с ребенком. Эта игра так же направлена на стимулирование вестибулярного аппарата и на повышение концентрации внимания, а кроме того повысит эмоциональный фон ребенка.

*При высокой сенсорной чувствительности:*

Необходимо разделять активную деятельность на маленькие шаги, использовать визуальные подсказки, поощрения.

**Игры и пособия для проприоцептивной системы:**

*При низкой сенсорной чувствительности:*

1. «Резиновые коврики».

Мягкими надавливающими движениями руками ребенка проводится легкий массаж ладоней. Так же скользящими движениями руки по коврику проводится стимуляция поверхности ладоней.

2. «Резиновые мячики».

Используются мячики с различными поверхностями: гладкие, мягкие, шершавые, игольчатые, с присосками и т.д. Мячики можно аккуратно раскатывать между ладоней, по столу, вылавливать из воды.

3. «Утяжелители» для рук, ног, плечевого отдела.

Одеваются на ребенка на короткое время, на 10-15 минут, во время занятий.

4. «Пластиковые бутылки» с различными наполнителями, для переноски ребенком с места на место.

5. «Прищепки». Помимо воздействия на проприоцептивную систему используются для стимулирования тактильной и зрительной систем.

*При высокой сенсорной чувствительности:*

1. «Шнуровки» различных видов.

2. «Мозаика».

3. «Рисование».

4. «Сенсорные дорожки» с различной структурой материалов.

5. «Застежки».

6. «Собери бусы» и т.д., подойдут все занятия для развития мелкой моторики.

 Все эти игры и материалы используются для регулирования мышечного тонуса, стимуляции проприоцептивной системы, позволяют ребенку лучше контролировать свои части тела, улучшить общую и мелкую моторику, улучшить координацию движений, способствуют повышению концентрации внимания.

**Игры и пособия для зрительной системы:**

*При низкой сенсорной чувствительности:*

1. «Цветная мозаика».

2. «Разноцветные шнуровки».

3. «Разноцветные прищепки».

4. «Цветные кубики».

5. «Забавные зверята».

6. «Подбери по цвету».

7. «Подбери по форме».

8. «Звериный огород».

9. «Волшебные тарелочки».

9. «Найди гараж» и т.д.

*При высокой сенсорной чувствительности:*

Проводить занятия в отдельно отведенном уголке, за ширмой. Избегать излишней зрительной стимуляции, яркого света. Не предъявлять ребенку сразу много предметов, задание давать дозированно.

Все эти игры и материалы используются для улучшения зрительного восприятия свойств и качеств предметов, цвета, формы, размера. Развивают зрительно-моторную координацию глаз-рука, глаз-нога. Значительно улучшают пространственные представления, осознание себя в пространстве и окружающем мире.

**Игры и пособия для тактильной системы**

*При низкой сенсорной чувствительности:*

1. «Утяжелители для рук».
2. «Утяжелители для ног».
3. «Утяжелитель для плечевого отдела».
4. «Массажные коврики».
5. «Игольчатые мячики».
6. «Жесткие и мягкие мочалки».
7. «Сенсорные дорожки».
8. «Мозаика».
9. «Прищепки».
10. «Шнуровки».
11. «Застежки».
12. «Водяной бассейн» с различными предметами.
13. «Лото».
14. «Вкладыши».
15. «Крупа, горох, фасоль».
16. «Волшебный мешочек» и т.д.

*При высокой сенсорной чувствительности:*

1. «Мягкие мочалки».

2. «Сенсорные дорожки».

3. «Водяной бассейн».

4. «Мягкие кисточки».

**Игры и пособия для слуховой системы:**

*При низкой сенсорной чувствительности:*

1. Разговаривайте с ребенком тихо, не повышая голос.

2. Старайтесь уменьшить внешние звуки (закрыть окно, дверь)

3. Используйте только тихую музыку

4. Создайте ребенку специальное место, для занятий отгородив его, например, ширмой.

5. Можно использовать беруши, наушники при попадании в шумные места.

6.Используйте визуальные подсказки при перемещении.

*При высокой сенсорной чувствительности:*

1. Использование визуальных подсказок.

2. Использование карточек.

3. Использование ритмических, музыкальных произведений в сопровождении
движений.

4. Пропевание логоритмических цепочек.

5. Имитация звуков окружающего мира.

6. Занятия на соотнесение слова с изображением.

7. Выполнение словесных инструкций и т.д.

Необходимо всегда предупреждать ребенка, что вы собираетесь прикоснуться к нему, приближайтесь к нему только спереди, постепенно, аккуратно познакомьте ребенка с различной текстурой материалов.

