

Картотека игр для детей ОВЗ и инвалидностью по сенсорной интеграции

Упражнение 1 «Ползание с препятствием»

Визуальное расписание: картинка ползающего мальчика

Цель: организация физически тяжелой работы + глубокое давление

Оборудование: большие мягкие модули 7 шт., ведёрки 2 шт., мелкие игрушки 14 шт.

Ход упражнения: Взрослый направляет ребенка к модулям, стоящим в ряд, на небольшом расстоянии друг от друга, перед каждым модулем на полу, лежит по 2 игрушки, взрослый говорит ребенку, что надо лечь на первый кубик, далее, как ребенок лёг, взрослый становится сзади и как бы насаждает сверху, тем самым полностью контролирует воспитанника и направляет его. Задача ребенка проползти по всем кубикам, собрав на полу игрушки и положив их в ведерки, стоящие на впереди стоящем модуле. Задача взрослого, удерживать ребенка, легким касанием, чтобы ребенок чувствовал опору ваших рук. Далее, как только ребенок поднял с пола одну игрушку, взрослый применяет прием «глубокое давление», до тех пор, пока ребенок не положит в ведерко две игрушки, затем отпускает и легким касанием направляет ребенка к следующему мягкому модулю. И так далее, пока не проползет весь путь.

Упражнение 2 «СТОП, ХЛОП»

Визуальное расписание: картинка с изображением хлопающих ладошек.

Цель: Формирование постурального контроля и навыка «жди»

Оборудование: две ладошки из цветного картона, большие мягкие модули 7 шт.

Ход упражнения: Взрослый направляет ребенка к мягким модулям, задача ребенка пробежать по мягким большим модулям, ориентируясь на инструкцию взрослого. Взрослый держит за руку ребенка и говорит: «Саша встань на кубик, стоп! Иди, стоп, хлоп; иди, стоп, хлоп и т.д. И обратный путь по такой же инструкции. Добиваемся, чтобы ребенок учился воспринимать инструкцию на слух и не выполнять поспешных действий, пока не услышит инструкцию.

Упражнение 3 «Бег с препятствиями»

Визуальное расписание: картинка с изображением мячей или шариков.

Цель: Формирование постурального контроля

Оборудование: среднего размера шарики 6 штук, большие мягкие модули 7 шт., 2 колокольчика.

Ход упражнения: Возле каждого модуля с правой стороны взрослый раскладывает шарики. Возле последнего модуля по обе стороны, 2 колокольчика. Специалист подводит ребенка к первому модулю и дает инструкцию: «Саша, тебе надо собрать все шарики, сначала встань на кубик, сядь, возьми шарик, встань, кидай. Ты чемпион! Идем дальше. Повторить ту же инструкцию. Когда ребенок окажется на последнем кубике, обращаем внимания, что шарика нет. «Саша посмотри сюда и возьми колокольчик. Что ты взял? ждем ответа ребенка «Колокольчик», затем «Саша посмотри сюда и возьми еще колокольчик». Когда у Саши в руках будут два колокольчика,

задаем вопрос ребенку «Саша, мячики мы кидали, а колокольчиками будем что делать? Ребенок может сказать, а может показать. И то и другое действие будет правильным.

Упражнение 4 «Сопоставление картинки и местности» и прием «Суставное давление»

Визуальное расписание: картинка с изображением карточек.

Цель: тренировка статистических мышц торса ребенка в положении сидя; развитие точности движений и мыслительных процессов.

Оборудование: карточки местности: парикмахерская и больница, предметы относящийся к местности.

