Муниципальное Слободо-Туринский муниципальный отдел управления образованием

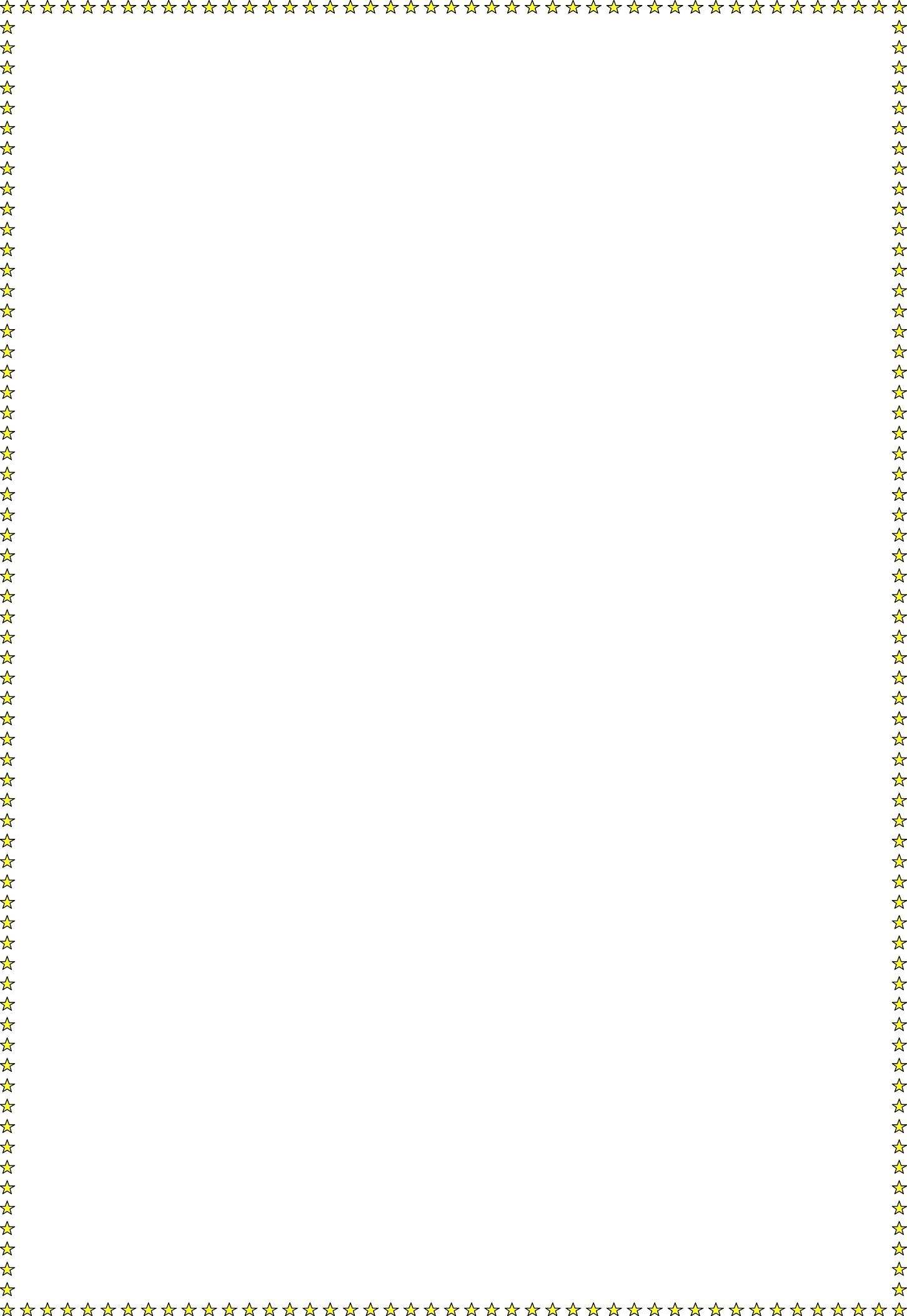
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребенка – «Слободо-Туринский детский сад «Солнечный»

