Министерство социального развития Саратовской области
Государственное бюджетное учреждение Саратовской области
«Областной реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями»

Информационно-методический ресурсный центр ИМРЦ

Рабочая программа

Сенсорная интеграция для детей с РАС

Саратов 2018

Программа разработана в рамках реализации социально-значимого проекта «Сенсорный мир аутизма».

Программа «Сенсорная интеграция детей с РАС» разработана психологами отделения психолого - педагогической помощи ГБУ СО «Областной реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями» И.А. Строевой, Е.А. Зориной, Т.А. Умновой, специалистом по реабилитационной работе в социальной сфере О.А. Гусевой.

Программа направлена на оказание профессиональной помощи по выявлению симптомов дисфункции сенсорной интеграции у ребенка и коррекционно-развивающей работе по сенсорно-интегративной терапии, ориентированной на повышение эффективности сенсорного анализа информации, улучшение интеграции между различными сенсорными системами и предупреждение вторичных, сопутствующих проблем развития, таких, как: проблемы поведения, обучения, проблемы эмоционального плана, социального взаимодействия.

Программа «Сенсорная интеграция детей с РАС» может быть использована в работе психологов и специалистов по реабилитационной работе в учреждениях, оказывающих социальную и психолого-педагогическую помощь детям с РАС.

Содержание

1. Пояснительная записка…….3
2. Содержание программы……...5
3. Тематический план программы…….. 9
4. Методическое обеспечение……..12
5. Планируемые результаты освоения программы……13
6. Условия реализации программы…….14
7. Список использованной литературы……..15
8. Приложение……..17

Пояснительная записка

В настоящее время детский аутизм и расстройства аутистического спектра (далее - РАС) рассматриваются учеными-исследователями *как «первазивное (всепроникающее) нарушение развития, затрагивающее все сферы психики ребенка»* (Никольская О.С., Лебединская К.С., Гилберг К. и др.).

Одной из главных особенностей психического развития детей с РАС многие зарубежные и отечественные исследователи выделяют **нарушение сенсорного восприятия** окружающего мира**.** Все сведения об окружающем мире и о себе самом человек получает в форме зрительных, слуховых, кинестетических, кожных, вкусовых, обонятельных ощущений и восприятий. Мозг должен обработать, организовать и интерпретировать получаемую сенсорную информацию, а также адекватно реагировать на нее, выбрать наиболее важные, необходимые и убрать ненужные из многочисленных сенсорных сигналов. **Этот процесс называют сенсорной интеграцией.**

Процесс сенсорной интеграции начинается с первых недель внутриутробной жизни и наиболее интенсивно протекает до конца дошкольного возраста.

Дети с аутизмом испытывают *трудности с обработкой входных сенсорных сигналов***.** Так S. Greenspan (1992,1994), корень дисфункции процессов восприятия при аутизме, определяет, как ***неспособность активно переработать сенсорные впечатления, воспринять мультисенсорную стимуляцию.***

Дети с РАС могут испытывать трудности базальной переработки впечатлений внутри одной модальности, ***перевода из одной модальности в другую,*** объединения информации разных анализаторов (Никольская О.С., Веденина М.Ю.). Они могут испытывать затруднения при систематизации и осознании поступающей информации, ее смысловой интерпретации. Ребенок также может испытывать затруднения при отделении информации, которая заслуживает внимания, от *той, которой можно пренебречь или затруднения при выборе адекватной реакции*. Жизнь от всего этого может показаться *«дорожной пробкой в час-пик»* (Ayres, 1979). В результате, ребенок испытывает чувство неудовлетворенности, становится излишне требовательным, агрессивным и беспокойным, пытаясь хоть как-то контролировать ситуацию. Все это влечет за собой дисфункции в моторном, познавательном развитии, а также, в поведении и социализации ребенка. В этом случае говорят **о сенсорной дезинтеграции.**

Некоторые исследователи (Miller, 2007) полагают, что под одним общим термином скрываются **три группы дисфункций сенсорной интеграции:**

1. **Расстройство сенсорной модуляции** – чрезмерная, или, напротив, недостаточная реакция на раздражители. Дети могут или избегать каких-то ощущений, или, напротив, их упорно искать.

2. **Сенсорно-моторные расстройства** – проблемы с моторикой (диспраксия), которые вызваны неверной обработкой сенсорных сигналов.

