

Государственное автономное учреждение Иркутской области  
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ  
ПОМОЩИ»

**«Сенсорная интеграция в раннем возрасте»**

(методические рекомендации)

Иркутск, 2020

**«Сенсорная интеграция в раннем возрасте». Методические рекомендации / С.В. Сахьянова – Иркутск: ГАУ ЦППМиСП, 2020. – 46с.**

В методических рекомендациях рассмотрен вопрос о понятии сенсорной интеграции в раннем возрасте, причины ее нарушения, а также этапы развития. Предложены игры для детей раннего возраста с элементами сенсорной организации. Материал полезен педагогам дошкольных образовательных учреждений, специалистам служб ранней помощи, а также родителям.

Оглавление.....	3
<b>1. Понятие о сенсорной интеграции, ее мозговая организация и причины нарушения.....</b>	<b>4</b>
1.1 Тактильная дисфункция.....	8
1.2 Вестибулярная дисфункция.....	9
1.3 Аудиальная дисфункция.....	11
<b>2. Этапы развития сенсорной интеграции в раннем возрасте.....</b>	<b>13</b>
2.1 Первый год жизни.....	13
2.2 Второй год жизни.....	18
2.3 Третий год жизни.....	19
<b>3. Игры для детей раннего возраста с элементами сенсорной интеграции.....</b>	<b>20</b>
<b>4. ПРИЛОЖЕНИЕ.....</b>	<b>24</b>
<i>Приложение 1. Опросник для родителей детей в возрасте 0-3 лет.....</i>	<i>24</i>
<i>Приложение 2. Контрольный список вопросов для проверки наличия нарушений обработки сенсорной информации: признаки и симптомы дисфункции.....</i>	<i>29</i>
<i>Приложение 3. Признаки и симптомы нарушений обработки сенсорной информации (НОСИ) у младенцев (детей до 1 года) и детей второго года жизни.....</i>	<i>42</i>
<b>5. Литература.....</b>	<b>46</b>

## **1 Понятие о сенсорной интеграции, ее мозговая организация и нарушения**

Немногие из нас задумываются о том, как работает наш мозг. Мозг управляет всей жизнедеятельностью человека, в тоже время он ежесекундно обрабатывает информацию, поступающую от органов чувств – таких как зрение, слух, вкус, осязание, обоняние, а также еще двух видов ощущений вестибулярных (возникающих при различных типах движения, чувство равновесия) и проприоцептивных (ощущений от положения частей собственного тела относительно друг друга и в пространстве).

Нарушения сенсорной интеграции у ребенка, мешает ему успешно справляться с заданиями, контролировать свое поведение, овладевать речевыми навыками. Такие сенсорные нарушения встречаются у детей во всем мире, они приводят к тому, что способные дети плохо понимают инструкции несмотря на хорошее воспитание в семье и благоприятную окружающую среду.

Недостаточная сформированность сенсомоторного образа предмета (явления) вызывает невозможность появления у ребенка чувственных концептов, необходимых для развития ребенка. Как отмечает в своей книге «Развитие сенсорной сферы детей» Метилева Л.А.: «Знания, не подкрепленные чувственным опытом, неотчетливые и непрочные, зачастую искаженные» [6, с.3]. Большинство детей с различными нарушениями в развитии легче познают и запоминают новое, если педагог в процессе работы применяет полисенсорный подход, то есть в работу включаются все органы чувств ребенка. Как правило, сенсорные игры, то есть те игры, которые помогают детям получать чувственные ощущения, являются привлекательным видом деятельности для ребенка, такие игры обеспечивают эмоционально насыщенный фон занятия, направлены на преодоление негативизма.

Впервые Доктор Э.Дж. Айрес в США начала разрабатывать теорию сенсорной интеграции и связанные с ней процедуры оценки пациентов и стратегии вмешательства в 1950-х годах. После выхода в свет книги «Сенсорная интеграция и ребенок» в конце 70-х годов многие аспекты ее работы стали широко известны. Джейн Айрес в процессе практической работы пришла к созданию теории нарушения работы сенсорных систем — теории дисфункции сенсорной интеграции, которая привлекла внимание многих специалистов, занимающихся проблемами развития ребенка. Джейн Айрес, увидела проблему, которая мешает развитию, по крайней мере, каждого десятого ребенка на земле, которую до нее не понимали, не

диагностировали и не замечали. Более чем 70% детей, имеющих какие-либо отклонения в развитии речи, двигательной и эмоциональной сферы, проблемы с обучением, поведением, общением, имеют нарушение работы сенсорных систем.

Никакая часть центральной нервной системы не работает изолированно: информация передается от одной ее части к другой. Прикосновения помогают видеть, зрение — удерживать равновесие, равновесие — ощущать положение тела в пространстве и двигаться, движение помогает обучению. Мозгу необходима постоянная стимуляция, она возбуждает мозг и создает в нем функциональную активность. Таким образом, становятся возможными дыхание, поглощение пищи, ходьба, речь и т. д. Достаточная стимуляция ведет к увеличению числа связей между мозговыми клетками.

С самого рождения дети развиваются только при условии постоянной стимуляции ощущениями от собственного тела и окружающей среды. Итак, Джейн Айрес определила **сенсорную интеграцию** как процесс упорядочивания ощущений, которые в дальнейшем будут как-либо использованы. Ощущения дают нам информацию как изнутри, о физическом состоянии нашего тела, так и извне, ощущения о состоянии внешней среды. Ощущения от разных рецепторов постоянно поступают в наш мозг, и он постоянно обрабатывает информацию: от органов чувств — зрения, слуха, обоняния, вкусовых рецепторов, осязания, а также ощущений от всего тела — вестибулярных и проприоцептивных.

Мозг должен организовать эти ощущения, так как человеку необходимо двигаться, учиться и вести себя подобающим образом. Мозг определяет область соответствующих ощущений, сортирует и располагает их в определенном порядке. Если же поток ощущений хаотичен, не интегрирован, то это находит отражение в различных отклонениях, особенно в поведении и способности к обучению.

Таким образом, **сенсорная интеграция:**

- является бессознательным процессом, который протекает в головном мозге (человек не задумывается, как осуществляется процесс сенсорной интеграции, как не задумывается, например, о процессе дыхания);
- организует ощущения, поступающие от органов чувств (зрения, слуха, вкуса, осязания, обоняния, воздействие силы тяжести и положение тела в пространстве);

- делает испытываемые человеком ощущения значимыми, фильтруя информацию и отбирая лишь то, на чем следует сконцентрироваться в данный момент (например, слушать родителей в данный момент и не обращать внимания на уличный шум);
- позволяет человеку осмысленно действовать и реагировать на ситуацию, в которой он находится (формирование адаптивного ответа на ситуацию);
- формирует базу для теоретического обучения и социального поведения.

Сенсорная интеграция начинает развиваться у младенца еще в утробе матери, когда ребенок ощущает движения материнского тела. В дальнейшем ребенок в первый год жизни овладевает такими умениями как – ползание, вставание, только при условии, что в его мозге будет идти и развиваться активнейшая сенсорная интеграция. Ребенок развивает свою сенсорную интеграцию, по-разному взаимодействуя с окружающим миром, приспособляя свое тело и мозг для решения физических задач, с которыми он сталкивается в детстве. Наилучшую возможность для развития сенсорной интеграции дает адаптивный ответ.

**Адаптивный ответ** — это обоснованный и целенаправленный отклик на ощущения. Посредством адаптивных ответов ребенок на каждом этапе своего развития справляется с определенными задачами и познает что-то новое. Формирование адаптивных ответов помогает мозгу развиваться и организовывать свою работу, включает сенсорную интеграцию. А с развитием сенсорной интеграции улучшается самоорганизация, и становятся доступными более сложные навыки.

Джейн Айрес отмечает, что первые семь лет жизни ребенка его мозг в основном работает как устройство для обработки сенсорной информации, поэтому этот период называют – периодом сенсомоторного развития. Дети воспринимают окружающий мир, предметы и делают выводы о них согласно своим ощущениям, их адаптивные ответы имеют двигательную, мышечную природу, нежели ментальную. По мере взросления некоторые сенсомоторные навыки заменяются ментальными и социальными, однако именно сенсомоторные навыки являются основой формирования последних [2].

Сенсорная интеграция необходимая для овладения сенсомоторными навыками, такими как движение, говорения, игра, закладывает фундамент более сложной интеграции необходимой для овладения чтением, письмом и адекватным поведением.

Идеальной сенсорной интеграции либо ее полного отсутствия не существует, у одних она на редкость хорошая, у других – средняя, у третьих – слабая. Сбой в сенсорной интеграции вычлениить очень сложно. Специалист наблюдает, как ребенок играет, как действует в той или иной ситуации, как выполняет стандартные тесты и на основе этого делает вывод о том, как работает его мозг. Нарушение сенсорной интеграции проявляется в ряде симптомов, некоторые из них видны уже в младенческом возрасте.

Дети в **младенческом возрасте** с нарушениями сенсорной интеграции начинают ползать, переворачиваться, сидеть, вставать и ходить позже своих сверстников. Такие дети кажутся неловкими, неуклюжими, спотыкаются во время бега, часто падают, ударяются о предметы, у них отмечается нарушения координации движений, отмечаются проблемы в овладении игровыми навыками. Ребенок не в состоянии интегрировать ту информацию, которая поступает от глаз, ушей, рук, тела и поэтому не в состоянии дать адаптивный ответ на то, что он слышит, видит и чувствует. Он пропускает детали или не понимает действий других людей и детей. Не интересуется игрушками, чаще сверстников ломает предметы, чаще получает повреждения. Таким детям задачи, которые ставят перед ними взрослые, кажутся трудными и непонятными. В свою очередь взрослым кажется, что ребенку попросту неинтересно, но неинтересно ему потому, что его ощущения и ответы на них не дают ему никакой информации и не приносят удовлетворения.

Задержка речевого развития тоже свидетельствует о нарушении сенсорной интеграции. У некоторых детей отсутствует организация тактильных ощущений, они необщительны, держатся в стороне, не позволяют прикасаться к себе. Очень часто нарушение сенсорной интеграции у детей является причиной гиперактивности.

Некоторые негативно реагируют на свет, шум. Зачастую дети проявляют злость и агрессию, как проявления спонтанных реакций на ощущения невыносимые для ребенка. Так как сенсорная интеграция протекает бессознательно и контролю не подлежит, ребенок не может ни объяснить свои проблемы, ни понять происходящее. Зачастую взрослые усугубляют ситуацию, предлагая ребенку непосильные задания, а также может отсутствовать деликатная поддержка со стороны родителей и педагогов.