**Картотека игр и упражнений**

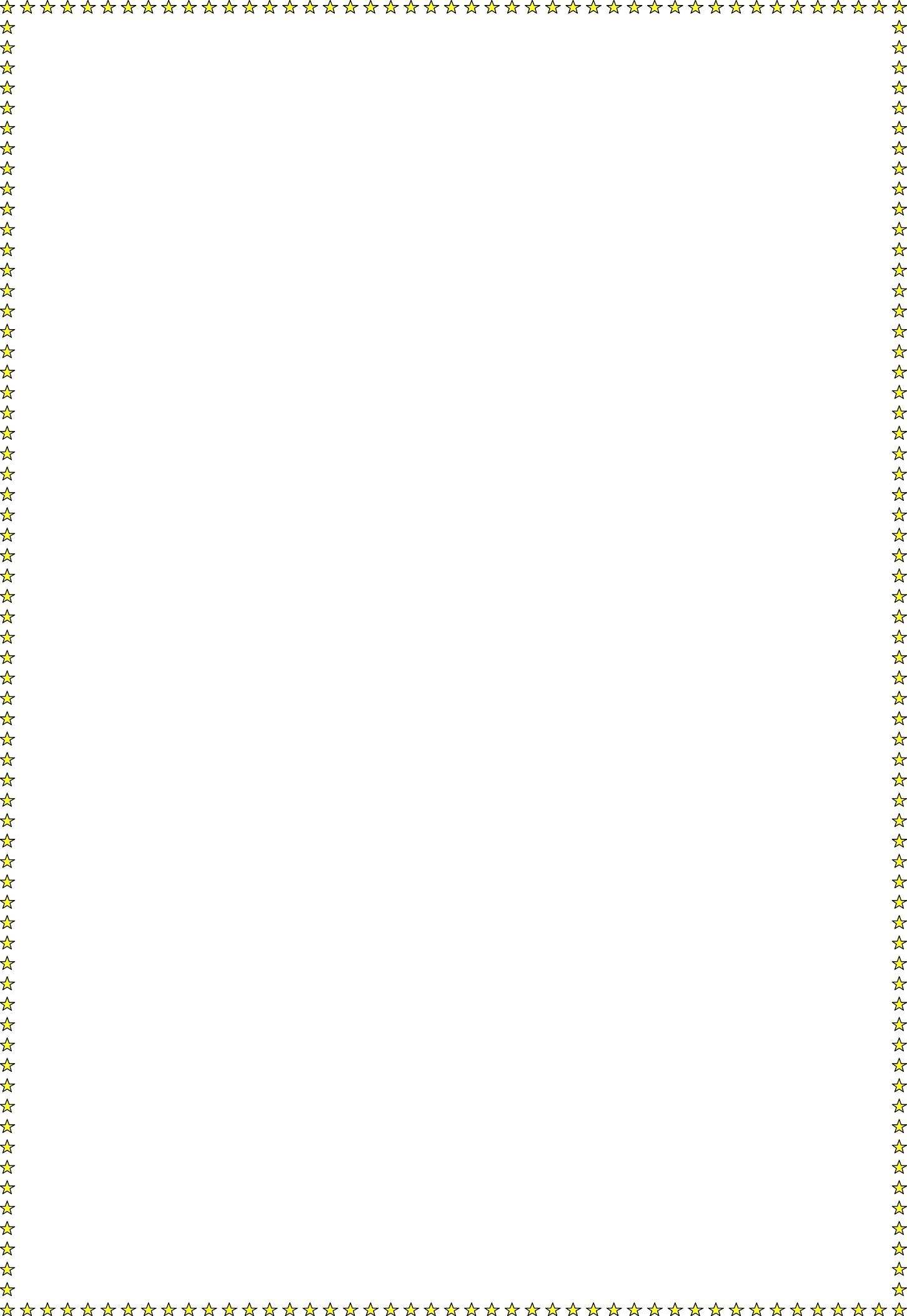
**для развития сенсорной**

**интеграции дошкольников**



Составитель: Клишина Е.А.,

Педагог-психолог

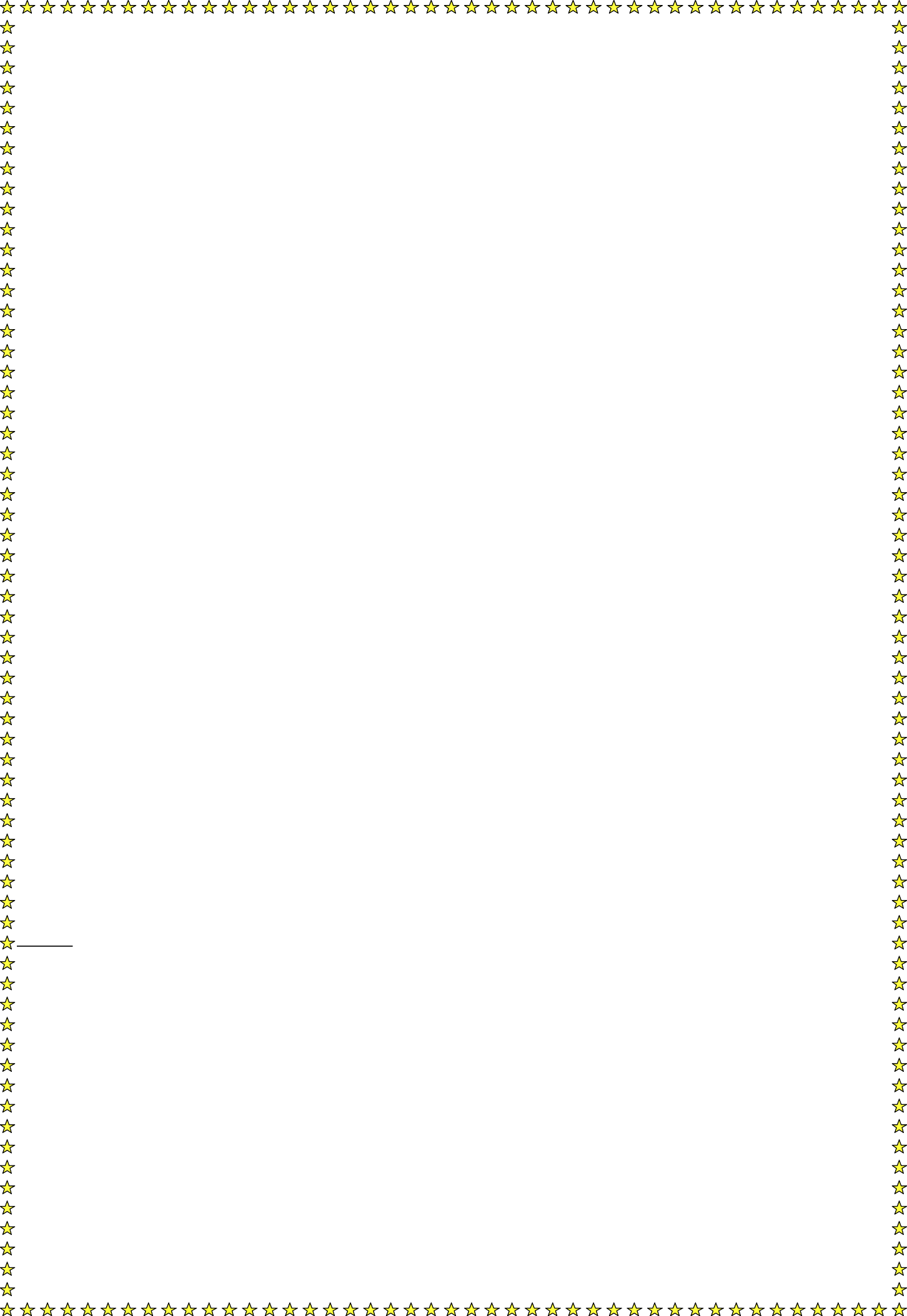
**Оглавление**

1. Рекомендации по использованию игр и упражнений 3

для развития сенсорной интеграции дошкольников 3

1. Интеграционные упражнения для вестибулярной системы 3
2. Интеграционные упражнения для тактильной системы 4
3. Интеграционные упражнения для гравитационной системы 6
4. Интеграционные упражнения для зрительной системы 6
5. Интеграционные упражнения для слуховой системы 8
6. Интеграционные упражнения для обонятельной системы 9

2

***Рекомендации по использованию игр и упражнений*** ***для развития сенсорной интеграции дошкольников***

* Упражнения направлены на развитие потенциала, который не в полной мере развит у ребенка.
* Перед началом упражнений необходимо повести предварительную оценку развитию ребенка, для оптимального подбора соответствующих игр.
* Необходимо постепенно вводить в игровую деятельность ребенка упражнений сенсорно-интегративной коррекции.
* Упражнения целесообразно делать регулярно и систематически.
* Игры можно использовать в любой удобный режимный момент (перед едой, перед началом образовательной деятельности, на прогулке)
* Целесообразно начинать коррекцию с тех сенсорных каналов, который достаточно развит, а постепенно вводить стимуляцию слабых каналов.

## Интеграционные упражнения для вестибулярной системы

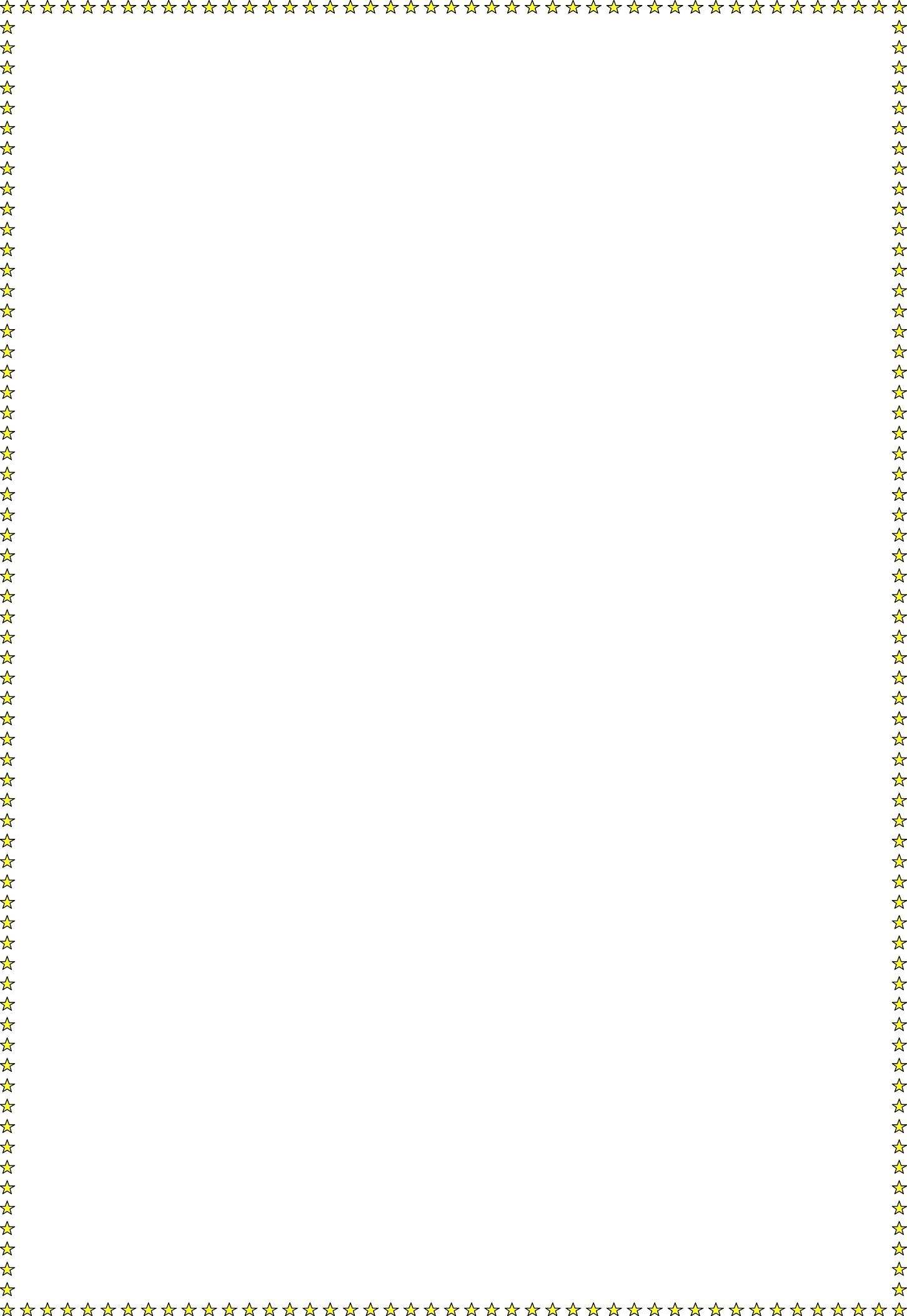
* *«Ухо и нос»* Эту игру можно провести, сидя за столом. Всем предлагается

