

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ
УКРАЇНКИ

Кафедра спеціальної та інклюзивної освіти

На правах рукопису

НІКОНЧУК ДІАНА СЕРГІЇВНА

СЕНСОРНА ІНТЕГРАЦІЯ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ
ПОРУШЕННЯМИ

Спеціальність: 016 «Спеціальна освіта»
Освітньо-професійна програма
«Корекційна психопедагогіка»
Робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр»

Науковий керівник:
доктор педагогічних наук,
проф. Мартинюк Тетяна Анатоліївна

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол № ____
засідання кафедри спеціальної та інклюзивної освіти
від _____ 202__ р.
Завідувач кафедри
проф. Кузава І. Б. _____

Луцьк 2025

АНОТАЦІЯ

Нікончук Д. С. «Сенсорна інтеграція дітей з інтелектуальними порушеннями». Магістерська робота на здобуття освітнього ступеня магістра. Спеціалізація 016.02 Корекційна психопедагогіка. Освітньо-професійна програма: «Корекційна психопедагогіка». Волинський національний університет імені Лесі Українки. Луцьк, 2025.

У кваліфікаційній роботі досліджено проблему розвитку сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями в умовах закладу освіти. Обґрунтовано значення сенсорної інтеграції як базового механізму формування пізнавальної активності, емоційної стабільності, моторної організованості та соціальної адаптації дітей молодшого шкільного віку.

У роботі проаналізовано науково-теоретичні підходи до сенсорної інтеграції, узагальнено зарубіжний і вітчизняний досвід використання сенсорно-інтеграційних методик у корекційно-розвивальній роботі з дітьми з інтелектуальними порушеннями. Особливу увагу приділено концепції Ayres Sensory Integration®, сенсорним дістам та адаптованим педагогічним підходам, що застосовуються в освітньому середовищі.

Результати дослідження засвідчили позитивну динаміку у більшості дітей експериментальної групи, що проявлялася у покращенні координації рухів, підвищенні стійкості уваги, зменшенні проявів сенсорної дезінтеграції та підвищенні рівня поведінкової регуляції. На основі отриманих результатів розроблено практичні рекомендації для педагогів і батьків щодо впровадження сенсорних вправ у спеціальних та інклюзивних закладах освіти.

Ключові слова: сенсорна інтеграція, інтелектуальні порушення, діти молодшого шкільного віку, корекційно-розвивальна робота, освітнє середовище.

ANOTATION

Nikonchuk D. S. Sensory integration of children with intellectual disabilities. Master's thesis for obtaining the Master's degree. Specialization 016.02 Correctional Psychopedagogy. Educational and Professional Program: "Correctional Psychopedagogy" Lesya Ukrainka Volyn National University. Lutsk, 2025.

The qualification paper examines the problem of sensory integration development in children with intellectual disabilities in an educational setting. The significance of sensory integration as a fundamental mechanism for the development of cognitive activity, emotional stability, motor organization, and social adaptation of primary school children is substantiated.

The study analyzes scientific and theoretical approaches to sensory integration and summarizes international and Ukrainian experience in the application of sensory integration methods in correctional and developmental work with children with intellectual disabilities. Particular attention is paid to the Ayres Sensory Integration® concept, sensory diets, and adapted pedagogical approaches implemented in educational environments.

The results of the study demonstrated positive dynamics in most children of the experimental group, including improved motor coordination, increased attention stability, reduced manifestations of sensory disintegration, and enhanced behavioral regulation. Based on the findings, practical recommendations for teachers and parents regarding the implementation of sensory integration exercises in special and inclusive educational institutions were developed.

Key words: sensory integration, intellectual disabilities, primary school children, correctional and developmental work, educational environment.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ СЕНСОРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ	9
1.1. Поняття та значення сенсорної інтеграції в розвитку дитини	9
1.2. Психолого-педагогічні особливості дітей з інтелектуальними порушеннями та їхній сенсорний розвиток	16
1.3. Корекційно-розвивальний потенціал методик сенсорної інтеграції у навчанні дітей з інтелектуальними порушеннями	23
Висновки до розділу 1	26
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИКА СЕНСОРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ	28
2.1. Аналіз діючих методик та практичних програм сенсорної інтеграції дітей з інтелектуальними порушеннями в Україні та за кордоном	28
2.2. Емпіричне дослідження розвитку сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями	32
2.3. Програма сенсорної інтеграції дітей з інтелектуальними порушеннями у закладі освіти	39
Висновки до розділу 2	50
ВИСНОВКИ	52
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	55
ДОДАТКИ	62

ВСТУП

У сучасних умовах реформування системи освіти України особливого значення набуває забезпечення рівних можливостей для дітей з інтелектуальними порушеннями, що передбачає створення сприятливого сенсорно-пізнавального середовища. Сенсорна інтеграція виступає ключовим механізмом розвитку когнітивних, мовленнєвих, емоційних і рухових функцій, оскільки забезпечує узгоджену роботу сенсорних систем – зорової, слухової, тактильної, вестибулярної та пропріоцептивної.

Дослідження показують, що порушення сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями спричиняють труднощі у сприйманні та реагуванні на зовнішні стимули, зниження концентрації уваги, координаційні розлади, емоційну нестійкість, що ускладнює соціальну адаптацію. Ефективне використання сенсорно-інтеграційних методів у педагогічній практиці сприяє розвитку саморегуляції, емоційного комфорту, підвищенню здатності до навчання та комунікації.

В українській дефектологічній науці зростає інтерес до впровадження сенсорної інтеграції в освітній процес. М. О. Копчук-Кашецька зазначає, що сенсорна інтеграція створює підґрунтя для подальшого розвитку мовлення, моторики та соціальної поведінки дитини, а її відсутність часто зумовлює низьку навчальну результативність і дезадаптацію [51].

Теоретичну основу дослідження становлять роботи А. Ж. Аугес (теорія сенсорної інтеграції) та сучасні дослідження L. J. Miller і R. C. Schaaf щодо емпіричної перевірки сенсорних інтервенцій. Окрему увагу присвячено дослідженням українських фахівців (Пахомової Н. Г., Прокопчук Н.В., Поліщук В., Мусевич В. С. та ін.), які вказують на зростаючий попит на дослідження та впровадження у освітній та реабілітаційній практиці в Україні.

Важливим аспектом сучасних досліджень є створення цілісних психолого-педагогічних програм розвитку сенсорної інтеграції для дітей з

інтелектуальними порушеннями, що поєднують ігрові, рухові, арт-терапевтичні та когнітивно-поведінкові методики [65].

Таким чином, актуальність теми зумовлена потребою у науковому обґрунтуванні та впровадженні ефективних програм сенсорної інтеграції в освітню практику, що сприятимуть гармонійному розвитку, успішній соціалізації та підвищенню якості життя дітей з інтелектуальними порушеннями.