Ход упражнения: Взрослый усаживает ребенка на пол, а сам садится сзади ребенка, тем самым создавая ему кокон. Напротив, раскладывает картинки местности, так чтобы, ребенок смог только дотянуться, называя что это. Затем спрашивает у ребенка. Когда ребенок ответил, дает по одной карточки и спрашивает: «Саша, что это?.....да правильно, это расческа, куда мы положим расческу? Ребенок сидит с раскинутыми ногами, пытаясь дотянуться, взрослый помогает ребенку, чуть надавливая на спину всем телом, тем самым идет давление на суставы. Ребенку будет все легче раскладывать карточки, так как они будут идти в ряд в направлении к ребенку. Когда ребенок разложил, собираем карточки дотягиваясь ножкой, вытягивая носок и загребая к себе.

Упражнение 5 «Сэндвич»

Визуальное расписание: картинка с изображением ребенка в одеяле.

Цель: ощущение своего тела во время крупно-моторных движений, выстраивая схему тела.

Оборудование: кресло-груша, подушки.

Ход упражнения: Взрослый укладывает ребенка на кресло-грушу, это булочка на блюде. Мажете булочку кетчупом – разглаживаете ребенка руками очень аккуратно и очень тщательно. Ласково проговариваете каждое свое действие. Потом кладете поверх кетчупа сыр, котлету – две подушки (чтоб закрыть всего ребенка), еще раз намазываете кетчупом – уже посильнее, с давлением «размазываете» подушки по ребенку. А потом – «ам, ам» – едите сэндвич, сдавливая ребенка в подушках с боков и немного придавливая сверху. Потом гладите ребенка по голове, улыбаетесь и даете ему еще полежать в подушках – пока сам не захочет вылезти.

Упражнение 6 «Между двух берегов»

Материал: две скакалки кладем рядом с друг другом, начиная с расстояния 50 см, постепенно уменьшая расстояние до 10 см. Задача – ходьба между линий, стараясь не наступать на края.

Упражнение 7 «Веселый мяч»

Визуальное расписание: картинка резинового мяча, модули большие мягкие 6 штук.

Цель: формирование крупно-моторной организации.

Оборудование: 1 мяч, 6 мягких больших модулей.

Ход упражнения: Взрослый выстраивает из модулей лабиринт. Далее обращается к ребенку «Саша ты будешь вести мяч по лабиринту, когда

услышишь мой хлопок, пинай мяч в мою сторону, Начинай. Саша я перестала хлопать, стоп (если понадобится показываем карточку «СТОП»). Взрослый становится на против ребенка и идя по лабиринту, хлопает, а ребенок ведет мяч ориентируясь на хлопки взрослого. Если взрослый не хлопает, Саша останавливается. Если ребенок не остановился, начинаем игру сначала.

Упражнение 8 «Толкание куба»

Визуальное расписание: картинка куба

Цель: организация физически тяжелой работы + глубокое давление

Оборудование: большой тяжелый куб, мелкие предметы.

Ход упражнения: Взрослый показывает ребенку игрушки, спрашивает, что, это? Как только ребенок назвал все предметы, переходит к следующей инструкции. Саша должен посадить одну игрушку и до толкать куб с игрушкой на другой куб. И так далее пока не переправит все игрушки.

Упражнение 9 «Цепочка действий»

Визуальное расписание: картинка с изображением последовательности действий.

Цель: улучшения совместной работы проприоцептивной и зрительных систем.

Оборудование: карточки PECS «Простые действия»

Ход упражнения: Взрослый раскладывает в ряд карточки и ребенок выполняет действия, ориентируясь на карточки.

Упражнение 10 «Перелезание через стулья»

Ход игры: ставится 2 стула спинками друг к другу, ребенку необходимо перелезть с одного стула на другой.

Упражнение 11 «Ассоциации»

Визуальное расписание: картинка с изображением карточек.

Цель: тренировка статистических мышц торса ребенка в положении сидя; развитие точности движений и мыслительных процессов.

Оборудование: карточки с бытовыми предметами.