взяться левой рукой за кончик носа, а правой рукой – за мочку левого уха. По хлопку ведущего необходимо поменять положение рук, то есть левой рукой взяться за мочку правого уха, а правой рукой – за нос. Сначала промежутки между хлопками длинные, а потом ведущий увеличивает темп игры, и промежутки между хлопками становятся все меньше и меньше. Побеждает тот, кто дольше всех продержался и не запутался в руках, носах и ушах.

* *«Игры с мячиком»* Все игры с мячом, направлены на улучшение вестибулярной системы, можно использовать «съедобное – несъедобное», «я знаю…»
* *«Ходьба по линии»* Материал: линия (полоса) шириной 3-4 сантиметра в форме эллипса, наклеенная или нарисованная на полу. Большой диаметр эллипса должен быть не менее 4 метров длиной.

Цель: координация движений, тренировка равновесия. Сознательно прочувствовать собственное тело, испытать состояние внутреннего покоя через концентрацию. Ход игры: Дети сидят вокруг эллипса. Они удалены от него настолько, чтобы не касаться его ногами. Педагог один раз проходит по линии, стараясь при этом обратить внимание ребенка на постановку всей ступни вдоль линии и на естественность ходьбы. Пальцы ступни и каблук находятся на линии. На этом примере ребенок понимает ход упражнения. Затем педагог одного за другим называет детей по имени и просит каждого начать упражнение. Постепенно все дети группы принимают участие в упражнении. Наблюдая, учитель замечает трудности отдельных детей и может потом

3

тактично вмешаться, высказывая общие пожелания, например, «Мы стараемся наступать точно на линию»

* *«Между двух берегов»* Материал: две скакалки кладем рядом друг с другом,

начиная с расстояния 50 см, постепенно уменьшая расстояние до 10 см. Задача - ходьба между линий, стараясь не наступать на края.

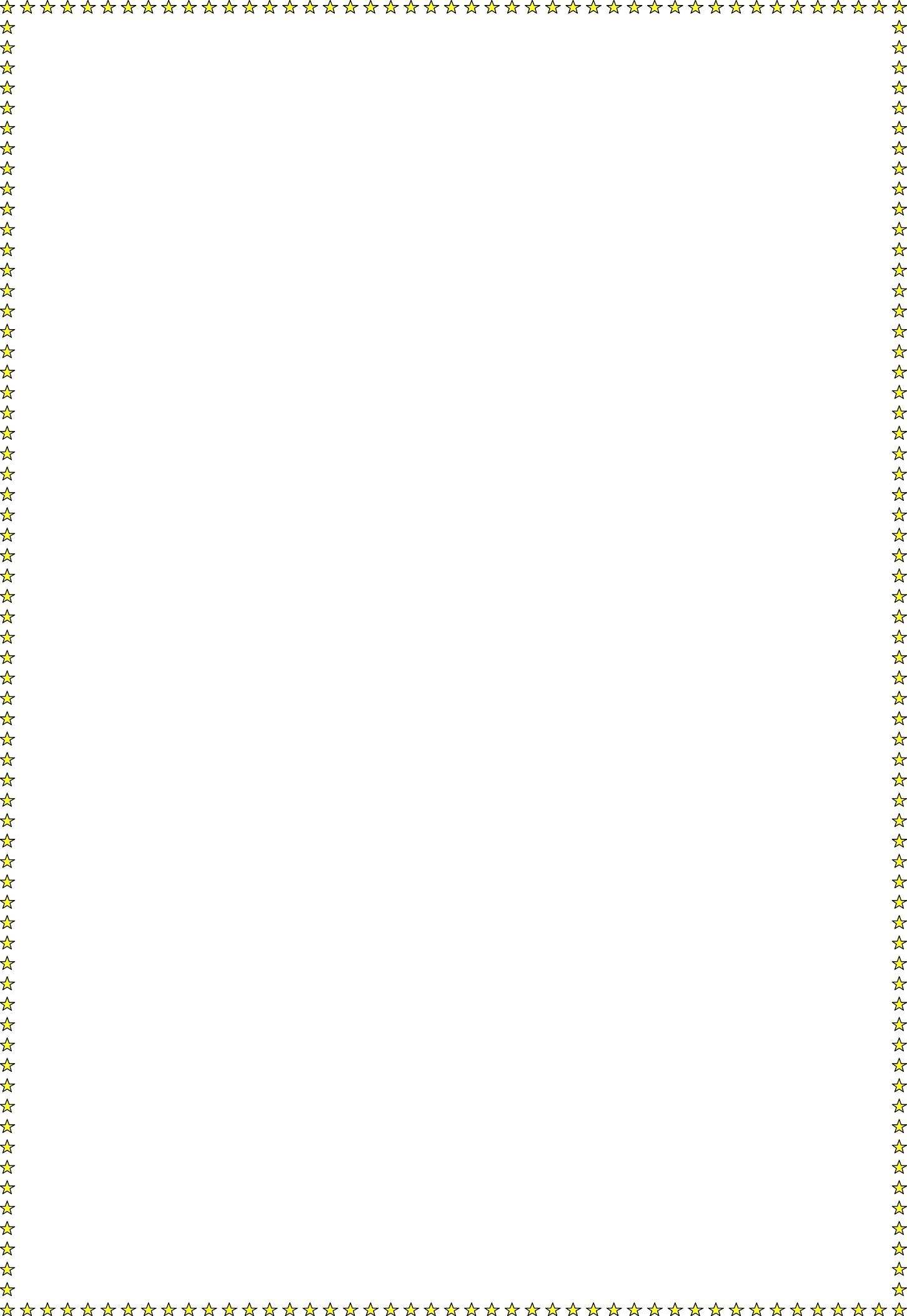
* *«Переступаем через веревочку»* Для игры потребуется веревка, которую необходимо положить на пол. Задача: ноги ставить с двух сторон от веревочки.
* *«На носочках»* Ход игры: Возьмите бубен или барабан и стучите в него сначала тихо, потом громче и, наконец, очень громко. Дети бегают на носочках. Если бубен звучит тихо, нужно идти, звук становится громче — идти широким шагом, еще громче
* бежать. Чем чаще вы меняете ритм, тем веселее игра.
  + *«Футбол бумажным пакетом»* Надуть бумажный пакет. Играть им в футбол, дети должны соотносить силу удара об пакет, чтобы он не порвался.
  + *«Снежки»* известная игра на улице, когда позволяет погода, но необходимо, ловить снежки поочерёдно правой или левой рукой.
  + «*Мыльные пузыри»* Используются мыльные пузыри, необходимо ловить сначала левой рукой, затем правой.
  1. ***Интеграционные упражнения для тактильной системы***
  + *«Поймай киску»* Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности,

улучшение внимания и скорости реакции у ребенка. Ход игры: Педагог касается мягкой игрушкой (киской) разных частей тела ребенка, а ребенок с закрытыми глазами определяет, где киска. По аналогии для касания можно использовать другие предметы: мокрую рыбку, колючего ежика и др.