3. **Сенсорная дискриминация** – проявляется в рассеянном внимании, неорганизованности и плохих успехах в обучении.

Обычно дисфункция сенсорной интеграции проявляется в дефицитарности нескольких сенсорных систем, поскольку они взаимосвязаны, и нарушения одной приводят к проблемам в развитии других. Причём, каждая сенсорная система, может быть поражена различно, например, ребенок может иметь гипочувствительность к зрительным, обонятельным, вкусовым раздражителям и гиперчувствительность к слуховым, тактильным стимулам.

Очевидно, что дети с дисфункцией сенсорной интеграции не могут самостоятельно справиться с перечисленными проблемами, они нуждаются в специально организованных занятиях.

Из вышеизложенного, становится понятной актуальность своевременной профессиональной помощи аутичным детям с нарушениями сенсорной интеграции. Очень важно, как можно раньше выявить симптомы дисфункции сенсорной интеграции у ребенка и начать коррекционно-развивающую работу/сенсорно-интегративную терапию, направленную на *повышение эффективности сенсорного анализа информации, улучшение интеграции между различными сенсорными системами и предупреждение вторичных, сопутствующих проблем развития, таких, как: проблемы поведения, обучения, проблемы эмоционального плана, социального взаимодействия***.**

Опираясь на практический опыт работы с детьми с РАС в ГБУ СО «ОРЦ» и теоретические представления о сущности и психологических механизмах сенсорного развития зарубежных ученых: Джин Айрес, У. Кислинг, Гринспен С., Гилберг К., Питерс Т. и отечественных исследователей: К.С. Лебединской, О.Н. Никольской, А.В. Семенович, Л.А. Виноградовой и др. нами разработана программа (далее – Программа) сенсорно-интегративной терапии для детей с РАС.

Цель Программы: повышение эффективности сенсорного анализа информации, улучшение интеграции между различными сенсорными системами, формирование адаптивного поведения.

Задачи:

1. Совершенствовать у детей с РАС всех видов восприятия, обогащать их чувственный опыт.

2. Способствовать повышению осознания себя, своего тела в пространстве, а также, осознанию окружающего предметного мира.

3. Формировать навыки произвольной организации движений собственного тела.

4. Развивать имитационные способности у детей.

5. Формировать навыки социального взаимодействия.

6. Повышать уровень знаний родителей о сенсорном воспитании детей с РАС.

Целевая группа: дети с РАС с нарушением сенсорной интеграции в возрасте 4 – 10 лет.

Показания к применению Программы по сенсорной интеграции:

- Чрезмерная или недостаточная чувствительность к тактильным, зрительным, слуховым, обонятельным, вестибулярным и проприоцептивным стимулам.
- Слабая двигательная координация (эти проблемы могут касаться крупной или мелкой моторики).
- Двигательная неуклюжесть.
- Слишком высокий или слишком низкий уровень двигательной активности.
- Быстрая утомляемость, пресыщаемость.
- Отказ от социальных контактов.
- Трудности в обучении, формировании навыков.
- Слабая организация поведения, отсутствие планирования.

- Эмоциональные нарушения: аффективные реакции, агрессия или аутоагрессия, страх и т.п.

В основу Программы положены следующие **принципы:**

- Принцип обеспечения активной познавательно-сенсорной практики
- Принцип учета индивидуальных особенностей, а также интересов и предпочтений ребенка
- Принцип выбора методов и силы воздействия на ту или иную сенсорную систему в зависимости от уровня чувствительности ребенка
- Принцип опоры на сильные стороны ребенка, сформированные умения
- Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком.

Ожидаемые результаты Программы

В результате реализации Программы «Сенсорная интеграция у детей с РАС» ожидается:

1. оптимизация чувствительности к тактильным, зрительным, слуховым стимулам;
2. улучшение осознания своего тела в пространстве;
3. стабилизация психоэмоционального состояния;
4. улучшение двигательной координации;
5. развитие способности концентрироваться на стимулах внешней среды.
6. улучшение способности к коммуникации
7. повышение родительской компетентности в вопросах обеспечения дальнейшего процесса сенсорной интеграции ребенка в домашних условиях.

Тематический план Программы

Программа рассчитана на 8 коррекционно-развивающих занятий.

Время проведения каждого занятия 40 минут.