Ход упражнения: Взрослый раскладывает перед ребенком карточки, затем показывает карточку с предметом, которая подходит логически к картинке. Например: нога-носок, краски-кисточка, рука-перчатка и т.д. Ребенок сидит с раскинутыми ногами, пытаясь дотянуться, взрослый помогает ребенку, чуть надавливая на спину всем телом, тем самым идет давление на суставы. Ребенку будет все легче раскладывать карточки, так как они будут идти в ряд в направлении к ребенку. Когда ребенок разложил, собираем карточки дотягиваясь ножкой, вытягивая носок и загибая к себе.

Упражнение 12 «Ползем и ловим игрушки удочкой»

Визуальное расписание: картинка ползающего мальчика

Цель: организация физически тяжелой работы + глубокое давление

Оборудование: большие мягкие модули 7 шт., ведёрки 2 шт., мелкие игрушки 14 шт., пинцет.

Ход упражнения: Взрослый направляет ребенка к модулям, стоящим в ряд, на небольшом расстоянии друг от друга, перед каждым модулем на полу, лежит по 2 игрушке, взрослый говорит ребенку, что надо лечь на первый кубик, далее, как ребенок лёг, взрослый становится сзади и как бы насаждает сверху,

тем самым полностью контролирует воспитанника и направляет его. Задача ребенка проползти по всем кубикам, собрав на полу игрушки пинцетом и положив их на впереди стоящем модуле. Задача взрослого, удерживать ребенка, легким касанием, чтобы ребенок чувствовал опору ваших рук. Далее, как только ребенок поднял с пола одну игрушку, взрослый применяет прием «глубокое давление», до тех пор, пока ребенок не положит две игрушки, затем отпускает и легким касанием направляет ребенка к следующему мягкому модулю. И так далее, пока не проползет весь путь.

Упражнение 13 «Чистое-грязное»

Визуальное расписание: картинка грязного предмета.

Цель: Формирование постурального контроля

Оборудование: две тарелочки: одна грязная, одна чистая, 5 тряпочек грязных, 5 тряпочек чистых, мягкие большие модули.

Ход упражнения: Взрослый показывает ребенку тарелочки и спрашивает, «Саша тарелочка чистая или грязная?» Дожидаемся ответа ребенка. Взрослый раскладывает тряпочки под каждым мягким кубиком. В другом конце комнаты кладет тарелочки. Обращается к ребенку «Саша, подойди к кубику, подними, поставь, возьми тряпочку, отнеси в тарелочку». «Тряпочка какая грязная или чистая?» Важно, чтобы ребенок поставил кубик в сторону, не кидая, не толкая его. Если ребенок кидает, взрослый фиксирует движения ребенка и помогает ему ставить до тех пор, пока он начнет контролировать данные действия.

Упражнение 14 «Что видишь ты, что вижу я»

Визуальное расписание: карточка с изображением картинке.

Оборудование: карточки.

Ход упражнения: Взрослый ребенку показывает две карточки с разными картинками. Спрашивает ребенка, что изображено на картинке. Потом картинки соединяет и опять показывает, говоря: «Саша, что ты видишь?». Далее переворачивает и говорит: «Что вижу я?».

Упражнение 15 «Гигантские шаги»

Визуальное расписание: картинка шагающего мальчика.

Цель: организация физически тяжелой работы + глубокое давление

Оборудование: большие мягкие модули 7 шт.

Ход упражнения: выложите несколько модулей в ряд так, чтобы их стороны не соприкасались. Попросите ребенка перешагивать из одного модуля в другой. При необходимости помогите ему.

- Изменяйте маршрут.

- Изменяйте высоту модулей.

- Постепенно увеличивайте расстояние между модулями.

Упражнение 16 «Сэндвич»

Визуальное расписание: картинка с изображением ребенка в одеяле.

Цель: ощущение своего тела во время крупно-моторных движений, выстраивая схему тела.

Оборудование: кресло-груша, подушки.

