

*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

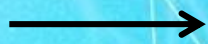
**Если Вы заметили у Вашего малыша несколько из перечисленных нарушений, предлагаем Вам упражнения для формирования у ребенка образа собственного тела**

# *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**