

Почему сенсорная интеграция важна для речи

Вот как разные виды ощущений помогают ребёнку говорить лучше:

- **Внимание и собранность.** Когда ребёнок уверенно чувствует своё тело, ему легче сосредоточиться на словах и заданиях логопеда.
- **Ритм и плавность речи.** Вестибулярная система (то самое чувство равновесия) напрямую влияет на ритмическую структуру фразы. Именно поэтому раскачивание, прыжки и балансирование — не просто «веселье», а важная тренировка для речевого ритма.
- **Точность движений.** Тактильная чувствительность и проприоцепция (ощущение положения тела и усилия мышц) помогают мозгу точнее управлять мелкими движениями языка и губ.
- **Эмоциональный комфорт.** Сенсорные игры снижают тревожность и помогают ребёнку чувствовать себя спокойнее, а значит, он охотнее вступает в общение и пробует новые слова.



5 простых игр для сенсорной интеграции дома

Эти игры легко устроить из подручных вещей. Главное — делать их в хорошем настроении и без спешки.

1. «Волшебный мешочек» (развиваем тактильную чувствительность)

Что понадобится: непрозрачный мешочек или наволочка, мелкие предметы разной формы и фактуры (шишка, мячик, макаронина, игрушка из киндера, мягкий помпон).

Как играть: ребёнок на ощупь ищет конкретный предмет («Найди гладкий камень!») или угадывает, что у него в руке.

Польза: тренирует связь «рука — мозг», расширяет словарь прилагательных («колючий», «гладкий», «пушистый») и учит различать мелкие детали на ощупь — это полезно и для артикуляции.

2. «Полоса препятствий» (тренируем вестибулярный аппарат и проприоцепцию)

Что понадобится: подушки, одеяла, стулья, скотч для разметки линии на полу.

Как играть: создайте маршрут: пролезть под стулом, пройти по «кочкам» (подушкам), проползти по тоннелю из одеял, пройти по прямой линии.

Можно усложнить: нести в руке стакан с водой или мягкую игрушку, чтобы добавить задачу на баланс и контроль.

Польза: улучшает координацию, планирование движений и чувство тела в пространстве — всё это поддерживает плавную речь.

3. «Рисунки на манке» (тактильные ощущения и зрительно-моторная координация)

Что понадобится: противень или широкая тарелка с тонким слоем манки (можно заменить песком, солью или мукой).

Как играть: ребёнок рисует пальцами, ищет спрятанные в крупе мелкие игрушки, пишет буквы и цифры.

Совет: комментируйте процесс: «Нарисуй круглое солнышко», «Найди красную машинку». Это одновременно успокаивает нервную систему и готовит руку к письму.

Польза: снижает стресс, развивает мелкую моторику и зрительно-двигательную координацию.

4. «Угадай по звуку» (развиваем слуховое восприятие)

Что понадобится: пара одинаковых непрозрачных баночек (например, от киндер-сюрпризов) с разными наполнителями: рис, горох, монетки, бусины, немного воды.

Как играть: потрясите одну баночку, а ребёнок должен найти по звуку такую же среди нескольких других.

Польза: тренирует слуховое внимание и различение похожих звуков (С — Ш, Р — Л), что критично для правильного звукопроизношения.

5. «Ловкий строитель» (проприоцепция, сила и тонус мышц)

Что понадобится: тяжёлые, но безопасные предметы: большие книги, плотные подушки, мягкие модули.

Как играть: попросите ребёнка помочь «переместить груз»: отнести стопку книг на диван, построить крепость из тяжёлых подушек, с силой упереться в ваши ладони (вы мягко сопротивляетесь).

Польза: такая «тяжёлая работа» помогает мозгу лучше осознавать границы тела, регулировать мышечный тонус и контролировать усилия — это создаёт базу для чёткой речи.



Важные правила сенсорных игр

Чтобы занятия приносили пользу и радость, придерживайтесь простых принципов:

- **Никаких принуждений.** Если ребёнок боится лезть в мешочек — начните с того, чтобы просто трогать предметы на открытой поверхности. Комфорт важнее строгого следования инструкции.

- **Наблюдайте и подмечайте.** Что его успокаивает (например, пересыпание крупы), а что бодрит (прыжки, балансирование)? Эти наблюдения помогут подбирать подходящие активности.
- **Говорите вместе.** Проговаривайте ощущения и действия: «Эта шишка колючая, а помпон такой мягкий!», «Ты так сильно потянул — чувствуешь, как работают ручки?». Это связывает сенсорный опыт со словами и расширяет активный словарь.

Информацию подготовила :учитель-логопед
Кренева Светлана Юрьевна