Все эти игры и материалы используются для регулирования тактильной чувствительности ребенка и способствуют улучшению координации движений, лучшему осознанию собственного тела в пространстве, значительному развитию мелкой и крупной моторики, пониманию свойств и качеств предметов, осознанию себя в окружающем мире.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**Общая характеристика метода сенсорной интеграции**

Дисфункция сенсорной интеграции вызвана двумя основными причинами
(Л. А. Хоекман):

1. ребенок получает слишком много чувственной информации, его мозг перегружен;
2. ребенок не получает достаточного количества чувственной информации, он начинает ее жаждать.

В первом случае свойственна повышенная чувствительность к сенсорным стимулам, проявляющаяся как непереносимость ярких цветов, бытовых шумов, неприятие зрительного, тактильного контактов, боязнь запахов, высоты, осторожность в движениях и т.д. С целью избегания дискомфортных впечатлений ребенок пытается оградить себя от направленных воздействий, выстраивая систему пассивных отрешенность или активных сопротивление защит от внешнего вмешательства и формируя отрицательную избирательность к сенсорным стимулам: в центре его внимания оказывается то, что он не любит, не принимает, боится. Например, ребенок избегает зрительного контакта, боится большого скопления людей, не переносит некоторые звуки и прикосновения, отказывается от ношения определенной одежды, скован и осторожен в движениях и др.

Во втором случае, при дефиците активных положительных контактов с окружающей действительностью, имеет место снижение чувствительности к сенсорным раздражителям. У ребенка наблюдается особая захваченность отдельными стимулирующими впечатлениями, связанными с рассматриванием, соприкосновением, изменением положения тела в пространстве, ощущением своих мышечных связок и суставов. Это могут быть однообразные манипуляции с предметами, взмахи рук, застывания в определенных странных позах, избирательное напряжение отдельных мышц и суставов, бег по кругу, прыжки, кружение, раскачивание и другие действия с целью воспроизведения одного и того же приятного впечатления. Таким образом, дисфункция сенсорной интеграции проявляется через ограничения поведенческого спектра: гиперфункция – в виде сенсорных защит, гипофункция – в виде сенсорной аутостимуляции.

Обычно дисфункция сенсорной интеграции проявляется в дефицитарности нескольких сенсорных систем, поскольку они взаимосвязаны, и нарушения одной приводят к проблемам в развитии других. Причем каждая сенсорная система может быть поражена различно, например, ребенок может иметь гипочувствительность к зрительным, обонятельным, вкусовым раздражителям и гиперчувствительность к слуховым, тактильным стимулам. Основой диагностики дисфункции сенсорной интеграции является наблюдение за поведением ребенка, которое осуществляется либо непосредственно, либо опосредованно с помощью опроса его ближайшего окружения.

**Общая характеристика метода сенсорной интеграции**

Очевидно, что дети с дисфункцией сенсорной интеграции не могут самостоятельно справиться с перечисленными проблемами. Их профилактика и преодоление сопряжены с проведением специальных коррекционно-развивающих мероприятий, направленных на улучшение интеграции между различными сенсорными системами.

В последние десятилетия во многих странах в коррекционно-развивающей работе с детьми с ТМНР активно используется метод сенсорной интеграции. Он был разработан американским трудотерапевтом Джин Айрес (Jean Ayres, 1923–1988 гг.) и направлен на стимуляцию работы органов чувств в условиях координации различных сенсорных систем. Он также нашел свое применение в работе с детьми, имеющими трудности в обучении, гиперактивность; в лечении неврологических и дементных взрослых больных.

Метод сенсорной интеграции предполагает стимуляцию работы органов чувств в условиях координации различных сенсорных систем. Он реализуется в двух глобальных направлениях.

1. Создание специальных средовых условий, облегчающих восприятие окружающих объектов и продуктивное взаимодействие с ними адаптация среды с учетом потребностей ребенка с дисфункцией сенсорной интеграции.

Во-первых, следует внимательно наблюдать за ребенком и предоставить ему выбор широкий выбор занятий, которые удовлетворяют его сенсорные нужды и интересы. Ребенок с гипофункцией тактильной сенсорной системы, который стремится ко всему прикасаться, может решить свою проблему ношением определенного предмета в кармане это может быть маленький упругий мячик, брелок или игрушка. Когда ему будет нужна помощь в концентрации или возникнет желание к чему-нибудь прикоснуться, он может опустить руку в свой карман. По аналогии ребенку с гипофункцией обонятельной сенсорной системы рекомендуется всегда иметь при себе специальный ароматизированный предмет. Ребенку с гипофункцией слуховой системы могут предлагаться наушники для прослушивания музыки. Чтобы успокоиться и помочь мозгу организовать и переработать чувственные стимулы, некоторым детям с гипофункцией проприоцептивной системы нужно сильное давление. Таким детям может помочь тяжелая одежда, утяжелители на руки и или ноги. Детям со сниженной вибрационной чувствительностью может помочь раскачивание в гамаке, на качелях, вращение на каруселях.