## **Причинами нарушения сенсорной интеграции могут быть:**

- наследственная предрасположенность, влияние вредоносных вирусов и химических веществ на развивающийся мозг, кислородное голодание плода во время беременности и родов, сенсорная депривация (недостаточность сенсорной стимуляции). Мозг в условиях сенсорной депривации перестает работать, так как не получает новых сенсорных ощущений, происходит дезинтеграция перцептивных процессов (процессов восприятия через различные органы чувств) [2].

Итак, нарушение обработки сенсорной информации проявляется в следующих симптомах и признаках, причем как отмечает автор книги «Ребенок не в синхроне» (1995), русский перевод «Разбалансированный ребенок» (2012) Кэрол Сток Крановиц, у ребенка с сенсорной дисфункцией необязательно присутствуют все перечисленные симптомы. Например, у ребёнка с вестибулярной дисфункцией может страдать равновесие, но при этом он может иметь хороший музыкальный слух [5].

Иногда ребенок демонстрирует в какой-то день симптомы дисфункции, а на следующий день все нормально. У ребенка также могут проявляться определенные симптомы сенсорной дисфункции, но он может ее не иметь. Например, эмоциональный ребенок может проявлять гиперсенситивность к тактильной стимуляции, избегая прикосновений. Также ребенок может сохранять гиперсенситивность к одним стимулам и гипосенситивность к другим. Например, проявлять чувствительность к легким прикосновениям и в тоже время совершенно спокойно переносить боль от ушиба.

Каждый человек испытывает те или иные сенсорные проблемы, так как никто из нас не может сохранять прекрасную регуляцию на протяжении долгого времени, в силу различных причин, мешающих нормальной работе мозга, вызывая либо его сенсорную перегрузку, либо депривацию.

Нарушение сенсорной интеграции проявляется в гипер- (повышенной чувствительности) или гипосенситивности (наоборот пониженном пороге чувствительности).

**1.1. Тактильная дисфункция**, может проявляться либо в гипер - либо в гипосенситивности, гиперсенситивность к прикосновению выражается в защитной тактильной реакции, гипосенситивность к прикосновению в недостаточной реакции.

Гиперсенситивность проявляется: легкое или неожиданное прикосновение вызывает страх, тревогу, агрессию; страшится или даже избегает находиться близко к другим людям или ровесникам; не любит причесываться; не любит, чтобы его целовали, вытирает место поцелуя; предпочитает обниматься; чрезмерно бурная реакция на маленький порез, царапину или укус насекомого; избегает прикосновения к определенным материалам (одеялам, коврикам, чучелам животных); отказывается надевать новую или жесткую одежду, одежду из грубых тканей, с высоким воротом, джинсы, шапки, ремни и т.п. избегает игры с участием рук; впадает в сильное расстройство из-за грязных рук и часто стремится их протереть или вымыть; не терпит одежды, натирающей кожу, готов носить шорты и безрукавки круглый год; или наоборот, предпочитает носить длинные рукава и штанины круглый год, чтобы не подвергать кожу внешним воздействиям; впадает в стресс из-за необходимости умываться; чрезвычайно капризен в еде, осуществляет строгий подбор вкусов и структур еды, смесь частиц разной консистенции не употребляет, отказывается от горячего и холодного, отказывается пробовать новое; может ходить только на носочках.

Гипосенситивность проявляется: стремится к прикосновению, ему необходимо потрогать все и всех; не замечает, что к нему прикоснулись или налетели на него, если только не сделать это с особой силой или интенсивностью; не обращает особого внимания на раны (порезы, синяки), не расстраивается из-за уколов, может даже заявить, что ему нравятся уколы; может не обратить внимания на то, что руки или лицо грязные, нос течет; может проявлять самоагрессию: щипать, кусать себя, бить себя по голове; все время что-нибудь тянет в рот; часто причиняет больно другим детям или животным в процессе игры; постоянно трогает поверхности или объекты, которые приносят успокоение (например, одеяло); ищет поверхности и структуры, дающие интенсивную тактильную стимуляцию; очень любит «грязные» игры (игры с песком, глиной, пеной) и ищет их; любит вибрацию или другие сильные сенсорные сигналы; предпочитает очень острое, сладкое, кислое или соленое.

## **1.2. Вестибулярная дисфункция проявляется:**

Гиперсенситивность к движению (чрезмерная реакция: избегает/не любит детские площадки: качели, лесенки, горки, карусели; не любит лифты и эскалаторы, может сесть, когда приходится в них заходить, его может укачать в/на них; боится высоты, даже подняться на бордюрчик или

ступеньку; боится оторвать ступни от земли; боится подниматься и спускаться по лестнице, ходить по неровной поверхности; боится быть перевернутым вверх тормашками, вбок, назад; решительно отказываться мыть голову в положении наклонившись над раковиной; замирает, если кто-то другой начинает его двигать, например, пододвигает его стул поближе к столу; может бояться кататься на велосипеде, осваивать его с большими сложностями, может бояться прыгать, скакать, балансировать, стоя на одной ноге, особенно с закрытыми глазами; легко теряет равновесие и может казаться неуклюжим; боится тех видов деятельности, которые требуют хорошего равновесия; избегает резких и вращательных движений.

Гипосенситивность к движению (недостаточная реакция: находится в постоянном движении, кажется, не может посидеть смирно ни минуты; стремится ко всему, что дает ощущение быстрого, интенсивного движения, вращения; любит, чтобы его подбрасывали вверх; может кружиться часами, не испытывая при этом головокружения; в парках аттракционов любит все быстрое, напряженное и/или пугающее; постоянно прыгает по мебели, на батуте, крутится на крутящемся стуле, переворачивается вверх тормашками; любит кататься на качелях как можно выше и как можно дольше; ищет источники возбуждения, приключений, нередко опасных; постоянно бежит, подпрыгивает, подскакивает и т.п. вместо простой ходьбы; когда сидит, раскачивается всем телом, трясет ногой или головой; любит быстрые внезапные движения, например, когда машина или велосипед подскакивают на бугристой дороге.

**Низкий мышечный тонус и/или координация:** расслабленное тело; часто «сползает», ложится и/или опирает голову на руку, работая за письменным столом; легко устает; трудно поворачивать ручки (дверные и прочие), открывать и закрывать объекты; при падении не может сгруппироваться и удержаться; сложности с одеванием и застегиванием пуговиц и всяких прочих застежек; плохо осознает свое тело; натывается на предметы, сбивает предметы, спотыкается, кажется неуклюжим; плохая крупная моторика; плохо прыгает, ловит мяч, влезает по лестнице, не может манипулировать марионеткой; плохая мелкая моторика; сложности в пользовании инструментами, карандашом, столовыми приборами, гребешком, ножницами и т.д.; сложно выучить движения упражнения или танца.

**Проприоцептивное чувство:** сигнал от мышц и суставов о положении тела, весе, давлении, растяжении, движении и изменении положения в пространстве, поиск сенсорных переживаний: стремится к возможности

попрыгать, свалиться/навалиться; топают ногами во время ходьбы; стучит ногами по полу или по стулу, когда сидит; кусает/сосет пальцы и/или часто хрустит суставами пальцев; любит плотно завертываться во много одеял или в тяжелое одеяло, особенно при отходе ко сну; предпочитает одежду (а также ремни, капюшоны и шнурки) как можно более тесную; любит ощущение хлюпанья, расплющивания и стремится к нему; любит грубоватые объятия; чрезмерный стук игрушками и другими объектами; часто намеренно падает на пол; готов часами прыгать на батуте; скрипит зубами в дневное время; любит пихать, тащить, волочить объекты; любит прыгать с мебели и с других высоких объектов; часто ударяет, толкает других детей, наваливается на них; жуёт ручки, соломинки, рукава рубашки и т.д.

**Сложности с упорядочиванием движения:** не может оценить, насколько согнуть и растянуть мышцы при выполнении какого-то действия (например, вдеть руку в рукав или залезть куда-то); сложности с регулировкой давления при письме/рисовании: может нарисовать так, что почти ничего не видно или, наоборот, тут же сломать грифель карандаша; постоянно ломает игрушки и другие объекты; не может правильно определить вес объекта, может слишком надавить на стакан с соком или жаловаться, что объект слишком тяжелый, не приложив достаточной силы; сжимает предметы слишком сильно, хлопает дверьми, ставит объекты с силой и грохотом.

### **1.3. Аудиальная дисфункция (при исключении проблем со слухом)**

Гиперсенситивность к звуку (аудиальная защитная реакция): отвлекается на звуки, в норме не замечаемые другими; например, гудение лампы или холодильника, вентилятора, обогревателя, тиканье часов; пугается звуков (пылесоса, фена, скрипа обуви, лая собаки); замирает или отвлекается на неожиданный громкий звук; раздражается/отвлекается на фоновые шумы за пределами здания, например, на звуки стройки; часто просит людей не шуметь, не говорить, не петь; при неожиданном громком звуке убегает, вскрикивает, закрывает уши руками; может отказаться от посещения кино и т.д.

Гипосенситивность к звуку (недостаточная регистрация звуков): часто не реагирует на словесное обращение, на обращение по имени; кажется, что сам шумит исключительно ради шума как такового; любит слушать музыку и телевидение очень громко; кажется, что плохо понимает и запоминает на слух; кажется, что не понимает направление источника звука; нередко вслух

и достаточно громко сам направляет себя во время выполнения задания; в младенчестве мало или совсем не вокализировал и не гулил; нуждается в неоднократном повторении инструкций, иначе часто переспрашивает.

### **Признаки дисфункции орального сигнала**

Гиперсенситивность к оральному сигналу (оральная защитная реакция): капризен в еде, часто имеет крайние предпочтения, например, очень ограниченный набор продуктов, отказывается пробовать новую еду отказывается есть в гостях; может есть только мягкую или пюреобразную еду после 2-х лет; может давиться едой плотной консистенции.

**Признаки нарушения обонятельной функции** (чувствительность к запахам), гиперсенситивность к запахам (чрезмерная реакция): отрицательно реагирует на запахи, которые не беспокоят большинство или даже не замечаются в норме другими людьми; сообщает людям (или говорит об этом с другими), как неприятно или странно они пахнут; отказывается есть какие-то продукты из-за их запаха; запахи уборной, пота вызывают сильную негативную реакцию или даже тошноту; запах духов и одеколona вызывает раздражение, возможно, сильное; раздражают бытовые и кухонные запахи; может отказаться от игры в чьем-то доме из-за запаха; запах является ведущим критерием для определения нравится или не нравится конкретный человек или конкретное место.

