

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №7 «ЯРОСЛАВНА»
Алтайский край город Рубцовск

658223 г.Рубцовск, проспект Рубцовский,55
Тел.(38557)4-68-59,4-60-18,4-58-00
e-mail:crr-ds7@mail.ru

Консультация для родителей
тема: «Сенсорно-моторное развитие детей раннего возраста»

подготовила:
учитель-дефектолог Литвиненко И.С.

Сенсорно-моторное развитие детей раннего возраста

Уважаемые мамы и папы, бабушки и дедушки! Когда я, как дефектолог, начинаю консультацию с фразы «Расскажите, как ваш ребенок играет?», я часто слышу в ответ показатели здоровья: «Он у меня встал, пошел, говорит пять слов». Безусловно, это важно. Но сегодня я хочу поговорить о том, что остается за кадром педиатрических осмотров, но является основой будущей грамотности, мышления и даже характера человека. Это **сенсорно-моторное развитие**.

Представьте, что мозг ребенка - это дом. Прежде чем проводить интернет (речь) и ставить дизайнерскую мебель (математические способности), нужно залить бетонный фундамент и подвести коммуникации. Фундамент в раннем возрасте - это **сенсорика** (зрение, слух, осязание, обоняние, вкус) и **моторика** (движения тела, рук, артикуляционного аппарата). Если фундамент неровный, перекосы будут во всем: в поведении, в учебе, в социальной адаптации.

Цель этой статьи - не напугать вас диагнозами, а показать простые, доступные инструменты для развития ребенка дома. Вы удивитесь, но лучшие пособия - это не купленные в магазине бизборды, а ваши руки, крупы, прищепки и вода.

Часть 1. Анатомия чуда: как рука учит мозг

1.1. Три этажа нервной системы

Представьте, что нервная система ребенка - это трехэтажный дом.

1-й этаж (база) - вестибулярный аппарат, проприоцепция (ощущение своего тела в пространстве), тактильная чувствительность. Строится с 0 до 2 лет.

2-й этаж (средний) - зрительно-моторная координация, слуховое внимание, подражание. Строится с 1,5 до 3 лет.

3-й этаж (крыша) - речь, логика, математика, чтение, письмо, самоконтроль. Начинает строиться после 3 лет.

Главный закон: Нельзя построить третий этаж, пока не готовы первый и второй. Когда вы пытаетесь учить буквы с двухлеткой, а он не может пролезть через тоннель из стульев (вестибулярка) или поймать мяч (глаз-рука) - вы строите крышу на воздухе. Ребенок выучит буквы к трем годам, но в первом классе у него будет дисграфия (зеркалит буквы) и дислексия (пропускает строки). Потому что фундамент - сенсомоторика - дал трещину.

1.2. Тайна пальцев и языка: почему это работает

В коре головного мозга зона, отвечающая за движение пальцев руки, и зона, отвечающая за артикуляцию (язык, губы, гортань), находятся **рядом**. Более того - у них общее кровоснабжение и общие нейронные сети. Когда ребенок активно работает пальцами (мнет, рвет, крутит, нажимает), в зону артикуляции автоматически притекает возбуждение. Язык становится подвижнее, губы - сильнее, голосовые связки - активнее.

Эксперимент: Попробуйте сами быстро-быстро перебирать пальцами левой руки (как будто играете на пианино) и одновременно пытаться четко произнести скороговорку «Карл у Клары украл кораллы». Получается лучше, чем если сидеть с неподвижными руками. У детей - то же самое, только в 10 раз сильнее.

Поэтому правило: Нет речи - качаем мелкую моторику. Нет мелкой моторики - качаем крупную (ползание, лазанье, баланс).

Часть 2. Что именно мы развиваем? Разбор «по полочкам»

Ранний возраст (1–3 года) - это время, когда ребенок действует, чтобы понять. Мышление малыша - «ручное». Увидел - схватил - попробовал на зуб - стукнул. Это не баловство, это научная работа.

В своей работе я выделяю три кита, на которых стоит развитие:

1. Тактильная чувствительность (осязание) и мелкая моторика.

Это обработка сигналов от подушечек пальцев. Когда ребенок мнет пластилин, перебирает фасоль, откручивает крышку, у него активизируются речевые центры Брока и Вернике. Да,

между пальцами и языком - прямая нервная связь. *Ребенок, у которого ловкие пальцы, заговорит быстрее и чище.*

2. Зрительно-моторная координация (глаз + рука).