* + *«Чудесный мешочек»* Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности, тренировка дифференциации собственных ощущений. Ход игры:

1. В непрозрачный мешочек кладут предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры и тела, пластмассовые буквы и цифры и др.). Ребенку предлагают на ощупь, не заглядывая в мешочек, найти нужный предмет.
2. «Определи на ощупь» - в мешочке находятся парные предметы, различающиеся одним признаком (пуговицы большая и маленькая, линейки широкая и узкая и т. д.). Нужно на ощупь узнать предмет и назвать его признаки: длинный — короткий, толстый — тонкий, большой — маленький, узкий — широкий и т. д.
3. «Узнай фигуру» - на столе раскладывают геометрические фигуры, одинаковые с теми, которые лежат в мешочке. Педагог показывает любую фигуру и просит ребенка достать из мешочка такую же.
   * *«Платочек для куклы»* Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности, тренировка дифференциации собственных ощущений (определение предметов по фактуре материала, в данном случае определение типа ткани). Ход игры: Детям предлагают трех кукол в разных платочках (шелковом, шерстяном, вязаном). Дети

4

поочередно рассматривают и ощупывают все платочки. Затем платочки снимают и складывают в мешочек. Дети на ощупь отыскивают в мешочке нужный платочек для каждой куклы.

* + *«Угадай на ощупь, из чего сделан этот предмет»* Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности, тренировка дифференциации собственных ощущений. Ход игры: Ребенку предлагают на ощупь определить, из чего изготовлены различные предметы: стеклянный стакан, деревянный брусок, железная лопатка, пластмассовая бутылка, пушистая игрушка, кожаные перчатки, резиновый мяч, глиняная ваза и др. По аналогии можно использовать предметы и материалы различной текстуры и определить, какие они: вязкие, липкие, шершавые, бархатистые, гладкие, пушистые и т. д.
  + *«Узнай предмет по контуру»* Ребенку завязывают глаза и дают в руки

вырезанную из картона фигуру (это может быть зайчик, елочка, пирамидка, домик, рыбка, птичка). Спрашивают, что это за предмет. Убирают фигуру, развязывают глаза и просят по памяти нарисовать ее, сравнить рисунок с контуром, обвести фигуру.

* + *«Догадайся, что за предмет»* На столе разложены различные объемные игрушки или небольшие предметы (погремушка, мячик, кубик, расческа, зубная щетка и др.), которые накрыты сверху тонкой, но плотной и непрозрачной салфеткой. Ребенку предлагают через салфетку на ощупь определить предметы и назвать их.
  + *«Найди пару»* Материал: пластинки, оклеенные бархатом, наждачной бумагой,

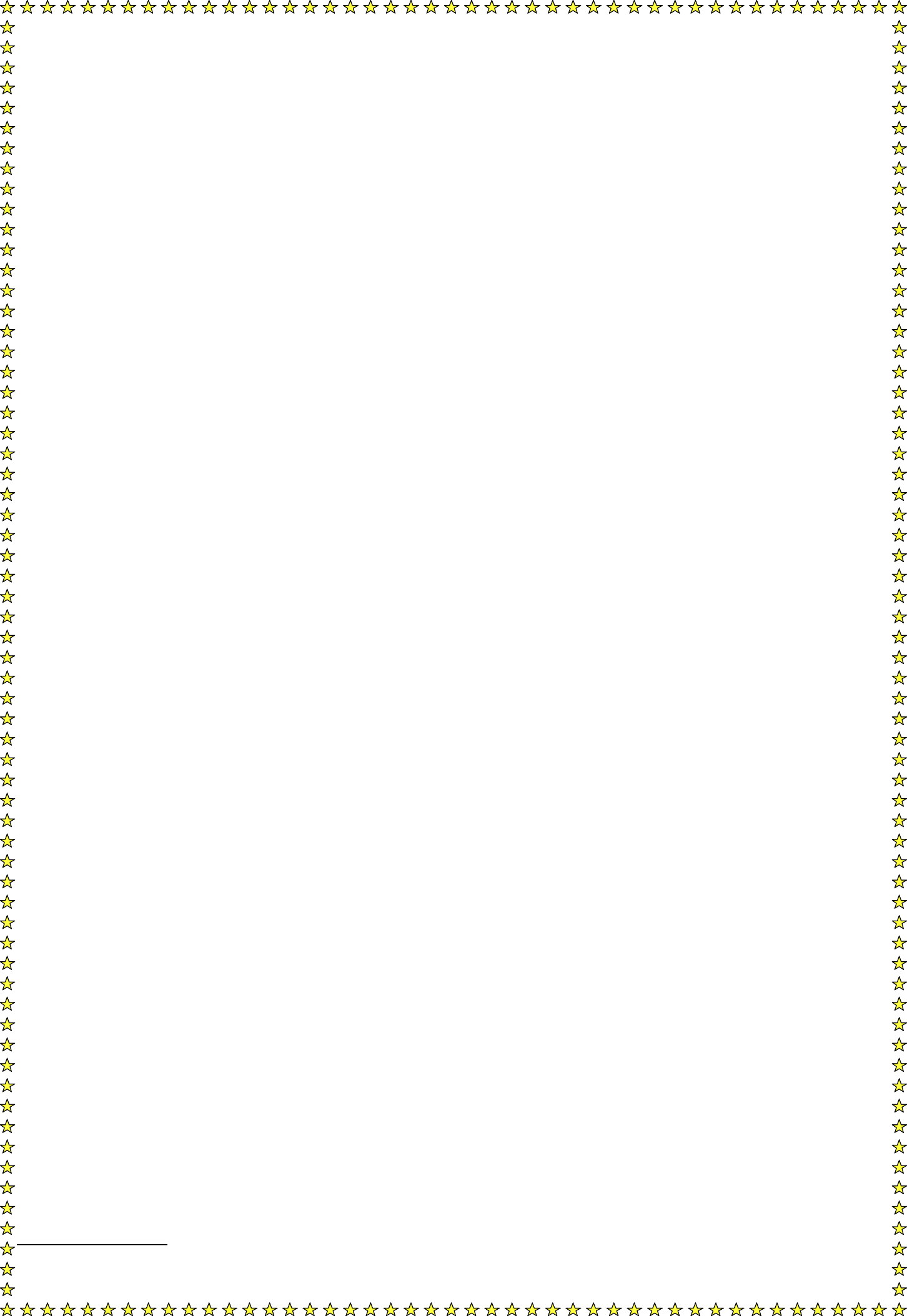
фольгой, вельветом, фланелью. Ребенку предлагают с завязанными глазами на ощупь найти пары одинаковых пластинок.

