



Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Березовский районный комплексный центр социального
обслуживания населения»

Методическая разработка

Комплексные занятия по сенсомоторной коррекции для детей с РАС

Составитель:
специалист по социальной реабилитации
отделения социальной реабилитации и абилитации
детей с ограниченными возможностями
Пташинская Татьяна Александровна

Иgrim
2023

Аннотация

Актуальность разработки комплексных занятий по сенсомоторной коррекции для детей с РАС обусловлена высокой частотой встречаемости нарушений моторики у детей с РАС в сочетании с несформированностью социально-коммуникативных навыков. Особенности моторики детей с РАС: стереотипность движений, трудность формирования бытовых навыков, хождение на цыпочках, расторможенность или вялость движений, нарушение мелкой моторики, трудности при выполнении произвольных движений, нарушение координации движений. Совокупность особенностей моторики играет немаловажную роль в процессе социального взаимодействия, нарушение которого является диагностическим признаком РАС.

В основу разработки положены концепции сенсорной интеграции и сенсомоторной коррекции. Занятия намеренно имеют комбинированный вид, адаптированы для освоения программы по социально-бытовой адаптации и социально-педагогической реабилитации детей с ограниченными возможностями. Внедрение физических упражнений в коррекционное занятие детей с РАС положительно влияет на формирование социально-бытовых и коммуникативных навыков, способствует снижению выраженности дезадаптивного поведения. Занятия проводятся индивидуально, независимо от возрастной нормы, но с учетом интеллектуального развития ребенка с РАС, уровня физической подготовленности ребенка, а также психоэмоционального состояния. Могут быть использованы как диагностическая проба для определения уровня сформированности определенных социально-бытовых навыков, развития крупной и мелкой моторики, интеграции младенческих рефлексов. Занятие проводит специалист по социальной реабилитации (далее – ССР). Продолжительность занятия – 25-30 минут.

Данные занятия могут быть использованы другими специалистами, осуществляющими свою деятельность в области коррекционной работы с несовершеннолетними, в том числе не имеющими нарушения интеллекта.

Цели занятий:

- совершенствование двигательной сферы детей, улучшение двигательного праксиса (координации движений, понимание двигательного алгоритма на уровне крупно-моторных движений);
- формирование коммуникативных навыков и способности взаимодействовать с другим человеком;
- когнитивное развитие, освоение социально-бытовых навыков;
- развитие или коррекция тактильной чувствительности;
- коррекция нежелательного поведения.

Задачи:

- освоение последовательности действий, действий по образцу;
- развитие двигательных навыков, интеграция младенческих рефлексов;
- развитие вестибулярного, моторного планирования, постурального контроля;
- формирование ориентировки в схеме собственного тела;
- развитие синхронной работы мозга, развитие интеллекта и мыслительных способностей ребенка.

Оборудование:

Тактильные шарики Су-Джок, сенсорная коробка или контейнер с водой, детская магнитная удочка, рыбки с магнитом или металлической пластинкой, вестибулярная тарелка, балансировочная доска, кресло-мешок, доска разделочная, нож пластиковый с закругленным кончиком, дидактические материалы и оборудование по теме занятий, утяжеленный жилет или жилет с множеством карманов карточки для визуального расписания.

Технология организации комплексных занятий:

Каждое занятие состоит из подвижных упражнений, работы за столом с дидактическим материалом и расслабляющих техник. Перед началом работы ребенку предлагается самостоятельно определить последовательность выполнения этапов занятия по методике визуального расписания. Упражнения и техники из представленных занятий могут использоваться самостоятельно или в сочетании с другими занятиями в зависимости от изучаемой темы.

