

# Сенсорная интеграция на занятиях по адаптивной физической культуре

**Бельская Елена  
Владимировна-  
Инструктор АФК**

# Понятие сенсорной интеграции

Сенсорная интеграция – это упорядоченный **процесс взаимодействия** всех **органов чувств** с целью адекватного адаптивного **ответа на внешние раздражители**

## Для кого предназначен данный метод?

- Метод сенсорной интеграции можно включать в занятия с детьми как с двигательными, так и умственными нарушениями в любом возрасте.
- Но стоит отметить, что наиболее видимых и значимых результатов удастся достичь в работе с детьми с расстройством аутистического спектра в период с 4 до 12 лет.

# Методики и приемы работы

направлены на развитие баланса в

- *двигательной,*
- *вестибулярной* и
- *тактильной* системах.

Приёмы работы с использованием спортивных снарядов, тканевых текстур, а также бассейнов с различными наполнителями.

# Сенсорный профиль

- индивидуальное сочетание обработки и интеграции ощущений, позволяющие адаптироваться в окружающей среде
- **гипочувствительные** - высокий порог чувствительности, находятся в поиске сенсорных ощущений, используют активную стратегию, ищут дополнительные сенсорные стимулы
- **гиперчувствительные** - избегание сенсорных стимулов, так как являются сензитивными к различным воздействиям

Ощущения	Гиперчувствительность	Гипочувствительность	Поиск ощущений
<b>Прикосновения</b>	Избегает, привередлив к одежде, чувствителен к опрятности	Индифферентен к прикосновениям, не чувствителен к грязи, равнодушен к игрушкам	Валяется в лужах, что-то жуёт, разбрасывает, натывается на мебель и на людей
<b>Движение и баланс</b>	Избегает активности, не любит передвижений, укачивает в транспорте	Не реагирует на передвижения, не замечает падений, может долго и без последствий кружиться	Снижено чувство дистанции постоянно в движении
<b>Постуральный праксис</b>	Зажатость, трудности координации, избегание напряжений	Снижен позыв к игровым движениям, но любит активности по типу перенести тяжести, толкание и др.	Стремится к обнимашкам, любит перетаскивать тяжести и бегать

# Видео номер 1

- Сенсорная интеграция для верхних и нижних конечностей

<b>Зрение</b>	Перевозбуждается от длительного рассматривания, избегает глазного контакта, насторожен	Игнорирует новые визуальные стимулы, например препятствия, медленно реагирует, смотрит сквозь	Ищет визуальных стимулов, привлекают светящиеся и движущиеся объекты
<b>Звуки</b>	гиперакузия	Игнорирует обычные звуки, но может среагировать на низкие или высокие регистры	Жаждет громких звуков, любит находиться в толпе
<b>Запахи</b>	Реагирует на легкие ароматы, которые никто не замечает	Не замечает неприятных запахов и не чувствует запах еды	Ищет сильных запахов, обнюхивает
<b>Вкусы</b>	Отвергает определенные текстуры, температуры, давится	Может есть острую, холодную пищу без реакции	Пробует несъедобные предметы, может предпочитать очень острую или горячую пищу.



# Видео номер 2

- Сенсорная интеграция в различных средовых условиях

# Приёмы работы при гиперчувствительности вестибулярных ощущений

**Проявление:** Ребёнок избегает активности, не любит передвижений, его укачивает в транспорте.

## **Методы и приёмы:**

- Мягкое включение *маятниковых движений*, с обеспечением безопасности.
- «Яйцо»
- «Кочки»
- «Качели»
- Катание с невысокой горки.
- Качание в гамаке по типу «капля»

# Приёмы работы при гипочувствительности вестибулярных ощущений

**Проявление:** ребёнок постоянно в движении, плохо соблюдает дистанцию, любит качели и карусели.

## **Методы и приёмы:**

- Лучше начинать с проработки глубокой чувствительности (проприоцепция)
- Упражнения, помогающие сбалансировать хаотичные движения на фитболе

# Приёмы работы при гиперчувствительности вестибулярных ощущений

- «Качели»
- «Маятник»
- «Поезд из одеяла»
- Упражнения с балансиром, «кочками», «брёвнышками».



# **Приёмы работы при гиперчувствительности проприоцептивных (постуральных) ощущений**

**Проявления:** ребёнок зажат, избегает активности и напряжений, неловкий.

## **Методы и приёмы:**

"Пирожок" - пассивное упражнение, ребёнок лежит на животе, взрослый, глубокими, надавливающими движениями проходит тело ребёнка от шейно-воротниковой зоны до пяточек, приговаривая потешку про пирожок.

# Приёмы работы при гиперчувствительности проприоцептивных (постуральных) ощущений

- "Лепёшечка"
- "Утяжелённое одеяло"
- "Тачка"
- Игры с мячом на более поздних этапах работы.
- "Повтори движение", "я знаю 5", "дама сдавала в багаж".

# Приёмы работы при гипочувствительности проприоцептивных (постуральных) ощущений

**Проявления:** ребёнок стремится к «обнимашкам», любит перетаскивать тяжести и бегать.

**Методы и приёмы:**

*«Сосиска в одеяле»*

*«Ролл из одеяла»*

# Приёмы работы при гипочувствительности проприоцептивных (постуральных) ощущений

- "Тяни-толкай"
- "Лодочка"
- "Корзиночка"
- "Утяжелённые мешочки"
- "Собираем урожай"



# Приёмы работы при тактильной гиперчувствительности





**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**