* + *«Найди ящичек»* Материал: спичечные коробки, сверху оклеенные различными материалами: вельветом, шерстью, бархатом, шелком, бумагой, линолеумом и др. Внутри выдвижных ящичков также приклеены кусочки материала. Ящички находятся отдельно. Ребенку предлагают на ощупь определить, какой ящичек от какого коробка.
  + *«Что в мешочке»* Ребенку предлагают небольшие мешочки, наполненные горохом, фасолью, бобами или крупами: манкой, рисом, гречкой и др. Перебирая мешочки, он определяет наполнитель и раскладывает в ряд эти мешочки по мере увеличения размера наполнителя (например, манка, рис, гречка, горох, фасоль, бобы)
  + *«Что это?»* Ребенок закрывает глаза. Ему предлагают пятью пальцами дотронуться до предмета, но не двигать ими. По фактуре нужно определить материал (можно использовать вату, мех, ткань, бумагу, кожу, дерево, пластмассу, металл).
  + *«Собери матрешку»* Двое играющих подходят к столу. Закрывают глаза. Перед ними две разобранные матрешки. По команде оба начинают собирать каждый свою матрешку — кто быстрее.

При нарушении сенсорной чувствительности необходимо использовать:

* всегда предупреждайте ребенка, что вы собираетесь прикоснуться к нему, приближайтесь к нему только спереди;
* помните, что объятия могут быть скорее болезненными, чем утешающими;

5

* постепенно знакомьте ребенка с различными текстурами – приготовьте для этого коробку с материалами (шерсть, шелк, бархатная бумага и т.д.);
* учите ребенка самостоятельным действиям, позволяющим регулировать чувствительность (например, при расчесывании волос и мытье).

Если ребенок избегает прикосновения с незнакомыми предметами, целесообразнее использовать знакомые игрушки (предметы), их можно, например, прятать под одежду ребенка и искать.

Если же у ребенка наблюдается постоянная потребность в тактильном контакте дети постоянно обнимаются, при чем делают это очень крепко, любят залезать в тесные места, то таким детям целесообразно использовать тяжелые одеяла, спальные мешки, массажные коврики, растирание жёсткой мочалкой, развитие мелкой моторики, работа с материалами разной фактуры и плотности.

## Интеграционные упражнения для гравитационной системы

* + Прыжки с возвышением, постепенно увеличивая высоту.
  + Игры с большим мячом (Фитболл): положить ребенка грудью или животом на большой мяч, придерживая сначала за туловище, затем за колени, и потом за голеностопные суставы мягко раскачивая, руки у ребенка, в этом случае, остаются свободные для опоры перед собой.
  + Можно использовать традиционные игры с потешками, такими, как «По кочкам», «Кто на лодочке плывет…» и т.д.
  + «Поймай меня» падания на руки взрослого, стоя к нему лицом, затем спиной.
  + Хождения по гимнастической скамейке.
  + Игра «Перейди через пропасть». Под присмотром взрослого ребенка

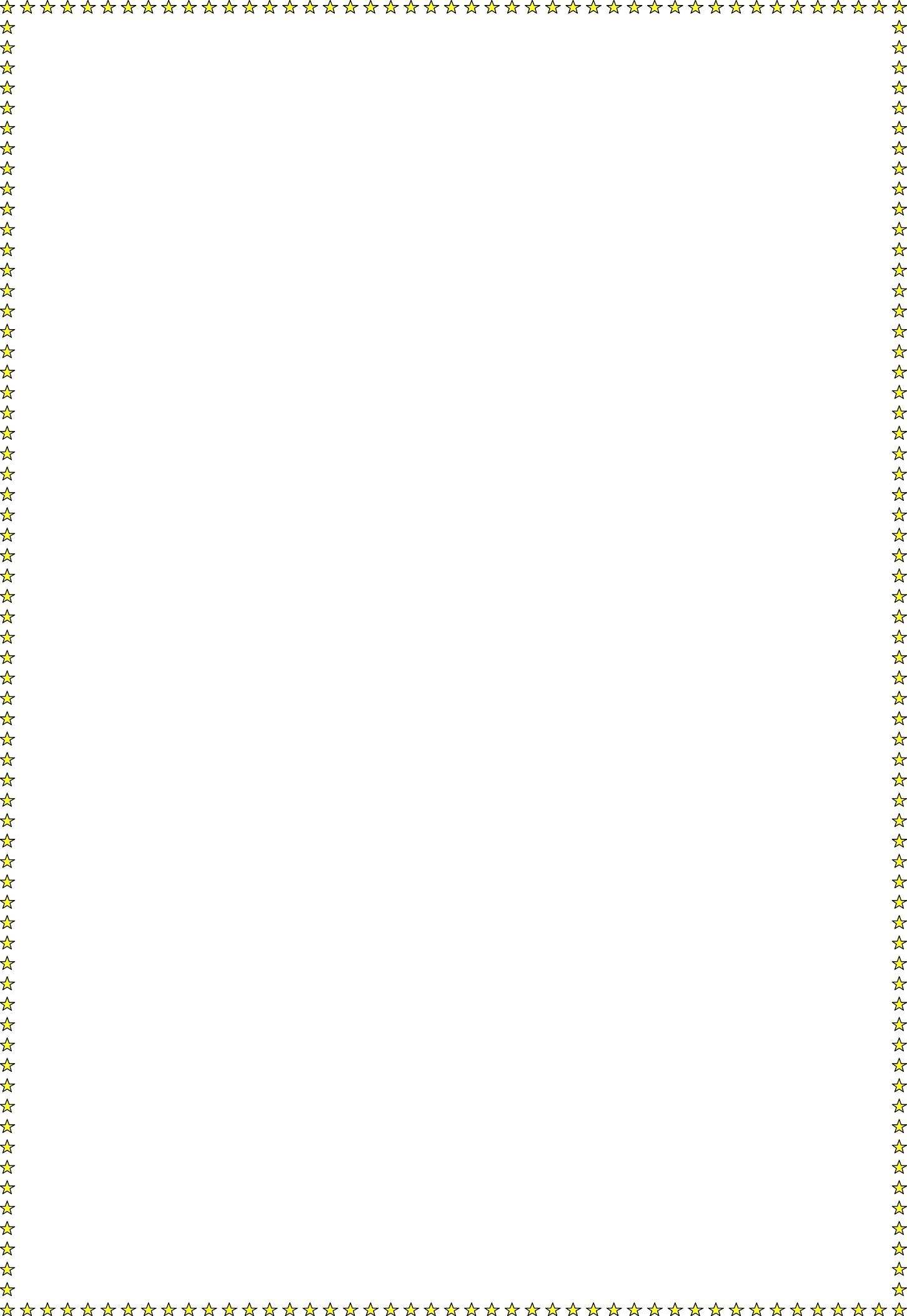
предлагается перейти с одной возвышающейся поверхности на другую, не становясь на пол.

* 1. ***Интеграционные упражнения для зрительной системы***
  + *«Сложи полоски»* Нарезаются полоски, отличающиеся длиной на 1 см. Диапазон полосок от 3 см до 16 см. Надо сложить полоски в лесенку, но не соприкасаясь с друг другом.
  + *«Найти предмет указанной формы»* Ребенку предлагают назвать модели

геометрических фигур, а затем найти картинки с изображением предметов, по форме похожие на круг (квадрат, овал, треугольник, прямоугольник, ромб).

* + *«Из каких фигур состоит машина?»* Дети должны определить по рисунку, какие геометрические фигуры включены в конструкцию машины, сколько в ней квадратов, кругов и т. д.
  + *«Коврик»* Цель: учить располагать предметы на плоскости, закреплять знание геометрических фигур, цифр, название основных цветов, и дополнительных. Оборудование: коврик, разделенный на 9 квадратов с липкой лентой в каждом, фишки

6



по вашему усмотрению, которые располагаются над квадратиками (бабочки разного цвета, цветы трех цветов по три штуки, геометрические фигуры, цифры).

