

*ГАО АО «Научно-практический центр реабилитации
детей «Коррекция и развитие»*



***Формирование глубокой
чувствительности у детей
раннего возраста***
Практические рекомендации



Учитель – дефектолог СРП: Ю. В. Смагина

Ранний возраст – важнейший период в развитии ребенка.

В это время происходит переход малыша к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, с окружающим миром. Ранний возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребёнка, усиливается её целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся его движения.



Глубокая чувствительность

это осознание собственной телесности, она формирует образ тела и тесно связана с целостным восприятием собственного «Я»

Глубокая чувствительность – это внутреннее зрение, которое сообщает нам о положении и движениях собственного тела.

Благодаря этому мышечному чувству мы получаем информацию о:

- ✓ *нахождении нашего тела или его частей в пространстве;*
- ✓ *соотношении частей тела друг с другом; силе напряжения наших мышц;*
- ✓ *скорости передвижения тела в пространстве;*
- ✓ *ощущении времени степени усилия, которое нужно вложить в движение мышц в том или ином случае.*





- ✓ Плохое моторное планирование/осознание тела, позиции тела
- ✓ Отставание моторных умений по сравнению со сверстниками
- ✓ Ходьба на носочках
- ✓ Нарушения вестибулярного восприятия (сложности с ориентацией восприятия);
- ✓ Проблема с градацией движений - "слишком мягко или слишком сильно" - шаркает или топает ногами при ходьбе.
- ✓ Нарушения восприятия глубокой чувствительности, что приводит к нарушениям восприятия собственного тела и, как следствие, к компенсаторным движениям рук, ног (раскачивание, подпрыгивание, взмахи руками).
- ✓ Неуклюжесть
- ✓ Желание побороться/потолкаться
- ✓ Нарушения зрительного восприятия, которые видят (фрагментарное, трудности слежения за предметом);
- ✓ Необходимость увидеть глазами перед тем как изменить положение тела/части тела
- ✓ Нарушения слухового восприятия, которые слышат (ребенок не реагирует на имя, пугается звуков);
- ✓ Постоянный поиск различных типов движения/прыгания/врезания в предметы
- ✓ Стремление к крепким объятиям(или напротив, избегание прикосновений или обнимания)
- ✓ Ребенок постоянно разливает, разбивает вещи проблемы с выполнением инструкций к физическим упражнениям или копированием движений

Если Вы заметили у Вашего малыша несколько из перечисленных нарушений, предлагаем Вам упражнения для формирования у ребенка образа собственного тела

Поглаживание

Поглаживание – это воздействие через кожный покров на центральную и периферическую нервную систему.

Производится легко, медленно и плавно с небольшим нажимом.

Поглаживание способствует расслаблению мышц при гипертонусе, успокаивающе действует на нервную систему.



Продольные поглаживания



Поперечные поглаживания



Кругообразные поглаживания



«Где же наши ручки?»

Где же, где же наши ручки?

Вот, вот наши ручки,

Вот наши ручки!

(гладим каждую ручку по очереди)

Где же, где же наши ножки,

Где же наши ножки?

Вот, вот наши ножки,

Вот наши ножки!

(гладим каждую ножку по очереди)

*Упражнения можно проводить по
всем частям тела , проговаривать
звукоподражательные слова*

(хлоп-хлоп, топ-топ)

«Малютка и я»

Посмотри, малютка — это я,

А это деточка моя.

У меня есть глазки,

А глазки у тебя?

У меня есть нос,

А носик у тебя?

У меня два уха,

Два ушка у тебя,

Это ты, а это я,

Крошка, деточка моя.

*Поглаживаем все части лица ,
проговаривая название всех частей.*

Обхлопывание

Весело, ритмично, не быстро, делая короткие, но плотные глубокие прикосновения, обхлопывается все тело ребенка.

На теле есть определенные участки, где воздействие на глубокую чувствительность наиболее эффективно: это плечевой и тазовый пояс.



Шел медведь.

Большо-о-ой медведь

(похлопываем плотными
глубокими прикосновениями руками по
спине)

Шла медведица...