Согласие: «Вижу чашку - рассчитываю траекторию - беру - не промахиваюсь мимо рта». Это база для письма и чтения. Без этого ребенок будет пропускать строчки, путать буквы и ронять ручку. Учим сейчас - нанизывая кольца пирамидки и попадая ложкой в тарелку.

3. Крупная моторика и вестибулярный аппарат (чувство равновесия).

Это не только «как гимнаст». Это основа чувства «схемы тела». Ребенок, который умеет ползать, кувыркаться, висеть на турнике, чувствует свои границы. Такие дети реже падают в прямом и переносном смысле (реже становятся жертвами буллинга, потому что уверены в теле). Плохая крупная моторика = тревожность и страхи.

Часть 3. Ошибки родителей, которые ломают сенсорнику

Прежде чем давать рецепты игр, я обязана предупредить об ошибках.

Ошибка №1. «Не трогай - грязно!»

Мы моем полы хлоркой, запрещаем играть с песком, крупами, водой, потому что потом уборка. Дорогие родители, стерильная среда - враг иммунитета и враг мозга. Ребенок, которому запрещают трогать землю, глину, сыпучие продукты, в 3 года боится прикосновений, у него «вялые» пальцы. Разрешите месить «тесто» из грязи в луже (потом помоете руки).

Ошибка №2. Гаджеты вместо реальности.

Кнопочные телефоны, планшеты с «развивашками». Экран дает иллюзию действия: картинка движется, но пальцы лежат мертво. Нет обратной связи от материала. Ребенок в 2 года листает экран, но не может нажать на кнопку звонка. Мозг устает от экранов, не развиваясь.

Правило: до 3 лет - экран только для видео с родственниками, не для игр.

Ошибка №3. Делаем за ребенка.

«Он еще маленький, пуговицы не застегнет, я сама». Да, медленно, криво, но именно в этот момент нейроны соединяются в сети. Когда вы кормите ложкой трехлетку - вы отнимаете у него развитие моторики губ и координации. Ваша помощь - создать условия, а не сделать всю работу.

Ошибка №4. Хаос в игрушках.

Корзина со 100 маленькими машинками и кубиками. Ребенок теряется, не может сосредоточиться. Сенсорная перегрузка так же вредна, как и дефицит. Правило: максимум 5–7 видов игрушек на виду, остальное в закрытом шкафу.

Часть 4. Чек-лист: Ваш ребенок в норме? (от 1 года до 3 лет)

Это не диагноз, это маркеры. Если в вашем возрасте нет 3–4 пунктов из списка - не паникуйте, но начните активнее заниматься. Если нет 7–8 - запишитесь на консультацию к дефектологу.

Возраст 12–18 месяцев

Берет мелкие предметы двумя пальцами (указательный + большой) — «пинцетный захват».

Бросает игрушки в коробку специально (а не просто роняет).

Тянет в рот не все подряд, а только то, что интересно на вкус.

Переворачивает страницы картонной книжки (по одной, но может схватить несколько).

Снимает носки, шапку (стягивающее движение).

Играет в «ладушки» (координация своих рук).

Пытается есть ложкой, даже если мимо.

Возраст 18–24 месяца

Нанизывает 2–3 крупных кольца на стержень пирамидки.

Рвет бумагу на мелкие кусочки (не жует, именно рвет).

Откручивает и закручивает крупные крышки (на банках, бутылках).

Засовывает мелкие предметы в узкое отверстие (копилка, бутылка).

Рисует каракули (черкает) карандашом или фломастером, держа его в кулаке.

Переступает через невысокое препятствие (порог, игрушка на полу).

Повторяет за вами простые движения: «руки вверх», «топни ногой».

Возраст 24–30 месяцев

Застегивает и расстегивает крупную липучку (на обуви, игрушке).

Открывает дверцы, ящики, выдвигает их.

Собирает простой пазл из 2–3 частей (круг, квадрат в рамку).

Нажимает на кнопки разного усилия (звонок, клавиша пианино).

Сам снимает штаны (без застёжек) и обувь на липучках.

Накручивает и снимает крупные бусины с шнурка (2–3 штуки).

Повторяет за вами вертикальную линию на песке или бумаге.

Возраст 30–36 месяцев (к 3 годам)

Держит карандаш тремя пальцами (пинцетный захват, а не кулак).

Режет ножницами (прямые надрезы, открывая-закрывая ножницы одной рукой).

Складывает бумагу пополам (совмещая углы).

Застегивает крупную пуговицу (диаметр 2–3 см).

