**Развитие сенсорных функций у детей с синдромом дефицита внимания, гиперактивностью и расстройством аутистического спектра**

Центральное место в развитии ребёнка играет способность объединять информацию, поступившую по нескольким каналам восприятия, и далее интерпретировать её. В медицинской терминологии такая способность называется сенсорной. Именно с неправильным развитием этой способности связано множество часто встречающихся сегодня отклонений в развитии у дошкольников и детей младшего школьного возраста.

В частности, речь идёт о таких распространённых в последние годы диагнозах, как синдром гиперактивности и дефицита внимания и расстройства аутистического спектра. Так почему же у детей нарушается способность к адекватному восприятию окружающего мира?

Основные причины нарушений сенсорной фунуции кроются во врождённых проблемах, а также в нарушении процесса компенсаторного развития ребенка раннего возраста.

Дело в том, что ещё до рождения формируются три ключевые сенсорные системы – вестибулярная, тактильная и проприоцептивная (равновесие, чувствительность кожи, восприятие тела), позднее формируются обонятельная, зрительная, слуховая и вкусовая. Именно от них зависит, как будет проходить сенсомоторное и перцептивное развитие, формироваться познавательные способности ребенка, а, в итоге, обучение.

Цель терапии сенсорных нарушений – усилить или сбалансировать возможность центральной нервной системы обрабатывать внешние стимулы. Нередко для этого используются специальные инструменты, которые сегодня в изобилии представлены в продаже – всевозможные коврики, мешочки с песком и так далее. Но чаще всего корректировать отклонения чувствительности можно простейшими подручными средствами.

В связи с этим, возникает необходимость в применении эффективных методов и приемов для преодоления и развития вышеуказанных трудностей и успешной социализации детей данной категории. Считаю, что наиболее приемлемо использовать для развития сенсорных функций, метод сенсорных игр.

Сенсорными называются игры, которые нагружают (или разгружают) каналы восприятия и дают ребенку возможность получить новые чувственные ощущения:

- зрительные (ребенок видит яркие цвета, смешивание цветов);

- слуховые (ребенок слышит разнообразные звуки, от шуршанья опавших листьев до звучания музыкальных инструментов, учится различать их);

- тактильные (то, что ребенок ощущает посредством прикосновений, ощупывания: это и различные по фактуре материалы, от мягкого махрового полотенца до прохладной гладкой поверхности стекла; и различные по величине и форме предметы – большой мяч и крохотные бусинки, различные шарики и кубики; и соприкосновения, объятия с другим человеком);

- двигательные (ощущения от движений тела в пространстве и ритма движений – ходьба, бег, танцы);

- обонятельные (ребенок вдыхает и учится различать разнообразные запахи окружающего мира – от аромата котлетки и маминых духов до запаха деревянного забора и стальной перекладины);

- вкусовые (ребенок пробует и учится различать на вкус разные продукты питания и блюда).

Проведение сенсорных игр решает следующие задачи:

– переживание приятных эмоций, что положительно сказывается на настроении и поведении ребенка;

-возникновение эмоционального контакта с взрослым, используя вербальные и невербальные средства;

– получение ребенком новой сенсорной информации, что важно для расширения его представлений об окружающем мире;

– внесение в игру новых социальных смыслов посредством введения сюжетов, что в целом приближает ребенка к миру людей, дает новые представления о социальных взаимоотношениях;

– развитие познавательных и психических процессов: восприятия (формы, цвета, целостного восприятия), памяти, внимания, мышления, воображения, пространственных представлений.

Сенсорные игры позволяют раскрыть индивидуальность каждого ребенка, разрешить его психологические затруднения и вызвать ребенка с синдромом гиперактивности и дефицита внимания и расстройством аутистического спектра на контакт. Однако, важно соблюдать подходящую им сенсорную диету – набор ощущений, который, с одной стороны, восполнял бы нехватку, а с другой – понемногу помогал бы привыкнуть к слишком интенсивным сенсорным переживаниям.

Сенсорные игры условно делятся на несколько направлений. Игры, которые направлены на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Существуют игры, с помощью которых мы знакомим ребенка с окружающей действительностью и свойствами различных веществ и предметов. Выделяют также игры, которые направлены на осуществление психологической диагностики, коррекцию и развитие ребенка.

Вариантов сенсорных игр бесконечное множество. Я остановлюсь лишь на некоторых из них. К сенсорным играм можно отнести игры с водой, с песком, с крупами, игры со старыми газетами или журналами, игры с прищепками, игры с ватой и многие другие.

Сенсорные игры могут быть двигательными, к ним можно отнести попадание в цель различных предметов, ходьба по сенсорной дорожке с различными наполнителями и т.д.

