

Упражнения и игры на развитие и коррекцию тактильно-двигательного восприятия

«Жгутики»

Используемое оборудование: пучок оптических волокон.

Цель: развитие тактильных ощущений, развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета, мелкой моторики.

Ход упражнения.

Педагог-психолог обращает внимание детей на светящиеся волокна, называя их признаки (*мягкие, длинные т.п.*). Обращается к детям: «Волокна мягкие, поэтому их можно сгибать. Давайте сделаем из волокон жгутики».

Педагог-психолог показывает детям, как при помощи переплетения волокон друг с другом получается жгут. Жгуты можно переплести из двух и более волокон.

«Сжимаем в кулачке»

Используемое оборудование: пучок оптических волокон.

Цели: развитие тактильных ощущений, аналитического восприятия свойств и признаков предмета, мелкой моторики.

Ход упражнения.

Педагог-психолог обращает внимание детей на светящиеся волокна, называя их признаки (*мягкие, длинные и т.д.*). Обращается к детям: «Так как волокна мягкие, их можно сгибать. Давайте соберём волокно в ручку».

Педагог-психолог показывает детям, как можно собрать волокно в ладошке.

При повторении упражнения следует усложнить задачу: количество волокон, включённое в одно задание должно постепенно увеличиваться.

«Наматывание»

Используемое оборудование: пучок оптических волокон.

Цель: развитие тактильных ощущений, аналитического восприятия свойств и признаков предмета, мелкой моторики.

Ход упражнения.

Педагог-психолог обращает внимание детей на светящиеся волокна, называя их признаки (*мягкие, длинные и т.д.*). Затем он предлагает детям ознакомиться со свойствами волокон, наматывая их на пальцы и говоря:

«Волокна мягкие, поэтому они гнутся, их можно наматывать, например, на пальчик».

Дети вместе с педагогом наматывают волокно на пальчик; на несколько пальчиков; на ладонь; на руку и т.д.

Педагог-психолог постоянно комментирует свои действия.

«Коса»

Используемое оборудование: пучок оптических волокон.

Цель: стимуляция тактильного анализатора, развитие мелкой моторики.

Ход упражнения.

Дети устраиваются рядом с пучком оптических волокон и перебирают волокна, заплетают косы.

«Обследование»

Используемое оборудование: сенсорное панно «Морское дно».

Цели: развитие тактильной чувствительности, мелкой моторики; обучение обследованию объектов.

Ход упражнения.

Педагог-психолог показывает детям сенсорное панно «Морское дно».

Предлагает им «совершить путешествие» по морским просторам, объясняя, как нужно обследовать объекты на панно: сначала одним пальчиком, затем - ладонью, потом пальчиками другой руки и т.д.

При обследовании объектов педагог-психолог называет их свойства.

«Поймай звезду»

Используемое оборудование: сенсорное панно «Звёздное небо».

Цель: развитие кинестетического восприятия, воображения, памяти, мышления, крупной моторики, ориентировки в пространстве.

Ход упражнения.

Педагог-психолог обращает внимание детей на сенсорное панно «Звёздное небо», говорит им: «Давайте, представим себе, что звёздочка упала и нужно её поймать. Вот она, звезда, закружилась и полетела».

Каждому ребёнку даётся задание определить, куда полетела звёздочка.

Каждый должен в указанном месте «поймать» свою воображаемую звезду, делая хватательные движения, ловя её и т.д.

Когда каждый ребёнок поймает воображаемую звезду, педагог-психолог обращает внимание всех на то, что, к примеру, у Маши звёздочка колючая, у Игоря - мягкая и т.п. Дети должны изобразить ощущения от названной звезды.

При повторении упражнения дети должны сами называть воображаемое качество своей звезды, а педагог-психолог постепенно усложняет задание: просит каждого ребёнка «поймать» не одну, а несколько звёздочек.

«А у тебя какая звезда?»

Используемое оборудование: сенсорное панно «Звёздное небо», мягкий модуль.

Цели: развитие кинестетического восприятия, воображения, памяти, мышления, ориентировки в структуре собственного тела.

Ход упражнения.