№	Тема	Цель	Оборудование	Игры и упражнения
1	Прикосновения	Регулирование тактильной чувствительности, улучшение понимания свойств и качеств предметов, осознание себя в окружающем мире. Расширение словарного запаса.	Бизиборд Интерактивная песочница Тактильные панели Материалы разной фактуры и плотности Тканевый мешочек с завязками небольшого размера, геометрические формы, фигурки животных, предметы разной формы и фактуры Массажные коврики	Игра на бизиборде «Ладошки» Игры в интерактивной песочнице: режим «Рельеф» или «Сетка» «Волшебный мешочек» Крепкий массаж, прием «Сэндвич»
2	Чувствую свое тело	Развитие умения выполнять действия, требующие ориентировки в пространстве тела. Определение локализации телесных ощущений. Определение границ своего тела. Обучение умению произвольно напрягать и расслаблять свое тело	Игрушечный медведь или кукла, колючий ежик Большой лист бумаги, цветные мелки Песочница Мягкий мат Мягкий модуль «Тоннель»	«Покажи/назови часть тела у себя и на игрушке» «Контур тела на листе» Игра «Поймай игрушку» Игра в песочнице на локализацию ощущений «Песочный дождик» Упражнение «Тоннель» Упражнение «Качалка»
3	Я двигаюсь	Развитие вестибулярной системы, планирования движений, зрительно-моторной координации	Компьютер, колонки, музыкальная композиция. Батут или мат. Мяч. Мишень и предметы для попадания в цель.	Билатеральные игры: упражнения «Движение», «Перекрестное марширование». Прыжки на батуте или мате. Танец-игра с ускорением Игры с мячом. Игра «Тир».

4	Осваиваю пространство	Развитие пространственной перцепции лево-, правосторонняя ориентация Ориентация: верх-низ, за, под, над, назад-вперед	Маты, модули, канат, горка, тоннель и др.	Упражнение «Мои шаги». Упражнение «Полоса препятствий».
5	Равновесие	Развитие осознания ребенком положения собственного тела в пространстве; развитие вестибулярной устойчивости, развитие связи восприятия образа с организацией движений.	КИТ "Лошадка" Большой мяч Тактильная дорожка Балансировочная доска Кресло-качалка	Игра «Всадник» Упражнение на фитболе «Удержи равновесие» «Попади в цель»
6	Мир звуков	Обогащение сенсорного опыта слуховой модальности в процессе двигательной активности	Мяч, карандаш, пластиковая посуда, музыкальные инструменты: бубен, маракасы, колокольчик, ксилофон, трещетка, ножницы, бумага, картон. Коробочки с различными материалами: скрепки, горох, пуговицы, монетки, пшено и др. CD проигрыватель с записями музыкальных произведений.	«Что слышно?»; «Шумящие коробочки»; «Определи, что слышится»; «Танец».
7	Посмотри вокруг	Получение ребенком новой сенсорной информации, связанной с представлениями об окружающем мире;	Фонарик Набор игрушек из мягкой резины Предметы, состоящие из двух частей	Игры с фонариком «Волшебный мешочек» «Найди половинку» Режим «Океан»

		развитие предметно-манипулятивной деятельности, зрительного и тактильного восприятия.	Интерактивная песочница	«Горы и реки» «Художник»
8	Ощущаю, слышу, вижу	Развитие координационных навыков путем стимуляции вестибулярных, тактильных, слуховых и двигательных систем организма	Предметы, небольшие игрушки животных, тактильная дорожка. Интерактивная песочница. Режим игры «Океан» Интерактивный пол.	«Пройди и собери» «Создаю мир» «Я ловкий»

Содержание Программы:

Программа реализуется в 3 этапа:

1 этап – *ознакомительно-диагностический***.**

На этом этапе специалист устанавливает контакт с ребенком, диагностирует особенности сенсомоторной, эмоциональной сферы и поведения с использованием метода наблюдения, анкеты для родителей (Приложение 1). Формирует положительную мотивацию ребенка к занятиям.

2 этап – *коррекционно-развивающий.*

На данном этапе занятия проводятся в индивидуальной или подгрупповой форме 3 раза в неделю. Цель коррекционно-развивающих занятий – усилить, сбалансировать и развить обработку сенсорных стимулов центральной нервной системой.

3 этап – *поддерживающий.*

Поддерживающая часть проводится родителями в соответствии с рекомендациями специалиста. Очень важно объединить усилия практического психолога и родителей по преодолению нарушений сенсорной интеграции у детей с РАС.