Гипосенситивность к запахам (недостаточная реакция): сложности с различением неприятных запахов; может съесть или выпить что-то ядовитое, потому что не чувствует отвратительного; запаха; не может определить запахи специальных «нюхательных» наклеек; не замечает запахи, на которые жалуются окружающие; не замечает или игнорирует неприятные запахи; тщательно обнюхивает новые предметы, людей, места; нюхание предмета — один из способов взаимодействия с ним [2, 1, 5].

Говоря о сенсорной интеграции, следует отметить два главных процесса, регулирующих работу нервной системы, процессы возбуждения и торможения. Возбуждение - процесс высвобождения нейроном собственной энергии в ответ на раздражение, торможение - активный процесс, в результате которого возбуждение нейрона прекращается или затрудняется его возникновение. Сочетание возбуждающих и тормозящих сигналов вызывает модуляцию – процесс самоорганизации нервной системы. Нервная система модулирует сама себя, сообщая больше энергии одним сигналам и ослабляя энергию других. Любой сенсорный или двигательный процесс

включает комплексную организацию возбуждающих факторов - чтобы нужные сообщения дошли до адресата, а также подавляющих факторов - чтобы сократить число ненужных импульсов.

Большое значение в развитии ребенка играет формирование нейронных связей для того, чтобы такие связи появились, нейроны нуждаются в стимуляции. Сенсорная система развивается только в том случае, если на нее воздействуют силы, активизирующие ее рецепторы. Так для развития зрительной системы необходимы зрительные образы, для развития слуховой системы – звуки, для развития проприоцептивной и вестибулярной систем – движение тела. Чем больше у ребенка формируется нейронных связей, тем более способен он к обучению, тем более развит его интеллект [2,3, 4].

## **2. Этапы развития сенсорной интеграции с рождения и до трех лет.**

### **2.1. Первый год жизни**

В первые годы жизни ребенок учится взаимодействовать с окружающим миром, ощущать свое тело, перемещаться в пространстве, узнает, что означают разные звуки, учится разговаривать. Приобретает навыки взаимодействия с разными окружающими его предметами (мебель, игрушки, посуда, книги, одежду и т.д.), а также взаимодействовать с другими людьми. Каждый из перечисленных аспектов дает ребенку разнообразную сенсорную информацию, и чтобы ее использовать и эффективно взаимодействовать с миром ребенок должен развивать сенсорную интеграцию.

### **Первый месяц жизни.**

*Осязание.*

Реакции малыша носят рефлекторный характер, ребенок может уже интерпретировать ощущения от прикосновений, отвечая на них рефлекторными движениями. Для младенца тактильные ощущения приносят эмоциональное удовлетворение, ребенок еще не различает места прикосновения, очень важен для малыша физический контакт с матерью, только в этом случае между ними формируется связь и мозг малыша успешно развивается.

### *Сила тяжести и движение.*

Так же новорожденные реагируют на ощущение действия силы тяжести и движения. Если, держа младенца на руках, внезапно опустить его сантиметров на 30-40, он встревожится, раскинет руки в стороны, а потом приведет их к средней линии тела, словно пытаясь за что-либо ухватиться. Это первая двигательная схема, в которой задействовано все тело целиком. Рефлекторные ответы являются базой для развития более сложных адаптивных ответов. Если взять месячного младенца на руки: его голова лежит на вашем плече, но он сделает несколько неловких попыток ее поднять. Так происходит потому, что сила тяжести стимулирует определенную часть мозга, которая, в свою очередь, активирует мышцы шеи, поднимающие голову. Спустя несколько недель этот адаптивный ответ улучшится настолько, что ребенок сможет поднимать голову в позе лежа на животе.

Для младенцев очень важны ласковые ритмичные движения, ощущения плавных движений организует работу мозга. Ощущения, делающие ребенка счастливым, интегрируются.

### *Ощущения в мышцах и суставах.*

Месячный малыш без труда устраивается на руках у того, кто его держит, в этом ему помогают ощущения, идущие от мышц и суставов. В первый месяц жизни ребенок совершает много случайных и несимметричных движений, которые впоследствии становятся организованными. Например, лежа на животе, малыш как бы пытается ползти. Эти движения возможны потому, что мышечные, суставные и вестибулярные ощущения стимулируют его нервную систему, приказывая телу двигаться. А внутренние импульсы в это время помогают организовать эти движения.

### *Зрение.*

Зрение у месячного ребенка организовано еще не очень хорошо. Фокус его зрительного поля размыт, Первый шаг в развитии зрения – это обучение слежению за движущимся объектом взглядом, а затем и при помощи поворота головы. Для этого адаптивного ответа необходимо получить ощущения от глазодвигательных мышц и мышц шеи в сочетании с вестибулярными и двигательными ощущениями, идущими от внутреннего уха.

### *Слух.*

Ребенок реагирует на всевозможные звуки, пока он не в состоянии понять значение звуков. Малыш поворачивается в сторону звука или улыбается, услышав голос мамы. Ребенок и сам издает горловые рефлекторные звуки, мышечные сокращения в горле, вызывающие такие звуки, порождают ощущения, помогающие развитию речевых зон мозга.

*Запах и вкус.*

Обоняние и вкус у младенцев хорошо развиты. Сосание служит адаптивным ответом на ощущения вкуса и запаха, и у детей, как правило, этот рефлекс проявляется с самого рождения.

Итак, в возрасте месяца младенец уже демонстрирует огромное количество адаптивных ответов на ощущения, особенно на те, которые он получает от своего тела и от действия силы тяжести. Многие ответы были встроены в его нервную систему еще до рождения и включаются благодаря тому, что ребенок ощущает силу тяжести, движения и прикосновения. Без интеграции, происходящей во время этой простой сенсомоторной активности, нормальное развитие было бы невозможно.

### **Второй и третий месяц жизни.**

*Глаза и шея.*

Двигательные функции у младенцев развиваются по направлению от головы к ногам. Глаза и шея – вот первые части тела, которые ребенок учится контролировать. Удержание головы и взгляда — это базовая способность, крайне важная для выживания. Для этого мозг должен интегрировать три вида ощущений: 1) от внутреннего уха (действие силы тяжести и движения тела), 2) от глазодвигательных мышц и 3) от мышц шеи. Мозг их все объединяет, чтобы определить, как удержать взгляд и шею неподвижными.

*Движение вверх.*

Ребенок научившись держать голову прямо, пытается с помощью мышц спины и руку оторвать верхнюю часть туловища от пола, это происходит в положении лежа на животе. Желание малыша приподнять грудную клетку вызвано в основном ощущением силы тяжести, которая заставляет мозг сокращать мышцы верхней части спины.

*Хватание.*

Малыш захватывает предметы всеми пальцами, делая это еще автоматически. Он тянется за предметами, трогает людей, но из-за отсутствия координации между рукой и глазом не может сделать это как следует. Как только он научится интегрировать телесные ощущения с тем, что он видит, его движения станут целенаправленными и осознанными.

#### **Четвертый и шестой месяц.**

##### *Руки.*

Ребенок уже может выполнять крупные движения, например, стучать ложкой по столу, ему нравится влиять на окружающий мир. Один из самых важных в этом возрасте этапов развития начинается, когда ребенок непроизвольно соединяет кисти рук у груди так, что они касаются друг друга. Это служит признаком развития координации между двумя сторонами тела. Еще один шаг ребенок делает несколько месяцев спустя: удерживает игрушки в обеих руках и стучит ими друг о дружку. Эти действия требуют наличия очень важного типа сенсорной интеграции, который должен появиться задолго до того, как малыш поймет, что такое право и лево. Ребенок начинает манипулировать с предметами, теперь он выполняет действия, которые он планирует сам. С каждым новым видом активности необходимость в «двигательном планировании», а также в сенсорной интеграции возрастает.

##### *«Поза самолет»*

В возрасте примерно шести месяцев нервная система становится особенно чувствительна к воздействию силы тяжести на положение головы, когда ребенок лежит на животе. Поэтому ребенок активно стремится поднять голову, верхнюю часть спины, руки и ноги одновременно. Малыш балансирует всем телом, опираясь на живот, и со стороны он похож на маленький самолетик. Специалисты называют это разгибанием из положения лежа. Оно является существенным шагом в развитии мышц, которые впоследствии будут принимать участие в осуществлении координированных переворотов, вставании и ходьбе.

##### *Движение.*

Полугодовалые дети испытывают удовольствие, когда их перемещают, покачивают, поднимают на руках. Активное движение и обостряющееся ощущение гравитации, которые ребенок теперь может интегрировать, приносят ему наслаждение.

## **Шестой – восьмой месяц жизни.**

В этот период ребенок начинает сам активно перемещаться из одного места в другое, так называемое развитие локомоции (передвижение, связанное с активным перемещением в пространстве). Благодаря этому ребенок может исследовать гораздо больше предметов и людей. Ползание на животе и на четвереньках интегрирует множество ощущений и помогает ребенку формировать представление о себе, быть независимым.

### *Пространственная перцепция.*

Способность перемещаться дает ребенку возможность познавать окружающее пространство, снабжает ребенка знаниями между ним и различными предметами. Чтобы оценить расстояние, одного зрения недостаточно: мозгу требуется чувствовать дистанцию, основываясь на ощущениях движения тела. Переползая с места на место, малыш изучает физическую структуру пространства, и это помогает ему понять то, что он видит. Способность точно оценивать расстояние влияет и на точную оценку размеров объектов. Если ребенок в этом возрасте плохо интегрирует ощущения, которые он получает ползая, то позднее у него могут возникнуть трудности с оценкой расстояния и размеров.

### *Двигательное планирование.*

Ребенок осознанно манипулирует предметами, для совершения серии движений в определенном порядке, мозгу необходим план, телесные ощущения дают информацию о таком планировании. В этом возрасте дети начинают искать отсутствующие в поле их зрения или чем-либо накрытые предметы. Так начинает формироваться способность мысленно представлять объекты.

### *Лепет.*

У ребенка к этому времени появляется лепет, он произносит цепочки слогов, отдельные звуки, вокализации. Лепет вызывает определенные ощущения в суставах челюсти, мышцах и коже вокруг рта, эти сигналы поступают в мозг. Мозг накапливает подобные ощущения в процессе интеграции, и ребенок учится произносить более сложные звуки.

## **Девятый – двенадцатый месяц жизни**

### *Положение стоя.*

Одно из важнейших событий раннего детства – малыш самостоятельно встает, преодолевая силу тяжести. Поза стоя – это результат многомесячной интеграции различных ощущений – мышечных, суставных, вестибулярных.