Мета дослідження – розроблення програми розвитку сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями, спрямованої на покращення їхньої пізнавальної активності, емоційної стабільності та соціальної адаптації.

Об'єктом дослідження виступає процес сенсорної інтеграції дітей з інтелектуальними порушеннями.

Предметом дослідження є зміст, форми та методи розвитку сенсорної інтеграції у дітей молодшого шкільного віку з інтелектуальними порушеннями.

Для досягнення поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати науково-теоретичні підходи до вивчення сенсорної інтеграції у дітей з особливими освітніми потребами.

2. Визначити психолого-педагогічні особливості розвитку сенсорних процесів у дітей з інтелектуальними порушеннями та їхній вплив на пізнавальну діяльність.

3. Проаналізувати діючі в Україні та за кордоном програми і методики розвитку сенсорної інтеграції, визначити їхні сильні сторони й обмеження.

4. Розробити та апробувати програму розвитку сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями.

5. Надати рекомендації для педагогів і батьків щодо практичного впровадження програми у спеціальних та інклюзивних освітніх закладах.

Отримані результати дослідження стануть підґрунтям для вдосконалення психолого-педагогічного супроводу дітей з інтелектуальними порушеннями та розробки сучасних інтеграційних технологій навчання і розвитку.

Для розв'язання визначених завдань використовувалися методи теоретичного пошуку: аналіз педагогічної, психологічної та спеціальної літератури, що дало змогу уточнити зміст поняття «сенсорна інтеграція», особливості її розвитку у дітей з інтелектуальними порушеннями та розглянути це явище у психолого-педагогічному й корекційно-розвивальному аспектах; порівняння, класифікація та систематизація теоретичних і емпіричних даних, за допомогою яких визначено сутність, структуру та напрями розвитку сенсорної інтеграції в умовах освітнього середовища.

Методи дослідження. У процесі виконання роботи використовувався комплекс теоретичних та емпіричних методів: теоретичні – аналіз, порівняння, узагальнення та систематизація наукових джерел з проблеми сенсорної інтеграції; емпіричні – педагогічне спостереження, аналіз діяльності дітей, виконання сенсомоторних завдань, формувальний педагогічний експеримент; методи якісного аналізу результатів дослідження.

Елементи наукової новизни дослідження полягають у розробленні та апробації програми розвитку сенсорної інтеграції дітей з інтелектуальними порушеннями в умовах закладу освіти, що поєднує сенсомоторні, ігрові та корекційно-розвивальні методи та передбачає поетапну оцінку результатів.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота проводилася на базі НВК «Поступельський ліцей Забродівської сільської ради». Дослідженням було охоплено 5 дітей молодшого шкільного віку з інтелектуальними порушеннями.

Апробація та впровадження результатів дослідження здійснювалася під час проведення експериментальної роботи та проходження попереднього

захисту на кафедрі спеціальної та інклюзивної освіти. Результати дослідження апробовано:

- в рамках V Всеукраїнської науково практичної конференції «Сучасні теоретичні та прикладні контексти спеціальної та інклюзивної освіти» (м. Луцьк, 20-21 травня 2025 року);

- публікації за темою дослідження – Нікончук Д.С. Сенсорна інтеграція як чинник розвитку дітей з особливими освітніми потребами в інклюзивному освітньому середовищі *Сучасні теоретичні й прикладні контексти спеціальної та інклюзивної освіти* /Мартинюк Т.А., Борисова О.С./ Збірник тез доповідей V Всеукраїнської науково практичної конференції (20-21 травня 2025 р., Луцьк) / за заг. ред. проф. І.Б. Кузави / І. М. Брушневська, Г. О. Гац, Н.С. Карабанова, Т.А. Мартинюк, З. С. Мацюк, Н.Б. Павлишина, В.Ф. Сергеева, І.І. Сидорук, Л. П. Стасюк. Луцьк, 2025. С.158-160.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання розробленої програми розвитку сенсорної інтеграції та практичних рекомендацій у діяльності вчителів-дефектологів, асистентів учителів, практичних психологів і логопедів у спеціальних та інклюзивних закладах освіти з дітьми з інтелектуальними порушеннями.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури, додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ СЕНСОРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

1.1. Поняття та значення сенсорної інтеграції в розвитку дитини

У сучасній спеціальній педагогіці та психології питання сенсорної інтеграції розглядається як один із ключових чинників, що впливають на розвиток пізнавальних, рухових та соціальних функцій дитини. Сенсорна інтеграція – це нейропсихологічний процес, який забезпечує узгоджену роботу сенсорних систем (зору, слуху, дотику, вестибулярної та пропріоцептивної) задля формування адекватної реакції на зовнішні стимули. Одна зі статей підкреслює, що «процес організації сенсорних вражень є основою використання тіла в середовищі» [25].

Діти з інтелектуальними порушеннями часто мають труднощі у сенсорній обробці: гіперчутливість або гіпочутливість до сенсорних стимулів, порушену координацію, затримки у розвитку моторики та уваги. У межах останніх досліджень зазначено, що «дуже великий відсоток дітей з інтелектуальними порушеннями мають труднощі з інтеграцією пропріоцептивної сенсорної системи» [25].

Також національні дослідження в українському контексті акцентують увагу на тому, що сенсорне виховання дітей із інтелектуальними порушеннями (через розвиток перцептивних дій) є ефективним засобом формування їхнього сенсорного розвитку [62].

У цьому розділі буде здійснено огляд наукових підходів до розуміння сенсорної інтеграції, її ролі у розвитку дитини, а також окреслено психолого-педагогічні особливості дітей з інтелектуальними порушеннями, що впливають на сенсорний розвиток і визначають специфіку корекційно-розвивальної роботи.

Поняття «сенсорна інтеграція» є одним із ключових у сучасній психолого-педагогічній науці, оскільки воно безпосередньо пов'язане з формуванням пізнавальної, емоційної та рухової сфер дитини. У найзагальнішому розумінні сенсорна інтеграція – це процес, за допомогою якого мозок організовує та узгоджує інформацію, що надходить через органи чуття, забезпечуючи можливість ефективної взаємодії з навколишнім середовищем. Згідно з класичним визначенням американської дослідниці Айрс (Jean Ayres), «сенсорна інтеграція – це нейрологічний процес, який організує відчуття власного тіла та середовища, роблячи можливим ефективне використання тіла у зовнішньому світі» [8].

Сучасні наукові джерела розглядають сенсорну інтеграцію не лише як фізіологічний механізм, а як складну психонейрологічну систему, що забезпечує здатність людини до регуляції поведінки, планування дій і навчання. У фактичному визначенні, наведеному в офіційних матеріалах Американської асоціації трудотерапевтів, зазначено, що сенсорна інтеграція – це «процес, за допомогою якого люди реєструють, модулюють та диференціюють сенсорні відчуття, отримані через сенсорні системи, щоб виробити цілеспрямовану адаптивну поведінку у відповідь на навколишнє середовище» [5].