Структура коррекционно-развивающих занятий:

Вводная часть

1. Приветствие
2. Упражнения для развития общей моторики
3. Дыхательные упражнения

Функциональная часть

1. Развитие тактильной системы
2. Развитие проприоцептивной системы
3. Развитие вестибулярной системы
4. Развитие слухового восприятия (системы)
5. Развитие зрительного восприятия (системы)

Заключительная часть

1. Релаксация в сенсорной комнате

Вводная и заключительная части занятий на протяжении всего цикла неизменны и представляют своего рода ритуал начала и завершения занятия, что, само по себе, является благоприятным для детей с РАС, для которых зачастую крайне важна стабильность и предсказуемость среды, происходящего в ней. Упражнения вводной части - это задания на движение и координацию. Заключительная часть занятия – пребывание в сенсорной комнате, в которой используется оборудование для релаксации.

Основная часть предполагает предоставление ребенку большого и разнообразного опыта ощущений для обеспечения слаженной работы сенсорных систем. Коррекционное воздействие задействует все тело, все органы чувств и весь мозг. Однако, в соответствии с представлениями Дж. Айрес о 4-х уровнях процесса сенсорной интеграции, коррекционное воздействие идет в определенной последовательности. В первую очередь, оно направлено на совершенствование работы тактильной, проприоцептивной и вестибулярной систем,

как предпосылки для формирования других чувств. Зрительная сенсорная система выступает как преобразователь и интегратор всего чувственного опыта человека.

При выполнении нового упражнения или двигательного задания, необходимо широко использовать прием пассивного выполнения действий, постоянную помощь и стимулирование.

В организации и проведении занятий надо учитывать, что дети с РАС, могут иметь низкую сенсорную чувствительность, и в таком случае им стоит предлагать сильные стимулы – трение щеткой, вибрацию или сжатие в объятиях и т.д. И, наоборот, некоторые из них имеют высокую сенсорную чувствительность, что, соответственно, подразумевает погружение ребенка в умиротворяющую атмосферу, которая включала бы в себя тихую музыку, мягкое освещение и нежные покачивания, слабые прикосновения и т.д.

Программа унифицирована, однако, при организации занятий, в каждом отдельном случае учитываются индивидуальные особенности ребенка или подгруппы детей. Возможно изменение хода и последовательности занятий в зависимости от состояния и предпочтений ребенка или подгруппы детей

Методическое обеспечение программы

Форма проведения занятий:

1. индивидуальная;
2. подгрупповая (до 3-х человек).

Методы организации работы:

1. практический;
2. словесный;
3. наглядный.

Приемы работы:

1. сенсомоторная игра;
2. упражнения;
3. прием пассивного выполнения действий.

Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение

Просторное помещение
Интерактивная песочница
Интерактивный пол
Тактильные дорожки
Игрушки: фигурки животных
Музыкальные инструменты (бубен, маракасы, колокольчик, ксилофон, трещетка)
«Звучащие коробочки»
CD проигрыватель с записями музыкальных произведений
Тоннель / лабиринт
Балансборд
Бизиборд
Кресло-качалка
Сенсорный коврик
Интерактивные игрушки: мяч
Тренажер для глаз с ксилофоном
Оборудование сенсорной комнаты: детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, проектор направленного света, зеркальный шар, большой пуфик-кресло с гранулами, светооптические волокна, панно «Звездное небо».

.