### *Игра.*

Один из важнейших аспектов развития – это формирование способности пересекать рукой среднюю линию тела. Играя и манипулируя с предметами, одна из рук ребенка все чаще тянется к противоположной стороне тела.

### *Речь.*

У ребенка появляются первые слова, он лучше понимает речь окружающих, все предшествующее сенсомоторное развитие стимулирует зоны мозга, которые отвечают за развитие речи.

## **2.2 Второй год жизни.**

В этом возрасте дети учатся ходить, говорить, планировать сложные действия и эффективно выполнять их. Без тех умений сенсорной интеграции, которые они приобрели в первый год жизни, научиться этому было бы крайне нелегко. Дети активно перемещаются в пространстве, совершая различные движения, в процессе этого они собирают сенсорную информацию о работе своего тела и устройстве окружающего мира. Ко второму году жизни происходит локализация прикосновений, ребенок может определить место касания и совершить соответствующую реакцию. Тактильные ощущения дают мозгу информацию о теле, о том, где оно начинается и заканчивается. Осознание своего тела важнее зрительного представления о нем. Как уже отмечалось, в этом возрасте дети совершают различные движения, которые приносят множество сенсорных ощущений, телесных и вестибулярных, у ребенка формируется представление о силе тяжести, о том, как взаимодействуют части его тела, что они могут делать и что не могут, какие ощущения приятны, а какие неприятны. Именно в процессе этого у ребенка формируется *перцепция (восприятие) своего тела, схемы своего тела.*

На втором году жизни у ребенка начинает появляться чувство независимости, ребенок воспринимает себя как отдельную личность, ощущает свое тело как физическое целое, способен самостоятельно

передвигаться. Влияя на окружающий мир, ребенок развивает самостоятельность, поэтому ему так нравится вытаскивать посуду из шкафа, разбрасывать вещи и игрушки, пинать предметы, разрисовывать стены.

### **2.3. Третий год жизни.**

Именно этот возраст играет ключевую роль для сенсорной интеграции, так как именно в это время мозг наиболее чувствителен к ощущениям и лучше их организует. Внутренний импульс побуждает детей быть очень активными и приобретать всевозможные физические навыки. Адаптивные ответы усложняются, и каждый из них расширяет способность ребенка к сенсорной интеграции. Развивается чувство равновесия, координация движений, планирование последовательности движений. Дети любят игровые площадки, качели, карусели, эти средства удовлетворяют их потребность в развитии нервной системы. В этот период дети учатся пользоваться различными инструментами, такими как лопатка, бумага, карандаши, пуговицы, молнии. Для того, чтобы совершить действие с тем или иным предметом, мозгу необходима сенсорная информация, накопленная ранее. К этому времени развитие осязания практически завершается, вестибулярный аппарат и двигательные ощущения уже также практически сформированы, давая возможность, к примеру, идти по узкой жердочке. Большинство мышечных и суставных ощущений интегрированы, и ребенок хорошо планирует последовательность действий, хотя эта способность сформируется у него окончательно в течение нескольких следующих лет. Понимание языка и речь развиты достаточно, чтобы выражать потребности и предпочтения.

Таким образом, подводя итог, следует отметить, что период от рождения до трёх лет – является важным этапом сенсомоторного развития ребенка, в процессе которого происходит накопление и интеграция знаний о собственном теле, об окружающем мире и о его физических законах. За первые годы жизни движения и игр дети обретают сенсомоторную зрелость, которая впоследствии служит основой интеллектуального и социального развития [2].

### **3. Игры для детей раннего возраста с элементами сенсорной интеграции**

Цели: развить, усилить, сбалансировать обработку сенсорных стимулов нервной системой. В перспективе это:

- развитие тактильного, зрительного, слухового, вкусового и обонятельного восприятия;
- развитие высших психических функций;
- совершенствование моторики;
- стимуляция познавательной активности;
- формирование и развитие всех компонентов речи;
- коррекция и развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сферы;
- совершенствование игровой, предметно-практической и трудовой деятельности;
- помощь в адаптации ребенка к новым условиям.

В работе используются различные материалы, игры и оборудование, способные стимулировать органы чувств и способствующие развитию основных видов восприятия: восприятия положения тела в пространстве, тактильного восприятия, зрительного, слухового, вкусового и обонятельного восприятия.

**Гравитационное восприятие (восприятие положения в пространстве) можно развивать, используя:**

- качели различных модификаций, на которых можно качаться в различных положениях;
- гамаки из лайкры, создающие эффект плотного облегания и просто гамаки;
- качели-гнезда, где можно спрятаться, качание на простыне (игра «Море»);
- доски-балансиры, надувные балансиры;
- фитболы большого диаметра (из несскользящего материала);
- дорожки из веревок, «кочек», невысокой качающейся доски, по которым необходимо пройти, сохраняя равновесие;

- горки прямые, спиральные, плоские и в виде трубы, самодельные из мягких модулей;
- батуты;
- тоннели, маты, под которыми можно проползти;
- групповые активности с шелковым разноцветным парашютом (хоровод «надуваем пузырь», прятки, пробегание, прыжки под ним, выполнение задания, пока он в воздухе, разделение задания по цвету сегмента, под которым ребенок находится).

Любое оборудование может быть заменено на подобное или обладающее схожим воздействием. Главное – активное участие и контроль со стороны взрослого за выполнением и безопасностью игры. Так, например, вместо гамака может быть использована простыня, на которой можно раскачивать ребенка под известный старинный текст «Море волнуется раз». Раскачивая ребенка в простыне (силами двух взрослых), ритмично произносим, форсируя звук к кульминации: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три (пауза)...Ваня к нам приплыви! Буль, буль, буль...» и активно встряхиваем ребенка в простыне. А затем аккуратно опускаем на мат или ковер (обязательно сначала ноги).

Дети воспринимают эту игру, как расслабление и награду за выполнение заданий. Игра позволяет не только почувствовать свое тело в непривычном положении, но и четко ощущать временной интервал воздействия за счет размеренного постоянного текста и выделения голосом кульминации упражнения. Также дети отлично вовлекаются в игру за счет подражания и желания последовать за товарищем. Отлично отрабатывается очередность, а тем, кому гравитационный опыт дается с трудом, все это позволяет превозмочь тревогу.

#### **Для развития тактильного восприятия можно использовать:**

- бассейн с водой и всевозможными приспособлениями для переливания, отжимания, разбрызгивания, изменения свойств воды и декорирования дна и «берегов» бассейна;
- баночки с водой и декором для рассматривания и манипулирования;
- тактильное панно из разных материалов (кожи, меха, перьев, шерсти и т.п.);
- тактильные мешочки и дорожки;

- сенсорные коробки - контейнеры с различными наполнителями (песком, крупами, травой, камешками, а также бусинами, гидрогелем, тканями, лентами, нитками и т.д.);
- крупные шишки как массажные мячики разного диаметра;
- материалы для лепки и моделирования (глина, пластилин, соленое тесто);
- природные материалы для создания композиций и сказочных историй;
- сортеры с различными наполнителями.

Чаще всего создание этих пособий – дело рук педагогов, а в домашних условиях – родителей. Они просты в исполнении, однако требуют много фантазии от создателя, чтобы стать привлекательными не только тактильно, но внешне. Добавляя яркие элементы, накладываем на тактильную стимуляцию зрительные ориентиры. Употребляя различные материалы и контейнеры, включаем слуховое восприятие (например, деревянная коробочка с каштанами и бусинами звучит определенным тембром).

#### **Развиваем зрительное восприятие при помощи волшебных предметов:**

- приветствие в кругу «задуй свечу» (если, занимаясь с кем-то из детей, вы опасаетесь иметь дело с открытым пламенем, существуют современные имитации свечек на батарейке с выключателем);
- белые и цветные декоративные гирлянды (не нагревающиеся, упакованные в пластиковую бутылку или размещенные в интерьере, в недоступном месте), сказки с их использованием;
- цветной фон для выделения предмета на нем (например, фетр или естественные и цветные крупы, окрашенные пищевыми красителями);
- цветные элементы определенного цвета (необходимого размера) в монохромной среде;
- зеркала;
- калейдоскоп;
- цветные «стеклышки» для разглядывания мира вокруг (можно использовать пластиковые папки, бутылочки из яркого пластика и т.п. небьющиеся аналоги);
- цветные светильники, светящиеся шары;
- театр теней;

- игра с песком на подсвеченном столе (белая или цветная подсветка позволяет моделировать фон: песок расцветивается голубым (море), зеленым (травка), желтым (песок), красным (огонь) или нейтральным, создавая универсальный фон для игры).

Одновременно с тренировкой зрительного восприятия, зачастую, решаются и другие задачи – изучение цветов, размеров, форм, стимуляция речевого развития, тренируем зрительно-моторную координацию и т.д.

Развитие обонятельного и вкусового восприятия – самый востребованный родителями вариант сенсорной тренировки («наш очень привередлив и избирателен в еде, научите его есть», - говорят родители), но и самый тонкий. Развивать навык только при индивидуальной работе и только после подробнейшего опроса семьи на предмет аллергических реакций и пищевых непереносимости у ребенка.

Тренировка может происходить как за столом во время принятия пищи, так и в отдельно отведенное время (предпочтительнее). Знакомство с новыми запахами и вкусами происходит крайне деликатно и неторопливо. Вплоть до того, что, если ребенок не готов пробовать или нюхать образец, первой победой может считаться лишь его присутствие в непосредственной близости к ребенку определенный отрезок времени (помогут песочные часы).

Можно использовать натуральные овощи, фрукты, ягоды, продукты питания; цветы и другие душистые растения; мешочки с ароматными травами и специями (например, чеснок или палочки корицы); контейнеры с изолированными запахами лекарственного или химического происхождения; ароматические масла (используем с большой осторожностью, после обсуждения с родителями). Примерные варианты игр:

**«Баночки с сюрпризом».** В непрозрачных баночках находятся разные пахучие вещества и предметы (кусочек булки, долька лимона, очищенные дольки чеснока, несколько капель лекарства (раствор йода), цветок и т.п.). Для начала показать, как можно нюхать запах в баночке. Затем просим «эксперта» разделить запахи на 2 группы: съедобное и несъедобное; указать контейнер с определенным запахом; полечить куклу (найти лекарственный аромат).

**«Съедобное-несъедобное».** Перед ребенком выкладываются вперемешку съедобные (конфета, яблоко, кусочек хлеба) и несъедобные предметы (пуговица, игрушечная еда). Необходимо разделить их на 2 группы.

