Департамент образования и науки

Курганской области

Государственное бюджетное учреждение

«Центр помощи детям»

**Памятка для педагогов и родителей по работе с детьми с сенсорными особенностями. Стратегии помощи.**



**Курган**

**Содержание**

Введение

1. Особенности функционирования сенсорных систем у детей с сенсорными особенностями.
2. Помощь детям с сенсорными особенностями.
3. Виды активностей, игры и занятия, рекомендуемые для детей с сенсорными проблемами.

Заключение

Список литературы

**Введение**

 В последние годы растет число детей с нарушением процесса обработки сенсорной информации. Это нарушение способности пользоваться информацией, получаемой через ощущения, для благополучного функционирования в повседневной жизни, приводящее к трудностям в обучении, развитии и поведении. Нарушения обработки сенсорной информации встречаются при синдроме дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), первазивных нарушениях развития, расстройстве аутистического спектра (РАС). До 95% людей с РАС имеюттрудности с восприятием повседневной сенсорной информации. Обычно это называют нарушением сенсорной интеграции или сенсорной чувствительности. Такая проблема может очень глубоко повлиять на все аспекты жизни человека. У одного человека может наблюдаться несколько разных типов аномального сенсорного реагирования на протяжении всей жизни. Различают гиперчувствительность - повышенная чувствительность на внешние стимулы и гипочувствительность - пониженная чувствительность на внешние стимулы.

1. **Особенности функционирования сенсорных систем.**

 Существуют **паттерны сенсорного реагирования**, которые классифицированы на 3+1: 1.Гиперреактивность. 2.Гипореактивность. 3. Сенсорный поиск / жажда сенсорных ощущений. + Усиленное восприятие.

 **Гиперреактивность** – это чрезмерная реакция на внешние стимулы.

**Слуховая:** ребенок закрывает уши на громкие неожиданные звуки.

**Зрительная:** устает в наполненной предметами комнате, избегает мигающие, яркие предметы.

**Вестибулярная, кинестетическая:** избегает активные игры, качели.

**Обоняние и вкус:** ограниченные пищевые предпочтения; пищеваянеофобия.

**Гипореактивность –** недостаточная реакция или ее отсутствие на определенные сенсорные стимулы. **Слуховая:** игнорирует обращенную речь, не откликается на имя, не обращает внимания на звуки.

**Зрительная:** с трудом находит предметы среди других, не различает похожие предметы. **Вестибулярная, кинестетическая**: не замечает, что находится на шаткой поверхности, часто падает, роняет предметы.

**Тактильная:** не замечает прикосновений, не сразу реагирует на боль, ушибы.

**Обоняние и вкус:** не обращает внимание на сильные или неприятные запахи.

**Сенсорный поиск –** это активный поиск или создание желаемых сенсорных стимулов.

**Слуховой:** интерес к звукам, «зависает» при прослушивании музыки, бытовых звуков, издает повторяющиеся звуки, стучит.

**Зрительный:** долго смотрит на источники света, вращающиеся/движущиеся объекты, огоньки, гирлянды, двигает пальцами перед глазами. **Вестибулярный, кинестетический:** подпрыгивает, качается, кружится на месте. **Тактильный:** любит прикасаться к предметам, определенным тканям, любит телесный контакт. **Обонятельный:** обнюхивает игрушки, предметы и т.д.

**Усиленное восприятие** – это лучшее (по сравнению с нормотипичными сверстниками) восприятие конкретных сенсорных стимулов, способность фокусироваться на конкретных элементах стимулов (например, абсолютный музыкальный слух).

 У детей с нарушением сенсорной интеграции существуют **трудности целостного восприятия и его фрагментарность**. Трудности различения главной и побочной информации, например, воспринимать речь на фоне шума. Жесткое восприятие целостных образов, изменение одной детали равно изменение всего образа. Фрагментарность - восприятие отдельных деталей без объединения их в целостный образ.

**Сенсорная перегрузка**

 Слишком длительное и/или интенсивное воздействие на органы чувств, особенно у детей с повышенной чувствительностью к сенсорным стимулам, может привести к сенсорной перегрузке. В свою очередь, такая перегрузка может вызвать срыв или истерику. Часто такое состояние называют мелтдаун, или «отключение», когда человек полностью или частично перестает реагировать на внешние раздражители.