Во-вторых, зная, что ребенок с ТМНР может столкнуться с неприятным или раздражающим его опытом, из среды рекомендуется устранить болезненные раздражители или научить ребенка приспосабливаться к ним. Ребенка, который испытывает неприязнь к движению, можно раскачивать на качелях или гамаке, держа на коленях, завернув в одеяло, чтобы создать ощущение защищенности и надежности. Если у воспитанника наблюдается феномен тактильной защиты, следует использовать интенсивные прикасания. Иногда более эффективно применять мягкие нажатия, чем осторожные прикасания. Для прикасаний могут использоваться также различные материалы, например, махровым платком или шерстью, которые зачастую более нейтральны, чем прикасания рукой. Полезным является непрерывный поток прикасаний руки не убираются с тела, а остаются на нем. Если ребенок не может заниматься в шумной обстановке, ему следует помочь найти тихое место или рекомендовать использовать наушники для блокировки лишнего звука. Ребенку с повышенной зрительной чувствительностью предлагаются специальные очки с защитными фильтрами.

2. Развитие способов полисенсорного восприятия предполагают, во-первых, совершенствование отдельных перцептивных умений зрительных, слуховых, тактильных и других. Во-вторых, обучение комплексному использованию этих умений синтез информации, поступающих от различных органов чувств.

Особое внимание уделяется формированию сочетанности в сенсорном восприятии, синтезу сенсорных систем. В совместной деятельности различных сенсорных систем имеется объективный порядок постоянных взаимосвязей, который включает в себя три основные цепочки:

1. тактильная – проприоцептивная – вестибулярная – зрительная;
2. тактильная – слуховая – зрительная;
3. тактильная – вкусовая – обонятельная – зрительная.

Генетическим началом этих цепей являются тактильные функции, а их всеобщим эффектом – зрительное восприятие. Зрительная сенсорная система выступает как преобразователь и интегратор всего чувственного опыта человека. Определенный порядок интегрирования сенсорных впечатлений позволяет педагогу подбирать оптимальные комплексы стимульного воздействия на ребенка. Основная идея метода сенсорной интеграции: впечатления собственного тела тактильные, проприоцептивные, вестибулярные являются базой для приобретения и накопления сенсорного опыта и развития личности в целом. Это положение обусловлено онтогенезом развития сенсорных систем. Тактильная, проприоцептивная, вестибулярная сенсорные системы формируются практически полностью до рождения. Другие зрительная, слуховая, обонятельная, вкусовая развиваются на их основе значительно позже. Поэтому терапия сенсорной интеграции направлена, прежде всего, на развитие взаимодействия между тактильной, проприоцептивной и вестибулярной сенсорными системами как предпосылки для формирования других чувств.

Метод сенсорной интеграции удовлетворяет потребность ребенка в осознании себя, а также окружающего предметного мира, обеспечивает развитие моторных, познавательных сенсорных и досуговых умений ребенка с ТМНР. Коррекционно-развивающую работу в данном направлении можно проиллюстрировать следующим комплексом специальных игр и упражнений. Важно, чтобы при выполнении упражнений было как можно меньше принуждения. Ребенок не должен испытывать даже кратковременного стресса, поэтому лучше начинать с таких воздействий, которые он хорошо переносит, постепенно переходя к менее приятным для него. В выполнении данных упражнений ребенку отводится активная роль, в отличие от метода базальной стимуляции.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

**Анализ результатов работы по сенсорной интеграции**

Для анализа результатов работы по сенсорной интеграции детей проводится тестирование развития сенсорной до начала работы по сенсорному воспитанию и после. Для проведения тестирования были разработаны критерии оценки развития сенсорной сферы детей и подобраны тестовые задания.

Уровень сформированности сенсорных процессов оценивается в баллах:

0 баллов – задание не выполнено

0,5 баллов – задание выполнено с помощью

1 балл – задание выполнено самостоятельно

Тестовые задания:

*Развитие общей и мелкой моторики:*

1. Мозаика, вкладыши.

2. Обводки, штриховки.

3. Нанизывание бус.

*Тактильно-двигательное восприятие:*

1. Волшебный мешочек.

2. Шнуровка.

3. Прищепки.

*Слуховое восприятие:*

1. Различение звуков окружающего мира.

2. Называние, показ картинок по заданию.

3. Выполнение простых инструкций (встань, подойди ко мне, подними руки)

*Восприятие форм, цвета, величины:*

1. Называние показ основных цветов.

2. Называние, показ основных геометрических форм.

3. Соотнесение предметов по размеру.

*Зрительное восприятие:*

1. Нахождение предмета по образцу.

2. Нахождение предмета по контуру.

3. Разрезные картинки.

*Восприятие пространства:*

1. Ориентация в схеме своего тела.

2. ориентация в помещении класса.

3. Ориентация на листе бумаги.