Список использованной литературы

1. Айрес Э. Дж. Ребёнок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э. Дж. Айрес; [пер. с англ. Юлии Даре]. М., 2009.- 272 с.
2. Битова А.Л., Борисовская О.Б. Педагогика, которая лечит / А.Л. Битов, О.Б. Борисовская. - М., 2013. - 203 с.
3. Величковский Б.М. Психология восприятия / Б.М. Величковский., В. П Зинченко., А. Р. Лурия - М., 1973.- 412 с.
4. Гринспен С., Уидер С. На ты с аутизмом. Использования методики Floortime для развития отношений, общения и мышления. С. Гринспен., С. Уидер - М.: Тервинф, 2013. - 512 с.
5. Гилберг К., Питерс Т. Аутизм: медицинские и педагогические аспекты/ под ред. Л.М. Шипициной. СПб., 1998. - 124 с.
6. Делани Т. Развитие основных навыков у детей с аутизмом: эффективная методика игровых занятий с особыми детьми; [пер. с англ. В. Дектяревой; науч.ред. С.Анисимова] / Т. Делании.- Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2004. - 272 с.
7. Лебединская К.С., Никольская О.С., Баенская Е.Р. Дети с 21. нарушениями общения: ранний детский аутизм / К.С. Лебединская, О.С. Никольская, Е.Р. Баенская. М.: Просвещение, 1989. - 95 с.
8. Миненкова И.Н. Обеспечение сенсорной интеграции в коррекционно-развивающей работе с детьми с тяжёлыми и или множественными нарушениями психофизического развития/ И.Н. Миненкова. - Минск, 2007.- 180 с.
9. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи / О.С.Никольская, Е.Р.Баенская, М.М Либлинг. М.: Теревинф, 2009. - 342 с.
10. Улла Кислинг. Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребенка, распознать проблему, помочь обрести равновесие / Улла Кислинг пер. с нем. К.А. Шарр. М.: Теревинф, 2014.- 240 с.
11. Шипицына Л.М., Петрова И.Л. Социальная реабилитация детей с аутизмом. / Л.М.Шипицына, И.Л. Петрова.- СПб., 1997. - 230 с.
12. http://www.childneurologyinfo.com/sensory-text-reference3.php

13.https://sensoricinru.wordpress.com/

14.http://autizmru.ru/

15.http://www.corhelp.ru/

Приложение 1

Анкета для определения сенсорного профиля ребенка

Ф.И.ребенка_____возраст_____
Ф.И.О. родителей _____

Зрительное восприятие.

Замечаете ли Вы, что Ваш ребенок:

- Испытывает трудности при закрашивании рисунков, не выбиваясь за линии контуров, или не может проводить линии, когда рисует, раскрашивает или пишет?
- Испытывает трудности, собирая мозаику и строя что-либо из кубиков?
- Не может рассчитать шаги, поднимаясь/спускаясь по лестнице или шагая с поребрика/на поребрик?
- Не любит незнакомые места, так как боится, что легко может там потеряться?
- Не видит сходства и различия в узорах или рисунках?
- С трудом находит что-либо в ящике стола или различает лицо в толпе?
- Долго возится с пуговицами/молниями на одежде или надевает обувь не на ту ногу?
- Работает с частями задания, но не видит целостной картины?
- Теряется в классе: не понимает, когда нужно сдать домашнее задание, где лежит точилка для карандашей, где на доске написано задание и т.д.?
- Не может резать ровно по линии и /или склеивать предметы и бумагу в нужном месте?

Слуховое восприятие.

Замечаете ли Вы, что Ваш ребенок:

- Не всегда отвечает, когда к нему обращаются?
- Неверно понимает обращённые к нему слова?
- Путает схожие по звучанию слова (например, «принеси кошку» вместо «принеси ложку»)?
- Затрудняется повторить за кем-либо слова или предложения?
- Невнятно говорит: неправильно произносит слова или спотыкается на многосложных словах (например, говорит «сипед» вместо «велосипед»)
- Частично понимает, но пропускает детали внятно произнесенных описаний, указаний или рассказов?
- В тишине слышит хорошо, но в шумной обстановке путается?
- Не может верно указать направление, откуда идёт звук?
- Не может смотреть и слушать одновременно?

- В групповых занятиях (играх) несколько отстранен, не интересуется происходящим или вообще избегает групповых мероприятий?
- Странно отвечает на вопросы, неправильно их понимая?
- Разговаривает монотонно или очень громко?
- Демонстрирует высокую чувствительность к шуму и время от времени слышит то, чего не слышат другие?
- Выглядит рассеянным или ошарашенным, если вокруг смеются, шумят или разговаривают все одновременно (например, в кафе)?

Тактильное восприятие.

Замечаете ли Вы, что Ваш ребенок:

- Избегает чужих прикосновений или отворачивает лицо от всего, что находится близко к нему?
- Не любит мыть лицо и голову?
- Боится осмотров у стоматологов больше, чем другие дети?
- Терпеть не может, когда ему стригут волосы или ногти на руках или ногах?
- Не любит, когда его касаются, даже по-дружески или из чувства симпатии, уворачивается от объятий, даже, если его всего лишь похлопывают по плечу, склонен избегать любого физического контакта с друзьями, хотя с удовольствием болтает и общается с ними?
- Каждый раз реагирует на прикосновения по-разному и странным образом?
- Негативно реагирует на одевание, определенные виды или особенности одежды (например, на эластичные манжеты, определенную длину рукава, швы и т.д.)?
- Тревожится сильнее обычного, если к нему подходят сзади или, если он не видит происходящего?
- Сильно беспокоится, когда люди находятся близко к нему (например, в очереди или в толпе)?
- Испытывает необычную потребность в прикосновении или, наоборот, избегании прикосновений к определенным поверхностям, или предметам с конкретной текстурой, таким как одеяла, ковры или мягкие игрушки?
- Не любит погружать пальцы в песок, макать их в специальные краски, касаться клея и тому подобных материалов?
- Не любит ходить босиком, особенно по песку или траве?
- Особенно придирчив к консистенции или температуре пищи?

