

Как развивать сенсомоторные навыки у детей с ОВЗ?

Развивать сенсомоторные навыки у детей с ОВЗ действительно можно — и это очень важно!

Основные принципы

- **Индивидуализация.** У каждого ребёнка свои особенности и темп. Не сравнивайте с другими — ориентируйтесь на прогресс самого малыша.
- **Постепенность.** Начинайте с простого и постепенно усложняйте задачи.
- **Эмоциональная вовлечённость.** Проводите занятия в игровой форме, чтобы ребёнку было интересно.
- **Сочетание разных каналов.** Старайтесь задействовать несколько видов восприятия одновременно (тактильное + зрительное, двигательное + слуховое) — так формируется полноценная сенсомоторная интеграция.
- **Регулярность.** Короткие, но регулярные занятия эффективнее редких и долгих.
- **Охранительный режим.** Следите, чтобы ребёнок не переутомлялся. При признаках стресса сделайте паузу.

Какие направления развивать

- **Тактильное восприятие.** Давайте ребёнку исследовать предметы разной фактуры: мягкие и шершавые, гладкие и колючие, тёплые и холодные. Можно использовать сенсорные мешочки с разными наполнителями (крупа, фасоль, вата, ткань). Игра «Волшебный мешочек»: пусть ребёнок на ощупь ищет парные предметы.
Зрительное восприятие. Предлагайте задания, где нужно различать цвет, форму, размер. Например, сортировать предметы, подбирать пары, обводить контуры, рисовать пальцем на песке или манке.
- **Слуховое восприятие.** Играйте с разными звуками: шуршание бумаги, звон колокольчика, звучание музыкальных инструментов. Просите определить, откуда идёт звук, или найти предмет по звуку.
- **Вестибулярная система (чувство равновесия и движения).** Подойдут раскачивания (на качелях, в гамаке), преодоление полосы препятствий (обходить подушки, перелезть через тоннель), ходьба по линии, балансирование.
- **Проприоцептивная система (ощущение положения тела и мышечного усилия).** Помогают «тяжёлые работы»: помочь передвинуть стопку книг, развесить бельё на прищепках, перенести ёмкость с водой. Также полезны



упражнения, где нужно активно работать мышцами: «ласточка» (удержание позы на одной ноге), ползание, лазанье.

- **Мелкая моторика.** Пальчиковая гимнастика, перебирать мелкие предметы (крупные, чтобы не было риска проглотить), застёгивать пуговицы и молнии, работать с прищепками, лепить из пластилина или теста, рисовать разными материалами.
- **Крупная моторика и координация.** Ходьба, бег, прыжки, метание и ловля мяча, лазанье по мягким модулям.
- **Межполушарное взаимодействие.** Упражнения, где нужно координировать движения разных частей тела (например, «Кулак-ребро-ладонь», рисование или выполнение заданий одновременно двумя руками).

Несколько практических советов

- **Используйте «четкие инструкции».** Если ребёнок не понимает словесную команду, покажите действие пальцем, а затем помогите выполнить его совместно (возьмите руки ребёнка в свои).
- **Комбинируйте активности.** Например, после преодоления полосы препятствий предложите найти в ёмкости с песком «сокровище» — так задействуются и двигательные, и тактильные навыки.
- **Создавайте безопасную среду.** Убедитесь, что пространство для занятий не травмирует и не перегружает ребёнка.
- **Обсуждайте с ребёнком.** После игры спросите, что он чувствовал, что было легко, а что сложно — это развивает осознанность и рефлексия.

Главное — не форсировать события. Отмечайте даже маленькие успехи и хвалите ребёнка. Если в какой-то момент почувствуете, что ребёнку сложно или он теряет интерес, — сделайте паузу и вернитесь к более простым задачам. И не стесняйтесь обращаться за поддержкой к специалистам: они помогут скорректировать план

Подготовила: Киселева Л.В., педагог-психолог МАДОУ №15