Ход упражнения: Взрослый укладывает ребенка на кресло-грушу, это булочка на блюде. Мажете булочку кетчупом – разглаживаете ребенка руками очень

аккуратно и очень тщательно. Ласково проговариваете каждое свое действие. Потом кладете поверх кетчупа сыр, котлету – две подушки (чтоб закрыть всего ребенка), еще раз намазываете кетчупом – уже посильнее, с давлением «размазываете» подушки по ребенку. А потом – «ам, ам» – едите сендвич, сдавливая ребенка в подушках с боков и немного придавливая сверху. Потом гладите ребенка по голове, улыбаетесь и даете ему еще полежать в подушках – пока сам не захочет вылезти.

Упражнение 17 «Прыжок кенгуру»

Материал: легкий мяч

Ход упражнения: попросите ребенка встать прямо, опустив расслабленные руки по сторонам. Попросите его держать между коленями предмет, например, мяч. Предложите ему попрыгать, держа ступни вместе.

Варианты проведения:

- Попросите ребенка встать прямо, опустив расслабленные руки по сторонам.
- Попросите его держать между коленями предмет, например, мяч.
- Предложите ребенку попрыгать, держа ступни вместе

Меры предосторожности: удостоверьтесь, что предмет не слишком тяжелый, чтобы задание было посильным.

Упражнение 18 «Шариковый бассейн»

Материал: надувной бассейн, наполненный шариками

Ход упражнения: попросите ребенка залезть в бассейн и сесть. Спрячьте под шариками одну из частей тела ребенка. Назовите часть тела, прикрытую шариками, или попросите его сделать это.

Варианты проведения:

- Предложите ребенку подвигаться как- будто он плавает.
- Спрячьте среди шариков различные предметы и попросите ребенка их найти.
- Это задание можно выполнять в уменьшенном масштабе, спрятав предметы в миске с макаронами или рисом.

Остальное все будет повторяться с учетом неосвоенных упражнений.

| Виды дисфункций | Варианты игр |
|---|--|
| Дисфункция тактильной чувствительности | <ul style="list-style-type: none"> - игры с текстурами и песком, прилипающими и вязкими материалами; - игры с использованием пальчиковых красок для рисования пальцами, пластилина, глины; - игры в песочнице на детской площадке; - игры с сенсорными коробками, наполнение лотка песком, сухими бобами или крупой, или другими материалами и маленькими игрушками. |
| Дисфункция вестибулярной чувствительности | <ul style="list-style-type: none"> - подвижные спортивные игры, включающие в себя раскачивание, скольжение, прыжки и другие активные движения; |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - игры на различных балансирах, преодоление полосы препятствий; - игры стимулирующие координацию движений глаз, головы и рук: стрельба по мишени; - игры с мячом, кидание предметов, настольный теннис. |
| Дисфункция проприоцептивной чувствительности | <ul style="list-style-type: none"> - массаж; - игры на батуте, с использованием различных утяжелителей; - растяжка, преодоление полосы препятствий; - глубокое давление всего тела. |
| Аудиальная дисфункция | <ul style="list-style-type: none"> - игры в прослушивание звуков природы, сидя в тишине, идентификация звуков (шумит транспорт на улице, гудит холодильник, хлопает дверь и т.д.), определение откуда они доносятся; - прослушивание музыки, специально предназначенной для того, чтобы способствовать расслаблению, сосредоточению, энергетическому подъему или творчеству; - поощрение занятия музыкой; предоставление ребенку возможности трогать музыкальные инструменты, извлекать звуки; - игры с использованием ровного нераздражающего звукового фона (белый шум), в качестве источника белого шума использовать настольный фонтанчик в виде скалы с водопадом или аквариум. |
| Дисфункция орального сигнала | <ul style="list-style-type: none"> - питье чистой простой воды или газированной минеральной воды, чтобы ощутить пузырьки во рту, использование электрической щетки; - игры на расширение вкусов, использовать насыщенные вкусы, которыми ребенок наслаждается, чтобы помочь преодолеть вялость и расшевелить его; - игры в отгадывание вкусов, привлечение ребенка к приготовлению еды. |
| Дисфункция обонятельной чувствительности | <ul style="list-style-type: none"> - игры на изучение и запоминание запахов; - игры на отгадывание запахов. |
| Дисфункция визуальной чувствительности | <ul style="list-style-type: none"> - игры с использованием визуального расписания и визуальной поддержки; - игры с использованием карточек PECS; - игры с использованием песочной терапии и LED шара; |