(похлопываем глубокими
прикосновениями с меньшей
плотностью)

Шел ма-а-а-аленький медвежонок

(похлопываем легкими
прикосновениями)



Лягушата на пруду разыгрались в чехарду
Ква,ква,ква,ква

(обхлопываем руки)

Ква,ква,ква,ква.

(обхлопываем спинку)

Ква,ква,ква,ква.

(обхлопываем ножки)

И нырнули в глубь пруда!!!

(попрыгали на месте)

Чьи там крики у пруда?

КВАСу, КВАСу нам сюда!

КВА КВА КВАСу, простоКВАши,

Надоела нам вода!!!

(на каждое КВА обхлопываем тело сверху вниз)

После дождика лягушки КВА,КВА,КВА!

Веселились на опушке КВА,КВА,КВА!

Что за прелесть КВА,КВА,КВА!

Всюду мокрая трава!!!

(прыгаем на месте)



Растирание

Производится подушечками пальцев в быстром темпе, несильном нажиме. Энергичные растирания поверхности тела вызывают снижение нервной возбудимости.

Растирание – сопровождается смещением или растяжением кожи вместе с подлежащими тканями. Приём усиливает обменные и трофические процессы, кровообращение, способствует уменьшению болевого синдрома, снижает возбудимость нервов.



*Твоя спинка – это пруд,
По ней кораблики плывут.*

*Твоя спинка, как лужок,
А сверху падает снежок.*

*Твоя спинка, как тетрадь,
В тетради можно рисовать*

*Твоя спинка, как окно,
Его помыть пора давно.*

*Твоя спинка, как дорожка,
А по дорожке ходят кошки.*

*(сначала растираем медленно, затем
увеличиваем темп)*

*Этот пальчик дедушка,
Этот пальчик бабушка,
Этот пальчик папочка,
Этот пальчик мамочка,
Этот пальчик Я
Вот и вся моя семья.*

*(растираем) каждый пальчик,
начиная с большого, на
последнюю строчку делаем из
ручек «замок»)*



Надавливание

Производится одной рукой, надавливая на определенную часть тела, в то время как другая удерживает массируемую поверхность.

Надавливание вызывает в глубине тканей расширение сосудов (в том числе и мелких), повышает тонус мышц, усиливает их сократительную способность.



Раз, два, три, четыре, пять,
(надавливаем пальцами рук по спинке снизу
вверх)

Вышел зайчик погулять.

Вдруг охотник выбегает,

(надавливаем пальцами рук по спинке сверху
вниз)

Прямо в зайчика стреляет:

Пиф! Паф! Не попал,

(на слова «Пиф! Паф!» похлопываем по
спине)

Зайчик быстро ускакал.

(всеми пальцами рук ускакать, как зайчик)



Тише, тише, мяч, не торопись,

Ты по ручкам прокатись,

Ты по ножкам прокатись,

И обратно возвратись.

(катаем по телу колючий

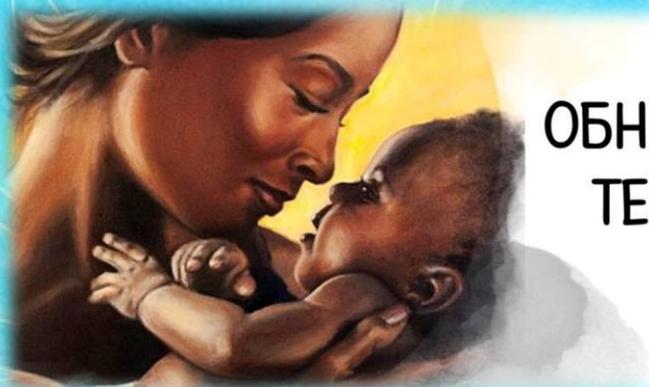
массажный мячик и надавливаем)



Обжсимальки и крепкие объятия

Обжсимальки и крепкие объятия являются прекрасным стимулятором глубокой чувствительности.

Важно, чтобы во время объятий прижимали ребенка к себе не пальцами рук, а скорее запястьями целой ладонью.



**ЧЕМ БОЛЬШЕ ВЫ
ОБНИМАЕТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ,
ТЕМ БОЛЬШЕ ИХ МОЗГ
РАЗВИВАЕТСЯ**