*Ю.В. Дядина, К.А. Малышева*

МАОУ «Академический лицей № 95 г. Челябинска», г. Челябинск, РФ

**Использование двигательных средств сенсорной интеграции в работе с детьми, имеющими синдром дефицита внимания и гиперактивности**

В настоящее время достаточно распространенной формой хронических нарушений поведения в детском возрасте является синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Одной причины возникновения синдрома нет, этиология считается мультифакторной. Сильнее всего влияет генетическая предрасположенность, у СДВГ отмечена очень высокая наследуемость — до 74–76 %. Тем не менее есть целый ряд факторов риска, которые могут являться важными предикторами СДВГ. Проспективные исследования неоднократно связывали курение во время беременности с СДВГ, а также в несколько меньшей степени — воздействие на плод алкоголя и психотропных препаратов. Также свою лепту могут вносить преждевременные роды и низкая масса тела ребёнка при рождении.

В Международной классификации болезней (МКБ-11) СДВГ относится
к группе «Психические и поведенческие расстройства/Нарушения
психического развития». Это группа эмоциональных и поведенческих
расстройств, начинающихся обычно в детском возрасте. Статистику людей с СДВГ в России не ведут. Министерство здравоохранения России, опираясь на исследования врачей, может назвать лишь примерный процент обладателей синдрома дефицита внимания и гиперактивности относительно населения страны. По некоторым данным, СДВГ страдает от 2 до 12 % современных детей. Если учесть, что в 2019 году в России родилось почти 1,5 млн детей, получается, что около 180 тыс. от этого числа могут иметь синдром дефицита внимания и гиперактивности.

 Одним из главных признаков СДВГ, наряду с нарушениями внимания, является импульсивность — недостаток контроля поведения в ответ на конкретные требования. Эти дети быстро реагируют на ситуации, не
дожидаясь указаний и инструкций, позволяющих выполнять задание, а также
неадекватно оценивающие требования задания. В результате они очень
небрежны, невнимательны, беспечны и легкомысленны. Такие дети зачастую
не могут рассмотреть потенциально негативные, вредные или
разрушительные (и даже опасные) последствия, которые могут быть связаны
с определёнными ситуациями или их поступками. Часто они подвергают себя
необоснованному, ненужному риску, чтобы показать свои смелость, капризы
и причуды, особенно перед сверстниками.

Учитель-логопед и педагог-психолог, безусловно, в своей работе сталкиваются с данной категорией детей. Работа с обучающимися, отличающимися излишней двигательной активностью, неусидчивостью, низким уровнем развития свойств произвольного внимания достаточно сложна, ведь для эффективного коррекционного процесса ребенку необходимо качественно выполнять предложенные учителем-логопедом упражнения, письменные задания. На помощь специалистам в данном случае могут прийти средства сенсорной интеграции.

Интеграция - это вид организации чего-либо. Интегрировать - значит собрать или организовать разные части в единое целое. Тогда части работают слаженно, как одна система.

Сенсор (от лат. sensus, «восприятие»). Сенсорная интеграция представляет собой упорядочивание ощущений, которые потом будут как-либо использованы. Ощущения дают нам информацию о физическом состоянии нашего тела и окружающей среды. Сенсорная интеграция, необходимая для движения, говорения и игры, - это фундамент более сложной интеграции, сопровождающей чтение, письмо и адекватное поведение.

Основная идея коррекционных технологий, основанных на сенсорной интеграции, – обеспечить возникновение сенсорных импульсов и контролировать их, особенно импульсы от вестибулярной системы, мышц, суставов и кожи в таком виде, чтобы ребенок самостоятельно и непринужденно формировал необходимые реакции в ответ на сенсорные

раздражители.

Работая с гиперподвижными детьми, постоянно следует помнить, что насильственно сдерживаемое стремление ребенка к движению находит свое проявление в бурных истериках и разрушениях. Поэтому задача специалиста – найти возможность позитивного использования двигательной энергии и активности таких детей.

В МАОУ «Академический лицей №95 г. Челябинска» с целью более эффективной коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими синдром дефицита внимания и гиперактивности были приобретены и активно используются в работе службой сопровождения средства двигательной сенсорной интеграции.

Часто у детей, имеющих речевые и психические нарушения, встречается неловкость в движениях, неуклюжесть, раскоординированность. Эти характеристики являются признаком того, что у ребенка имеются проблемы в работе мозжечка и стволового отдела мозга. Нарушенная связь между мозжечком и лобными долями мозга приводит к замедлению формирования речи, интеллектуальных и психических процессов. Мозжечковая стимуляция повышает когнитивные и психические способности, становясь эффективным методом помощи для детей, имеющих проблемы с обучением. С этой целью на занятиях мы используем балансировочную надувную подушку, она позволяет совершать микродвижения (так необходимые гиперактивному школьнику) прямо во время логопедических занятия. Эти движения стимулируют мыслительную деятельность. На поверхности подушки есть пупырышки, обеспечивающие дополнительную тактильную стимуляцию, которая усиливает связь между телом и головой. Таким образом учитель-логопед может заниматься с ребенком перед зеркалом, отрабатывая артикуляцию, а также давать задания, направленные на коррекцию дисграфии и дислексии. В данном случае подушка кладется на стул, и ребенок сидит на ней, выполняя устные или письменные упражнения. Балансировочную подушку можно использовать и стоя, например, на этапе автоматизации звуков, когда ребенку нужно повторять на учителем-логопедом слоги-слова-предложения, четко проговаривая тот или иной звук. При этом развивается общая моторика, координация движений, устойчивость, баланс. Необходимость выполнения двух действий одновременно (балансировать на подушке и повторять за учителем) способствует развитию произвольности, контроля поведения, свойств произвольного внимания. Перенос веса тела с одной ноги на другую, — это мощный тренинг для механизмов межполушарного взаимодействия. Выполнение упражнений на балансире метод, который заслуживает внимания всех специалистов коррекционного сопровождения.