| | |
|--|--|
| | - игры с использованием предметов ярких цветов, для привлечения внимания ребенка, находящегося в состоянии «уход в себя» |
|--|--|

Сенсорная диета

| Распорядок дня | Действие | Ответственный за выполнение | Примечание |
|--------------------------|--|-----------------------------|---|
| Пробуждение | - Использовать упр. «Теплые ручки»; - глубокое проминание ног, плечей – до 10 раз; - Использование массажных ковриков (стоять голыми ножками – 5 – 10 сек, перешагивать по ним). - Чистить зубы электрической щеткой. | Мама | Дома Можно использовать массажные силиконовые варежки |
| Завтрак | - Жевать сухофрукты, хрустящие снеки; - Пить густые напитки через трубочку (смузи, кисель). | Мама | Дома |
| Перерыв во время занятия | - Выполнить упражнение «Глазки отдыхают» (массажные движения). - Тактильные игры (возня, «куча - мала», качание в одеяле или гамаке). | Мама | Дома ГКП |
| Перерыв на еду | - Стимулировать вкусовые ощущения с помощью разжевывания: корицы, гвоздики, тимьяна, лаврового листа. | Мама | Дома |
| Перерыв во время занятия | - Предложить пожевать различного типа грызунки, резиновые прорезыватели. - Покатать утяжелённый мяч, подкидывать воздушный шарик. - Поразминать руками слайм, или покатать шарик Су - джок. | Мама | Дома ГКП |
| Обед (перед/ после) | - Дать перед обедом кусочки замороженных фруктов или овощей (оральная стимуляция) - Надавливание суставов перед едой до 10 раз на каждый сустав. - Игры с воздушным пластилином, или рисование пальчиковыми красками. | Мама | Дома ГКП Можно использовать массажные силиконовые варежки |

| | | | |
|----------------------|--|-------------|---------------------|
| <p>На улице/дома</p> | <ul style="list-style-type: none"> - На улице: в зависимости от сезона (лепить снежки, играть песком и водой, собирать и сортировать камушки, забираться и скатываться с горки, чистить снег). - Дом/сад: искать предметы в коробках с различными наполнителями до тех пор, пока не услышишь инструкцию «Стоп»; проходить сенсорную дорожку (без обуви), выполняя следующую инструкцию – ИДУ, ИДУ, СТОП; - Учиться закрывать и открывать бутылки и банки (различный вид и размер крышек), наполнять их разным материалом (формирование пинцетного захвата – помпоны, камушки Марблс, желуди и т.д.) | <p>Мама</p> | <p>Дома ГКП</p> |
| <p>Во время душа</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Перед душем можно использовать упр. «Мытье головы» (тем самым подготовить ребенка к предстоящей процедуре); - Стоять ногами на массажном коврик; - Использовать разные по структуре мочалки или губки, массажные варежки; - Сильное обтирание и укутывание после купания. | <p>Мама</p> | <p>Дома</p> |
| <p>Перед сном</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Глубокое тактильное проминание рук и ног; - «Куча-мала», крепкие объятия; - Утяжеленное одеяло. | | |