Нарушение вестибулярно-билатеральной интеграции.

Замечаете ли Вы, что Ваш ребенок:

- В целом развивается типично, но сталкивается с трудностями, учась читать или считать?

- Постоянно хочет играть или долго играет в подвижные игры, включающие раскачивание, бег, прыжки и не устает дольше других детей?
- Не может удержать взгляд на движущемся предмете или, переписывая текст с доски в тетрадь, «теряется» в строчках?
- Не особенно ловок в спортивных играх?
- Чаще сверстников падает и иногда терпит неудачу, пытаясь предупредить падение (или вовсе не пытается удержаться от падения)?
- Становится тяжелым, когда вы пытаетесь помочь ему переместиться в нужное положение и сохранить равновесие?
- Не может сидеть прямо или «скрючивается», сидя за столом?
- Плохо справляется с заданиями, в которых задействованы обе руки или обе стороны тела, например, разрезанием бумаги ножницами (здесь надо держать одной рукой лист, а другой резать), прыжками с разведением рук и ног, завязыванием шнурков, ездой на велосипеде и т.д.?
- Меняет руки, выполняя задание (например, при письме), хотя ему уже больше 6лет?
- Путает право и лево, верх и низ?
- Переворачивает буквы зеркально, например Я и R, или пишет не слева направо, а в иных направлениях?
- Избегает пересекать среднюю линию своего тела: например, предпочитает повернуться всем телом, вместо того, чтобы протянуть руку поперек осевой линии тела?
- Демонстрирует резкие и неритмичные движения?
- Выглядит неорганизованным или «потерянным в пространстве»?

Гравитационная неуверенность.

Замечаете ли Вы, что Ваш ребенок:

- Становится тревожным, будучи оторван от земли, или упорно старается сохранять вертикальное положение, стремясь к тому, чтобы ноги всегда находились внизу?
- Очень боится упасть, боится высоты?
- Боится ездить на эскалаторе и в лифте?
- Реагирует на движение или изменение положения головы появлением симптомов стресса?
- Избегает наклонять голову вниз или в сторону, и ему не нравится кувыркаться через голову или просто переворачиваться, лежа на полу?
- Не получает, в отличие от сверстников, большого удовольствия от игры на детской площадке с гимнастическими снарядами, не любит движущихся игрушек и не играет в них?
- Избегает прыгать с высоты, но если и прыгает, то прыжок отнимает у него много времени и сил?
- Медленно ходит по лестнице, чаще других детей хватается за перила?
- Никуда не поднимается, даже, когда имеет возможность держаться обеими руками?

- Пугается подъема по наклонной поверхности, словно, вопреки реальности, высота ему кажется слишком большой?
- Особенно боится потерять равновесие?
- Во время поездок на машине резко поворачивать за угол или не любит очень извилистых дорог?
- Ошибается в оценке пространства и расстояний?
- Тревожится, если его внезапно потянут за плечи, когда он сидит?
- Избегает игр, предполагающих непредсказуемое перемещение окружающих, особенно тех, что угрожают его равновесию (пятнашки, футбол, «вышибалы»)?
- Выглядит тревожным, незащищенным, попадая на открытое пространство?

Праксис (двигательное планирование).

Замечаете ли Вы, что Ваш ребенок:

- Неуклюж или неловок?
- Избегает участия в спортивных играх или иных видах физической активности, или они ему не нравятся?
- С трудом придумывает для себя новые развлечения или не понимает, как играть с теми или иными игрушкам?
- Все время предпочитает следовать одной и той же схеме игры, или выбирает одни и те же игры?
- Действует неэффективно: например, пропускает какие-то шаги или выполняет ненужные действия во время игры или занятия?
- С трудом приступает к выполнению задач или не может её закончить?
- Затрудняется переключаться с одного вида деятельности на другой?
- Не может навести порядок в комнате и на столе?
- Подвержен физическому риску или часто натыкается,/ спотыкается о
- предметы?
- Дольше сверстников осваивает навыки, такие, как завязывание шнурков, одевание, письмо, игры с мячом (в которых надо поймать мяч) и т.д.?
- Пытается верховодить сверстниками, направить игру так, чтобы обрести контроль над ситуацией?

