Упражнения на развитие тактильной чувствительности

В начале занятия просматриваем карточку «занятие», делаем акцент на том, что Лиза сейчас будет заниматься.

Для предупреждения появления у ребенка нежелательных влечений рекомендуем использовать в работе прикосновения в виде касания, поглаживания, похлопывания, сжимания, растирания и др. к голове и конечностям ребенка. Родитель должен выявить, какие прикосновения приятны ребенку, а что вызывает у него отрицательную реакцию. Когда ребенку неприятны прикосновения – он избегает воздействия раздражителя (отдергивает руку, вздрагивает, отодвигается, капризничает и т.д.). Если у ребенка стойкая отрицательная реакция на данный вид воздействия, то нельзя его продолжать. Если ребенку нравятся ощущения, он стремится к их продолжению (подставляет руку, вокализирует в случае прекращения тактильного воздействия и т.д.). Начинать работу следует с более легких прикосновений, которые родитель сопровождает спокойной, негромкой речью. При этом важно помнить, что доминировать должны возникающие у ребенка тактильные ощущения, а не слуховые. Эмоционально окрашенная речь помогает ему принимать и положительно реагировать на ощущения, которые у него возникают, можно использовать потешки. Постепенно прикосновения становятся разнообразнее и интенсивнее. Если ребенок возбужден, то прикосновения должны быть нежными, успокаивающими. Если же ребенок вялый, пассивный, то энергичные действия взрослого (похлопывание, растирание и т.д.) должны стимулировать его активность.

*Формирование адекватной реакции на соприкосновение с различными материалами: мягкое, шершавое, гладкое, колючее.* (можно использовать массажные мячи, обычные мячики, шишки, махровые полотенца, материалы из разных тканей)

Ожидаемый результат: адекватная реакция на соприкосновение с материалами (дерево, металл, клейстер, пластмасса, бумага, вода и др.), различными по температуре (холодный, теплый), фактуре (гладкий, шероховатый), вязкости (жидкий, густой, сыпучий)

Методические рекомендации: Родитель погружает руки ребенка в материал и помогает ему ощупать его. Затем обводим контуры тела, тем материалом с которым ребенок только что познакомился. При прикосновении к различным частям тела, называем их, возможно на некоторых участках тела умеренные манипуляции, где-то обильные. Рекомендуем установить у ребенка факт наличия или отсутствия порога чувствительности при соприкосновении с теми или иными материалами. Воздействие должно быть щадящим, не резким, чтобы не напугать ребенка, не вызвать у него негативную реакцию.

*Формирование адекватной реакции на вибрацию, исходящую от объектов*

Ожидаемый результат: адекватная реакция на вибрацию, исходящую от объектов

Методические рекомендации: Рекомендуем начинать работу с использования вибрирующих игрушек, массажеров без звука. В дальнейшем можно применять бытовые приборы, камертон, музыкальное кресло, область гортани человека и др. Воздействие должно быть щадящим, непродолжительным по времени, не вызывающим у ребенка негативную реакцию. Нельзя прикладывать вибрирующие предметы в область живота.

*Формирование адекватной реакции на давление на поверхность тела*

Ожидаемый результат: адекватная реакция на давление на поверхность тела

Методические рекомендации: Рекомендуем начинать работу с кратковременных воздействий на разные участки тела ребенка (руки, ноги, спина, голова), делая между ними паузы для того, чтобы у ребенка была возможность прислушаться к своим ощущениям. Воздействие на поверхность тела должно быть щадящим, не резким, чтобы не вызвать у ребенка негативную реакцию. Интенсивность воздействия постепенно увеличивается и чередуется: сначала более легкие, затем сильные надавливания и наоборот. В работе используются различные предметы, например, мячи с разными поверхностями, массажеры, бутылка с крупой, фитбол (катать по телу ребенка с простукиванием по мячу, а также можно использовать надавливание на мяч).

*Формирование адекватной реакции на положение тела*

Ожидаемый результат: адекватная реакция на горизонтальное (вертикальное) положение тела

Методические рекомендации: Ребенок принимает заданную позу в горизонтальном положении (лежит на спине, на боку) самостоятельно или с помощью взрослого. Данное положение тела он удерживает в течение нескольких минут для того, чтобы у него была возможность «прислушаться» к своим ощущениям.

*Формирование адекватной реакции на изменение положения тела*

Ожидаемый результат: адекватная реакция на изменение положения тела

Методические рекомендации: Чтобы вызвать у ребенка реакцию на изменение положения своего тела в пространстве, его поворачивают, переворачивают его, кружат, наклоняют в стороны, поднимают, опускают, качают, катают в разном темпе.

Для этого используют гамак, качели, вращающееся кресло, фитбол и т.п. Не рекомендуется выполнять данные упражнения продолжительное время.

*Формирование адекватной реакции на положение частей тела*

Ожидаемый результат: адекватная реакция на положение частей тела

Методические рекомендации: Родитель берет руку (ногу) ребенка и выполняет сгибание, разгибание, отведение конечностей в стороны в разном темпе, с разной амплитудой, фиксируя на некоторое время это положение. Важно поочередно задействовать все суставы (лучезапястный, локтевой, плечевой, голеностопный, коленный, тазобедренный). При выполнении наклонов, поворотов головы ребенка необходимо быть предельно осторожными, выполнять упражнения в медленном темпе.

*Формирование адекватной реакции на соприкосновение тела с разными видами поверхностей*

Ожидаемый результат: адекватная реакция на соприкосновение тела с разными видами поверхностей

Методические рекомендации: С учетом психоэмоционального состояния ребенка на момент проведения занятия выбирается задача: либо успокоить ребенка, либо активизировать его. В качестве поверхностей используются: мягкий матрац, твердая кушетка, шариковый бассейн, водный бассейн и т.д. На начальном этапе следует ограничить время соприкосновения тела с поверхностью несколькими минутами. За это время ребенок должен успеть прислушаться к ощущениям своего тела. Для большей сосредоточенности на ощущениях рекомендуем выполнять упражнение в отдельной комнате, в тишине, желательно с закрытыми глазами. Положение тела может быть разным: сначала ребенок ложится на живот, затем на спину, на бок. Одежда у ребенка должна быть удобной, эластичной, не сковывающей движения частей тела.