Комплексное занятие «Животные»

№ п/п	Упражнение, техника	Краткое описание	Диагностируемый и коррекционный эффект
Сенсомоторное развитие			
1.	«Уточка»	Ребенок стоит и смотрит прямо, ноги вывернуты носками внутрь. Задача пройти в такой позе, глядя на специалиста. Наличие рефлекса парализующего страха (РПС) и рефлекса Моро характеризуется неверным выполнением задания: выворачиванием кистей рук, отсутствием возможности пройти несколько шагов, ребенок не смотрит вперед, смотрит на ноги.	Диагностика интеграции младенческих рефлексов
2.	«Уточка» с гимнастической палкой	Ребенок стоит и смотрит прямо, ноги вывернуты носками внутрь, перед собой двумя руками держит гимнастическую палку. Задача пройти в такой позе, глядя на специалиста. Пояснения: вытянутая перед собой палка не позволяет выворачивать руки также как ступни ног, мешает смотреть на ноги, концентрируя внимание на руках и впереди стоящем специалисте.	Коррекция рефлекса парализующего страха и рефлекса Моро
3.	«Ёжик»	Упражнение выполняется сидя на полу, ноги сложены «по-турецки». Оборудование: шарики Су-Джок Задача: повторять действия за специалистом. Текст / действие: Ёжик печку топил (<i>крутим шарик открытой ладонью вперед-назад</i>)	Развитие или коррекция тактильной чувствительности; понимание двигательного алгоритма, освоение действий по образцу; развитие мелкой моторики, постурального

		<p>на полу) Уголёк уронил (<i>стучим шариком об пол, произносим «бух»</i>) В доме начался пожар (<i>быстро крутим шарик открытой ладонью по кругу на полу</i>) Ёжик быстро убежал (<i>быстро хватаем шарик другой рукой, прячем за спину</i>) Ёжик вышел на полянку (<i>катаем шарик по открытой ладони</i>) Увидел тропинок много, он по каждой побежал (<i>прокатываем шариком по каждому пальчику</i>) Клад нашел и завизжал (<i>открываем шарик, достаем колечки, восклицаем «Ура!»</i>) Примеряет он кольцо, хоть щекотное оно (<i>надеть кольцо на каждый палец</i>)</p>	<p>контроля, темпo - ритмической памяти; формирование ориентировки в схеме собственного тела</p> <p>В том числе может быть использовано как диагностическая проба указанных выше навыков</p>
4.	«Мишка»	<p>Оборудование: балансировочная доска Задача ребенка стоя на балансировочной доске раскачаться по 5 раз в каждую сторону, имитируя ходьбу косолапого медведя, а затем «замереть», выровняв тело, установив доску ровно параллельно полу.</p>	<p>Развитие вестибулярной, проприоцептивной систем, постурального контроля</p>
Когнитивное развитие, социально-бытовая адаптация			
5.	«Фрукты, овощи, ягоды»	<p>Ребенку представлены картинки с изображением различных, простых фруктов, овощей, ягод. У специалиста в корзинке лежат соответствующие пластиковые игрушки. Задача ребенка соотнести картинку с предметом, назвать кто из животных ест такой продукт. Дополнительные задачи: назвать цвет, вкус, величину, соотнести категорию (в зависимости от интеллектуального развития ребенка)</p>	<p>Систематизация и закрепление знаний о фруктах, овощах, ягодах, их свойствах; развитие зрительно-моторной координации («глаз-рука»)</p>
6.	«Банан для мартышки»	<p>Ребенку предлагается порезать спелый банан на кусочки для мартышки. В зависимости от возраста и развития ребенка с РАС банан предлагается в очищенном или естественном состоянии. Оборудование: пластиковый нож с закругленным кончиком,</p>	<p>Развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации («глаз-рука»), постурального контроля, проприоцептивной системы. Развитие социально-</p>