Собирает башню из 8–10 кубиков.

Нанизывает 5–6 мелких бусин на леску.

Повторяет за вами простую фигуру: круг, крест, квадрат (неровно, но узнаваемо).

Если у вашего ребенка к 3 годам нет половины пунктов из последнего списка - не страшно, просто нужна поддержка.

Часть 5. Детальный разбор игр: от простого к сложному (с алгоритмом действий)

Игра №1. Волшебный мешочек (тактильное распознавание)

Цель: Учить мозг опознавать предмет на ощупь, без зрения.

Материалы: Непрозрачный мешочек (можно сшить из старой футболки), 5–6 предметов разной текстуры и формы.

Алгоритм (длительность 5–7 минут):

- Шаг 1 (знакомство). Доставайте предметы по одному, дайте ребенку рассмотреть, потрогать, назвать («это шишка - колючая», «это мячик - гладкий»). *Важно: ребенок должен видеть предмет.*
- Шаг 2 (угадывание). Спрячьте один предмет в мешок. Скажите: «Найди шишку». Ребенок запускает руку в мешок (зрения нет!), нащупывает и вытаскивает. *Не помогайте рукой ребенка, только словами: «какая она? колючая? ищи колючее».*
- Шаг 3 (усложнение для 2,5+ лет). Положите в мешок 3 предмета. Просите найти не названием, а свойством: «Дай мне то, что круглое», «Дай то, что мягкое». Или: «Дай не мячик, не шишку, а третье» (развитие исключения).
- Шаг 4 (парная игра). У вас и у ребенка по одинаковому набору предметов. Вы кладете свой предмет в мешок, ребенок нащупывает такой же в своем наборе.

Ошибки родителей:

Мешок должен быть непрозрачным. Не используйте пакет - шелестит и видно через него.

Не просите назвать предмет до того, как ребенок его достал. Сначала тактильный образ, потом слово.

Игра №2. Сухой бассейн с крупой (лучше любых тренажеров)

Цель: Массаж нервных окончаний пальцев, развитие щипкового захвата.

Материалы: Таз, 2–3 кг фасоли/гороха/гречки (можно смешать), мелкие игрушки из киндер-сюрпризов, ложка, ситечко, миски.

Алгоритм (10–15 минут, но можно и 30):

- Шаг 1 (погружение). Насыпьте крупу в таз. Дайте просто перебирать руками, закапывать ладони, «плыть» пальцами. *Если ребенок боится - начните с малого: возьмите его руку в свою и медленно погрузите.*
- Шаг 2 (поиск). Спрячьте 5–6 мелких игрушек. Задача - найти все, закапывая руки глубоко. *Не «ковыряйте» сверху, именно погружайте всю кисть.*
- Шаг 3 (сортировка). Смешайте белую фасоль и красную чечевицу. Дайте две мисочки. Пальчиками (не ложкой!) переложить белое в одну, красное в другую. *Это концентрация и точность движений.*

- Шаг 4 (пересыпание). Дайте ложку, ситечко, воронку. Пересыпать крупу из таза в бутылку с узким горлом. *Тренирует глазомер и стабилизацию кисти.*
Золотое правило: Сидите рядом. Ребенок будет сыпать на пол - это нормально. Постелите клеенку. Если ругаете за рассыпанное - мозг блокирует игру.
Что делать, если ребенок ест крупу? (1,5–2 года) - Берите несъедобное: гальку, крупные бусины, желуди. Или возьмите макароны-трубочки - они твердые и большие.

Игра №3. Крышечки и отверстия (гештальт восприятия)

Цель: Учить соотносить форму предмета и отверстия (база для письма и логики).

Материалы: Картонная коробка, нож, набор крышек от бутылок (желательно разных цветов и диаметров: от воды, от молока, от сока).

Алгоритм:

- Шаг 1 (изготовление). Вырежьте в крышке коробки отверстия разного диаметра (чуть больше каждой крышки). Коробка закрывается.
- Шаг 2 (проталкивание). Покажите: «Крышка круглая - и дырочка круглая. Крышка большая - большая дырочка». Протолкните одну. Ребенок пытается сам. *Не подсказывайте рукой! Пусть ошибается: пытается засунуть большую крышку в маленькую дырочку - не лезет - пробует другую.*
- Шаг 3 (цветовое усложнение для 2,5+). Сделайте отверстия разного цвета (обклейте цветной бумагой). Задача: красную крышку - в красную дырочку. Это база для чтения (соотнесение образа).
- Шаг 4 (открывание). Когда ребенок протолкнул все крышки, откройте коробку, высыпьте их и начните заново. *Дети обожают этот цикл: положить — открыть — высыпать.*

Игра №4. Сенсорные тропы (проприоцепция для стоп)

Цель: Дать мозгу карту стопы. Чем больше сигналов от стопы в мозг — тем лучше координация и меньше плоскостопие.