Для развития зрительного внимания рекомендую использовать цветотерапию и светотерапию, что способствует улучшению цветового восприятия. В этих целях используют специальное оборудование со световым и цветовым эффектом, где цвет плавно перетекает один в другой, смешиваясь и образуя новые оттенки. Также развитию зрительного восприятия способствует складывание различных узоров по образцу, игры наподобие «Мемори», соединение половинок картинок и т.п. Существуют игры и на развитие слухового восприятия, к ним относятся игры, в которых детям предлагается понять, откуда звук, выделить одинаковые звуки, повторить звук, издаваемый музыкальными инструментами и т.д.

Для развития восприятия запаха использую, так называемые, ароматические мешочки, в которых могут быть различные специи, а также используются аромабаночки с эфирными маслами и баночки с секретом, в которых могут быть как приятные, так и неприятные запахи. А чтобы развивать вкусовое восприятие, детям предлагается на вкус с закрытыми глазами определить, что он только что попробовал.

Развитию восприятия пространства и времени, формы, величины и цвета способствуют игры, в которых ребенку показываются части тела на кукле и предлагается показать их на своем теле, игры, где ребенку нужно найти геометрические фигуры, определять какая фигура лишняя, можно собирать различные пирамидки и матрешки. Самым интересным способом является различные творческие работы с использованием пальчиковой краски, пластилина, теста, нанопластилина, зубной пасты, пены для бритья и т.д.

Кроме тех игр которые уже были описаны можно использовать игры с красками, с водой, с мыльными пузырями, со свечами, со светом и тенями, со льдом, аквагрунтом, с крупами, с пластичными материалами (пластилином, тестом, глиной), со звуками, с движениями и тактильными ощущениями. Чем больше видов сенсорных игр мы предложим детям с синдром гиперактивности и дефицита внимания и расстройства аутистического спектра, тем больше новых сенсорных ощущений и разнообразных положительно окрашенных эмоциональных впечатлений дадим ребенку.

Также в своей практике использую упражнения с предметами: составление контуров предметов из палочек (стол, дом, треугольник); тренажеры-шнуровки; нанизывание на шнурок пуговиц, крупных бусин; сортировка бобов, фасоли, гороха, а также перебор крупы (пшено, гречка, рис); застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, липучек, крючков; завинчивание и отвинчивание гайки, крышек у пузырьков, баночек; надевание и снимание колечка су-джок (массаж пальца); комканье платка (носовой платок взять за уголок одной рукой и вобрать в ладонь пальцами только одной руки); прикрепление бельевых прищепок; нахождение спрятанных предметов в «сухом бассейне»; катание мячей-ежиков (с шипами).

Отличным вариантом сенсорной игры послужит сенсорная коробка. Сенсорная коробка универсальна тем, что игры с ней можно адаптировать под любой возраст и придумывать различные вариации игр. Сенсорная коробка — это емкость с любым наполнителем, который только позволит ваша фантазия. Она даст возможность ребенку расширить свой тактильный опыт — он сможет трогать, пересыпать, переливать, исследовать, закапывать, откапывать и просто играть.

Кроме сенсорных коробок, полезным будет использование сундуков, контейнеров, органайзеров для сортировки различных круп или макаронных изделий. Сортировать можно по цветам, форме и размерам. А крупы и фасоль, например, можно использовать для выкладывания узоров, букв, цифр и даже целых слов.

Для звуковых сенсорных игр можно использовать поющие стаканы наполненные водой, различные бутылки с разным наполнением, это может быть песок, вода, камни, крупы и многое другое. В качестве музыкальных инструментов можно использовать совершенно неожиданные предметы, будь то кастрюли, ведра, ложки, тазы и разнообразные контейнеры.

Это лишь некоторые из сенсорных игр, которые можно использовать при работе с данной категорией детей. Важно отметить, что сенсорные игры не требуют больших затрат, для таких игр можно использовать совершенно разные предметы по текстуре, цвету, форме, весу, звуку, вкусу и запаху, в общем, использовать можно все, что позволит человеческая фантазия.

Можно предположить, что сенсорные игры могут способствовать переживанию приятных эмоций, что положительно скажется на настроении и поведении ребенка. Также этот метод позволит открыть новые возможности для проведения коррекционной работы, что повлияет на сам ход дальнейшего развития ребенка, это достигается за счет возникновение эмоционального контакта со взрослым в ходе сенсорных игр.

В ходе сенсорных игр ребенок получает новую сенсорную информацию, что способствует расширению его представлений об окружающем мире. А внесение в игру новых социальных смыслов посредством введения сюжетов, приближает ребенка к миру людей и дает новые представления о социальных взаимоотношениях.

Таким образом, сенсорные игры дают возможность детям получить положительный чувственный опыт одновременно с развитием визуального, обонятельного, аудиального, вкусового, осязательного восприятия, а также с развитием системы координации и представления о собственном теле.

Сенсорные игры помогут детям с различными нарушениями поведения, речи, мышления, эмоциональной сферы успешно преодолеть препятствия в развитии и социально адаптироваться в обществе.

Учитель-дефектолог Петкевич Л.А.