У педагогічній практиці сенсорна інтеграція розглядається як основа для формування вміння зосереджуватись, координувати рухи, регулювати емоції та розвивати мовлення. Порушення цього процесу спричиняє дезорганізовану поведінку, проблеми з увагою, навчанням і соціальною взаємодією, що особливо актуально у дітей з інтелектуальними порушеннями [14].

Отже, у психолого-педагогічному аспекті сенсорна інтеграція – це базовий процес, який забезпечує гармонійний розвиток дитини, її адаптивну поведінку та ефективне сприймання навколишнього світу, а також виступає ключовим чинником у розвитку навчальної діяльності та соціальних навичок.

Фізіологічні механізми сенсорної інтеграції забезпечують узгоджену діяльність центральної та периферичної нервової системи, що дозволяє організму людини ефективно сприймати, обробляти та інтегрувати інформацію, яка надходить через різні сенсорні канали. Сенсорна інтеграція формується на основі взаємодії трьох головних систем – вестибулярної, пропріоцептивної та тактильної, які створюють нейронний фундамент для розвитку зорової, слухової й моторної координації [8].

Вестибулярна система, розташована у внутрішньому вусі, відіграє провідну роль у регуляції рівноваги, просторової орієнтації та тону м'язів. Вона надсилає сигнали до мозочка та стовбура головного мозку, де відбувається первинна інтеграція інформації про рух і положення тіла у просторі. Саме мозочок координує рухи, підтримує рівновагу й забезпечує узгодження сенсорних потоків [31].

Пропріоцептивна система (глибинна чутливість) надсилає сигнали від м'язів, сухожилів і суглобів, формуючи у мозку відчуття положення тіла та руху. Її робота забезпечує здатність виконувати координовані дії без постійного зорового контролю, що є критично важливим для навчання, письма, ходьби чи маніпуляцій дрібними предметами. Як зазначають дослідники, адекватна пропріоцептивна інтеграція підтримує розвиток планування рухів, організації поведінки та просторового сприймання [25].

Тактильна система є першою сенсорною системою, яка починає функціонувати ще під час внутрішньоутробного розвитку. Вона формує базу для емоційного контакту, безпеки та соціальної взаємодії. Дослідження підтверджують, що у дітей з інтелектуальними порушеннями часто спостерігається порушення тактильної перцепції, що може спричинити уникання дотику, тривожність або труднощі у формуванні моторних навичок [24].

Функціонування всіх сенсорних систем координується корою головного мозку. Вищі зони кори (передусім тім'яна, скронева та лобова ділянки) інтегрують інформацію з первинних сенсорних зон, створюючи

єдину картину зовнішнього світу. У дітей з порушенням інтелекту така взаємодія часто є неповною через недорозвинення нейронних зв'язків або уповільнене дозрівання структур мозку. Це підтверджують нейропсихологічні спостереження, які показують, що дисфункція сенсорної інтеграції призводить до труднощів у регуляції уваги, емоцій, рухів та навчання [22].

Фізіологічна цілісність сенсорної інтеграції є основою для формування вищих психічних функцій, тому вивчення її нейробіологічних механізмів має практичне значення для створення корекційно-розвивальних програм, спрямованих на подолання труднощів навчання та соціальної адаптації дітей з інтелектуальними порушеннями.

Попередній аналіз фізіологічних основ сенсорної інтеграції показує, що злагоджена робота сенсорних систем створює нейробіологічне підґрунтя для розвитку вищих психічних функцій. Саме завдяки ефективній взаємодії сенсорних каналів (тактильного, пропріоцептивного, вестибулярного, зорового та слухового) дитина здатна засвоювати нові знання, планувати рухи, регулювати емоції та адекватно реагувати на зміни середовища. Ці процеси мають фундаментальне значення для когнітивного, емоційного та моторного розвитку, особливо в дітей з інтелектуальними порушеннями, у яких спостерігаються системні порушення сенсорної обробки [8].

Сенсорна інтеграція виступає базою когнітивного розвитку дитини, адже саме через сенсорні канали відбувається первинне пізнання світу. Здатність узгоджено обробляти інформацію від зору, слуху, дотику та руху забезпечує формування таких когнітивних процесів, як увага, сприймання, пам'ять і мислення. Дослідження нейропсихологів свідчать, що ефективна сенсорна інтеграція стимулює розвиток нейронних мереж у лобових і тім'яних зонах мозку, які відповідають за довільність, планування та аналітичну діяльність [22].

З точки зору когнітивної психології, адекватна сенсорна інтеграція сприяє переходу від конкретно-дійового до абстрактно-логічного мислення.

У дітей з інтелектуальними порушеннями недостатня узгодженість сенсорних систем часто призводить до спотворення образів сприймання, труднощів у диференціації об'єктів, дезорієнтації у просторі та часі. Це ускладнює навчальний процес, адже будь-яке навчання передбачає сенсорну основу сприйняття матеріалу – зорову, слухову, кінестетичну чи комбіновану [38].

Важливе місце сенсорна інтеграція займає у розвитку емоційної сфери. Сенсорні системи тісно пов'язані з лімбічними структурами мозку, що відповідають за регуляцію емоцій і мотивації. Дисбаланс між сенсорним навантаженням і здатністю до його обробки може призводити до тривожності, дратівливості, гіперактивності чи, навпаки, апатії. Емоційна нестабільність, характерна для частини дітей з інтелектуальними порушеннями, часто є результатом перевантаження або недостатньої стимуляції сенсорних каналів [28].

Психофізіологічні дослідження підтверджують, що сенсорна інтеграція впливає на формування механізмів саморегуляції, які дозволяють дитині адаптувати поведінку до вимог середовища. Розвинена сенсорна система забезпечує адекватну реакцію на стимули, формує здатність контролювати емоції, підтримувати увагу, зберігати спокій у стресових ситуаціях. У дітей з порушенням інтеграції ці процеси часто є нерівномірними: реакції можуть бути надмірними або, навпаки, уповільненими, що ускладнює соціальну взаємодію та участь у колективних видах діяльності [27].

Не менш важливу роль сенсорна інтеграція відіграє у розвитку рухових процесів. Координація рухів, рівновага, точність дій і планування моторики безпосередньо залежать від гармонійної взаємодії вестибулярної, пропріоцептивної та зорової систем. Порушення цих зв'язків зумовлює труднощі в орієнтації у просторі, незграбність, знижену швидкість реакцій, а також проблеми у виконанні побутових і навчальних завдань, що потребують дрібної моторики [31].