Благодарим за сотрудничество!

Приложение 2

Описание игр и упражнений, используемых в Программе

Упражнения вводной части занятий

«Вверх-вниз»
Птички, бабочки летают.
(Руки в стороны).
Вверх до неба, вниз до травки.
(Встать на ножки и потянуться вверх. Присесть, руки опустить вниз).
Вверх до неба, вниз до травки.

«Тучка-солнышко»
Руки подняты на ширину плеч. По показу взрослого ребенок выполняет: «Тучки!» (пальцы сжаты в кулак). «Солнышки!» (пальцы растопырены). Выполняется упражнение двумя руками. Можно выполнять двумя руками одно движение, либо чередовать: правая рука сжата в кулак – тучка, а левая – пальцы растопырены – солнышко.

«Птички полетели»
Птички полетели.
(Руки в стороны, выполнение размашистых движений).
На кочку присели.
С кочки на кочку.
(Прыжки).
С кочки на кочку.
(Прыжки).
Прыг-скок, прыг – скок.

«Бабочки»
К шнуру привязывают с помощью нитки длиной 50 см три бумажные ярко окрашенные бабочки. Ребёнку предлагают подуть на бабочек так, чтобы они полетели. Важно следить, чтобы ребёнок стоял прямо, при вдохе не поднимал плеч, дул на одном плавном длительном выдохе, не надувал щеки, а губы должны быть округлены и слегка вытянуты вперед.

«Свеча»
Взрослый зажигает свечу и просит ребёнка подуть на неё. Дуть нужно медленно, плавно, вдох не должен быть шумным, нельзя надувать щёки.

Упражнения основной части занятий

Упражнения занятия №1
«Отпечатки наших рук»
В режиме «Разноцветный песок» интерактивной песочницы ребенок и взрослый по очереди делают отпечатки кистей рук: ладоней, кулачков, костяшек кистей рук, создавая причудливые узоры. При этом, делятся своими ощущениями: прохладный, шероховатый, приятный и т.д.

«Что же спрятано в песке?»
Используя режим интерактивной песочницы «Рельеф», взрослый и ребенок вместе погружают в сухой песок кисти рук и начинают шевелить ими, наблюдая за тем, как изменяется рельеф песочной поверхности.

«Волшебный мешочек»
Разложить на столе хорошо знакомые ребенку предметы разной формы, фактуры, например, колечко от пирамидки, машинку, кубик, маленький мячик, фигурку зайчика и т. д. Предложить ребенку рассмотреть предметы, назвать их. Сложить все игрушки в непрозрачный мешочек. Ребенку нужно на ощупь, не заглядывая в мешочек, найти нужный предмет.
Другой вариант:
Взять фигурки разной формы: круглой, квадратной, овальной. Предложить достать только все круглое или квадратное, как фигурка, которая лежит перед ребенком.
В мешочек можно также класть для ощупывания пластмассовые буквы, цифры.

Крепкий массаж, прием «Сэндвич»
Ребенка кладут между больших подушек, при этом, гладят ребенка ладонью, поглаживания должны быть крепкими и растирающими.

Упражнения занятия №2
«Песочный дождик»
Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с растопыренными пальцами, взрослый сыпет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец.

«Поймай игрушку»
Ребенок закрывает глаза.Взрослый касается разных частей тела ребенка игрушкой (колючий ёжик, бабочка, мишка) и просит его определить, куда села, например, бабочка.

«Тоннель»
Взрослый может немного потрясти тоннель, покатать. Ребенок проползает через тоннель

«Качалка»
Ребенок лежит на спине, ноги согнуты в коленях. Обхватить их руками и кататься по коврику покачивающимися движениями вперед и назад 6-8 раз.

Упражнения занятия №3

«Движение».

Взрослый предлагает ребенку несколько последовательных движений. Ребенок должен повторить их как можно точнее и в той же последовательности.

«Перекрестное марширование».