Материалы: Картон (или старая дорожка), клей, разные материалы: пупырчатая пленка (от техники), кусок меха, наждачная бумага (крупная), войлок, камушки (приклеить на силикон), кусок линолеума, махровое полотенце.

Алгоритм:

- Шаг 1 (изготовление). Нарежьте материал кусками по 30x30 см. Приклейте на картон. Разложите «тропу» в коридоре или на ковре.
- Шаг 2 (исследование). Ребенок идет босиком (это важно!). Вы комментируете: «Ой, колючая! А это мягкая, как котик. А это скользкая». *Не заставляйте идти, если боится. Сначала посадите на стул, пусть потрогает ногой рядом.*
- Шаг 3 (команды). «Попрыгай на пупырчатой», «Потопай на меховой», «Пройди и не наступай на наждачную» (развитие торможения).
- Шаг 4 (усложнение в 3 года). Разложите тропу вразнобой, с промежутками. Ребенок должен перешагивать с одной текстуры на другую, не наступая на пол. *Тренирует баланс и планирование движений.*

Игра №5. Прищепки (сила пальцев, подготовка к письму)

Цель: Тренировать мышцы, отвечающие за удержание ручки (сгибатели пальцев).

Материалы: Пластмассовые бельевые прищепки (не деревянные - они тугие), картонный круг или картонная фигурка (солнце, ежик, тучка).

Алгоритм (начинаем с 1,5 лет):

- Шаг 1 (снимаем). Прицепите прищепки на край тарелки или на картон. Ребенок снимает их двумя пальцами (большой + указательный). *Это легче, чем прицепить.*
- Шаг 2 (прицепляем). Покажите, как нажимать на «ушки» прищепки. Сначала прицепите вместе - вы держите картон, ребенок нажимает. *Если не получается - возьмите его пальцы в свои и сделайте движение.*
- Шаг 3 (творчество). Картонный круг - «солнце». Задача: прицепить лучики (прищепки) по кругу. Картонный овал - «ежик», прищепки - иголки. *Это развивает целенаправленность.*

- Шаг 4 (соревнование для 3 лет). Кто быстрее прицепит 5 прищепок на веревку. Или - прицеплять прищепки одной левой рукой (включаем недоминантное полушарие).

Частая проблема: Ребенок сжимает прищепку всей ладонью, а не пальцами. Покажите, что «ушки» надо брать кончиками пальцев, как будто вы берете маленькую конфетку.

Игра №6. Водные переливания (математика и сила пальцев)

Цель: Понимание объема, развитие силы кисти, зрительно-моторная координация.

Материалы: Таз с водой, стаканчики разного объема, губка для мытья посуды, воронка, бутылка.

Алгоритм:

- Шаг 1 (переливание). Из полного стакана в пустой. Сначала просто так, потом через воронку.
- Шаг 2 (отжим губки). Губка впитывает воду, ребенок отжимает ее в пустую миску (сколько силы в пальцах!).
- Шаг 3 (сравнение). В одном стакане «много», в другом «мало». Переливаем из маленького в большой - теперь и там «много».
- Шаг 4 (спасение игрушек). «Уточка тонет» - надо вычерпать воду ложкой или пипеткой (для детей 2,5+).

Игра №7. Разрыватели бумаги (база для письма)

Цель: Щипковый захват, двуручная координация.

Материалы: Старые газеты, журналы, цветная бумага, клей-карандаш, лист картона.

Алгоритм:

- Шаг 1 (свободное рвание). Ребенок рвет бумагу на любые куски. *Не направляйте.*
- Шаг 2 (полоски). Задача - нарвать длинные полоски (рвать по линии сгиба).
- Шаг 3 (апликация). Наклеить кусочки на картон - «салют», «тучка», «шубка для зайки».

Часть 6. Работа с особыми случаями

Ситуация 1: «Ребенок все бросает на пол и ломает. Ничего не хочет собирать»

Что это значит: Скорее всего, у ребенка не сформирован вестибулярный аппарат и ему не хватает ощущения «тяжести» предмета. Он бросает, чтобы услышать звук и увидеть движение - это его способ получить сенсорную обратную связь.