**Признаки сенсорной перегрузки:**

- плач, крики; - дезориентация; - агрессия, аутоагрессия; - попытки убежать, спрятаться от внешней стимуляции; - стимминг; - временный мутизм; - временное отключение восприятия; - усиленное потоотделение; - тошнота, рвота. Важно уметь отличать сенсорную перегрузку (мелтдаун) от вспышки гнева.

|  |  |
| --- | --- |
| **вспышка гнева** | **мелтдаун** |
| Поведение преследует цель (желание что-то получить, либо избежать чего либо). | Поведение не преследует цели, за исключением попыток устранить раздражители (убежать, сломать). |
| Возникает в присутствии другого человека и направлено на него. | Реакция на перегрузку возникает независимо от присутствия другого человека. Не контролируется ребенком. |
| Прекращается, если цель достигнута, например, получил игрушку. | Прекращается, если удалены сенсорные раздражители. Через некоторое время. |

**Рекомендации для ситуаций, связанных с сенсорной перегрузкой.**

1. С ребенком говорит только один взрослый (если есть возможность, то уединяется в тихом месте). 2. Взрослый (без слов) берет руки ребенка в свои. 3. Сильно прижимает свои ладони к ладоням ребенка (избегаем легких прикосновений). 4. Дает ребенку мячик для снятия стресса; сжимает мячик в руках ребенка (все действия с ощутимым давлением на руки, которое поможет избавиться от напряжения в мышцах).

5. Некоторых детей успокоит коробочка с приятными на ощупь предметами. 6. Если ребенок бьет кулаками по предметам, взрослый переключает (например, бить по мячу или подушке). 7. Если бьется головой об стенку, защищаем от ударов (подкладываем плотную подушку). 8. Если ребенок не избегает прикосновений, кладем на колени утяжеленное одеяло, жилет, подушки, можно запеленать в одеяло.

**Уменьшить вероятность мелтдауна:**

- защищать ребенка от сильных для него сенсорных раздражителей;

-заранее предупреждать о возможных изменениях;

- замечать первые признаки сенсорной перегрузки;- обеспечить ребенку возможность регулярно отдыхать (оборудовать зоны для отдыха);

- использовать приемы снижающие чувствительность к сенсорным стимулам.

1. **Помощь детям с сенсорными проблемами.**

**Помощь детям с повышенной чувствительностью к сенсорным раздражителям.**

 В тех случаях, когда дети имеют повышенную чувствительность к сенсорным стимулам, следует создать благоприятную сенсорную среду и защитить ребенка от неприятных для него ощущений. Ниже приводятся примеры вариантов оказания помощи детям, имеющим повышенную чувствительность к сенсорным стимулам.

**Поведение**

 Ребенок часто закрывает руками уши и зажмуривается, реагируя на различные звуки. Если кто-то рядом громко говорит или поет, то ребенок может ударить этого человека. Во время школьных праздников ребенок часто плачет или кричит, отказывается идти на уроки музыки.

**Возможная причина -** повышенная чувствительность к слуховым стимулам.

**Помощь:** - научить ребенка пользоваться шумопоглощающими наушниками или берушами;

– сажать ребенка дальше от источников шума: открытых окна, дверей, гудящих аквариумов;

– предложить провести перемену в тихом месте (библиотеке, сенсорной комнате);

– во время шумных массовых мероприятий посадить ребенка ближе выходу, чтобы он имел возможность выйти в коридор и отдохнуть;

– в шумных местах предлагать использовать плеер, чтобы слушатьлюбимую музыку через наушники.

**Поведение**

Ребенок отказывается находиться в кругу детей, стоять или идти рядом с другими детьми. Кричит, стремится убежать или отказываетсяидти на занятия, где требуется находиться близко к сверстникам. **Возможная причина -** повышенная чувствительность к тактильным стимулам, стремлениезащитить себя от неприятных ощущений.

**Помощь:** – позволить ребенку находиться на некотором расстоянии от других (стоять последним в ряду, сидеть не в круге, а сзади);

– использовать тугую одежду;

– разрешить держать в руках тактильные игрушки (игрушки Fidget);

– возможно, это поведение связано также с повышенной чувствительностью к слуховым стимулам. В этом случае следует пользоваться шумопоглощающими наушниками.