Для дітей з інтелектуальними порушеннями належне функціонування сенсорної інтеграції сприяє розвитку цілеспрямованих дій, формуванню схеми тіла та покращенню здатності планувати послідовність рухів. Це створює основу для успішного засвоєння академічних навичок (читання, письма, рахунку) і соціальної поведінки. На думку західних дослідників, систематичні заняття, спрямовані на стимуляцію сенсорних систем, підвищують не лише моторну, але й когнітивну активність, сприяють формуванню довільної уваги та пам'яті [24].

Загалом сенсорна інтеграція є базовою передумовою для становлення взаємопов'язаних психічних процесів. Вона забезпечує можливість осмисленого пізнання світу, стабільного емоційного стану та узгодженої моторної діяльності. Для дітей з інтелектуальними порушеннями цілеспрямована робота над розвитком сенсорної інтеграції відкриває шлях до зменшення дезадаптаційних проявів, підвищення навчальної мотивації та соціальної включеності.

Проведений аналіз доводить, що сенсорна інтеграція має вирішальне значення для формування пізнавальної, емоційної та рухової сфер особистості. Проте сучасна наука розглядає цей процес значно ширше – як багаторівневу систему, у якій нейрофізіологічні, психологічні та педагогічні механізми взаємодіють для забезпечення цілісного розвитку дитини.

Сучасні наукові підходи до дослідження сенсорної інтеграції ґрунтуються на міждисциплінарному поєднанні нейронауки, психології розвитку, педагогіки та ерготерапії. Центральним залишається класичний підхід Айрса (A. J. Ayres), що визначає сенсорну інтеграцію як процес, який об'єднує відчуття для ефективного використання тіла в просторі [8]. Цей підхід акцентує увагу на ролі мозку у сортуванні, обробці та поєднанні сенсорних сигналів для створення цілісного образу навколишнього середовища.

На основі теорії Айрса у 1990–2000-х рр. сформувався нейропсихологічний підхід, який вивчає сенсорну інтеграцію через

функціонування окремих структур мозку – мозочка, тім'яних та лобових зон кори. Дослідження показують, що сенсорна дезінтеграція корелює з порушенням міжпівкульної взаємодії, гальмуванням передачі нервових імпульсів і зниженням когнітивної продуктивності [22].

У сучасній практиці з'явився психолого-педагогічний підхід, який розглядає сенсорну інтеграцію як педагогічний інструмент розвитку дитини. Він базується на активному використанні ігрової діяльності, рухових і сенсомоторних вправ, арт-терапевтичних і когнітивно-поведінкових методик. За даними досліджень, інтеграційна терапія у школах сприяє розвитку концентрації уваги, зменшенню проявів гіперактивності та агресивності, покращує навички співпраці [28].

Окрему гілку становить клінічний (реабілітаційний) підхід, який застосовується в ерготерапії та реабілітаційних програмах для дітей з інтелектуальними порушеннями. Він спирається на створення «сенсорних дієт» (sensory diet) – індивідуальних комплексів вправ, спрямованих на стимуляцію певних сенсорних систем для регуляції поведінки, моторики й емоційного стану. Ефективність таких втручань доведено у дітей з аутизмом, синдромом Дауна, розладами уваги та інтелектуальними порушеннями [38].

В останні роки активно розвивається нейроосвітній підхід, що поєднує принципи сенсорної інтеграції з сучасними досягненнями когнітивної нейронауки. Його представники розглядають сенсорну інтеграцію як частину нейропластичних процесів мозку, тобто таких, що забезпечують його здатність до адаптації, формування нових зв'язків і компенсації порушених функцій [24].

У сучасних дослідженнях також виокремлюють інтегрований підхід, який об'єднує психолого-педагогічні, клінічні та нейрофізіологічні аспекти. Такий підхід передбачає спостереження за сенсорними реакціями дитини у природному середовищі (школі, родині, терапевтичному просторі) з метою створення індивідуальної карти сенсорного профілю. Отримані дані використовуються для побудови індивідуальної програми розвитку – від

простих вправ на координацію до складних когнітивно-рухових тренувань [27].

Застосування сучасних наукових підходів до сенсорної інтеграції дозволяє не лише глибше зрозуміти механізми функціонування мозку дитини, а й створює теоретичну основу для розроблення практичних програм розвитку. Для дітей з інтелектуальними порушеннями такі підходи забезпечують можливість формування нових компенсаторних стратегій, підвищення рівня адаптації та покращення якості життя.

1.2. Психолого-педагогічні особливості дітей з інтелектуальними порушеннями та їхній сенсорний розвиток

Діти з інтелектуальними порушеннями – це категорія учнів, у яких спостерігаються значні обмеження як у розумовому розвитку (інтелектуальне функціонування), так і у здатності до адаптивної поведінки (самообслуговування, комунікативні навички, соціальна взаємодія) [5].

Інтелектуальне функціонування включає такі когнітивні здібності, як мислення, оцінка, розв'язання проблем, планування, навчання з минулого досвіду – усі вони у дітей з інтелектуальними порушеннями зазвичай проявляються на нижчому рівні порівняно з однолітками.

Крім того, адаптивна поведінка – це здатність застосовувати набуті знання та навички в повсякденному житті. Дітям з інтелектуальними порушеннями складно засвоювати нові навички, переносити їх у нові ситуації, а також самостійно діяти у побуті, навчанні, соціальній взаємодії [виходить із характеристики учнів з ІД: затримки навчання, проблеми з пам'яттю, мовою, загалізацією навичок] [20].

За фізичним і мовленнєвим розвитком такі діти часто демонструють відставання. Наприклад: пізніше починають сидіти, повзати, ходити; затримки мовленнєвого розвитку; проблеми з формуванням словникового запасу, побудовою граматичних структур. Такі характерні риси вказані на

сайті клініки: «Діти можуть досягати моторних етапів пізніше за однолітків, мають проблеми з мовою чи труднощі у соціальному середовищі» [21].

Часто супутні прояви включають недостатню швидкість навчання, утруднення в абстрактному мисленні, проблеми з проблемно-орієнтованою діяльністю, а також недостатню здатність адаптуватися до змін навколишнього середовища.

Не менш важливим є соціально-емоційний аспект: діти з інтелектуальними порушеннями можуть усвідомлювати, що відстають від своїх однолітків, що призводить до фрустрації, тривожності, негативного самоусвідомлення. Це підтверджено інформацією: «Діти з інтелектуальними порушеннями часто усвідомлюють, що вони позаду своїх ровесників. Деякі стають замкнутими, тривожними або демонструють агресивну поведінку заради уваги» [5].