Дети и педагог-психолог лежат на мягком модуле, любясь панелью «Звёздное небо». Педагог-психолог предлагает им представить звездопад и говорит: «Звёзды посыпались с неба и падают на нас. Толе колючая звезда упала на животик, Наташе на плечико» и т.п. Названный ребёнок, представляя, как колючая звезда колет его животик, должен изобразить это.

К каждому ребёнку во время упражнения «прилетает» по одной звезде.

При повторении упражнения дети должны сами называть воображаемое

качество прилетевшей звезды, а педагог-психолог постепенно усложняет задание: просит каждого ребёнка изобразить телесный контакт не с одной, а с несколькими звёздочками.

«Мы звёзды»

Используемое оборудование: ковёр «Звёздное небо»

Цель: развитие кинестетического анализатора, самовосприятия, эмоциональной сферы.

Ход упражнения.

Педагог-психолог обращает внимание детей на ковёр «Звёздное небо», говоря: «Какое оно загадочно красивое! Какие интересные звёзды живут на небе». Затем педагог-психолог предлагает детям самим стать звёздочками: «Катя, ты будешь маленькой, пушистой, весёлой звёздочкой. Вася, ты будешь большой, шершавой, злой звездой...» и т.п.

Звучат определённые музыкальные отрывки, под которые каждая «звезда» изображает себя. При повторении упражнения дети сами выбирают, какой будет звезда, которую каждый из них собирается изображать.

«Цветные шарики»

Используемое оборудование: шершавые парные фигуры, набор тактильных шариков, тактильный куб из 6 панелей с различным рифлением, сухой бассейн

Цели: развитие и коррекция тактильных ощущений, цветовосприятия.

Ход упражнения.

Дети с педагогом-психологом рассматривают шершавые парные фигуры, находят одинаковые поверхности на ощупь.

Различными шариками из набора тактильных шариков делают массаж себе и своим друзьям, повторяя движения за ведущим.

Дети «ныряют» в сухой бассейн, закапываются в шарах, играют в бассейне в прятки с игрушками (*один ребёнок прячет в шарах игрушку, остальные ищут*).

«Разведчик»

Используемое оборудование: сухой бассейн с шарами.

Цель: развитие тактильно-двигательного восприятия, пространственного восприятия и ощущений, воображения, снятие мышечного напряжения.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает ребёнку представить себя разведчиком и, преодолевая препятствия, скрываться от преследователей. Ребёнок располагается в сухом бассейне с шарами лёжа на животе, затем, крадётся по бассейну на четвереньках, «плывёт в воде», далее ползёт, «ныряет» в шарики и т.п.

«Отпечаток»

Используемое оборудование: модуль световой стол для рисования песком.

Цель: развитие тактильных ощущений, мелкой моторики, воображения.

Ход упражнения.

Педагог-психолог показывает детям различные варианты оставления следов на песке, обращая внимание на детали. Далее педагог-психолог предлагает детям положить руки на поверхность, при этом стараться сильно не нажимать, чтобы остался отпечаток руки. Затем он предлагает детям дорисовать детали к этому отпечатку для того, чтобы он был на что-то похож. После этого дети называют, что у них получилось или можно предложить остальным детям угадать что получилось.

«Найди»

Используемое оборудование: сухой бассейн с шарами.

Цель: развитие тактильной ориентировки, пространственного восприятия и ощущений, внимания, снятие мышечного напряжения.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает ребёнку найти в сухом бассейне шар, отличающийся от других (*шар может быть мягче, больше или меньше остальных и т.д.*)

«Ловкие ножки»

Используемое оборудование: сухой бассейн с шарами.

Цель: развитие тактильно-двигательного восприятия, снятие мышечного напряжения, развитие координации, укрепление мышц ног.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает детям сесть на бортик бассейна и попробовать ногами поднять шарики; затем поднять только шарики указанного цвета; далее поднять определённое количество шариков.

«Ленточки»

Используемое оборудование: сухой душ, палочки.

Цель: развитие тактильного восприятия, мелкой моторики, развитие самоконтроля.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает детям «наперегонки» друг с другом намотать на палочки ленты выбранного цвета, предварительно выбрав определённую длину.

«Ручками, ножками»

Используемое оборудование: сенсорные тропы.