 **Поведение** Ребенок закрывает нос руками, находясь в столовой. В школе отказывается мыть руки перед едой. При приближении взрослых может отворачивать голову в сторону или стремится отойти.

**Возможная причина -** повышенная чувствительность к запахам.

 **Помощь:** – разрешить ребенку обедать в отдельной комнате (вместо столовой);

– педагогам, которые работают с ребенком, рекомендуется не использовать парфюмерные средства с сильным запахом (духи, дезодоранты);

– разрешить ребенку пользоваться привычным мылом для рук.

 **Поведение** Ребенок сопротивляется обучению «рука в руке». **Возможная причина -** повышенная чувствительность к тактильным раздражителям. Также возможно, что это поведение обусловлено непереносимостью запаха, исходящего от человека, который в этом случае находится близко к ребенку.

**Помощь:**

– не использовать обучение «рука в руке»; – постепенно и осторожно приучать ребенка к прикосновениям: на короткое время слегка прикасаться к руке, совмещая это с чем-то приятным для ребенка, постепенно увеличивая время прикосновения;

 – до тех пор пока ребенок не начнет спокойно реагировать на прикосновения, учить другими способами, например, посредством имитации.

 **Поведение** Ребенок щурится, закрывает глаза, становится беспокойным или невнимательным при ярком освещении или в классе с большим количеством зрительных стимулов.

**Возможная причина -** повышенная чувствительность к зрительным раздражителям.

**Помощь**:

- носить кепки с козырьком, шляпы, капюшоны, солнцезащитные очки;

 – по возможности избегать яркого освещения, особенно люминесцентного, использовать лампы низкой мощности с матовым стеклом: они дают мягкий и равномерный свет; – использовать очки для блокировки бликов; – если ребенку сложно списывать с доски, положить ему дубликат с текстом на парту. Лучше, если образец будет лежать на приподнятой/наклонной поверхности; – не перегружать класс разнообразными зрительными стимулами (плакаты, картины и пр.) или сажать ребенка таким образом, чтобы он находился к ним спиной.

 **Поведение** Ребенок убегает или реагирует агрессией на легкое прикосновение (например, поцелуй или легкое поглаживание по волосам), особеннонеожиданное. **Возможная причина -** повышенная чувствительность к тактильным стимулам.

**Помощь:** – избегать легких прикосновений к ребенку, дотрагиваться с достаточно сильным нажимом;

– регулярно сильно сжимать руки и крепко обнимать;

– использовать тугую одежду;

– использовать тактильные игры с различными текстурами.

 **Поведение** Ребенок каждое утро со скандалом надевает школьную форму. В школе испытывает трудности при переодевании после урока физкультуры (отказывается надевать форму, хочет ходить в спортивном костюме). Недает расчесать и поправить себе волосы, кричит, бросает расческу. **Возможная причина -** повышенная чувствительность к тактильным стимулам.

**Помощь:** – надевать под школьную форму мягкую футболку или леггинсы (любую незаметную одежду, в которой будет комфортно);

– удалить с одежды ярлыки;

– использовать бесшовные носки и нижнее белье;

– научить ребенка причесываться самостоятельно, чтобы он мог регулировать свои действия;

– любую новую обувь разносить дома, прежде чем брать ее в школу.

 **Поведение** Ребенок не переносит даже слегка испачканных рук, требует их немедленно вытереть.

**Возможная причина -** повышенная реакция на тактильные стимулы.

**Помощь:** – разрешать использовать влажные салфетки, если ребенку это необходимо;

– заворачивать еду (например, бутерброды) в бумагу;

– проводить занятия с массой для лепки, которая не оставляет следов на руках и не прилипает к коже, с кинетическим песком;

– регулярно сильно сжимать руки ребенка.

**Помощь детям с пониженной чувствительностью к сенсорным стимулам**

 Недостаточная чувствительность к сенсорным стимулам обычно приводит к тому, что ребенок хуже, чем другие дети, реагирует на внешние раздражители, или не может выполнять некоторые движения или действия, требующие переработки информации, поступающей от органов чувств (чаще всего это касается проприоцептивной или вестибулярной систем).