Загалом, характеристика дітей з інтелектуальними порушеннями охоплює три основні групи ознак: когнітивні порушення (повільне навчання, обмежене мислення), адаптивні та соціально-побутові труднощі (самостійність, комунікація, поведінка) і затримки в фізичному/мовленнєвому розвитку. Розуміння цих особливостей є основою для корекційно-розвивальної роботи, зокрема для програм сенсорної інтеграції, оскільки сенсорні труднощі часто супроводжують саме інтелектуальні порушення.

Попередній аналіз особливостей дітей з інтелектуальними порушеннями показав, що поряд із когнітивними й адаптивними труднощами у них часто спостерігаються порушення сенсорної обробки. Саме сенсорна дезінтеграція – одна з найпоширеніших супутніх проблем, що істотно впливає на навчання, поведінку та соціальну взаємодію цих дітей.

Сенсорна обробка – це процес, через який мозок реєструє, модулює, інтерпретує і реагує на інформацію, що надходить через органи чуття. У дітей з інтелектуальними порушеннями ці процеси мають специфічні відхилення: від надмірної чутливості до повної байдужості до сенсорних

стимулів. Саме через ці порушення у дитини можуть виникати труднощі в навчанні, поведінці та соціальній взаємодії [5].

Однією з найпоширеніших форм є **гіперреактивність** – надмірна реакція на звичайні подразники: шум, яскраве світло, дотик або рух. Дитина може уникати сенсорних ситуацій, що викликають тривогу або дискомфорт, закривати вуха, відмовлятися від фізичного контакту, що ускладнює участь у спільних іграх чи навчанні [14]. Протилежною формою є **гіпореактивність** – знижене реагування на зовнішні стимули, коли дитина, наприклад, не реагує на гучні звуки або постійно шукає сильні подразники, потребуючи інтенсивного руху для активації мозкової діяльності [33].

Особливо поширені труднощі у **тактильній обробці**. Вони проявляються у небажанні торкатися певних матеріалів, униканні роботи з піском, водою, пластиліном або у підвищеній реактивності на текстуру тканин і предметів. Такі особливості обмежують розвиток дрібної моторики та негативно впливають на концентрацію уваги, що ускладнює освітній процес [38].

Порушення **вестибулярної та пропріоцептивної систем** часто призводять до проблем із координацією, рівновагою й орієнтацією у просторі. У дітей може спостерігатись страх руху або, навпаки, потреба у надмірній стимуляції – вони часто крутяться, стрибають, шукають фізичної активності. Це безпосередньо впливає на їхню здатність утримувати позу, писати, зосереджуватись на завданні [31].

Нерідко сенсорні труднощі поєднуються з емоційною нестабільністю: дитина може ставати імпульсивною, збудженою, агресивною або, навпаки, апатичною. Такі прояви описані в клінічних дослідженнях, які підкреслюють зв'язок між сенсорною дезінтеграцією і поведінковими розладами [28].

Урахування типових труднощів сенсорної обробки є обов'язковою умовою побудови ефективної корекційно-розвивальної роботи. Розуміння того, яка сенсорна система функціонує з порушеннями, дозволяє педагогам і

психологам добирати оптимальні методи стимуляції, формуючи індивідуальний сенсорний профіль кожної дитини.

Сенсорна обробка – це сукупність процесів, за допомогою яких нервова система реєструє, модулює, інтерпретує й реагує на стимули, що надходять через сенсорні канали. У дітей з інтелектуальними порушеннями часто фіксуються порушення цих процесів: прояви гіперчутливості (надмірної реакції на стимул) або гіпочутливості (зниженого реагування) супроводжують їхню поведінку й навчання.

Однією з найпоширеніших проблем є **гіперреактивність**, коли звичайні подразники – яскраве світло, гучний звук, текстура одягу – викликають неспокій, уникання, страх або агресію. Дитина може уникати дотиків, відмовлятися від участі у фізичній діяльності, що створює освітні та соціальні труднощі. Протилежно, **гіпореактивність** проявляється слабкою або відсутньою реакцією на стимул, дитина шукає сильніші подразники (стрибки, гучні звуки), аби «розбудити» сенсорну систему.

Порушення **тактильної обробки** виявляються в униканні роботи з матеріалами, небажанні торкатися певних поверхонь, відмові носити конкретний одяг або контактувати з водою, піском чи пластиліном. Це обмежує розвиток дрібної моторики, ускладнює участь у навчальних активностях [6].

Проблеми з **вестибулярною та пропріоцептивною системами** впливають на координацію, рівновагу та здатність орієнтуватись у просторі: діти можуть уникати руху або навпаки демонструвати непосидючість, що негативно позначається на участі у групових активностях або навчанні руховим навичкам [13].

Дослідження також вказують, що порушення сенсорної обробки корелюють із гіршими поведінковими й адаптивними результатами: наприклад, гіпореактивність виявляється пов'язаною з найнижчою поведінковою функцією у дітей з інтелектуальними порушеннями [19].

Зрозумівши типові форми сенсорної обробки у дітей з інтелектуальними порушеннями – від гіпер-/гіпореактивності до порушень конкретних сенсорних систем – педагогам, дефектологам і психологам легше планувати корекційно-розвивальні заходи, адаптуючи середовище, вибираючи вправи та модифікуючи освітній процес під сенсорний профіль дитини.

Після розгляду типових труднощів сенсорної обробки у дітей з інтелектуальними порушеннями постає необхідність глибше зрозуміти взаємозв'язок між рівнем інтелектуального розвитку та функціонуванням сенсорної інтеграції. Адже саме взаємодія когнітивних і сенсорних процесів визначає можливості дитини у пізнанні, спілкуванні та навчанні.

Інтелектуальні порушення безпосередньо впливають на ефективність сенсорної інтеграції, оскільки процеси сприймання, аналізу й узгодження сенсорних сигналів залежать від узгодженої роботи центральної нервової системи. Дослідження доводять, що в дітей з легким і середнім ступенем інтелектуальних порушень часто порушене формування сенсорних моделей, а інформація, яка надходить через органи чуття, не інтегрується належним чином у корі головного мозку [35].

Недорозвинення когнітивних структур головного мозку призводить до того, що дитина не завжди здатна ефективно узгодити сенсорну інформацію між різними системами – зоровою, слуховою, тактильною чи пропріоцептивною. Це створює труднощі у навчанні, плануванні рухів і регуляції емоцій. У роботі Tomchek і Little наголошується, що діти з інтелектуальними порушеннями, які одночасно мають труднощі із сенсорною інтеграцією, демонструють більш виражені поведінкові та комунікативні проблеми [33].

Сенсорна дезінтеграція, у свою чергу, посилює когнітивні труднощі, властиві інтелектуальним порушенням. Дитина, яка не може адекватно інтегрувати сенсорні стимули, витрачає значну частину ресурсів на орієнтацію в середовищі, тому менше уваги приділяє мисленнєвій діяльності,

запам'ятовуванню чи мовленню. Як зазначено в роботі Armstrong (Університет Лідса), сенсорні дисфункції є одним із визначальних чинників уповільнення навчання, особливо у дітей з помірними розладами інтелекту [6].