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие тактильного восприятия, координации движений.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает детям по очереди пройти по тропинке, следя сначала за тем, чтобы каждая рука побывала на каждой части тропы, далее за каждой ногой, а затем за руками и ногами вместе. Желательно, чтобы дети в итоге смогли пройти тропинку, наступив руками и ногами на каждую часть тропы.

«Поздоровайся с песком»

Используемое оборудование: песочница с подсветкой.

Цель: развитие тактильного восприятия, умение описывать свои ощущения, регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает детям «поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка:

- дотрагиваться поочерёдно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно;
- легко/с напряжением сжать кулачки с песком, затем медленно высыпать его в песочницу;
- дотрагиваться до песка внутренней и тыльной стороной ладони поочередно;
- перетирать песок между пальцами, ладонями.

После выполнения упражнения ведётся обсуждение чувств, которые испытывали дети, дотрагиваясь до песка.

«Песочный дождик»

Используемое оборудование: песочница с подсветкой.

Цель: развитие тактильного восприятия, регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает ребёнку сначала медленно, а затем быстро сыпать песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь педагога-психолога, на свою ладонь.

«Быстро – медленно»

Используемое оборудование: сенсорная дорожка.

Цель: развитие внимания, умение передавать свои ощущения в словесной форме; стимуляция анализаторов подошвы ног.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает детям босиком медленно идти по дорожкам и на каждом квадрате говорить о том, что ощущают их ноги. Далее дети выполняют аналогичное задание, изменяя темп.

«Почувствуй»

Используемое оборудование: песочница с подсветкой.

Цель: развитие тактильного восприятия, снятие мышечного напряжения.

Ход упражнения.

Ребёнок закрывает глаза и кладёт на песок ладонь с расставленными пальчиками. Педагог-психолог сыплет песок на какой-либо палец, а ребёнок называет этот палец. Затем меняются ролями. Упражнение дети могут выполнять в парах друг с другом.

«Следы»

Используемое оборудование: песочница с подсветкой.

Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.

Ход упражнения.

Педагог-психолог предлагает детям показать на песке следы животных:

- «идут медвежата» - дети кулачками и ладонями с силой надавливают на песок;
- «прыгают зайцы» - кончиками пальцев дети ударяют по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях;
- «ползут змейки» - дети расслабленными/напряжёнными пальцами рук (*ладонями*) делают поверхность песка волнистой (*в разных направлениях*);
- «бегут жучки» - дети двигают всеми пальцами, имитируя движения насекомых
- можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом;
- можно предложить детям представить своё фантастическое животное и оставить на песке самые разнообразные следы.

«Сокровища»

Используемое оборудование: песочница с подсветкой, камушки.

Цель: развитие тактильной чувствительности, внимания, воображения.

Ход упражнения.

Педагог-психолог закапывает в песочнице один, или несколько камушков-сокровищ и предлагает ребёнку найти их.

«Солнце»

Используемое оборудование: световой стол для рисования песком.

Цель: развитие тактильного восприятия, внимания, воображения.

Ход упражнения.

Педагог-психолог рисует на песке круг, говорит, что это солнце, и солнышко радостное, рисует ему глазки и улыбку. Затем вместе с ребёнком рисуют лучики солнцу. Далее педагог-психолог рассказывает, что выглянула туча, пошёл дождь, и предлагает ребёнку посыпать солнышко дождём, пока оно не исчезнет. Затем педагог-психолог говорит, что дождь закончился, и солнце выглянуло из-за туч, снова рисуют вместе с ребёнком радостное солнце.

Сенсорное развитие является важной задачей в раннем и дошкольном возрасте, ведь источником знаний ребёнка данного возраста является чувственный опыт. Чем совершеннее ребёнок воспринимает окружающий мир, тем быстрее и эффективнее он развивается.

Сенсорная комната со специальным оборудованием и рационально подобранными упражнениями являются мощным инструментом для расширения и развития сенсомоторных и познавательных навыков ребёнка; стимуляции ослабленных и нарушенных сенсорных функций (*зрение, осязание, слух и т.д.*), развития двигательных функций, нормализации психоэмоционального состояния. Упражнения позволяют повысить функциональные и адаптивные возможности организма и активизировать

индивидуальный ресурс каждого ребёнка, в том числе у детей с ОВЗ, создавая тем самым возможность успешной интеграции в социум.