**«Узнай предмет на вкус»:** ребенок закрывает глаза, пробует маленький кусочек (яблока, огурца, лимона) и отгадывает предмет, показывая на карточке или называя его. Слуховое восприятие чаще всего не изолировано, а в совокупности с другими техниками.

В качестве самостоятельно используемых звучащих игрушек можно использовать небольшие емкости с наполнителем из круп, песка, камней и других натуральных материалов. Игра будет заключаться в поиске аналогично звучащего предмета, определения голоса или звука, принадлежащего действию или персонажу (шаги по песку, плеск воды, шум ветра, рык зверя, пение птички и т.п.).

Наибольший интерес у педагогов обычно вызывают комплексные методы, сочетающие в себе несколько методов сенсорной тренировки и объединенные художественной идеей (игра, сказка, сценарий). И, хотя на первый взгляд, они кажутся значительно сложнее (особенно для детей с ОВЗ), на практике именно они чаще всего дают самый глубокий отклик.

**Чем больше у ребенка будет сенсорный опыт, тем лучше будет работать его мозг в целом.** Мозг обучаем. Если в наши занятия добавлять упражнения, направленные на стимуляцию и обогащение сенсорного опыта, то путем тренировки можно добиться увеличения скорости обработки сенсорной информации. Включая в игру элементы сенсорной интеграции, создавая на их основе ежедневную игровую рутину, формируется база, которая позволит улучшить качество речи, саморегуляции и поведения ребёнка – основы способности к обучению.

## 4. ПРИЛОЖЕНИЕ

### *Приложение 1 Опросник для родителей детей в возрасте 0-3 лет*

Описаны тревожные сигналы, которые могут указывать на какие-либо задержки развития. Список разбит на несколько категорий (тонкая моторика, крупная моторика, социальные/эмоциональные аспекты и т.д.). Список поможет определить, когда ребёнку требуется раннее вмешательство или развивающие занятия.

Следует учитывать, что каждый ребёнок развивается в своём темпе и приобретает необходимые навыки по-разному. Если ребёнок должен иметь 25 навыков к возрасту 18 месяцев, то отсутствие 1-2 навыков не обязательно означает, что у малыша проблемы. Однако родители ребенка должны уметь распознавать проблемы, требующие вмешательства.

#### 1. Крупная моторика

Мой ребёнок:

- 1.1. Не переворачивается на живот к 7 месяцам
- 1.2. Не поднимается на ручках, не поднимает голову и плечевой пояс, лежа на животе, к 8 месяцам
- 1.3. Не может самостоятельно сидеть к 10 месяцам
- 1.4. Не ползает (по-пластунски, на животе) к 10 месяцам
- 1.5. Не ползает (на четвереньках) к 12 месяцам
- 1.6. Не может прямо сидеть в детском стульчике к 12 месяцам
- 1.7. Не подтягивается, чтобы встать, к 12 месяцам
- 1.8. Не может самостоятельно стоять к 14 месяцам
- 1.9. Не может ходить к 18 месяцам
- 1.10. Не прыгает к 30 месяцам
- 1.11. Не может самостоятельно подниматься и спускаться по лестнице к 30 месяцам
- 1.12. Опирается руками на тело, чтобы встать
- 1.13. Ходит только на носках, полностью не встаёт на ступню
- 1.14. Часто падает/спотыкается без явных причин
- 1.15. Продолжает ставить ноги носками внутрь к 2 годам
- 1.16. Необычно ползает

#### 2. Тонкая моторика

Мой ребёнок:

- 2.1. Часто держит руки в кулачках после 6 месяцев
- 2.2. Не поднимает обе руки к срединной линии (центру тела) к 10 месяцам
- 2.3. Не сталкивает объекты к 10 месяцам

- 2.4. Не хлопает в ладоши к 12 месяцам
- 2.5. Не выпускает вещи из рук намеренно к 12 месяцам
- 2.6. Не может наклонить и удерживать бутылочку самостоятельно и поднимать ее, не ложась, к 12 месяцам
- 2.7. К 18 месяцам продолжает хватать карандаш всей рукой
- 2.8. Не использует захват большим и указательным пальцами к 18 месяцам
- 2.9. Не имитирует рисование вертикальной линии к 24 месяцам
- 2.10. Не может работать ножницами к 30 месяцам
- 2.11. Использует только одну руку, чтобы выполнить задания
- 2.12. Не может двигать/разжать пальцы на одной руке
- 2.13. Пускает слюни при выполнении заданий, требующих высокой концентрации внимания
- 2.14. Совершает нескоординированные или порывистые движения при выполнении действий
- 2.15. Делает штрихи карандашом либо слишком жирные, либо слишком лёгкие, невидимые

### 3. Когнитивные способности

Мой ребенок:

- 3.1. Не имитирует движения тела на кукле к 15 месяцам (поцеловать куклу, покормить куклу);
- 3.2. Не может рассортировать два набора предметов по группам к 27 месяцам (например, кубики – в один контейнер, солдатики – в другой);
- 3.3. Не может повторить действие по памяти к 27 месяцам (например, показать, как чистить зубы);
- 3.4. Не может рассортировать два набора объектов по цвету к 31 месяцу;
- 3.5. Не испытывает трудности с решением задач во время игр, по сравнению со сверстниками;
- 3.6. Не замечает изменений в окружении и распорядке дня.

### 4. Сенсорная информация

Мой ребенок:

- 4.1. Очень беспокойно себя ведёт, всё время ходит, очень мало внимания уделяет выполнению заданий
- 4.2. Часто бывает вялым и пассивным (как будто устал), медленно реагирует всё время, даже после сна)
- 4.3. Избирателен в еде
- 4.4. Не замечает боли (не плачет, не пугается, не показывает никакой реакции на повреждение)

- 4.5. Боится качаться/двигательной активности; не любит быть перевёрнутым вверх ногами
- 4.6. С трудом учится новым движениям (планирование моторных функций)
- 4.7. Тяжело успокаивается
- 4.8. Постоянно находится в движении, даже когда сидит
- 4.9. Не имеет совсем или имеет слабый зрительный контакт
- 4.10. Часто прыгает и/или специально падает на пол/ударяется о предметы
- 4.11. Ищет возможность упасть, не заботясь о собственной безопасности или безопасности других
- 4.12. Постоянно дотрагивается до всего, что видит, включая других детей
- 4.13. Имеет сниженный тонус (вялое тело, как тряпка)
- 4.14. С трудом переключается с занятия на занятие или с места на место
- 4.15. Чрезмерно расстраивается при изменении привычного порядка вещей
- 4.16. Не любит купание и гигиенические процедуры (чистка зубов, причёсывание волос, стрижка волос, ногтей)
- 4.17. Боится/испытывает отвращение/избегает трогать такие объекты и предметы как трава, песок, ковер, краска, пластилин и т.д.

## 5. Зрение

Мой ребёнок:

- 5.1. Не имеет зрительного контакта с другими детьми или держит предметы на расстоянии ближе 7-10 см от одного или обоих глаз
- 5.2. Не тянется к близко расположенному объекту

## 6. Слух

Мой ребёнок:

- 6.1. Не откликается на голос знакомых ему людей
- 6.2. Не реагирует на звук колокольчика или других предметов, издающих звуки
- 6.3. Не реагирует должным образом на шумы разной громкости
- 6.4. Не лепечет

## 7. Навыки самообслуживания

Мой ребёнок:

- 7.1. Испытывает трудности с откусыванием и/или разжевыванием пищи

- 7.2. Долго жует и/или глотает
- 7.3. Регулярно закашливается/давится во время или после еды
- 7.4. Изменяет голос во время/после еды (т.е. издаёт булькающие звуки или похрипывает при разговоре)
- 7.5. С трудом переходит от одного этапа приёма пищи к другому
- 7.6. Не ест самостоятельно, беря еду пальцами, к 14 месяцам
- 7.7. Не пытается использовать ложку к 15 месяцам
- 7.8. Не берет в руки и не пьёт из обычной открытой чашки к 15 месяцам
- 7.9. Не может снять шапку, носки или рукавички по просьбе к 15 месяцам
- 7.10. Не может самостоятельно помыть руки или лицо к 19 месяцам
- 7.11. Не помогает одевать себя (за исключением застёжек на одежде) к 22 месяцам
- 7.12. Не может расстегивать крупные пуговицы, кнопки и шнурки к 34 месяцам

## 8. Социальные/эмоциональные/игровые навыки

Мой ребёнок:

- 8.1. Не улыбается в возрасте 4 месяца
- 8.2. Не поддерживает зрительный контакт, выполняя какие-либо действия или общаясь со сверстниками и/или взрослыми
- 8.3. Не предпринимает действий для завоевания социального внимания к 12 месяцам
- 8.4. Не имитирует чужие действия и движения к 24 месяцам
- 8.5. Не играет в ролевые игры к 24 месяцам
- 8.6. Не демонстрирует навыки правильной игры с объектом (т.е. вместо того, чтобы вынимать предметы из контейнера, оставляет их в контейнере и перебирает их пальчиками)
- 8.7. Фиксирует внимание на качающихся и вращающихся предметах (например, волчок, игрушки, машинки)
- 8.8. Пытается крутить предметы, которые обычно не крутятся
- 8.9. Испытывает большие трудности с выполнением заданий
- 8.10. Чрезмерно расстраивается при смене или переходе от одной активности к другой

*Приложение 2. Контрольный список вопросов для проверки наличия нарушений обработки сенсорной информации: признаки и симптомы дисфункции*

Данный список вопросов предназначен помочь родителям и специалистам, взаимодействующим с детьми, в определении конкретных признаков дисфункции обработки сенсорной информации.

Тактильные ощущения. Информация от кожных рецепторов о прикосновении, давлении, температуре, боли и движении волосков на коже.

Признаки тактильной дисфункции

**1. Гиперчувствительность к прикосновению (защитное поведение по отношению к тактильным стимулам)**

- 1.1. Испытывает страх, тревогу или агрессию при лёгком или неожиданном прикосновении
- 1.2. В младенческом возрасте не любил/не любит, когда берут на руки или крепко обнимают: может выгибаться, кричать и вырываться
- 1.3. Болезненно реагирует на смену подгузника/необходимость смены подгузника
- 1.4. Боится или избегает находиться в непосредственной близости от других людей или детей (особенно в очередях)
- 1.5. Пугается, если до него/неё дотрагивается кто-то/что-то, кого/что он/она не видит (например, сзади или когда находится под одеялом)
- 1.6. Не любит, когда расчёсывают волосы. Может быть крайне придирчив(а) к типу расчески
- 1.7. Не любит мятые простыни (т.е. старые, в складках)
- 1.8. Избегает групповых взаимодействий из-за страха чужих неожиданных прикосновений
- 1.9. Противится дружелюбным или ласковым прикосновениям от кого бы то ни было, кроме родителей и родных братьев/сестёр (а иногда и включая их!)
- 1.10. Не любит чужие поцелуи, вытирает место поцелуя.