Оборудование групп в детском саду с учетом применения сенсорной интеграции

| Виды дисфункций | Оборудование | Назначения |
|---|--|---|
| <p>Дисфункция тактильной чувствительности</p> | <p>Слайм, воздушный пластилин, кинетический песок, пальчиковые краски</p>  | <p>Массаж различными предметами снижает гиперчувствительность; улучшает способность использовать инструменты, силу рук, координацию визуально-двигательного аппарата;</p> <p>Рисование пальцами и перемещение игрушек улучшает мелкую моторику, визуальную моторную интеграцию; развивает способности, необходимые для движения глаз, рук, всего тела одновременно;</p> <p>Одновременное использование обеих рук улучшает двустороннюю координацию, чем больше разнообразных тактильных стимулов и ощущений получает ребенок, тем выше будет его терпимость к тактильной стимуляции. Он будет лучше различать на ощупь, из чего сделаны окружающие предметы, будет стремиться познавать, исследовать мир вокруг, притом делать это осознанно.</p> <p>Игры с пластилином развивают тактильные и кинестетические ощущения, позволяют ребенку успокоиться.</p> |
| | <p>Сенсорные коробки с мелкими игрушками, тактильные кубики и мячи, силиконовые и резиновые игрушки – тянучки</p>  | |
| | <p>Световой стол, сенсорные тактильные панели</p>  | |
| | <p>Бросовый материал (каштаны, шишки, ракушки, перья, желуди, орехи, камни и т.п.) для пересыпания и переливания.</p>  | |

| | | |
|---|---|---|
| <p>Дисфункция вестибулярной чувствительности</p> | <p>Балансиры, горка, балансировочные дорожки, платформа на колесах</p>     <p>Гамаки, качели, канаты, шейкер с шариками</p>    | <p>Оборудование используется для развития моторного планирования, крупной моторики, способности пересекать среднюю линию тела, пространственную ориентацию. Укреплять опорно-двигательный аппарат детей. Создавать релаксирующий и массажный эффект. Координировать отдельные части тела.</p> |
| <p>Дисфункция проприоцептивной чувствительности</p> | <p>Мешок совы, утяжелительные мешочки, жилет, одеяло, тоннель,</p>   <p>подушка</p>  | <p>Различные виды утяжелителей (мешочки, жилеты, одеяло и пр.). Используются при пониженной проприоцептивной чувствительности. Помогают в насыщении потребности в глубоком сильном давлении, имеют эффект успокоения. Мешок совы помогает ребенку уединиться и расслабиться. Подушка обеспечивает дополнительные сенсорные ощущения и дает возможность двигаться во время сидения на стуле. Таким образом, подвижному ребенку становится намного проще сидеть на занятии. Бывает круглой и клиновидной формы.</p> |

| | | |
|---|---|---|
| |  | |
| <p>Аудиальная дисфункция</p> | <p>Музыкальные инструменты (молоточек, клавиасы, ложки, маракасы, кастаньеты, бубенцы), шумопоглощающие наушники</p>  | <p>Шумопоглощающие наушники. Используются при повышенной чувствительности ребенка к шумам и звукам. Такие наушники снижают уровень фонового шума, но не мешают слушать взрослого. Важно, чтобы ребенок научился самостоятельно пользоваться ими, а также мог попросить их у взрослого в случае необходимости.</p> |
| <p>Дисфункция обонятельной чувствительности</p> | <p>Емкости с ароматными наполнителями</p> | <p>Ароматы влияют на улучшение обоняния и вкуса, способности запоминать и фокусировать, а другие ароматы помогают ребенку расслабиться. Угадывание запаха с закрытыми глазами развивает навыки визуализации.</p> |



Дисфункция визуальной чувствительности

Цветные гирлянды, зеркала, калейдоскопы, LED шар, сухой бассейн, стол с песком



Поддержка визуального восприятия с помощью оборудования, улучшает координации глазных мышц; повышает способность фокусировать внимание на предмет, зрительно-моторную координацию; развивает зрительное внимание, зрительную память, мыслительные процессы как основные компоненты зрительного восприятия.

Визуальное расписание, карточки PECS