Взрослый демонстрирует ребенку «марширование»: медленно шагает, попеременно касаясь то правой, то левой рукой противоположного колена (перекрестные движения). Ребенок повторяет движения за взрослым. Далее, специалист предлагает также шагать, но уже касаясь одноименного колена (односторонние движения). Ребенок повторяет движения за специалистом.

«Танец-игра с ускорением».

Взрослый под музыкальное сопровождение:
«Мы пойдем налево, мы пойдем направо,
Два раза повернемся.
Потянемся, проснемся,
Попрыгаем на месте.
Шагнем вперед все вместе!
Обратно как пингвины
Покатимся со льдины.
И руки поднимем, опустим, поднимем, опустим, поднимем.
Да! И друга обнимем»
демонстрирует ребенку последовательность движений. Затем, специалист, совместно с ребенком, выполняет предложенную последовательность движений под музыкальное сопровождение.

Игры с мячом.

Специалист демонстрирует ребенку удары ногой по мячу (ведение мяча, отбивание мяча от пола, подбрасывание мяча вверх, кидание мяча друг другу и др.). Затем, совместно с ребенком, воспроизводят заданную комбинацию.

Игра «Тир».

Специалист демонстрирует попадание в цель по мишени различными предметами. Ребенок смотрит и повторяет за специалистом.

Упражнения занятия №4

«Мои шаги».

Взрослый называет алгоритм движения, например, «один шаг вперед», демонстрируя шаги по заданному направлению. Ребенок смотрит на специалиста и повторяет движения.

«Полоса препятствий».

Специалист конструирует полосу препятствий. Возможно использование матов, модулей, каната, горки, тоннеля и др. Специалист демонстрирует прохождение полосы препятствий. Ребенок повторяет с помощью специалиста заданный алгоритм движения. Возможно добавление следующих блоков: бег на четвереньках, ползание под натянутой веревкой и пр.

Упражнения занятия №5

КИТ «Лошадка» игра «Всадник»

Специалист сажает ребенка на Лошадку-качалку, на мониторе визуализируется всадник на лошади, при раскачивании лошадь начинает скакать. При переходе лошади через реку, необходимо убрать ноги со стремян и раскачивать лошадь, а при прыжке через бревно - встать, раскачивая лошадь стоя.

Упражнение на фитболе

Специалист сажает ребенка на фитбол, удерживая мяч в неподвижном состоянии. Затем, ритмично пружинит мяч, держа ребенка за бедра. Задача ребенка научиться самостоятельно удерживаться на мяче, задействовав в работу мышцы пресса и спины. Специалист страхует ребенка, помогая ребенку совершать прыжки. Затем, раскачивает фитбол вправо-влево и вверх-вниз – примерно по 4 раза. После этого, можно покрутить мяч по кругу по часовой стрелке и против часовой стрелки. Амплитуду покачивания следует увеличивать постепенно.

«Удержи равновесие» на тактильной дорожке

Тактильная дорожка предполагает 4 секции: песок, горох, пуговицы, канат. Задача ребенка пройти по дорожке удерживая равновесие, так, чтобы не упасть.

«Попади в цель» на балансировочной доске.

Ребенок встает на балансировочную доску, специалист помогает ребенку, удерживая его. На балансировочной доске встроен лабиринт с мячом, который необходимо провести к цели. Ребенок, стараясь удержать равновесие, раскачиваясь в разные стороны, двигает шарик по лабиринту к середине.

Упражнение с использованием кресла-качалки

Ребенок раскачивается на кресле-качалке, сначала стоя на коленях лицом к спинке кресла, пытаясь удержать равновесие, затем садится на кресло обычным способом и отдыхает.

Упражнения занятия №6.

«Что слышно?»

Вместе со специалистом ребенок перемещается по комнате, подходит к предметам, слушает звук предмета (стук карандаша об стол, звук ножниц при разрезании бумаги (картона), звук падающего мяча, шелест пластиковой тарелки или стаканчика, звуки музыкальных инструментов, колокольчика и т.д.). Ребенок может самостоятельно или с помощью специалиста взять в руки предмет, ощупать, рассмотреть его, манипулировать им, извлекая звуки. Специалист называет звук предметов.

Адрес учреждения:
410022, г. Саратов, Санаторный проезд, д.2
Телефон:
8 (8452) 92-93-44
8 (8452) 92-93-74
E-mail: rcdcso@mail.ru
Официальный адрес:
www.sorci.ru