Предпочитает обниматься

- 1.11. Воспринимает как пытку капли дождя, воду из душа или дуновение ветра по коже, что приводит к нежелательным реакциям или к попыткам избежать данное воздействие
- 1.12. Выдаёт гиперреакцию при лёгких порезах, царапинах или укусах животных
- 1.13. Избегает прикосновения к некоторым видам материалов (одеяла, коврики, чучела животных)

- 1.14. Отказывается носить новую или жёсткую одежду, одежду из грубой ткани (водолазки, джинсы, головные уборы или ремни и т.д.)
- 1.15. Избегает игр с участием рук
- 1.16. Избегает/не любит/испытывает отвращение к «грязным играм», например, в песок, глину, воду, клей, блеск, пластилин, слизь, крем для бритья/мыльные пузыри и т.д.
- 1.17. Не любит, когда грязные руки, часто вытирает или моет их
- 1.18. Чрезмерно боится щекотки
- 1.19. Раздражают швы на носках, из-за чего может отказываться носить их
- 1.20. Раздражает трение одежды о кожу, может захотеть носить шорты и футболки круглый год. Маленькие дети могут предпочитать оставаться голыми и всё время стягивают с себя одежду и подгузники
- 1.21. Носит рубашки с длинными рукавами и длинные брюки круглый год, чтобы не оставлять кожу открытой внешним воздействиям
- 1.22. Не любит, когда моют лицо
- 1.23. Не любит, когда стригут волосы или ногти на ногах и на руках
- 1.24. Сопrotивляется чистке зубов и ужасно боится стоматолога
- 1.25. Капризничает в еде, ест только еду определенного вкуса и консистенции, избегает пищи со смешанной текстурой, избегает приёма холодной и горячей пищи, не любит пробовать новую пищу;
- 1.26. Отказывается ходить босиком по траве или песку
- 1.27. Ходит только на цыпочках

## **2. Пониженная тактильная чувствительность (гипочувствительность)**

- 2.1. Стремится дотрагиваться, дотрагивается до всего и всех
- 2.2. Чувствует чужое прикосновение, только если оно происходит с повышенной силой
- 2.3. Не реагирует на повреждения (например, порезы или синяки), при этом не боится уколов (даже может говорить, что любит уколы!)
- 2.4. Может не осознавать свои грязные руки или лицо или не чувствовать насморка
- 2.5. Может проявлять самоагрессию: щипаться, кусаться или биться головой о стену
- 2.6. Часто берёт разные предметы в рот
- 2.7. Часто делает больно другим детям или животным во время игры
- 2.8. Часто трогает успокаивающие себя поверхности или объекты (например, одеяло)
- 2.9. Ищет контакта с поверхностями и материалами, обеспечивающими мощное тактильное взаимодействие
- 2.10. Очень любит и стремится к играм, подразумевающим возню
- 2.11. Любит вибрации или мощные сенсорные воздействия

- 2.12. Предпочитает и просит чересчур острую, сладкую, кислую или солёную пищу

### **3. Слабое тактильное восприятие и различение**

- 3.1. Имеет трудности с мелкой моторикой (застегивание пуговиц, молний, застёжек)
- 3.2. Может не уметь определять с закрытыми глазами, до какой части его/её тела дотронулись
- 3.3. Может бояться темноты
- 3.4. Неаккуратно одевается: выглядит неопрятным, не замечает, что штаны перекрутились, рубашка вылезла из-под брюк, на ботинках развязались шнурки, одна штанина поднята, а другая нет и т.д.
- 3.5. Испытывает трудности при работе с ножницами, карандашами или столовыми приборами
- 3.6. Продолжает брать предметы в рот для исследования даже в возрасте старше 2 лет
- 3.7. С трудом определяет физические характеристики объектов, форму, размер, текстуру, температуру, массу и т.д.
- 3.8. Не узнаёт объекты на ощупь. Нуждается в зрительном контакте, например, чтобы достать нужную вещь из рюкзака или парты

Вестибулярный аппарат: информация от среднего уха о равновесии. Гравитационных изменениях, движениях и положении в пространстве

Признаки вестибулярной дисфункции

#### **1. Гиперчувствительность к движению (повышенная чувствительность)**

- 1.1. Избегает/не любит оборудования детских площадок (например, качелей, лестниц, горок, каруселей)
- 1.2. Предпочитает занятия сидя, двигается медленно и осторожно, избегает рисков, может казаться «увальнем»
- 1.3. Избегает/не любит лифты и эскалаторы, предпочитает ехать в них/по ним сидя или чувствует дурноту/тошноту при движении в них/по ним
- 1.4. В буквальном смысле цепляется за взрослого, которому доверяет
- 1.5. Испытывает ужас перед падением, даже при отсутствии реального риска
- 1.6. Боится любой высоты, даже бордюра тротуара или ступеньки
- 1.7. Боится отрывать ноги от земли

- 1.8. Боится подниматься/спускаться по лестнице или ходить по неровным поверхностям
- 1.9. Боится быть опрокинутым вверх ногами, повернутым влево-вправо или назад, не любит мыть волосы над раковиной
- 1.10. Пугается, если кто-то двигает его/её (например, двигает сидящим на стуле)
- 1.11. В младенчестве не любил(а) детских качелей или прыгунков
- 1.12. Боится или испытывает трудности при катании на мотоцикле, прыжках или удержании равновесия на одной ноге (особенно с закрытыми глазами)
- 1.13. В младенчестве не любит переворачиваний на живот
- 1.14. Легко теряет равновесие и может выглядеть неуловимым
- 1.15. Боится действий, требующих хорошего равновесия
- 1.16. Избегает быстрых или вращательных движений

## **2. Гипочувствительность к движениям (пониженная чувствительность)**

- 2.1. Постоянно двигается, никогда не стоит на месте
- 2.2. Страстно желает быстрого и/или интенсивного движения, кружения
- 2.3. Обожает, когда подбрасывают вверх
- 2.4. Может часами кружиться и не испытывать головокружения
- 2.5. Любит быстрые, интенсивные и/или опасные аттракционы в парках развлечений
- 2.6. Постоянно прыгает по мебели, на трамплинах, крутится на вращающемся стуле, переворачивается вверх ногами
- 2.7. Обожает качаться на качелях, раскачиваясь как можно выше и подолгу
- 2.8. Является «экстремалом», что порой сопряжено с опасностью
- 2.9. Всегда бежит, прыгает, скачет вместо того, чтобы идти пешком;
- 2.10. Когда сидит, то раскачивается из стороны в сторону, качает ногой или головой
- 2.11. Любит внезапные или быстрые движения (например, когда машина или велосипед подпрыгивает на кочке)

## **3. Слабый мышечный тонус и/или координации**

- 3.1. Имеет слабое, «вялое» тело
- 3.2. Часто сутулится, старается прилечь и/или кладёт голову на руки, работая за столом
- 3.3. С трудом отрывает голову, руки и ноги от пола, лежа на животе (положение «супермена»)

- 3.4. Часто сидит в «позе W» на полу для поддержания равновесия тела
- 3.5. Быстро устаёт
- 3.6. Компенсирует «слабость», крепко хватая предметы
- 3.7. С трудом поворачивает дверные ручки, открывает и закрывает разные полости и ёмкости
- 3.8. С трудом удерживает равновесие при начале падения
- 3.9. С трудом одевается и застёгивает молнии, застёжки и пуговицы
- 3.10. Не ползал в младенчестве
- 3.11. Плохо чувствует своё тело: натывается на предметы и вещи, опрокидывает предметы, спотыкается и/или бывает неловок
- 3.12. Испытывает трудности с крупной моторикой (плохо прыгает, ловит мяч, поднимается по лестнице и т.д.)
- 3.13. Испытывает трудности с мелкой моторикой, с использованием таких «инструментов» как карандаши, столовые приборы, расчёска, ножницы и т.д.
- 3.14. Возможно, одинаково владеет обеими руками, часто меняет руки при раскрашивании, вырезании, письме и т.д. Не имеет чёткого предпочтения/доминирования одной руки к возрасту 4-5 лет
- 3.15. Испытывает трудности при лизании мороженого
- 3.16. Не уверен в том, какие движения необходимо выполнить, например, для перешагивания через препятствие
- 3.17. Трудно заучивает спортивные упражнения или танцевальные движения

Проприоцептивные чувства: информация от мышц и суставов о положении тела, массе тела, давлении, растягивании, движении и изменении положения тела в пространстве

Признаки проприоцептивной дисфункции

### **1. Поведение, направленное на поиск сенсорных контактов**

- 1.1. Старается прыгать, сталкиваться, разрушать что-либо
- 1.2. Топают во время ходьбы
- 1.3. Стучит ногами по столу или по стулу, сидя за партой/столом
- 1.4. Кусает или сосёт пальцы и/или часто хрустит костяшками
- 1.5. Любит быть плотно укутанным в одно или несколько тяжёлых одеял, особенно перед сном
- 1.6. Предпочитает максимально тесную одежду (максимально сильно затягивает ремни, капюшон, шнурки)
- 1.7. Любит/с энтузиазмом относится к играм, предполагающим хлопающие звуки

- 1.8. Любит обниматься
- 1.9. Слишком сильно стучит игрушками или предметами
- 1.10. Любит «шумные», энергичные игры/возню
- 1.11. Часто нарочно падает на пол
- 1.12. Может часами прыгать на батуте
- 1.13. В течение дня скрипит зубами
- 1.14. Любит толкать/тянуть/тащить вещи
- 1.15. Любит прыгать с мебели или высоких мест
- 1.16. Часто ударяет, толкает, пихает других детей
- 1.17. Грызёт ручки, соломинки, рукава рубашки и т.д.

