

# Чек лист «10 упражнений по сенсорной интеграции»

## ВВЕДЕНИЕ

Слух, зрение, обоняние, осязание и вкус – это пять чувств, которые знакомы всем, но имеются еще два чувства подсознательных, которые также очень важны: проприоцепция (чувство положения тела) и вестибулярная система (чувство движения).

Указанные два чувства подсознательно работают вместе, они посылают в мозг сигналы, а там информация организуется, обрабатывается и применяется для последующего адекватного ответа. Называется это – сенсорная интеграция.

Чем вернее работает сенсорная система, тем больше важной информации мозг получает и тем больше выдает достаточных адекватных ответов. При этом нервная система малыша работает правильно, а это особенно важно для его нормального развития.

Именно сенсорная интеграция питает наш мозг необходимыми знаниями, без них мы не сможем оценивать ситуацию адекватно. Данные знания мы черпаем из ощущений, испытываемых нами.

Если же по какой-то причине интеграция слабая и мозг человека не способен получить достаточный объем знаний и выдать адекватный ответ, могут появиться проблемы с общим развитием и речью. Чтобы помочь малышу приобрести необходимый ему новый сенсорный опыт и активизировать его речевое развитие, применяются сенсорные упражнения и игры.

### Цель:

Приобретение новых чувственных ощущений у детей младшего дошкольного возраста.

### Задачи:

- Развивать вестибулярную, тактильную, проприоцептивную системы восприятия ощущений.
- Развивать восприятие с учетом индивидуальных особенностей детей.
- Обогащать чувственный опыт дошкольников в игровой деятельности.

## КАРТОТЕКА СЕНСОРНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

### «Игры с сыпучими продуктами»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** баночки, формочки, ложки. Крупа, мука, кофе, специи, чай, фасоль, гречка, мелкие игрушки.

**Ход игры:** пересыпайте крупы при помощи баночек, ложек, формочек. Заройте в тазик с крупой и разыскивайте конфеты или игрушки. Насыпайте на поднос муку, манку или кофе и рисуйте. Устройте «дождик» из гречки, фасоли и т.п., при этом старательно под струи «дождя» подставляем все части тела. Походите босиком по сенсорным «лужицам» после «дождя».



**«Сенсорные игры с красками»** (рисование ладошками, пальчиками или штампами)

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** краски, гуашь, штампы, баночка с водой.

**Ход игры:** смешивание цветов, наблюдение за перетеканием красок друг в друга.



**«Игры с песком»**

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** песок, емкости разного размера.

**Ход игры:** пересыпайте песок, «зарывайте» руки в песок, рисуйте на песке.



### «Игры с бытовыми предметами»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** бытовые предметы, пластиковая посуда.

**Ход игры:** «Как звучит миксер», «Как пахнет ложка?», «Сколько ложек можно поставить в один стакан» и пр. Игры с одноразовой пластиковой посудой: строительство дорожек и башенок из стаканчиков; устройте «сенсорный дождик» из пластиковых тарелок; шуршите тарелочками, стучите пластиковыми ложками по стаканам.



### «Играйте с фруктами»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** фрукты, мисочки.

**Ход игры:** выкладываете узоры из мандариновых долек или долек яблока, попутно изучайте запах; пусть ребенок потрогает пальчиками различные нарезанные фрукты в мисочке.



### «Играйте с бумагой и тканями»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** различные виды бумаги и тканей.

**Ход игры:** трогайте различные виды бумаги и тканей: картон, фольга, гофрированный картон, пекарская бумага, шерсть, ситец, фланель, шерсть и так далее. После того, как ребенок все это потрогал, начинаем шуршать и даже оборачивать вокруг себя ткани и бумагу.



### «Игры с сенсорными баночками»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** различные баночки с крупой, монетками, водой, колокольчиками, маслом, блестками и т.п.

**Ход игры:** наполняем различные баночки крупой, монетками, водой, колокольчиками, маслом, блестками. Наблюдаем, рассматриваем, трясем баночки.

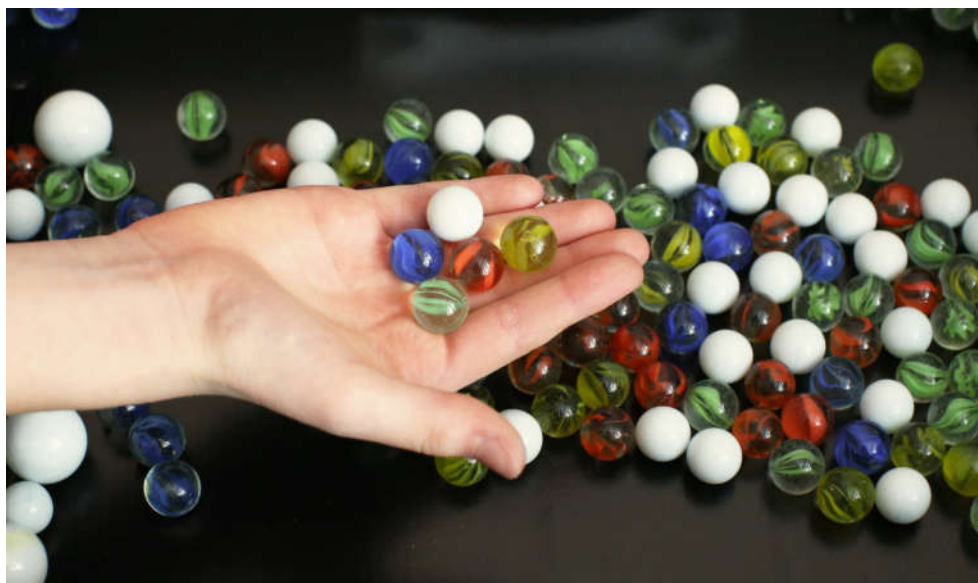


### «Игры со стеклянными кубиками и шариками Марблс»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** емкость с водой, кубики, шарики.

**Ход игры:** устройте «сухой бассейн» для пальчиков, раскладывайте шарики в различные емкости; бросайте кубики и шарики в воду; перекачивайте их между пальцами.



### «Играйте с массажерами для рук»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** пластиковые и деревянные массажеры, а также фактурные резинки для волос, погремушки - прорезыватели, ребристые мыльницы, силиконовые прихватки и т.п.

**Ход игры:** катать по ручкам и пальчикам предметы, можно сделать массаж рук и ножек.



### « Игры с движением»

**Цель:** развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** сенсорные дорожки.

**Ход игры:** залезаем на стол и рассматриваем, как меняется комната, когда ты смотришь на нее с высоты; укладываемся на пол и ползем; перекатываемся с боку на бок; а также бегаем по сенсорным дорожкам.



Все вышеописанные игры обеспечивают ребенка потоком разнообразных по направлению и силе ощущений. В результате происходит стимуляция детской нервной системы и улучшается сенсорная интеграция. В сочетании с традиционными методиками развития речи (слухового восприятия, развитие дыхания, понимания речи, создание речевой среды, речевого подражания), в развитии речи ребенка происходит положительная динамика.