Взаємозв'язок сенсорної та інтелектуальної сфер також проявляється у розвитку адаптивної поведінки. Коли сенсорна інтеграція порушена, дитині складно координувати рухи, планувати дії, орієнтуватися в просторі й часі, що безпосередньо позначається на рівні самостійності. У дослідженні Ven-Sasson і колег зазначено, що сенсорна гіпореактивність корелює з нижчим рівнем соціальної адаптації та більш вираженими поведінковими розладами [10].

У практичній площині це означає, що чим вираженіші інтелектуальні обмеження, тим більш значущою стає сенсорна дезінтеграція – вона посилює труднощі у комунікації, руховій координації та навчальній діяльності. Саме тому програми розвитку сенсорної інтеграції мають розглядатися не як ізольований напрям корекційної роботи, а як базова частина комплексної підтримки дітей з інтелектуальними порушеннями [28].

Поглиблене розуміння цього взаємозв'язку дає змогу педагогам і психологам точніше оцінювати сенсорні прояви, коригувати освітнє середовище, добирати вправи та формувати індивідуальні програми розвитку, що водночас підтримують когнітивну, моторну та емоційну сфери дитини.

Взаємозв'язок інтелектуальних порушень і сенсорної інтеграції визначає своєрідність психічного розвитку дитини, зокрема таких базових функцій, як сприймання, увага та моторика. Ці компоненти є фундаментом навчальної діяльності, соціальної взаємодії та саморегуляції, тому розуміння їхніх особливостей має вирішальне значення для організації психолого-педагогічного супроводу дітей з інтелектуальними порушеннями.

Сприймання у дітей з інтелектуальними порушеннями характеризується уповільненістю, неточністю та фрагментарністю. Через

недосконалість сенсорної інтеграції діти не завжди здатні узгоджено об'єднувати інформацію, що надходить від різних сенсорних систем (зорової, слухової, тактильної). Це призводить до спотвореного уявлення про навколишні об'єкти та труднощів у розрізненні ознак предметів за формою, розміром, кольором чи положенням у просторі [6].

Зорове сприймання часто виявляється поверховим: дитина зосереджується на окремих деталях, а не на цілісному образі. Слухове сприймання також утруднене – діти не завжди розрізняють звуки мови, особливо при швидкому темпі мовлення або наявності сторонніх шумів. Як зазначено у дослідженні А. Бен-Сассон та співавторів, низький рівень сенсорної інтеграції корелює з труднощами у вибіркового сприйманні стимулів та підвищеною чутливістю до фонових подразників [10].

Увага дітей з інтелектуальними порушеннями має специфічні особливості: вона малотривала, нестійка, із частими коливаннями між гіперфокусом і розсіяністю. Це пов'язано як із функціональними обмеженнями мозкових структур, відповідальних за контроль уваги, так і з сенсорною дезінтеграцією. У роботі С. Томчек і Л. Літл підкреслюється, що сенсорна гіпореактивність безпосередньо впливає на труднощі у підтриманні довільної уваги, що особливо помітно під час виконання навчальних завдань [33].

Унаслідок цього дитині складно тривалий час концентруватися на завданні, особливо коли воно вимагає використання декількох сенсорних каналів одночасно (наприклад, слухового і зорового). Такі учні швидко відволікаються, потребують додаткових зовнішніх стимулів або підказок для збереження уваги. Ця особливість накладає обмеження на тривалість і складність навчальних вправ, тому педагогу важливо дозувати обсяг сенсорного навантаження.

Моторна сфера дітей з інтелектуальними порушеннями також тісно пов'язана з рівнем сенсорної інтеграції. Нестабільність пропріоцептивних і вестибулярних систем призводить до порушення координації рухів,

труднощів із рівновагою та плануванням моторних дій. За даними А. Шамвей-Кук і М. Вуллакотт, такі діти демонструють сповільнену реакцію на рухові стимули, недостатній контроль постурального тону й обмежену гнучкість рухів [31].

Порушення дрібної моторики проявляється у труднощах із письмом, малюванням, застібанням гудзиків, користуванням ножицями. Вони зумовлені слабкою координацією очей і рук, недостатнім розвитком тактильної дискримінації та м'язового контролю. На думку Р. Шааф і З. Майлукс, вправи сенсорної інтеграції, що поєднують рух і дотик, позитивно впливають на моторне планування та координацію у дітей з когнітивними порушеннями [28].

Таким чином, особливості сприймання, уваги та моторики у дітей з інтелектуальними порушеннями мають спільне коріння – дисфункцію сенсорної інтеграції. Розуміння цих взаємозв'язків дозволяє створювати умови для більш ефективного засвоєння навчального матеріалу, розробляти вправи, які стимулюють сенсорну інтеграцію, і формувати індивідуальні маршрути розвитку, що сприяють покращенню адаптації та якості життя таких дітей.

1.3. Корекційно-розвивальний потенціал методик сенсорної інтеграції у навчанні дітей з інтелектуальними порушеннями

Методики сенсорної інтеграції в освітньому процесі розглядаються як ресурс корекційно-розвивальної роботи, що допомагає дитині краще «впорядковувати» сенсорні враження та переводити їх у більш адаптивну поведінку і навчальну активність. У теорії сенсорної інтеграції А. Дж. Айрс сенсорні системи (передусім тактильна, пропріоцептивна й вестибулярна) виступають базою для формування схеми тіла, моторного планування, саморегуляції та готовності до навчання, а тому педагогічні й терапевтичні впливи, спрямовані на організацію сенсорного досвіду, мають потенціал

зменшувати труднощі уваги, поведінки та рухової координації в дітей із порушеннями розвитку [13].

Актуальність такого підходу саме для дітей з інтелектуальними порушеннями підтверджується даними про поширеність сенсорних труднощів у цій групі. Дослідження, що порівнювало прояви сенсорної обробки в дітей із різними рівнями інтелектуально-розвиткових порушень, показало наявність сенсорних дисфункцій у різних профілях і ступенях вираженості, що пов'язано з поведінковими та адаптаційними труднощами [13]. У практичній площині це означає, що корекційна робота, яка враховує сенсорний профіль дитини, може створювати «опору» для більш стабільної участі в навчальних завданнях (сидіння на уроці, виконання інструкцій, переключення, робота руками, графомоторика, взаємодія з однолітками).

