



«Как сенсорная интеграция помогает заговорить?»

Уважаемые родители! Часто можно услышать: «Чтобы ребенок хорошо говорил, надо развивать мелкую моторику». Это правда, но это лишь малая часть большой картины. Речь напрямую связана с тем, как мозг ребенка воспринимает и обрабатывает сигналы от всех органов чувств. Эту связь изучает наука, которая называется сенсорная интеграция.

Простыми словами, сенсорная интеграция — это способность мозга организовывать информацию, полученную от органов чувств (зрения, слуха, осязания, ощущения тела в пространстве), и использовать её для осмысленных действий.

Если эта система дает сбой, страдает и речь.

Почему без сенсорной интеграции речь развивается с трудом?

Представьте, что мозг — это дирижер оркестра. Чтобы зазвучала красивая музыка (речь), все инструменты (зрение, слух, вестибулярный аппарат, ощущения тела) должны играть слаженно. Если «скрипки» фальшивят, а «барабаны» спешат, музыки не получится.





Вот как это работает на практике:

Вестибулярная система (чувство равновесия и движения).

Если ребенок боится качелей или, наоборот, постоянно крутится как волчок, его мозг перегружен попытками удержать тело. Ему уже не до запоминания новых слов или построения фраз. Устойчивое ощущение своего тела в пространстве — база для спокойного и внимательного слушания и говорения.

Тактильная система (осязание). Ребенок познает мир через прикосновения. Игры с песком, крупой, водой, тестом стимулируют нервные окончания на пальцах. Но сигнал идет не просто в руку, а в речевые центры мозга. Если ребенок избегает грязных игр (ему неприятно) или, наоборот, трогает всё подряд, не фиксируясь, — тактильная система «шумная» и мешает развитию речи.

Проприоцептивная система (ощущение мышц и суставов).

Это ощущение собственного тела. Когда ребенок ползает, кувыркается, носит тяжести (стульчики, игрушки), тянется и толкается, его мышцы посылают мощные сигналы в мозг. Это «заряжает» мозг энергией и организует его работу, в том числе и речевую. Не зря говорят: «чтобы заговорить, нужно сначала хорошо наползаться».





Слуховая система. Ребенок должен не просто слышать звуки, но и уметь отделять речь от шума пылесоса, фокусироваться на голосе мамы. Это тоже навык сенсорной обработки.

Как помочь ребенку заговорить через движение и ощущения?

Логопедические занятия будут в разы эффективнее, если предварительно «включить» мозг ребенка через сенсорные игры. Вот простые и полезные упражнения, которые можно делать дома:

1. «Бревнышки» и «Кочки» (Вестибулярная система)

Позволяйте ребенку вдоволь качаться на качелях, прыгать на батуте, кружиться.

Ходите по бордюрам, как по мостику.

Заворачивайте ребенка в одеяло или коврик и аккуратно катайте по полу — это дает мощный сигнал телу о его границах.

2. Сенсорные коробки (Тактильная система)

Наполните таз фасолью, макаронами, песком, шишками. Спрячьте туда маленькие игрушки. Пусть ребенок ищет их руками, пересыпает крупу.

Игры с тестом и пластилином. Лепите не просто «колбаски», а приклеивайте кусочки на доску, давите на тесто всей ладошкой.

Рисование пальчиковыми красками на подносе с манкой.



3. Силловые игры (Проприоцепция)



Игры в «стенка на стенку»: кто кого перетолкает, перетягивание каната (полотенца).

«Тачка»: вы держите ребенка за ноги, он идет на руках.

Ползание в тоннелях (можно сделать из стульев и одеяла).

Перекладывание стопки книг или бутылки с водой с места на место.

4. Игры на слуховое внимание

Игра «Что звучит?»: за ширмой звените колокольчиком, шуршите бумагой, переливаете воду. Ребенок угадывает.

Слушайте тишину: «Слышишь, птичка за окном? А как гудит машина?»

Главный совет:

Не заставляйте ребенка сидеть за столом и повторять «скажи, скажи», если он крутится и не хочет. Может быть, его мозг сейчас просто не готов. Сначала «накормите» его сенсорными ощущениями: потискайте, покружите, пошуршите вместе крупой, а потом пробуйте говорить. Речь рождается из движения!

Помните: если у ребенка есть серьезные трудности с речью и поведением, лучше проконсультироваться с логопедом или дефектологом, владеющим методами сенсорной интеграции.