 **Поведение**

 У ребенка слишком сильный/слабый нажим при письме.

**Возможная причина -** снижение проприоцептивной чувствительности. **Помощь:** – упражнения с использованием специальных тренировочных материалов (массы для лепки, жвачки для рук);

- предлагать мячики для разработки кисти;

– перед письмом поработать степлером (помогает научиться регулировать прилагаемое усилие;

– для детей, которые делают слишком сильный нажим, полезны тренировки, когда лист бумаги кладется на коврик для компьютерной мышки. Такие упражнения дают возможность учиться регулироватьусилие (чтобы не продырявить лист бумаги);

– использовать при письме механический карандаш, а в более старшем возрасте гелевые ручки;

– писать и рисовать вибрирующими ручками;

– пользоваться ручками с утяжелителями;

– при слишком слабом нажиме полезно пользоваться копиркой, чтобыдобиваться достаточной силы нажима для получения следа на бумаге;

– писать мягким карандашом или фломастером.

 **Поведение**

 У ребенка неуклюжая походка. На уроке физкультуры он испытывает значительные трудности. Даже во время разминки сильно заваливается в стороны, выполняя наклоны и простые движения. Не умеетпрыгать. Ходит по гимнастическому бревну, держа за руку взрослого(иначе падает). Во время бега часто спотыкается, с трудом дается переход с бега на шаг. **Возможная причина -** пониженная чувствительность вестибулярной и проприоцептивной систем. **Помощь:** – выполнять действия, требующие физических усилий;

– носить тугую одежду;

– использовать утяжелители;

– регулярно сжимать руки;

– качаться на качелях, залезать на горки;

– рекомендуется подобрать те виды физической активности, которые не вызывают у ребенка страха, и постепенно развивать их. Например, если ученик боится ходить по бревну без поддержки взрослого, то можно сначала: научить его уверенно ходить по наклеенной на полу полоске цветного скотча;

– перейти на ходьбу по широкой гимнастической скамейке;

– перейти на ходьбу по гимнастическому бревну, лежащему на полу;

– после этого учить ходьбе по высокому гимнастическому бревну.

 **Поведение** Ребенок не реагирует на свое имя. **Возможная причина -** пониженная чувствительность к звуковым стимулам, отсроченная реакция на раздражители, проблемы фильтрации в слуховой сфере. **Помощь:** – дать ребенку некоторое время (несколько секунд), не повторять его имя насколько раз подряд;

– уменьшить шум в помещении (выключить телевизор);

– увеличить активность, воздействующую на вестибулярную систему, тесно связанную со слуховой;

– использовать методы, направленные на обучение способности выделять определенные звуки и слова (имя) из фона.

 **Поведение** Ребенок не ощущает боль так, как большинство других детей.

**Возможная причина -** пониженная тактильная чувствительность. **Помощь:** – учитывать повышенную вероятность получения травм, ожогов;

– обеспечить безопасность;

– увеличить активность ребенка, стимулирующую тактильную систему.

 **Поведение** Ребенок на уроке качается на стуле, лежит на столе. На переменеподходит очень близко к другим детям и обижается, если они его отталкивают (может при этом начать бить себя). Перемещаясь по коридору, постоянно врезается в других людей, стены и предметы. **Возможная причина -** пониженная чувствительность проприоцептивной системы.

**Помощь:** – предлагать ребенку посидеть на перемене в кресле-мешке, «яйцесовы»;

– предоставлять ребенку крепкие объятия, делать на перемене массаж;

– использовать во время урока утяжеляющие жилеты, подушки на колени, поясные накладки;

– обучить правилу «вытянутой руки» для понимания ребенком дистанции относительно других людей.

 **Пояснения** Правило **«вытянутой руки»** используют, чтобы объяснить ребенкупонятия личного пространства. Обычно это делают с помощью социальной истории. Пример текста подходящей социальной истории: «Иногдая стою слишком близко к другим людям. Когда я так делаю, другой человек может сильно разозлиться, потому что я слишком близко. Этотчеловек может подумать, что я пытаюсь навредить ему. Я постараюсь стоять на расстоянии вытянутой руки от людей, когда я с нимиразговариваю, если это не папа, мама, бабушка или дедушка».