Корекційно-розвивальний потенціал методик сенсорної інтеграції в навчанні проявляється насамперед у трьох взаємопов'язаних напрямках. Перший – саморегуляція та керованість поведінки: дозована сенсорна стимуляція (переважно пропріоцептивна й вестибулярна) може знижувати надмірне збудження або, навпаки, підвищувати рівень активації, що створює умови для довольної поведінки й утримання уваги під час уроку. Другий – сенсомоторна й моторна сфера: вправи, які поєднують рух, рівновагу, «важку роботу» для м'язів і координацію, підтримують формування постурального контролю, точності рухів і підготовлюють основу для письма та навчально-побутових дій. Третій – пізнавальна діяльність і навчальна участь: коли дитина менше витрачає ресурсів на дискомфорт від стимулів (шум, дотик, рух, текстури), підвищується здатність включатися в інструкцію, повторення, наслідування, роботу за зразком.

Разом із цим, використовуючи сенсорну інтеграцію як методичний інструмент, важливо спиратися на доказову базу й обмеження досліджень. Окремі роботи демонструють позитивні ефекти підходу Айрс у дітей з порушеннями розвитку (зокрема для функціональних навичок та участі), але систематичні огляди підкреслюють неоднорідність програм і різну якість

дизайнів досліджень, що вимагає обережності в узагальненнях і потребує чіткого опису втручання та критеріїв результативності [19]. Водночас у суміжних групах порушень розвитку наявні більш структуровані підтвердження ефективності саме «мануалізованих» підходів на основі Ayres Sensory Integration (ASI), зокрема у форматі рандомізованого дослідження для дітей з PAC [29], а також у систематичному огляді доказів щодо ASI [30]. Для роботи з дітьми з інтелектуальними порушеннями це важливо як методична орієнтація: ефективність підвищується тоді, коли втручання має чіткі цілі, логіку підбору вправ під сенсорний профіль і вимірювані показники змін.

У навчальному закладі методики сенсорної інтеграції доцільно реалізовувати у форматі комплексної підтримки, поєднуючи корекційні заняття, адаптації середовища та щоденні «сенсорні вставки» (короткі рухові/сенсомоторні паузи). Саме таку логіку – оцінка → індивідуальне планування → втручання → моніторинг результату – підтримують практичні настанови з ерготерапевтичних втручань для дітей і молоді із труднощами сенсорної інтеграції/сенсорної обробки [34]. У межах педагогічної практики це означає, що вправи сенсорної інтеграції мають бути не «набором активностей», а частиною індивідуальної траєкторії розвитку: з розумінням, яка сенсорна система є провідною проблемою (гіпер-/гіпореактивність, сенсорний пошук, труднощі дискримінації), і які саме навчальні ситуації страждають найбільше.

У сучасних українських публікаціях також підкреслюється, що сенсорна інтеграція є важливим напрямом у корекції психофізичного розвитку дітей з особливими освітніми потребами та потребує системності: поєднання діагностики, планування, вправ і аналізу динаміки [51]. Це узгоджується з практикою інклюзивно-ресурсних центрів, де сенсорні технології та нейрокорекційні вправи розглядаються як спосіб активізації зорових, слухових і тактильних відчуттів для розширення адаптивних можливостей дитини [51]. Отже, корекційно-розвивальний потенціал

методик сенсорної інтеграції у навчанні дітей з інтелектуальними порушеннями полягає у можливості підвищувати рівень саморегуляції, сенсомоторної організованості та навчальної участі за умови індивідуалізації, системності та чіткої фіксації результатів. Для наукової частини роботи це також створює логічний міст до практичного розділу: від опису сенсорних труднощів – до обґрунтованого добору вправ, організації етапів програми та критеріїв оцінювання змін.

Висновки до розділу 1

У першому розділі обґрунтовано, що сенсорна інтеграція є базовим нейропсихологічним механізмом, який забезпечує узгоджену обробку сигналів від сенсорних систем і створює підґрунтя для формування адаптивної поведінки, навчальної діяльності та соціальної взаємодії дитини. Розкрито зміст поняття сенсорної інтеграції у межах класичного підходу А. Дж. Айрса і сучасних міждисциплінарних трактувань (нейропсихологічного, психолого-педагогічного, реабілітаційного, нейроосвітнього), що дозволяє розглядати її не лише як фізіологічний процес, а як систему взаємодії нейробіологічних, психологічних і педагогічних чинників розвитку.

Показано, що у дітей з інтелектуальними порушеннями сенсорна обробка часто має специфічні відхилення (гіпер- або гіпореактивність, труднощі тактильної, вестибулярної та пропріоцептивної інтеграції), які посилюють когнітивні й адаптивні труднощі, впливають на увагу, емоційну регуляцію, координацію рухів, графомоторні навички та включеність у навчання. Встановлено взаємозалежність сенсорної дезінтеграції й проявів дезадаптації: ускладнення сприймання та переробки інформації зменшує ресурс для пізнавальної діяльності, провокує поведінкову нестійкість і погіршує якість соціальної взаємодії, що робить сенсорний компонент ключовим у побудові психолого-педагогічного супроводу.

Окреслено корекційно-розвивальний потенціал методик сенсорної інтеграції в умовах закладу освіти: за умови системності, індивідуалізації відповідно до сенсорного профілю дитини, поєднання занять із адаптацією середовища та моніторингом результатів сенсорні втручання здатні підвищувати рівень саморегуляції, сенсомоторної організованості та навчальної участі. Це створює теоретичну основу для практичного розділу роботи, у якому сенсорні труднощі мають бути переведені у конкретні цілі, зміст програми, логіку добору вправ і критерії оцінювання динаміки розвитку дітей з інтелектуальними порушеннями.

РОЗДІЛ 2. ПРАКТИКА СЕНСОРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

2.1. Аналіз діючих методик та практичних програм сенсорної інтеграції дітей з інтелектуальними порушеннями в Україні та за кордоном

У сучасній спеціальній педагогіці розвиток сенсорної інтеграції розглядається як один із ключових напрямів корекційно-розвивальної роботи з дітьми, які мають інтелектуальні порушення. Наукові дослідження підтверджують, що труднощі у сенсорній обробці суттєво впливають на навчання, соціальну адаптацію та емоційний стан таких дітей. Тому важливим завданням фахівців стає впровадження програм, які спрямовані на гармонізацію сенсорних процесів і формування здатності до ефективного сприймання та реагування на подразники навколишнього середовища.

У другому розділі представлено аналіз науково обґрунтованих методик і практичних програм сенсорної інтеграції, що застосовуються у роботі з дітьми з інтелектуальними порушеннями в Україні та за кордоном. Особлива увага приділяється вивченню ефективності цих програм, умовам їх реалізації, а також сучасним тенденціям у дослідженнях, які визначають напрями подальшого вдосконалення педагогічної практики у цій сфері.