		разделочная доска. Дополнительные задачи: Покормить фигурку или игрушку мартышки кусочком банана. Изучить свойства банана: запах, консистенция, форма, вкус.	бытовых навыков, необходимых в повседневной жизни, закрепление знаний в области кухонной утвари, ее назначении. Дополнительно: коррекция пищевой избирательности
Снятие эмоционального напряжения			
7.	«Гусеница» (давление в области всего тела)	Заворачивание ребенка в коврик для йоги, кресло-мешок или утяжеленное одеяло словно в рулет, при этом сдавливание в области рук и ног, исключая область живота. Примечание: данная техника требует от ребенка умения ждать, т.к. мгновенно остановить игру невозможно. Выбирайте эту технику только, если ребенок проявляет навык ждать или умеет сигнализировать «стоп».	Расслабление, контроль перевозбуждения; развитие тактильной, проприоцептивной системы (чувствования своего тела, мышц)
8.	«Морская звезда»	Ребенок сидит в кресле-мешок, ноги и руки скрещены, голова опущена вниз. Подушка прижата к спине ребенка для того, чтобы он чувствовал себя безопасно. По сигналу специалиста «Звезда» ребенок откидывается назад, расставляет широко в стороны руки и ноги. Повторяется от 3 до 5 раз.	Коррекция рефлекса парализующего страха и рефлекса Моро Снятие эмоционального напряжения

Комплексное занятие «Рыбалка»

№ п/п	Упражнение, техника	Краткое описание	Диагностируемый и коррекционный эффект
Сенсомоторное развитие			
1.	«Жилет для рыбалки»	Задача: собрать жилет для рыбалки. Оборудование: утяжеленный жилет или жилет с множеством карманов. Важно: ребенок надевает на себя жилет и только потом кладет в карманы утяжелители – «снасти», находящиеся на разном уровне (высоко, низко). Если используется не утяжеленный жилет, то утяжелителями могут стать мелкие, но тяжелые	Развитие проприоцептивной системы за счет напряжения во всем теле, совершая новые намеренные скоординированные движения Развитие мелкой моторики

		предметы, которые ребенок должен распределить по многочисленным карманам	
2.	«Зеркало» (на основе методики «Проба Хэда»)	<p>Специалист и ребенок сидят напротив друг друга.</p> <p>Задача: ребенок должен повторить движения. «Кривое зеркало» - то, что специалист делает правой рукой, ребенок тоже делает правой рукой, после 5 повторений вводится упражнение «Обычное зеркало» - отражение действий специалиста</p> <p>Предлагается выполнение сначала одноручных (специалист постоянно меняет руки), затем двухручных проб. Важно использовать действия на пересечение срединной линии тела</p>	<p>Диагностика пространственного праксиса (восприятия и воспроизведения нужного положения рук и ног в пространстве), сформированности «схемы тела».</p> <p>Развитие пространственного праксиса, понимание двигательного алгоритма, формирование ориентировки в схеме собственного тела; развитие навыка двусторонней интеграции (использование обе стороны тела в координации для выполнения движений)</p>
3.	«Болотная кочка»	<p>Оборудование: вестибулярная тарелка.</p> <p>Задача: удержание равновесия</p> <p>Дополнительная задача: наклоны вправо/влево, вперед/назад по сигналу специалиста, проговаривание направления движения</p>	<p>Развитие вестибулярной, проприоцептивной систем, пространственного праксиса</p>
Когнитивное развитие, социально-бытовая адаптация			
4.	«Рыбалка»	<p>Оборудование: Контейнер с водой или сенсорная коробка с мелкими деталями. Детская магнитная удочка. Рыбки с магнитом или металлической пластинкой.</p> <p>Задача: поймать всех рыбок, назвать цвет, сортировать по цвету.</p>	<p>Развитие или коррекция тактильной чувствительности, мелкой моторики, зрительно-моторной координации («глаз-рука»), постурального контроля (усидчивости)</p> <p>Формирование/закрепление знаний в области основных цветов (красный, жёлтый, синий, зелёный)</p> <p>Формирование навыка действовать по правилам</p>
5.	«Варим уху»	<p>Оборудование: дидактические игры, карточки с изображением кухонной утвари, изображение</p>	<p>Развитие зрительно-моторной координации («глаз-рука»);</p>