**Помощь детям с выраженным самостимулирующим поведением**

 У детей с РАС часто наблюдаются повторяющиеся стереотипные действия (стимминг), которые помогают ребенку успокоиться и улучшить саморегуляцию. Внешне аналогичные формы поведения могут иметь и другую функцию, например, для улучшения восприятия поступающей информации при сниженной чувствительности или для того чтобы получитьприятные ощущения. Подобные формы поведения нередко становятся привычными, постоянно воспроизводятся и могут препятствовать обучению и пребыванию в группе. В этом случае следует предоставить ребенку возможность получать те же самые ощущения приемлемым способом во время занятий и увеличить в течение дня количество занятий, обеспечивающих воздействие на ту или иную сенсорную сферу.

 **Поведение** Ребенок часто кружится, бегает по кругу. **Возможная причина -** стимуляция вестибулярной системы. **Помощь:** – разрешать недолго побегать с умеренной скоростью;

– увеличить количество действий и занятий, стимулирующих вестибулярную систему.

 **Поведение** Ребенок сжимает щеки других. **Возможная причина - п**олучение проприоцептивных ощущений в руках. **Помощь:** использовать занятия с пластилином, эспандеры, массажеры для рук, сенсорные игрушки.

 **Поведение** Ребенок часто скрипит зубами.

**Возможная причина** - получение проприоцептивных ощущений в челюстных суставах.

**Помощь:** – в течение дня использовать сенсорные игрушки для ротовой полости, в том числе вибрирующие;

– предлагать хрустящую еду и еду с вязкой консистенцией, которуюнеобходимо долго жевать, например, жевательные конфеты;

– периодически в течение дня сдавливать щеки;

– надувать гору из мыльных пузырей (опустить трубочку в мыльный раствор и дуть, чтобы получилась гора из пузырьков. Предварительно убедиться, что ребенок не будет втягивать раствор в рот).

 **Поведение** Ребенку трудно сидеть за партой, он постоянно крутится, раскачивается, вскакивает, сползает на пол.

**Возможная причина -** получение вестибулярных и /или зрительных проприоцептивных ощущений. **Помощь:** – Обеспечить дополнительные сенсорные ощущения и возможностьдвижения во время сидения на разных предметах. С этой целью использовать балансировочную или надувную сенсорную подушки, большой резиновый мяч, на которых ребенок может сидеть во время занятий. К ножкам стула прикрепить широкую эластичную ленту, на которую ребенок может ставить ноги.

 **Поведение** Ребенок слюнявит пальцы и «рисует» на столе, на полу, на любойповерхности. **Возможная причина** - получение тактильных ощущений в руках или/и в ротовой полости.

**Помощь:** – рисовать пальчиковыми красками;

– работать с пластилином, кинетическим песком;

– использовать кулоны для жевания.

 **Поведение** Ребенок часто тянет в рот несъедобные объекты, кусается: жует свою одежду, учебные материалы, кусает себя или окружающих людей.

**Возможная причина -** получение проприоцептивных оральных ощущений. **Помощь:** – предложить ребенку на выбор какое-либо приспособление для жевания (кулон, браслет, бусы);

– использовать жевательную насадку на карандаш;

– пить густые напитки (кисель, густой сок) через трубочку;

– предлагать хрустящую и вязкую еду;

– если возможно, использовать жевательную резинку (при условии, что ребенок ее не проглотит).

 **Поведение** Ребенок на уроке постоянно стучит разными предметами, на перемене многократно громко хлопает дверями.

**Возможная причина** - стимуляция слуховой системы. **Помощь**:

- предложить слушать музыку в наушниках на перемене;

– на перемене отвести в уголок с музыкальными инструментами или в сенсорную комнату.

 **Поведение** Ребенок обнюхивает своих одноклассников и учителей. Любит сильные запахи (клея, краски) на занятиях в мастерской. При этом полностью сосредотачивается на них, забывая о полученном задании.