* + *«Коврик» - 2*. Ребенку предлагают рассмотреть коврик из геометрических фигур и набор составных частей этого коврика. Среди элементов этого набора следует найти ту часть, которой нет в коврике.
  + *«Найди предмет такой же формы»* Дети выделяют форму в конкретных

предметах окружающей обстановки, пользуясь геометрическими образцами. На одном столе геометрические фигуры, на другом — предметы. Например, круг и предметы круглой формы (мяч, тарелка, пуговица и т. д.), овал и предметы овальной формы (яйцо, огурец, желудь и т. д.)

* + *«Какая фигура лишняя?»* Ребенку предлагают различные наборы из четырех геометрических фигур. Например: три четырехугольника и один треугольник, три овала и один круг и др. Требуется определить лишнюю фигуру, объяснить принцип исключения и принцип группировки.
  + *«Составь целое из частей»* Составить конструкцию из 2—3 геометрических

фигур по образцу. Варианты: составить конструкцию по памяти, по описанию; составить геометрическую фигуру, выбрав необходимые ее части из множества предложенных деталей (8—9)

* + *«Определи правильно»* Ребенку предлагают по рисункам определить, из каких геометрических фигур состоит замок.
  + *«Зрительный диктант»* Дети запоминают орнамент из 3—4 геометрических фигур, складывают его по памяти.
  + *«Определи форму предмета»* Перед ребенком разложены карточки с

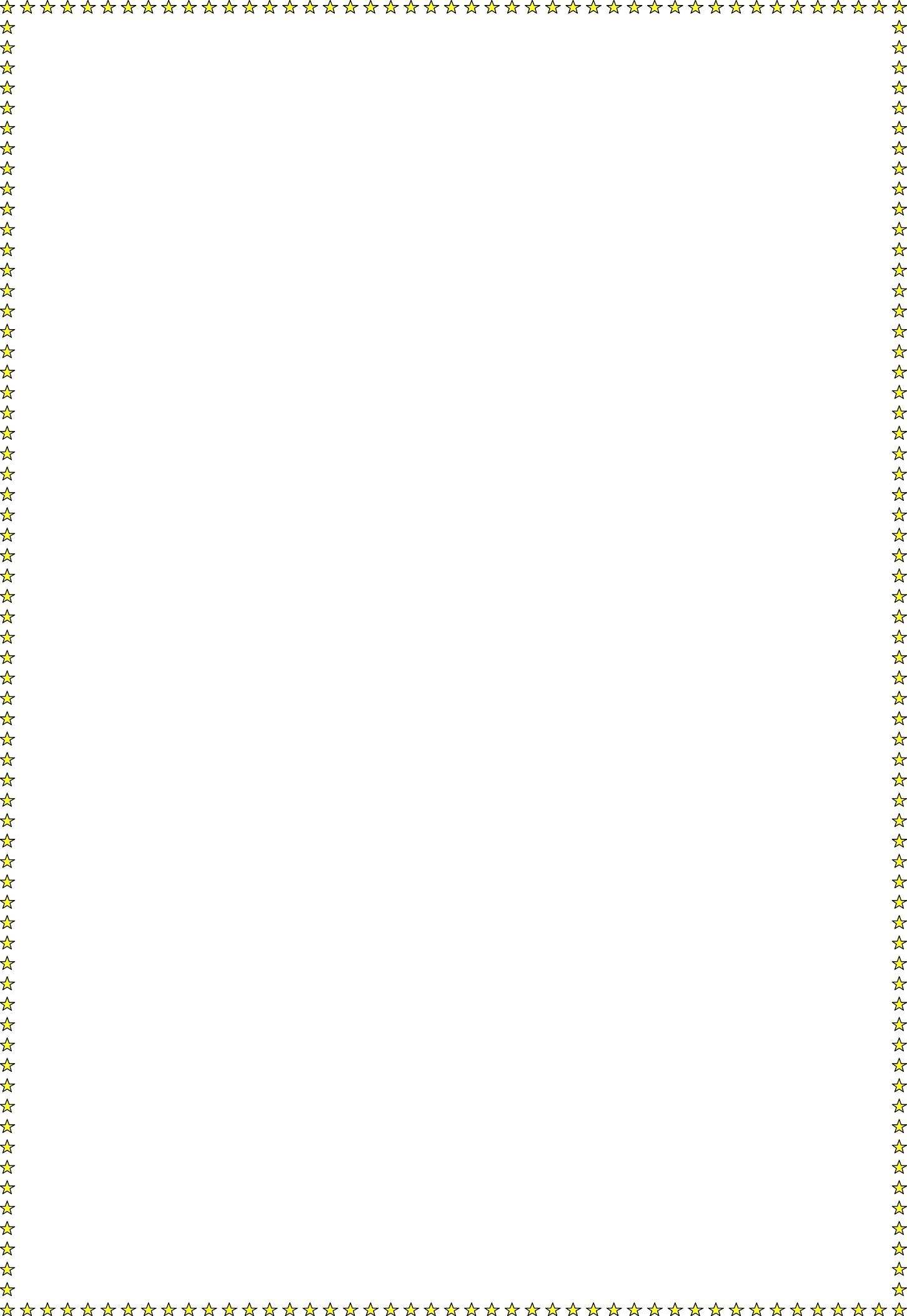
изображением предметов: телевизор, дом, стол, люстра, торшер, кровать и др. Педагог предлагает в соответствующую прорезь перфокарты с вырезанными геометрическими фигурами вписать название мебели, изображение которой похоже на данную геометрическую фигуру.

* + *«Что изменилось?»* Ребенку предлагают рассмотреть несколько карточек с

буквами (словами, цифрами, геометрическими фигурами и т. д.) и отвернуться (выйти из комнаты). Педагог убирает (добавляет или меняет местами) карточки. Ребенок определяет, что изменилось.

* + *«Найди ошибку»* Ребенку предлагают карточку с неправильными написаниями:

слов — одна буква написана зеркально (пропущена, вставлена лишняя); примеров — сделана ошибка на вычисление, цифра написана зеркально и др.; предложений — пропущено или вставлено неподходящее по смыслу слово (сходное по написанию и т. д.).

* + *«Найди отличия»* Детям предлагают рассмотреть парные картинки с признаками различий (карточки букв и цифр с различным написанием, различным изображением одних и тем же геометрических фигур и т. д.) и найти эти признаки различия, сходства.
  + 7
  + *«Наложенные изображения»* Ребенку предъявляют 3—5 контурных

изображений (предметов, геометрических фигур, букв, цифр), наложенных друг на друга. Необходимо назвать все изображения.

* + *«Спрятанные изображения»* Предъявляют фигуры, состоящие из элементов

букв, геометрических фигур. Требуется найти все спрятанные изображения.

«Зашумленные изображения» Предъявляют контурные изображения

предметов, геометрических фигур, цифр, букв, которые зашумлены, т. е. перечеркнуты линиями различной конфигурации. Требуется их опознать и назвать.

* + *«Парные изображения»* Предъявляют два предметных изображения, внешне

очень похожие друг на друга, но имеющие до 5—7 мелких отличий. Требуется найти эти отличия.

* + *«Незаконченные изображения»* Предъявляют изображения с недорисованными элементами, например птица без клюва, рыба без хвоста, цветок без лепестков, платье без рукава, стул без ножки и т. д. Нужно назвать недостающие детали (или дорисовать).
  + *«Точечные изображения»* Предъявляют изображения предметов,

геометрических фигур, буквы, цифры, выполненные в виде точек. Необходимо назвать их.

