

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 5»

**Индивидуальный подход к детям  
с сенсорной дезинтеграцией на занятиях по физической культуре.**

Подготовила:  
Старший воспитатель  
Незнамова Нина Сергеевна

**17.12.2024 г.**

В своём выступлении остановлюсь подробнее на одном из трёх фундаментальных типов чувствительности - вестибулярной сенсорной системе. Эта система прародительница всех остальных видов чувствительности, поскольку мы рождаемся и умираем, находясь под постоянным воздействием силы тяжести. Исторически этот анализатор наиболее древний, и в онтогенезе вестибулярные ядра начинают работать примерно спустя 9 недель от момента зачатия. Плод уже чувствует движения тела матери, и его нервная система порождает адаптивный ответ (как правило, в виде движения или, наоборот, замирания). Таким образом, вестибулярная сенсорная система служит для анализа положения и движения тела в пространстве.

Вестибулярный аппарат - орган, расположенный во внутреннем ухе и отвечающий за ориентирование в пространстве.

Его рецепторы реагируют на повороты головы и любое движение тела и передают информацию в мозг, именно это помогает человеку удерживать равновесие.

**Функции вестибулярного аппарата:**

- определение положения головы и тела в пространстве;
- определение движения тела;
- поддержание равновесия.

Именно, вестибулярная система говорит нам о том, находится голова в вертикальном положении или опущена вниз (даже при закрытых глазах).

Дисфункция в данной системе может проявляться двумя путями.

Гиперчувствительность	Гипочувствительность
Повышенная чувствительность организма к какому-либо внешнему раздражителю.	Состояние, при котором человек менее чувствителен к раздражителям, чем обычно.
Некоторые дети могут быть гиперчувствительными к вестибулярной стимуляции и демонстрировать вызванное испугом поведение оборонительного характера в ответ на обычную двигательную активность (раскачивания тела, отодвигание тела в сторону, атаки ярости, уклонения от безопасных объектов). Также у таких детей могут быть проблемы в освоении навыка подъема или спуска по ступенькам; по наклонным или стабильным поверхностям они могут	У детей с гипочувствительностью к вестибулярной стимуляции отмечается повышенный уровень гиперактивности – стремятся везде залезть, прыгать, бегать, кружиться. Такие дети практически не сидят на месте. Но при этом они очень неуклюжи – спотыкаются, натыкаются на препятствия.

<p>ходить или ползать с избыточной и заметной осторожностью. В результате эти дети могут выглядеть напуганными на открытом пространстве. Они выглядят довольно неуклюжими.</p>	
--	--

Все эти реакции со стороны ребёнка негативно влияют на его развитие, познавательную деятельность. Чтобы избежать негативных последствий в развитии малыша, необходимо точно выявлять дефициты в развитии сенсорной системы и направлять усилия всех педагогов, работающих с ребёнком, на развитие периферических структур вестибулярной системы.

Выявить проблемы в развитии вестибулярной сенсорной системы мы можем как на занятии по физической культуре во время выполнения упражнений на равновесие, прыжки, кружение, повороты, ползание и лазание, так и в свободной деятельности ребёнка в группе или на прогулке. Ребёнок боится подняться вверх по лестнице, ему сложно изменять положение своего тела в пространстве, он не любит детские площадки – горки или качели, имеет сложности в освоении навыка езды на велосипеде, самокате и т.д.

Большая роль в развитии вестибулярной системы отводится инструктору по физической культуре в детском саду. Решая задачи физического развития и двигательной активности ребёнка дошкольника, мы чётко должны понимать, что с нормотипичными детьми педагогу достаточно на групповом занятии показать и проработать те или иные виды упражнений несколько раз, а на следующих занятиях закрепить сложившиеся умения и навыки. Для детей с выявленной сенсорной дезинтеграцией необходимо дополнительно работать индивидуально в зале, в группе и на прогулке, как во время организованной образовательной деятельности, так и в режимных моментах, поддерживая инициативу и самостоятельность ребёнка.

Движение – это основа стимуляции вестибулярного аппарата.

Даже самые простые игры на двигательную активность отлично стимулируют вестибулярную систему ребёнка, тем самым развивают у него базовые сенсорные ощущения. Такие задания как, перепрыгнуть через лужу, пройти по бордюру, покружиться вокруг себя и остановиться, скатиться с горки, раскачаться на качелях – это основа развития. Детям, которым свойственна боязнь движения, эти игры помогут избавиться от страха. Эти упражнения могут выполнять воспитатели на прогулке в детском саду и родители в свободное время на уличной игровой площадке.

Для развития вестибулярного аппарата подойдут любые упражнения, в которых нужно менять положение головы, а также ловить и удерживать равновесие. Предоставьте ребёнку возможность прыгать, бегать, лазить, спускаться и подниматься по ступенькам, преодолевать препятствия. Это развивает не только вестибулярную систему, но также крупную моторику и физическую активность.

Упражнения на гимнастическом мяче – фитболе. На нём можно лежать на спине или животе, отпускать руки и ноги, стараясь не скатиться с мяча. Для этого

необходимо подобрать подходящий для ребёнка размер мяча. Ему должно быть удобно сидеть, поставив ступни на пол. Можно предложить ребёнку попрыгать на мяче или раскачаться из стороны в сторону. Взрослый может положить ребёнка животом на мяч, держа его при этом за ноги. Затем покачивать его вперёд, назад. Старайтесь делать так, чтобы при движении вперёд малыш касался руками пола. Такая нагрузка хорошо развивает координацию и физическую ловкость.

Игра «Перевозчик» – перенос предметов на голове. Это замечательное упражнение для тренировки вестибулярного аппарата и формирования правильной осанки. Педагог предлагает ребёнку переносить на голове более устойчивые предметы – книги, игрушки.

Выполняя упражнения на развитие баланса и чувства равновесия, можно пользоваться специальными балансировочными досками или массажными балансировочными подушками. Альтернатива специализированному оборудованию – это ходьба по бревну. Можно устроить соревнования, кто дольше простоит, пройдёт. Постепенно усложняя задачу – стоять на одной ноге, пройти на носочках.

Также развивают вестибулярный аппарат выполнение различных упражнений на вращения – вокруг своей оси, на специальном диске, в гамаке, на кресле. Ребёнок может начать кружиться в любую сторону с закрытыми глазами, затем по сигналу необходимо остановиться, открыть глаза и сохранить равновесие.

**Совет педагогам.** Старайтесь регулярно выполнять упражнения на развитие вестибулярного аппарата. При этом обязательно наблюдайте за реакцией ребёнка. Все занятия и игры должны радовать ребёнка, ни в коем случае не вызывать у него испуг и негативные эмоции. Подключайте родителей своих воспитанников к совместной работе. Так как в развитии вестибулярной сенсорной системы важна регулярная и слаженная работа всех участников образовательного процесса.

В нашем детском саду активно ведётся работа в этом направлении, созданы оптимальные условия для получения ребёнком с сенсорной дезинтеграцией достаточной сенсорной стимуляции. Слаженная работа воспитателя, учителя-дефектолога, педагога-психолога, инструктора по физической культуре и родителей воспитанников позволяет достичь стойкой положительной динамики в развитии сенсорной интеграции у дошкольников, испытывающих сложности в освоении образовательной программы.

**Для успешной познавательной, двигательной и интеллектуальной деятельности ребёнка необходимо, чтобы его вестибулярная система была развита! Успехов вам!**