Что делать: Не запрещать (бесполезно), а перенаправить.

Дайте корзину с мягкими мячиками и цель - попасть в таз (разрешенное бросание).

Дайте машинку, которую нужно съезжать с горки (направленное движение).

Игра «Строим - ломаем»: специально строите башню из подушек, ребенок ломает (это легализовано), потом говорит «опять строим».

Запрет «не бросай» без альтернативы приводит к тому, что ребенок начинает бросать, когда вы не видите.

Ситуация 2: «Ребенок ест пластилин, песок, мелки, обои грызет»

Что это значит: Гиперчувствительность или гипочувствительность ротовой полости. Мозгу не хватает оральных ощущений. Часто бывает у детей, которых долго кормили только пюре (не давали грызть яблоко, сушку).

Что делать:

Купите специальные оральные тренажеры (вибрационные щетки, тейпинг для языка - посоветуйтесь с логопедом).

Дайте безопасное для жевания: сушки, морковь, яблоко (под присмотром!), жилистое мясо.

Игры надуванием шаров, мыльных пузырей, сдуванием ватки со стола.

Чего не делать: Ругать, шлепать по губам. Это усилит тревогу и ребенок будет есть несъедобное тайком.

Ситуация 3: «Не любит лепить, рисовать, мазать. Плачет от пластилина»

Что это значит: Тактильная гиперчувствительность (сенсорная защита). Мозг воспринимает липкое, холодное, мокрое как угрозу.

Что делать (поэтапно):

- Начните с сухих текстур: песок, манка, сухие макароны.
- Добавьте гладкое: холодный шелк, крем для рук (мажьте свои руки и дайте потрогать).

- Добавьте теплое: теплая гречка, теплая вода с крахмалом (неньютоновская жидкость).
 - И только потом - пластилин. Но не холодный из магазина, а теплый (подержите на батарее) или тесто (мука+соль+вода+масло - приятное на ощупь).
- Важно: Никогда не заставляйте. «Давай потрогаем один раз мизинчиком, и все». Если заплакал - остановитесь. Насилие усугубит гиперчувствительность.

Часть 7. Когда срочно к дефектологу

Эти признаки не означают инвалидность. Они означают, что сенсорно-моторная система не справляется и нужна профессиональная помощь сейчас, чтобы в 7 лет не было диагнозов.

В 1,5 года:

Ребенок не тянет мелкие предметы в рот (даже безопасные).

Не использует указательный жест («там», «дай это»).

Не может удержать в руке погремушку дольше 5 секунд.

В 2 года:

Асимметрия: явно использует только одну руку, вторая «висящая плетью».

Не может провести пальцем по дорожке (лабиринт нарисованный).

Боится раскачивания, качелей, лифта (вестибулярная дисфункция).

Не реагирует на прикосновения: не чувствует, когда щипают (или наоборот - орет от легкого поглаживания).

В 2,5 года:

Не может повторить за вами движение: «пальчики здороваются» (поочередное касание большого с указательным).

Рисует только точку (не каракули) или только вертикальные палки.

Не понимает понятий «один» и «много» на ощупь (в одной руке одна бусина, в другой - горсть).

В 3 года:

Зеркалит движения: когда вы поднимаете правую руку, он поднимает левую (нет межполушарного переноса).

Не может вдеть шнурок в крупную бусину.

Сидит с «крыльями» (лопатки торчат, спина колесом) - мышечный тонус нарушен.

Заключение - напутствие

Уважаемые родители, я специально написала эту статью такой подробной, чтобы у вас исчез страх «а правильно ли я делаю?».

Правильно - это когда ребенок:

Смеется во время игры (значит, дофамин работает, нейронные связи укрепляются).

Пачкается (значит, тактильные рецепторы активны).

Повторяет одно и то же действие по 20 раз (значит, мозг «прошивает» этот навык навсегда).

Ваша задача - не научить. Ваша задача - создать среду. Миску с крупой на полу. Коробку с крышками на кухне. Прищепки в ванной. Сенсорную тропу в коридоре.

И помните: ребенок, который в три года умеет застегнуть пуговицу и нанизать 5 бусин, в школе будет писать без зеркалирования и читать с пониманием. А ребенок, который в три года умеет водить пальцем по планшету, но не умеет резать ножницами - будет страдать в первом классе. И это не его вина. Это упущенное время.

Я верю в вашего ребенка. И в вас. Потому что вы уже делаете главное - читаете эту статью. А значит, фундамент будет прочным.