* + *«Перевернутые изображения»* Предъявляют схематические изображения предметов, букв, цифр, повернутые на 180°. Требуется назвать их.
  + *«Разрезанные изображения»* Предъявляют части 2—3 изображений (например, овощей разного цвета или разной величины и т. д.). Требуется собрать из этих частей целые изображения.
  1. ***Интеграционные упражнения для слуховой системы***
  + *«Различай веселую и грустную музыку»* Детям выдают по 2 карточки. Одна

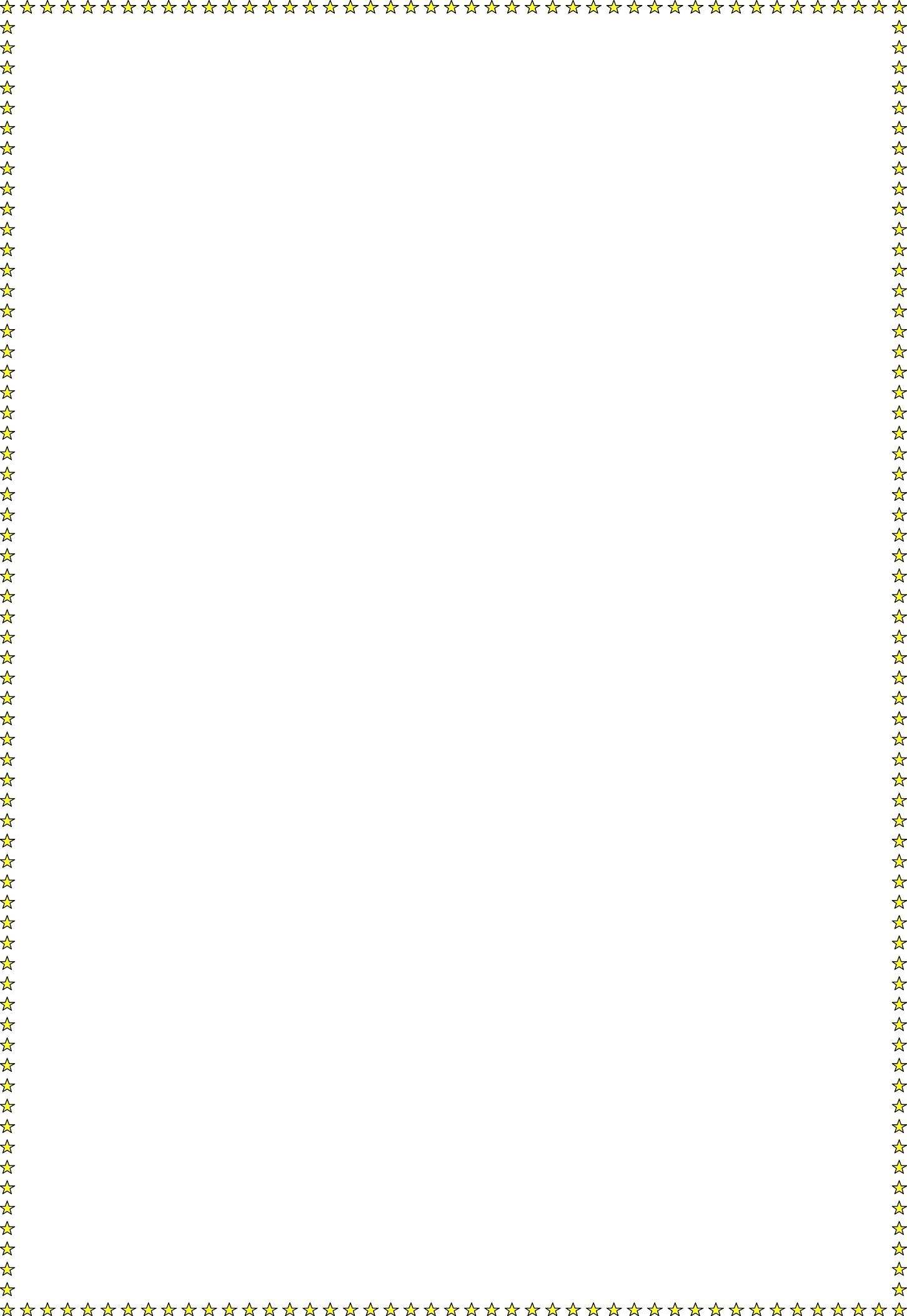
из них раскрашена в яркие, светлые, веселые тона, соответствующие веселой музыке, другая — в холодные, мрачные, соответствующие грустной музыке. Прослушав музыку, дети показывают карточку, условно обозначающую данный характер музыки.

* + *«Тихо и громко»* Поочередно звучит то тихая, то громкая музыка; ребенок под тихую музыку ходит на цыпочках, под громкую — топает ногами.

Варианты:

* можно предложить детям использовать свои произвольные варианты движений, соответствующие силе звучания музыки;
* использовать большой и маленький барабан: большой звучит громко, маленький — тихо;
* на громкое звучание большого барабана отвечать громкой игрой на металлофоне, на тихое звучание отвечать тихой игрой на металлофоне;
* на громкую музыку рисовать широкие и яркие полоски, на тихую — узкие и более бледные;

8

* найти игрушку, ориентируясь на громкое или тихое звучание колокольчика.
  + *«Угадай, какой музыкальный инструмент звучит»* Ученикам раздают карточки с изображением музыкальных инструментов или демонстрируют настоящие музыкальные инструменты. Включается магнитофонная запись со звучанием одного из них. Ученик, угадавший по тембру музыкальный инструмент, показывает нужную карточку и называет его.
  + «*Далеко — близко»* У водящего закрыты глаза. Кто-то из детей называет имя водящего то близко от него, то на расстоянии. Водящий должен по голосу узнать того, кто назвал его имя.
  + *«Будь внимателен»* Цель игры: дети обучаются быстрому и точному

реагированию на звуковые сигналы. Ход игры: Дети свободно маршируют под музыку. Педагог дает разные команды, а дети имитируют движения названного животного. Например, «аист» — стоять на одной ноге, «лягушка» — присесть и скакать вприсядку, «птицы» — бегать, раскинув руки, «зайцы» — прыгать и т. д.

* + *«Определи, что слышится»* Из-за ширмы доносятся различные звуки:

переливающейся воды из стакана в стакан; шуршание бумагой — тонкой и плотной; разрезание бумаги ножницами; упавшего на стол ключа, судейского свистка, звонка будильника и др. Нужно определить, что слышится. Шумы могут быть записаны на телефон и отражать шумы окружающего мира (мурлыкание кошки, скрип двери, шум машин, храп, дождь и т.д.) – ребенку необходимо определить, что за шум.

* + *«Шумящие коробочки»* Материал: несколько коробочек (можно использовать

киндер-сюрпризы), которые заполнены различными материалами (железными пробками, маленькими деревянными брусочками, камушками, монетками и др.) и при сотрясении издают разные шумы (от тихого до громкого). Ребенку предлагают проверить шумы всех коробочек. Затем педагог просит дать коробочку с тихим шумом, а потом с громким шумом. Ребенок выполняет. Вариант: ребенок находит одинаковые коробочки.