## **2. Испытывает трудности с «дифференциацией движений»**

- 2.1. Неправильно оценивает степень сокращения и растягивания мышц при выполнении заданий/действий (например, при продевании рук в рукава рубашки или при подъёме)
- 2.2. Не контролирует степень давления при письме/рисовании получает либо слишком бледный рисунок, либо от усилия ломает карандаш
- 2.3. Письменные работы делает неопрятно, часто рвёт бумагу до дыр, стирая ластиком ошибки
- 2.4. Постоянно ломает предметы и игрушки
- 2.5. Неправильно оценивает массу предмета (например, стакана сока), который поднимает со слишком большим усилием, из-за чего сок проливается, либо со слишком слабым усилием, жалуясь на то, что предмет слишком тяжёлый
- 2.6. Путает «тяжёлое» и «лёгкое». Держа два предмета, может не понимать, какой из них тяжелее
- 2.7. Делает всё со слишком большими усилиями: хлопает дверями, слишком сильно нажимает на вещи, захлопывает крышки
- 2.8. Играет с животными, прилагая слишком большую силу, зачастую причиняя им боль

Признаки слуховой дисфункции: (при отсутствии диагностированной проблемы со слухом)

### **1. Гиперчувствительность к звукам (слуховое защитное поведение)**

- 1.1. Отвлекается на звуки, которых остальные обычно не замечают (например, гудение холодильника, вентилятора, нагревательного прибора, тиканье часов)

- 1.2. Пугается звука смываемой воды в унитазе (особенно в общественных туалетах), пылесоса, фена, скрипа ботинок, лая собак
- 1.3. Пугается или отвлекается на громкие или неожиданные звуки
- 1.4. Беспокоится/отвлекается на фоновые шумы окружающего мира (например, звуки сенокосилки или стройки за окном)
- 1.5. Часто просит людей вести себя потише: не шуметь, прекратить говорить, петь
- 1.6. Убегает, кричит и/или закрывает уши руками при громких или неожиданных звуках
- 1.7. Может отказываться посещать кинотеатры, парады, катки, музыкальные концерты и т.д.
- 1.8. Решает, нравится ли ему тот или иной человек, по звуку его голоса

## **2. Ослабленная чувствительность к звукам (пониженная чувствительность)**

- 2.1. Часто не отвечает на речевые обращения или не откликается на имя
- 2.2. Любит очень громко включать музыку или ТВ; кажется, что «шумит ради шума»
- 2.3. С трудом понимает или вспоминает сказанное
- 2.4. Не замечает некоторых звуков
- 2.5. Не уверен в том, откуда взялся звук
- 2.6. Разговаривает сам с собой, выполняя задание, часто вслух
- 2.7. В младенчестве произносил мало звуков, отсутствовал лепет
- 2.8. Вынуждает других часто повторять указания, часто переспрашивает

Признаки нарушения оральной (связанной со ртом) восприимчивости

## **1. Гиперчувствительность к оральным сигналам (оральное защитное поведение)**

- 1.1. Капризен в еде, часто имеет экстремальные пищевые предпочтения (например, предпочитает ограниченный набор продуктов, только определенные сорта, наименования, отказывается от проб новой пищи, не ест в гостях)
- 1.2. Ест только «мягкую» пищу в форме пюре после 2-летнего возраста
- 1.3. Давится твёрдой пищей

- 1.4. Испытывает трудности с сосанием, жеванием и глотанием, может давиться или испытывать боязнь подавиться
- 1.5. Не желает/отказывается/очень боится посещения стоматолога или лечения зубов
- 1.6. Может есть только горячую или только холодную пищу
- 1.7. Отказывается облизывать конверты, марки или наклейки из-за неприятного вкуса
- 1.8. Не любит или жалуется на зубную пасту или ополаскиватель для рта
- 1.9. Избегает приправленных, острых, сладких или солёных блюд, предпочитает простую пищу

## **2. Сниженная чувствительность к оральным сигналам (пониженная чувствительность)**

- 2.1. Может лизать, пробовать или жевать несъедобные объекты
- 2.2. Предпочитает пищу с сильным вкусом (например, слишком острую, сладкую, кислую или солёную)
- 2.3. Испытывает избыточное слюноотделение после прорезывания зубов
- 2.4. Часто жуёт волосы, одежду или пальцы
- 2.5. Постоянно берёт всё в рот после выхода из младенческого возраста
- 2.6. Ведёт себя так, будто любая пища имеет одинаковый вкус
- 2.7. Всегда добавляет к пище слишком много приправ или соусов
- 2.8. Любит вибрирующие зубные щётки и даже походы к зубному врачу

Признаки обонятельной дисфункции (запахи)

### **1. Гиперчувствительность к запахам (повышенная чувствительность)**

- 1.1. Отрицательно реагирует или не любит запахи, которые чаще всего не беспокоят или незаметны для других людей
- 1.2. Говорит другим людям (или разговаривает с ними) о том, как от них плохо или необычно пахнет
- 1.3. Отказывается принимать какую-либо пищу из-за запаха
- 1.4. Испытывает отвращение и/или тошноту от запахов в туалете
- 1.5. Испытывает беспокойство/раздражение от запаха духов или одеколона, бытовых запахов, запахов готовящейся пищи
- 1.6. Может из-за неприятных запахов отказаться играть в гостях

- 1.7. Определяет, нравится ли ему/ей новое место или кто-либо по запаху

## **2. Пониженная чувствительность к запахам**

- 2.1. С трудом отличает, не замечает или игнорирует неприятные запахи
- 2.2. Может выпить или съесть что-либо ядовитое, потому что не замечает неприятного запаха
- 2.3. Не может определять запахи по тестовым полоскам
- 2.4. Не замечает запахов, на которые обычно жалуются другие
- 2.5. Очень внимательно принимает знакомство с новыми местами, людьми или предметами

Признаки дисфункции обработки визуальной информации (в отсутствие диагностированного нарушения зрения)

## **1. Гиперчувствительность к зрительным сигналам (повышенная чувствительность)**

- 1.1. Чувствителен к яркому свету, косит глазами, закрывает глаза рукой, плачет и/или испытывает неудобство от света
- 1.2. С трудом удерживает фокусировку взгляда на задаче/действии, над которой работает, в течение необходимого срока
- 1.3. Легко отвлекается на другие зрительные стимулы в помещении движение, мебель, игрушки, окна, двери и т.д.
- 1.4. С трудом находится в ярких красочных комнатах или в полутёмных помещениях
- 1.5. Трёт глаза, глаза слезятся, болит голова после чтения или просмотра телепередач
- 1.6. Избегает контакта с чужим взглядом
- 1.7. Любит играть в темноте

## **2. Пониженная чувствительность к зрительным сигналам (сниженная чувствительность или трудность с отслеживанием, различением или восприятием)**

- 2.1. С трудом различает похожие напечатанные буквы или цифры, например, Л и П, С и О, квадрат и четырёхугольник

- 2.2. С трудом видит «полную картинку», т.е. фокусируется на деталях или узорах
- 2.3. С трудом находит нужные предметы среди других, т.е. бумаги на столе, вещи в ящике шкафа, продукты на полке магазина, игрушки в корзине
- 2.4. Часто теряет место, на котором закончил переписывать текст из книги или с доски
- 2.5. С трудом контролирует движения глаз при отслеживании движущихся объектов
- 2.6. С трудом различает цвета, формы и размеры
- 2.7. Часто теряет место, на котором закончил чтение или решение математических задач
- 2.8. При переписывании меняет местами буквы в словах или читает слова задом наперед, например, «нос» вместо «сон», «он» вместо «но» после первого класса
- 2.9. Жалуется на «двоение в глазах»
- 2.10. С трудом находит различия на картинках, в словах, символах или объектах
- 2.11. Не выдерживает постоянных интервалов между словами и размер букв при письме и/или выстраивании в ряд цифр при решении математических задач
- 2.12. Испытывает трудности при решении картинок-загадок, копировании форм и/или вырезании/отслеживании по линии
- 2.13. Имеет склонность косо располагать текст на странице (строки вниз или вверх)
- 2.14. Путает право и лево
- 2.15. Легко устаёт от учёбы
- 2.16. Испытывает трудности с пространственными связями, может наткаться на объекты/людей или ступать мимо ступенек

#### Нарушение функции слуха обработки языковой информации

- 1. Не может распознать источник звука
- 2. С трудом узнаёт голоса людей
- 3. С трудом различает звуки/слова (например, «пол» и «кол»)
- 4. С трудом абстрагируется от других звуков, прислушиваясь к говорящему
- 5. Раздражается громкими внезапными металлическими или высокими звуками
- 6. С трудом слушает, понимает и вспоминает, что говорится или читается, часто просит повторить указания и может понять или следовать не более чем двум последовательным указаниям одновременно

- 7. Обращается к другим за подтверждением, прежде чем дать ответ
- 8. С трудом формулирует мысли (устно или на письме)
- 9. Часто говорит не вовремя или «не по теме»
- 10. Если бывает не понят, с трудом может переформулировать мысль, при этом может расстроиться, рассердиться или прекратить попытки
- 11. Имеет трудности с чтением, особенно вслух (может также страдать дислексией)
- 12. Имеет трудности с артикуляцией и чёткостью произношения
- 13. Зачастую улучшает способность говорить после интенсивной двигательной активности

Социальные, эмоциональные, игровые нарушения и дисфункция саморегуляции

## **1. Социальные трудности**

- 1.1. Испытывает трудности при общении со сверстниками
- 1.2. Играм с другими людьми предпочитает игры в одиночку с игрушками или предметами
- 1.3. Трудно взаимодействует со взрослыми, трудно ведёт «осмысленный» диалог
- 1.4. Испытывает самоагрессию или агрессию по отношению к другим
- 1.5. Доставляет трудности другим в интерпретации своих сигналов, потребностей и эмоций
- 1.6. Не стремится к контакту со знакомыми людьми

## **2. Эмоциональные трудности**

- 2.1. С трудом воспринимает изменение сложившегося порядка (вплоть до вспышек гнева)
- 2.2. Легко расстраивается
- 2.3. Часто действует импульсивно
- 2.4. Лучше всего ведёт себя в мини-группе или при индивидуальном общении
- 2.5. Переживает изменчивое настроение, частые истерики и вспышки гнева
- 2.6. Предпочитает играть в стороне, подальше от группы или просто наблюдать за играми
- 2.7. Избегает зрительного контакта

- 2.8. Испытывает трудности с озвучиванием собственных потребностей

### **3. Игровые**

- 3.1. Испытывает трудности с имитирующими играми (после возраста 10 месяцев)
- 3.2. Бесцельно бродит, не занимаясь целенаправленной игрой и не исследуя пространство (старше 15 месяцев)
- 3.3. Испытывает потребность в помощи взрослого для игры. С трудом играет в одиночку (старше 18 месяцев)
- 3.4. Часами занимается одним и тем же делом (например, выстраивает в ряд машинки, кубики, смотрит один и тот же мультфильм много раз и т.д.)