**Возможная причина -** стимуляция обонятельной системы. **Помощь:** – использовать вещества с сильными запахами в качестве наградыили для переключения внимания от неприемлемых обонятельных стимулов (ароматические масла, фломастеры с запахом, ароматические гелевые шарики);

– также существует вероятность, что ребенок использует обонятельную систему как основной источник получения информации, поскольку у него присутствует фрагментарность зрительного восприятия. В этом случае следует направить усилия на развитие зрительного восприятия.

1. **Виды активностей, игры и занятия, рекомендуемые для детей с сенсорными проблемами**

 Дети, имеющие сенсорные дисфункции, нуждаются в специальных занятиях, цель которых заключается в том, чтобы:

- дать возможность ребенку получить необходимые ему ощущения, чтобы уменьшить стимминг, мешающий обучению и социализации;

– понизить или повысить чувствительность к сенсорным раздражителям; – обеспечить возможность расслабиться и предотвратить сенсорные перегрузки. В зависимости от особенностей сенсорного профиля ребенка следует использовать различные формы активности, обеспечивающие воздействие на ту или иную сенсорную сферу. Ниже приводятся виды занятий, а также простое и доступное оборудование и материалы, которые можно применять как в образовательном учреждении, так и дома.

**Виды активности, материалы и приспособления, воздействующие на тактильную систему:**

– пересыпание мелких предметов, игры с крупой;

– пластилин, массы для лепки;

– пальчиковые краски;

– сжимание рук (взрослый регулярно с силой сжимает руки ребенка);

– глубокий массаж;

– сквишбоксы (SquishBox);

– мягкие антисресс-игрушки для сжимания;

– утяжелители.

**Виды активности, воздействующие на слуховую систему:**

– звуковое лото;

– движения под музыку;

– пение;

– занятия с музыкальными инструментами;

– аудиокниги;

– использование наушников;

– использование плееров с любимой музыкой.

**Виды активности, воздействующие на зрительную систему:**

– визуальное расписание;

– конструкторы Marble;

– мигающие игрушки;

– калейдоскоп;

– игры с лабиринтами;

– лава–лампа;

– сенсорные бутылки;

– игры, в которых нужно бросать предметы, попадая в цель;

– специальное место для сенсорной разгрузки (релаксации);

– антибликовые приспособления.

**Виды активности, воздействующие на проприоцептивную систему:**

**–** крепкие объятия;

– массаж;

– батут;

– различные упражнения, требующие физических усилий;

– отжимание от стены;

– игры с тестом.

**Виды активности, воздействующие на вестибулярную систему:**

– качели;

– велосипед;

– батут;

– карусель;

– висеть вниз головой.

**Виды активности, воздействующие на систему обоняния:**

– занятия с ароматизированным тестом;

– рисование ароматизированными пальчиковыми красками, ароматизированными фломастерами;

– использование ароматизированных сенсорных игрушек.

**Виды активности, воздействующие на вкусовую и орально-моторную сферы:**

– выдувать мыльные пузыри;

– дуть в свистки, дудочки;

– хрустящая и вязкая еда;

– жевательная резинка;

– игрушки для жевания;

– пить из трубочки густые напитки;

– пить из бутылок с питьевым клапаном (обычно используются спортсменами: для получения воды требуется слегка надавить зубами наклапан);

– съедобные бусы («бусины» - сухофрукты, твердое печенье);

– игры «угадай вкус».

**Виды активности, требующие физических усилий:**

– прыгать на батуте;

– толкать или носить коробки с тяжелыми предметами;

– толкать нагруженные тележки;

– возить на санках детей;

– возить чемоданы на колесах, наполненные тяжелыми предметами;

– регулярно проводить занятия с использованием упражнений, в ходе которых изображаются движения животных, например: упражнение «краб»: сесть на корточки, наклониться назад, опуститьруки на пол, приподнять туловище и начать движение вбок, упражнение «медведь»: из положения стоя опустить руки на пол, начать движения вперед, одновременно передвигая правую руку иправую ногу, затем левые руку и ногу, упражнение «лягушка»: сесть на корточки, положить руки на пол между коленями, делать прыжки вперед, приземляясь на руки и на ноги. Эти и подобные упражнения требуют значительных физических усилий и могут выполняться на уроках физкультуры, дома и на переменах. Важно включать виды активности, направленные на развитиекоординации и владение телом.