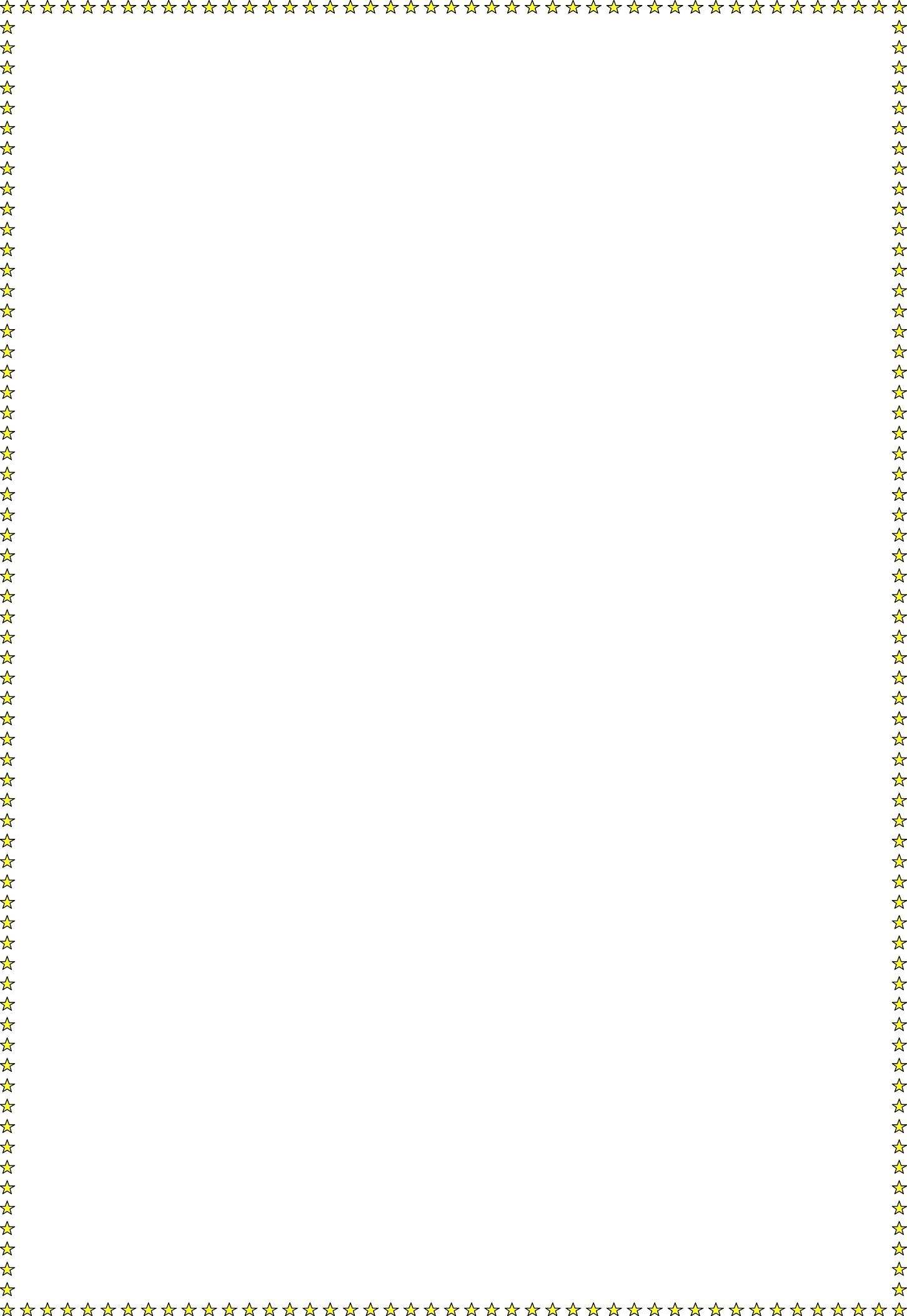
* + *«Слушай и выполняй»* Педагог называет несколько действий, но не показывает их. Дети должны повторить эти действия в такой последовательности, в какой они были названы. Например:

1. повернуть голову направо, повернуть голову вперед, опустить голову вниз, поднять голову;
2. повернуться налево, присесть, встать, опустить голову. «Что слышно?» По сигналу педагога внимание детей обращается с двери на окно, с окна на дверь, предлагается послушать и запомнить, что там происходит. Затем каждый ребенок должен рассказать, что происходило.

## Интеграционные упражнения для обонятельной системы

Ароматерапия — это прекрасный способ для занятий с детьми, которые не чувствуют некоторые запахи или наоборот очень к ним чувствительны. Вам и малышу

9

доставят удовольствия ароматические масла, свечи, диффузоры. Вы можете помочь своему ребенку научиться терпеть запахи или использовать их для расслабления и успокоения.

Ароматерапия – это отличное средство стимуляции, и зависит во многом от того, какой запах вы выберите (например, запах корицы скорее взбодрит ребенка, а лаванды расслабит). Если ребенок очень чувствителен к запахам, предложите ему носить собой баночку ароматического масла, запах которого ему приятен (например, мята), и нюхать его, когда другие запахи становится трудно терпеть.

Улучшение обоняния можно достигнуть, занимаясь по нескольким направлениям. Способствуют улучшению обоняния любые занятия физкультурой, так как они улучшают общее кровообращение. Но, прежде всего, это относится к гимнастике лица. Хорошо восстанавливают и улучшают обонятельные способности упражнения, восстанавливающие местное кровообращение в верхней части носа. Ускорить этот процесс можно прогреванием верхней части носа.

* + Упражнение для мышц, расширяющих ноздри, выполняется очень просто: во время вдоха раздувайте ноздри как можно шире в течение 5-6 секунд, с выдохом расслабьте мышцы; повторите упражнение ещё 4 раза.
  + Упражнение для носовой мышцы (она находится в крыльях носа) также желательно делать 5 раз с напряжением во время вдоха на 5-6 секунд: надавите

пальцем на кончик носа и, одновременно, носом надавите на палец с максимально возможной силой и потяните вниз нижнюю губу; движения быть не должно, не должны двигаться и другие мышцы лица.

* + Упражнение для мышцы гордецов (она – над переносицей) делается на тех же

условиях: положите один или два пальца на середины бровей; надавите пальцами на брови, а брови со всей силой пытайтесь сдвинуть к переносице, но брови при этом даже шевелиться не должны.

* + Способствует улучшению обоняния упражнение дыхания через нос. Выполните это упражнение, обращая особое внимание на движение воздуха по верхней части носа, через верхний носовой ход, то есть через область расположения обонятельных рецепторов. С той же целью можно воспользоваться аудиозаписью «Свежий поток».
  + *Игровое упражнение «Поможем Тузику»* Цель: развивать умение детей

определять по запаху съедобное — несъедобное. Материал: разложены по пластиковым одноразовым стаканчикам продукты питания: хлеб, шоколад, фрукты; предметы туалета: мыло, духи, зубная паста. Ход игры: предложить детям от имени Тузика, который потерял нюх и зрение, определить по запаху съедобные для него продукты.

* + *Игровое упражнение «Фрукт или овощ?»* Цель: развивать умения познавать признак запаха и классифицировать объекты. Материал: разложенные по пластиковым одноразовым стаканчикам кусочки фруктов и овощей (банан, огурец, яблоко,

апельсин, лимон, лук и т.д.).

10

Ход игры: предложить детям определить по запаху с закрытыми глазами лежащие в стаканах продукты и разделить их на фрукты и овощи.

* + *Игровое упражнение «Что приготовил повар на обед?»* Это игровое

упражнение лучше проводить во время обеда. Цель: развитие обоняния, вкуса.

Ход игры: предложить детям по запаху определить меню сегодняшнего обеда. Например: щи, гороховый или рыбный суп и т.д. Подтвердить запах вкусовыми качествами блюда.

* + *Игровое упражнение «Коробочки с запахами»* Цель: дифференциация запахов с помощью обоняния. Материал: два набора по 8 контейнеров из-под Киндер- сюрпризов с маленькими отверстиями в каждом, наполненные остро пахнущими веществами (кофе, гвоздика, корица, ванилин, цедра, чеснок и т.д.).
  + Ход игры: 1 этап
* предложить детям понюхать все контейнеры одного набора, затем воспитатель вынимает контейнеры из второго набора — предлагает понюхать и сравнить запахи двух наборов, до тех пор пока не найдется пара для каждого контейнера. 2 этап — предложить детям проделать подобное упражнение с закрытыми глазами (т.к. при отсутствии зрительного восприятия — возможность восприятия других органов чувств усиливается).

11