### **4. Проблемы с саморегуляцией**

- 4.1. Чрезмерная раздражительность, нервозность или колики в младенческом возрасте
- 4.2. Не успокаивается при помощи соски, успокаивающего объекта или на руках у мамы
- 4.3. Всё время просыпается в плохом настроении
- 4.4. Требуется много усилий со стороны мамы (или иного лица, осуществляющего уход) для того, чтобы уснуть (например, поглаживание по спине, по голове, укачивание, длинные прогулки, поездки в машине)

### **5. Внутренняя регуляция (интероцептивные ощущения)**

- 5.1. Ощущает жар или холод быстрее, чем другие в аналогичной обстановке, никогда не жалуется на жару или холод
- 5.2. Испытывает трудности при экстремальных температурных условиях или при переходе от одной крайности к другой (например, зимой, из отапливаемого на холод)
- 5.3. Слишком быстро или слишком медленно дышит, не может переключиться с одного типа дыхания на другой в случаях, когда это требуется организму
- 5.4. Слишком быстрое или слишком медленное сердцебиение относительно фактических нагрузок
- 5.5. Дыхание и сердцебиение успокаиваются во время или после физической нагрузки медленнее, чем ожидалось

- 5.6. Резкие/частые перепады настроения (от рассерженного до довольного) в течение дня без видимой причины
- 5.7. Непредсказуемое состояние возбуждения или неспособность контролировать степень возбуждения (быстрый перепад от чрезмерной возбужденности к вялости, неустойчивость состояния между обоими состояниями, переход от гиперстимуляции к гипостимуляции за несколько часов или дней, в зависимости от вида действий, обстановки и т.д.)
- 5.8. Частые запоры или диарея, смешанный стул в течение одного или нескольких дней
- 5.9. Трудности при привыкании к горшку, непонимание того, когда хочет в туалет (т.е. не чувствует наполнения мочевого пузыря или позывов к дефекации)
- 5.10. Неспособность регулировать жажду: всегда хочет пить, никогда не хочет пить, ощущения меняются то в одну, то в другую сторону
- 5.11. Неспособность регулировать голод: всё время ест, никогда не хочет есть, не чувствует насыщения/голода
- 5.12. Неспособность регулировать аппетит и/или постоянное чувство голода. Но, сделав «два укуса», чувствует, что наелся, а потом опять чувствует голод (склонность к нарушениям питания и /или плохому росту)

*Приложение 3. Признаки и симптомы нарушений обработки сенсорной информации (НОСИ) у младенцев (детей до 1 года) и детей второго года жизни*

1. Не любит, когда берут на руки или укачивают.
2. Кричит и/или выгибается, когда его/её пытаются держать на руках.
3. Не нравится, когда меняют подгузники.
4. Болезненно относится к купанию и/или попаданию на кожу брызг воды.
5. Нарушен цикл/режим сна и бодрствования.
6. Много плачет в течение дня (больше получаса или часа подряд).
7. Редко улыбается, большую часть времени выглядит «грустным» или «тревожным».
8. Имеет чёткие предпочтения в отношении взрослых с определённым энергетическим уровнем или голосом (интонацией, громкостью, низким или высоким голосом и т.д.).
9. Избегает зрительного контакта, с трудом фокусирует взгляд на объектах или плохо следит за ними взглядом.
10. Не любит резкие движения и/или наклоны головы или всего тела.
11. Не любит, когда раскачивают.
12. Не любит движение в пространстве (качание, подпрыгивание или подбрасывание в воздух).
13. Не откликается на имя или знакомый голос.
14. Не успокаивается обычными способами, можно успокоить ЕДИНСТВЕННЫМ способом, например, поездкой на машине.
15. Проблемы с кормлением грудью.
16. Проблемы с сосанием, жеванием или глотанием.
17. Плохо переносит новую пищу.
18. Давится или реагирует тошнотой при приёме твёрдой пищи кусочками или набора различных продуктов (очень ограниченная диета для своего возраста).
19. Не замечает, что подгузник влажный или грязный.
20. Безутешно плачет, пока не сменят влажный или грязный подгузник.
21. Предпочитает оставаться без одежды.
22. Сильно тревожится при расставании.
23. Резко раздражается много раз в день.
24. Не любит солнечный или яркий свет.
25. Беспokoится в публичных местах, особенно там, где шумно и много людей.
26. Не любит игры с регулярными интерактивными движениями (например, ку-ку, ладушки и т.д.)
27. Не замечает новые игрушки и/или не хочет с ними играть.

28. Использует только одну руку для манипуляции предметами и исследования игрушек и/или не может переключать игрушки из руки в руку.
29. Не может стучать игрушкой об игрушку или хлопать в ладоши.
30. Большую часть времени держит ручки зажатými в кулачки и закрытыми.
31. Беспokoится, если стало грязным лицо или руки.
32. Безутешно плачет, если остаётся с незнакомыми или малознакомыми людьми.
33. Очень поздно начинает говорить, ходить, показывать пальцем, улыбаться, держать бутылочку, спать всю ночь, манипулировать/играть в игрушки и т.д.
34. С трудом переходит на твёрдую пищу.
35. Не может удерживать или использовать предметы или приспособления, которые должен удерживать/использовать в своём возрасте (ложка, чашка, игрушки).
36. Регулярно избегает определённых продуктов, пищевых категорий, продуктов определённой консистенции, температуры, целых групп продуктов и т.д.
37. Чрезмерно срыгивает или имеет аллергию на пищу, детские смеси.
38. Не замечает издаваемых другими звуков.
39. Страдает частыми инфекциями ушей.
40. Чувствителен к звукам, которых другие не замечают.
41. Трудно вовлекается в игру. Наблюдает, но не взаимодействует со сверстниками или взрослыми.
42. Боится и/или не любит оборудование на детской площадке.
43. Не любит детские качели, прыгунки, коляски, катание на машине и т.д.
44. Не кладёт игрушки в рот, не исследует их ртом.
45. После прорезывания зубов всё время держит что-нибудь во рту или жуёт край одежды, грызёт руки, пальцы.
46. Давится или страдает тошнотой, если в рот попадают какие-либо предметы.
47. Избегает определённых категорий игрушек (например, вибрирующих, мягких, игрушек с грубой или шероховатой фактурой, скользких, ярких и т.д.).
48. Чувствует себя подавленным, плачет, засыпает при сенсорной нагрузке.
49. Отказывается принимать определённые положения (например, лежать на животе, на спине, сидеть и т.д.).
50. Остаётся подолгу в одном положении и чувствует себя неудобно, перейдя в другое. При самостоятельном движении с трудом переходит в другую позицию (трудно, неловко).

51. Вы всё время пытаетесь опередить малыша на шаг. Пытаетесь контролировать окружающую среду и «предупреждаете» людей о том, что можно делать, а что нельзя, чтобы малыш чувствовал себя комфортно.
52. Не спит больше 30 минут подряд, часто просыпается ночью, не может самостоятельно вернуться ко сну.
53. Слишком много спит, очень мало времени бодрствует, играет, отвечает на внешние раздражители, вступает во взаимодействие.
54. Трудно просыпается.
55. Для сна нуждается в определённом звуке (например, вентилятора, звуков природы, шумов, музыки и т.д.).
56. Не заснёт, если слышит хоть какой-то шум.
57. Просыпается с солнцем.
58. Не может нигде заснуть, кроме дома, в знакомой обстановке.
59. Нуждается в помощи, чтобы уснуть (укачивание, подпрыгивание, пение, потирание спинки и т.д. в течение длительного времени).
60. Чувствует неудобство без плотного пеленания, а в более старшем возрасте нуждается в тяжёлых одеялах, мягких игрушках или узких пижамах, чтобы создавался определённый вес, давление для засыпания.
61. Легко и быстро меняет настроение. Легко отвлекается, если чем-то расстроен, быстро «справляется» с проблемой. Успокаивается с помощью любимой игрушки/лица/звука.
62. Слишком привязан к пустышке.
63. Никогда не привязывался к одному объекту, будь то одеяло, мягкая игрушка, пустышка, большой палец и т.д.
64. Не тянется и не удерживает игрушки (особенно шершавые/ с неровной поверхностью).
65. Сжимает ручку в кулак, если мимо неё проносится игрушка, либо немедленно бросает предмет при попытке вложить его в руку.
66. Когда начинает ходить, ходит только на цыпочках, никогда не ставит ступню полностью на пол.
67. Тревожится, ощущая грубые материалы под собой.
68. Не ползает прежде, чем начать ходить (или ползает мало/не так как все).
69. Обожает движение, чувствует себя плохо, если не двигается, если его/её не качают. Постоянно раскачивается.
70. Не играет в общие игры со взрослыми, знакомыми.
71. Часто занят повторяющейся бессмысленной игрой с одним-двумя предметами.
72. Не может переключаться на другие задачи или участвовать в ежедневных действиях, расстраивается при переключении с одного действия на другое.
73. Часто расстраивается от непонимания взрослыми своего языка, жестов, сигналов.

74. Часто бьется головой, кусается, щипается, причиняет вред себе или другим.
75. Часто ломает игрушки.
76. Не бывает ласков с животными.
77. Имеет нарушенную координацию, часто натывается на предметы.
78. Не может заострить внимание на игре, воспитателе или игрушке достаточно долго, чтобы вступить во взаимодействие (для своего возраста).
79. Бесцельно бродит, слишком часто и подолгу выполняет бессмысленные действия, например, кружится, качается и т.д. Не интересуется игрой и не использует то, что нужно для целенаправленной игры.

## **5. Литература**

1. Ассоциация специалистов сенсорной интеграции [Электронный ресурс] // URL: <http://sensint.ru/> .
2. Айрес Э. Джин. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития. пер. с англ. Юлии Даре / Э. Джин Айрес. - М.: Теревинф, 2009.
3. Гайворонский И.В. Анатомия мышечной системы: учебное пособие /И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук. – СПб.: ЭЛБИ, 2005.
4. Гайворонский И.В. Анатомия центральной нервной системы: учебное пособие / И.В. Гайворонский И.В., Г.И. Ничипорук. – СПб.: ЭЛБИ, 2014.
5. Крановиц К.С. Разбалансированный ребенок /К.С. Крановиц. – М.: Редактор, 2012.
6. Метилева Л.А. Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии. Сборник игр и игровых упражнений /Л.А. Метилева, Э.Я. Удалова. – М.: Книголюб, 2008.