Утяжеленные предметы способствуют усилению поступления в мозг информации о гравитации.

* Утяжеленные подушки, которые можно положить на колени, утяжеленные шарфы помогают «приземлиться», спокойно посидеть пока ребенок выполняет задание, требующее сосредоточенности, например, на этапе закрепления материала.
* В работе с гиперактивными детьми особенно эффективными становятся сеансы релаксации. Утяжеленные пледы лучше использовать в начале занятия, чтобы снять повышенную нервную возбудимость, успокоиться, почувствовать себя защищенным и настроить ребенка на продуктивную работу. Это приобретает особую значимость, если ребенок пришел на занятие к логопеду после урока физкультуры, прогулки или чрезмерно активной перемены. Школьнику предлагается укутаться пледом и посидеть так 3-5 минут. Можно в этот момент включить спокойную музыку.
1. Средства, способствующие развитию проприоцептивной системы (сигналов от мышц). Функции проприоцепции заключаются в том, чтобы увеличить ощущение тела и управлять двигательным контролем и двигательным планированием.
* Эспандеры. Активная мышечная работа помогает преодолеть импульсивность. Для этого не обязательно приседать, бегать или делать отжимания. Во время подгрупповых логопедических занятий вполне можно использовать эспандеры. Движения эспандером малозаметны, никому не мешают, а мышцы при этом активно работают. Важно подобрать такой эспандер, который ребенок сможет сжимать, прикладывая усилия. Если ученик с СДВГ постоянно выкрикивает ответ и не может ничего с собой сделать, можно договориться с ним о том, что прежде чем отвечать, он должен три раза сжать в кармане эспандер.
* Чулок или мешок-комбинезон (эластичный мешок с отверстием в средней части). Он напоминает пододеяльник по форме, но обладает обволакивающими тело свойствами за счет своей упругости. Улучшает восприятие положения тела в пространстве, делает тело гибким и подвижным.
* яйцо Кислинг (мягкий шарообразный мешок, в который можно залезть целиком). Находясь в яйце, ребёнок сосредоточен на ощущениях и чувствует себя защищенным. Можно совершать движения, которые казались невыполнимыми в обычной повседневной ситуации: перекатываться, кувыркаться, брыкаться – делать всё, что требует тело. При этом ребенок свободен от контролирующей и направляющей роли взрослого.

Используемые средства сенсорной интеграции, помимо перечисленных основных позитивных свойств, позволяют заинтересовать ребенка, мотивировать его на занятия, что делает коррекционно-развивающий процесс более продуктивным и эффективным. В зависимости от поставленных задач мы используем подобные упражнения для того, чтобы активизировать мыслительную деятельность детей или успокоить их, настроить на предстоящую работу на занятии.

Список использованной литературы:

1. Варенова, Т.В. Создание коррекционно-развивающих технологий на основе метода сенсорной интеграции/ Варенова, Т.В. [Текст] // Сборник трудов факультета специальной педагогики и специальной психологии. Т. 2. Международный межвузовский выпуск. — Москва: МГПУ, 2007. — С. 44–51.

2. Кислинг, У. Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребенка, распознать проблему, помочь обрести равновесие [Текст] / У. Кислинг; под ред. Е.В. Клочковой; [пер. с нем. К.А. Шарр]. - М.: Теревинф, 2010. - 240 с.

3. Мальцева, М. Н., Кобялковская, Е. А., Гилева, А. Г. Телесные практики, сенсорная интеграция и эрготерапия: сборник методических материалов семинара в рамках образовательного форума «Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями» [Текст] / науч. ред. Ворошнина О.Р., Санникова А.И. – Пермь, 2018. – 140 с.

4. Монина, Г. Б. Гиперактивные дети. Психолого-педагогическая коррекция [Текст] / Монина Г.Б.- СПб.: Речь, 2007. - 186 с.

5. Пескишева, Т. А., Беляева, О. Н. Дети и сенсорная интеграция: сборник методических рекомендаций [Текст] / Т. А. Пескишева, О. Н. Беляева — Череповец:, 2019 — 132 c.

6. Шапиро, М., Синкевич, А., Арчакова, Т. Практические рекомендации для замещающих родителей по созданию развивающей среды с элементами сенсорной реабилитации в домашних условиях своими силами [Текст] / — М.: БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам», 2021. — 44 с.