**Сенсорные игры для тактильной стимуляции**

**Игра "Текущие руки":** начните на примере куклы, проведите легко по спине и рукам, используя разные движения, такие как круговые, легкиетолчки и потягивания. Желательно совместить с песенкой иликороткими стишками.

**Игра "Массаж ступней":** приготовьте миску с теплой водой и парой камешков. Ребенок может стоять или сидеть, держась за опору - предложите ребенку поиграть с руками, а потом стать ногами в миску с камешками и делать массаж ступней, двигая камни по ним.

**Игра "Тактильная коробка":** возьмите большую коробку и наполните ее разнообразнымитактильными материалами, такими как песок, рис, хлопья, горошек, можно добавить несколько машинок, животных или других элементов игры и исследовать вместе сребенком, коротко озвучивая, что вы нашли или что вычувствуете руками.

**Игры с использованием текстурных материалов**

**Игра "Сенсорный бассейн":** наполните большой бассейн или пластиковую ванну разнообразными материалами, такими, как шарики, мягкие кубики, подушки, одеяла, игрушки разных текстур.

**Игра "Формы из пластилина":** предложите ребенку создать разные формы и фигуры спомощью пластилина. Добавьте текстурные элементы, такиекак бусины, бархат, или мелкие гранулы, чтобы разнообразитьсенсорные и когнитивные элементы.

**Игра "Поиск сокровища в рисе":** засыпьте большую миску рисом или горошком. Спрячьтемелкие предметы или игрушки внутри риса и предложитеребенку их находить, используя ощущения.

**Игра «Строители":** предоставьте ребенку несколько наборов кубиков иликонструкторов, которые позволит ему создавать различныеформы и структуры. Это улучшает моторику рук, воображение, планирование и способствует развитиюпространственного мышления.

**Игры с движением**

**Игра "Сенсорная гимнастика":** вместе с ребенком придумывайте разные движение иповторяйте друг за другом. Можно добавить к движениямшарфики, обручи или мячи. Добавить элемент игры с животными, статуями. Эти игры улучшают навыки коммуникации, вестибулярные навыки и координациюдвижений.

**Игра "Звуковые прыжки":** прыгаем под разные звуки и по-разному когда, звучит барабан, труба, или звук от разных предметов.

 **Оборудование места для релаксации**

1. Уголок для релаксации должен находиться в наиболее спокойном месте квартиры или класса. 2. Удобно использовать палатку, в которой ребенок может уединиться и в то же время не мешать другим (не отвлекать других детей).

3. Внутрь стоит поместить мягкие подушки, коврики, одеяло с утяжелителем. 4. В уголке должны находиться разнообразные сенсорные игрушки: игрушки для жевания, калейдоскоп или лава–лампа, сенсорные бутылки, картины с пересыпающимся песком, вибрирующие игрушки, игрушки для сжимания. Эти игрушки удобно поместить в специальную коробку, из которой ребенок сам может выбрать то, что ему требуется в данный момент.

 **Заключение**

 Люди с сенсорными особенностями по-другому воспринимают окружающий мир. В значительной степени это обусловлено спецификой функционирования сенсорных систем. Повышенная или пониженная чувствительность к сенсорным стимулам, нарушение межсенсорного взаимодействия, процесса фильтрации сенсорных стимулов и другие сенсорные дисфункции приводят к специфическим формам поведения, которые могут затруднять обучение и социализацию ребенка. Создание дружелюбной сенсорной среды, применение специальных занятий и видов активности, использование специального оборудования помогают ребенку справиться с имеющимися у него проблемами и облегчить процессы обучения и социализации. Задача специалистов и родителей лучше понять проблему и воспользоваться разнообразными приемами, чтобы помочь детям справиться с имеющимися трудностями.

**Список литературы:**

Сенсорные особенности детей с расстройствами аутистическо-го спектра. Стратегии помощи. Методическое пособие / МанелисН.Г., Никитина Ю.В., Феррои Л.М., Комарова О.П. / Под общ.ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. 70 с.

<https://drive.google.com/file/d/1l0rwNXAlGKwo_EvHLHC52fBGAXdNTrsw/view>

<https://drive.google.com/drive/folders/1gO6JGwGRjT-rZWQQudalM3W7W4Q4yzd4>