

# Сенсорный опыт – важный фактор развития ощущений и чувств ребенка

## Советы ОСОЗНАННЫМ педагогам:

Сенсорный опыт - это опыт, который возвращает ребенка к его естеству и который восстанавливает и укрепляет осознание ребенком тех основных чувств, которые он открывает для себя в младенчестве: **зрение, слух, осязание, вкус и обоняние.**

*Чем взрослее мы становимся, тем больше мы теряем всю полноту своих ощущений. И становимся такими автоматическими гигантскими головами, которые много думают, но мало замечают и мало уважают свои чувства.*

*Поэтому важно помогать детям получать разный сенсорный опыт.*

**ОСЯЗАНИЕ.** Полезно лепить, рисовать пальцами рук и ног, рисовать на песке, играть с водой.

Можно собрать **коллекцию предметов, разнообразных на ощупь**: наждачная бумага, бархат, мех, ленточки, ластик, камни, ракушки, кусочки металла и т.п. Можно исследовать с детьми и обсуждать, каков каждый предмет на ощупь и что из нашей жизни он напоминает. Или положите предмету в сумку и попросите ребенка вытащить из нее что-то мягкое или грубое, или гладкое. Попросите ребенка закрыть глаза и давайте словесные инструкции: «достань то, чем пишут».

Попросите детей и родителей привозить интересные на ощупь природные объекты из их летних путешествий.

В теплую погоду **снимите обувь, носки и потрогайте ступнями разные поверхности** (песок, камни, коврик, траву, дерево, ткань, мокрую землю). Сравните ощущения от разных поверхностей.

**Рисуйте знаки и фигуры на спинах** друг у друга, отгадывайте их. **Играйте с закрытыми глазами**, отгадывая, до кого дотрагиваетесь. Устраивайте «прогулки вслепую», проводя ребенка где-то с завязанными глазами.

Делайте друг другу **массаж!**

**ЗРЕНИЕ.** Важно формировать у детей **умение ВИДЕТЬ** вещи, а не только рассматривать их. Видеть что-то таким, какое оно есть на самом деле.

Выйдя на прогулку, предложите детям найти что-то интересное, что захочется рассмотреть (камень, цветок, дерево). **Учите детей наблюдать**, постепенно увеличивая время наблюдения.

После этого можно нарисовать или вылепить то, что наблюдали. Или свои ощущения от увиденного.

Завяжите глаза ребенку и дайте ему потрогать какой-то предмет (например, камень или веточку). Потом развяжите глаза, и пусть потрогает с открытыми глазами; сравните ощущения от полученного опыта.

**Рассматривайте предметы и мир через стекло, воду, целлофан.**

**Рассматривайте предметы с различной перспективой:** далеко, близко, в перевернутом виде.

**ВКУС.** В детском саду не принято разговаривать за едой. И все-таки интересно иногда поговорить с детьми об их вкусовых пристрастиях. Обсуждайте приятные и неприятные для них вкусы, их любимые блюда.

Попросите представить, а потом назвать все сладкое... Потом все соленое... Потом все горькое... Потом все кислое... **Двигайтесь с детьми** так, как будто съели много вкусного и сладкого. Попробуйте подвигаться так, как будто вы наелись кислого лимона или горького лекарства.

**Рисуйте сладкие рисунки.** Рисуйте соленые, кислые или горькие рисунки.

**ЗВУК и МУЗЫКА.** Важно помогать детям осознавать звуки, которые их окружают. Иногда предлагайте детям **закрыть глаза и слушать звуки:** вокруг, на улице, за окном, внутри себя.

**Говорите о звуках, сравнивайте звуки.** Рассуждайте с детьми, какие звуки бывают резкие, мягкие, скрипучие, приятные, громкие, нежные.

**Соберите вместе с детьми коллекцию звуков в записи или в бутылках.** В них можно положить рис, фасоль, скрепки, монеты и прочее, и угадывать по звуку. Играйте в распознавание звуков: пусть за спиной у ребенка возникает то шум воды, то стук карандаша, то шуршание бумаги. А он - отгадывает.

**Разговаривайте с детьми о том, что звуки и чувства связаны.** Поговорите о грустных звуках, о веселых и страшных звуках.

Слушайте с детьми музыку, играйте с музыкой.

**Изображайте с детьми реакцию на разные звуки:** звук взрыва, оркестра, плач ребенка, шаги вора, грома, звонка в дверь и т.п.

**ЗАПАХ.** Обсуждайте с детьми запахи, любимые и нелюбимые; поговорите о носе и дыхании. Приносите детям и предлагайте нюхать: кору, листья, ветки сосны, мыло, апельсиновые корки, кофе, мяту.. Обсудите как изменится их жизнь, если не чувствовать запахи (при простуде). Пусть попробуют назвать 10 предметов, не имеющих запаха. Совершите прогулку по садику, улице, обсудите запахи.

**ИНТУИЦИЯ.** Это шестое чувство возникает прежде всего в теле. Этим чувством отлично обладают животные и маленькие дети. Интуицию можно тренировать подобно другим чувствам. Интуиция напрямую связана с воображением, фантазированием.

**Со старшими детьми** можно играть в игру – упражнение «**правда - ложь**». Ведущий предлагает ребенку утверждение типа: «мне нравится лопать мороженное» и просит определить, правдиво или ложно это утверждение, исходя из ощущения, возникающего в организме. Ответ может родиться в груди или в районе пупка. С таким опытом человек может научиться прислушиваться к своему организму, который воплощает интуитивные знания.

**С малышами** тоже можно тренироваться слушать свое тело. Начинать с простого: найдите сердце и слушайте его стук; попросите детей закрыть глаза и прислушаться к своему телу. Замечайте вместе с детьми когда руки, ноги теплые или холодные, обсуждайте что это значит (что замерзли и надо подвигаться, например).

**Можно тренироваться с детьми в «предвидении» разных вариантов событий:** какая будет погода, почему Саша не пришел в детский сад, вкусный ли сегодня будет обед и т.п. Сейчас это можно делать, когда звонит домофон: прежде чем ответить или открыть дверь, стоит задуматься - кто бы это мог быть?

**ТРЕНИРУЙТЕСЬ!**

С уважением, Ваш педагог-психолог Васильцова Т.В.