		котелка или кастрюли, карточки-картинки с разными продуктами. Задача ребенка назвать и определить емкость для приготовления супа (ухи). В соответствии с развитием ребенка предлагается положить в котелок или кастрюлю необходимый набор продуктов, называемый специалистом. Если ребенок сложно воспринимает на слух, ему предлагается карточка с подсказкой необходимых продуктов, ребенок соотносит картинки	
Снятие эмоционального напряжения			
6.	«Воздушный шарик»	В положении стоя ловить воздушный шарик и кидать его обратно, заводя руки за голову (важно)	Снижение мышечного напряжения, интеграция младенческих рефлексов
7.	Упражнения в кресле-мешок (по стратегии «глубокое давление»)	Ребенку предлагается утонуть в кресле-мешок. Важно, чтобы он окутывал ребенка, оказывая давление на тело. Ребенка можно перекачивать из стороны в сторону	Улучшение работы внутренних сенсорных систем. Развитие вестибулярной системы, связывание проприоцептивных и периферических ощущений, ощущение границ собственного тела

В данном конспекте представлен пример двух занятий на комплексное развитие ребенка с РАС. По аналогии выстраиваются другие подобные занятия в соответствии с изучаемой темой или индивидуальным планом работы. Представленные занятия успешно апробированы специалистами отделения социальной реабилитации и абилитации детей с ограниченными возможностями БУ «Березовский районный комплексный центр социального обслуживания населения», используются в представленном комплексе либо модифицируются с другими занятиями на когнитивное развитие. Результаты:

- снижается уровень тревоги, из-за которого ребенок с РАС избегает интенсивного контакта со взрослыми, как следствие, улучшается социальное взаимодействие;
- снижаются трудности освоения последовательности действий, понимания и копирования эмоций, артикуляций взрослого;
- снижаются страхи, тревоги ребенка, реакции «замри, бей, беги»;

- снижаются реакции на яркие стимулы (визуальные, слуховые, тактильные, вкусовые) – резкий испуг, вздрагивание, неоправданный плач, избегание обычных стимулов;

- снижается естественная чувствительность, протест во время попыток успокоить обычным способом (объятия, прикосновения, прижимания, покачивания, разговор);

- улучшение освоения изучаемого материала за счет двигательного раскрепощения.

Противопоказания и ограничения:

Подобные сенсомоторные комплексные занятия применяются с осторожностью, вводятся постепенно:

- при очень высокой тревожности – особенно 1 и 2 уровня, можно получить тревогу и страх вместо коррекции;

- при чрезмерной тактильной чувствительности;

- при повышенной судорожной готовности – заниматься нужно под контролем медицинских работников.

Противопоказаны занятия сенсомоторной коррекцией при РАС, сопровождающимся эпилепсией!

Помощь и обучение родителей:

Большой положительный результат даст сотрудничество с родителями детей с РАС, получающих коррекцию. Приветствуются присутствие матери на занятиях и обучение её технике постановки движений, систематические занятия дома. Подобные занятия, проводимые дома, улучшают психологический настрой матери, происходит налаживание связей в диаде мать-дитя.

Список используемой литературы:

1. Горячева Т.Г., Никитина Ю.В. «Расстройства аутистического спектра у детей. Метод сенсомоторной коррекции.»- М.:Генезис. – 2018.
2. Горячева Т.Г., Султанова А.С. «Сенсомоторная коррекция», 2019, эл. версия.
3. Ханнафорд К. «Мудрое движение», 1999, эл. версия.
4. Самарина А.А. Конспект вебинара АНО «Санкт-Петербургский институт раннего вмешательства» «Алгоритм «Улучшение работы внутренних сенсорных стимулов», 2022, эл. версия.
5. Методы нейропсихологической диагностики: учеб.-метод. пособие / сост. О.К. Обидина. Бишкек: Изд-во КРСУ, 2016. с.