Розвиток зарубіжних програм сенсорної інтеграції став визначальним етапом у становленні сучасної корекційної педагогіки. Саме завдяки працям американської ерготерапевтки Анни Джин Айрес сформувалася науково обґрунтована концепція сенсорної інтеграції, яка пояснює механізми взаємодії сенсорних систем у процесі навчання та поведінкової регуляції. Основна ідея теорії Айрес полягає в тому, що ефективна взаємодія між тактильною, вестибулярною, пропріоцептивною та іншими сенсорними

системами є основою для формування адаптивної поведінки та навчальної діяльності. Відоме видання «*Sensory Integration and the Child: Understanding Hidden Sensory Challenges*» (2005) детально описує клінічні особливості сенсорної дезінтеграції та шляхи її подолання [8].

Ефективність методу Айрес підтверджується низкою емпіричних досліджень, опублікованих в *American Journal of Occupational Therapy*. Систематичний огляд Р. Шааф та колег (2018) засвідчив, що застосування програми *Ayres Sensory Integration*® (ASI) сприяє покращенню поведінкових реакцій, моторного планування та соціальної взаємодії у дітей із сенсорними розладами, включно з тими, що мають інтелектуальні порушення [29].

У практичному застосуванні програма Айрес реалізується через індивідуальні заняття в спеціально облаштованому сенсомоторному середовищі, де дитина взаємодіє з обладнанням, що стимулює різні сенсорні системи (гойдалки, баланси, м'які модулі). Ключовим принципом є «адаптивна реакція» – активна відповідь дитини на сенсорні стимули, що поступово підвищує рівень організації нервової системи. Досвід застосування програми в різних країнах підтверджує її універсальність і ефективність у підвищенні якості життя дітей з інтелектуальними порушеннями [28].

Одним із напрямів, що розвиває підхід Айрес, є концепція «*Sensory Diet*» («сенсорна дієта»), запропонована американською терапевткою Патрицією Вілбаргер. Цей підхід полягає у створенні індивідуального плану сенсорних активностей протягом дня, спрямованого на підтримку оптимального рівня збудження та уваги. До «сенсорної дієти» входять вправи на глибокий тиск, рухову активність, тактильну стимуляцію чи вправи на розслаблення. Дослідження свідчать, що така практика допомагає покращити концентрацію, зменшити гіперактивність і тривожність у дітей з особливими освітніми потребами [15].

Однак ефективність «сенсорної дієти» значною мірою залежить від індивідуалізації програми. Як зазначає Л. Нсія у своєму дослідженні (2022), найкращі результати досягаються тоді, коли сенсорні активності інтегровані

у звичній рутині дитини – навчання, гри, спілкування [32]. Таким чином, підхід Вілбаргер є гнучким інструментом підтримки сенсорної регуляції, який може бути адаптований до освітнього середовища.

Ще однією міжнародно відомою програмою є «Brain Gym», розроблена Полом і Гейл Деннісон у 1980-х рр. у межах освітньої кінезіології (Edu-K). Програма складається з комплексу простих рухових вправ, які, за задумом авторів, активізують взаємодію між півкулями мозку, покращують концентрацію, мовлення, пам'ять і координацію. Проте наукові дані щодо її ефективності є суперечливими. Огляд Nyatt (2007) показав відсутність переконливих доказів, які б підтверджували суттєвий вплив «Brain Gym» на когнітивний розвиток чи успішність учнів [16].

Попри це, багато педагогічних практик у різних країнах використовують «Brain Gym» як додаткову рухову розминку або засіб стимуляції моторної активності перед навчанням. За наявності модифікованого підходу, спрямованого на розвиток уваги та координації, він може бути ефективним елементом сенсомоторної підготовки дітей з інтелектуальними порушеннями, хоча не замінює структурованих програм сенсорної інтеграції [11].

Отже, зарубіжні програми сенсорної інтеграції – від класичного підходу Айрес до адаптивних концепцій «Sensory Diet» і «Brain Gym» – демонструють широкий спектр можливостей для корекційної педагогіки. Найбільш доказовими залишаються моделі, засновані на принципах нейропластичності, індивідуалізації та цілеспрямованої стимуляції сенсорних систем. Їх інтеграція у навчально-виховний процес дітей з інтелектуальними порушеннями створює передумови для підвищення рівня саморегуляції, мотивації до навчання та соціальної адаптації.

В Україні питання сенсорного розвитку дітей з інтелектуальними порушеннями набуло особливого значення в контексті впровадження інклюзивної освіти та реформування спеціальної педагогіки. На відміну від західних країн, де сенсорна інтеграція давно посіла чільне місце у

корекційній практиці, вітчизняна система лише в останнє десятиліття активно впроваджує відповідні програми в діяльність інклюзивно-ресурсних центрів, спеціальних і реабілітаційних закладів.

Підґрунтям для цього стали дослідження українських науковців, які підкреслюють необхідність сенсорної стимуляції як чинника розвитку пізнавальної активності та емоційно-вольової сфери дітей з особливими освітніми потребами. Так, Л. Савчук відзначає, що сенсорна інтеграція є невід'ємним компонентом корекційно-розвивальної роботи у спеціальних школах, оскільки формує базові передумови для розвитку мовлення, мислення та рухових функцій [58].

В українській практиці активно застосовуються адаптовані методики сенсорної інтеграції, розроблені на основі концепції Айрес, проте з урахуванням вітчизняних освітніх умов. У багатьох спеціальних школах та інклюзивно-ресурсних центрах створюються *сенсорні кімнати*, де використовуються елементи сенсомоторної стимуляції: балансувальні дошки, гойдалки, сухі басейни, м'які модулі, тактильні доріжки. Дослідження підтверджують, що систематичне відвідування сенсорної кімнати сприяє зниженню рівня тривожності, покращенню координації рухів і зосередженості уваги у дітей з помірними інтелектуальними порушеннями [59].

Окремий напрям становить розвиток сенсорного виховання у дошкільних закладах спеціального типу. У програмах «Дитина з особливими потребами» (затверджено МОН України, 2018) передбачено використання сенсорних ігор, маніпуляцій із природними матеріалами, вправ на розвиток тактильного сприймання, слухової та зорової уваги. Ці вправи спрямовані на інтеграцію сенсорних вражень у досвід дитини та формування елементарних пізнавальних уявлень [52].

Практичні підходи до сенсорної інтеграції в Україні реалізуються і через програми психологічного супроводу. Зокрема, у закладах освіти активно застосовуються методики арт-терапії, пісочної терапії, елементів

кінезіології, які сприяють розвитку міжпівкульної взаємодії та гармонізації емоційного стану дітей. Як зазначає В. Бондар, включення сенсорних вправ у структуру щоденних занять позитивно впливає на поведінкову регуляцію і рівень навчальної мотивації [43].

Загалом українська практика сенсорного розвитку орієнтується на інтеграцію сучасних міжнародних підходів із власним психолого-педагогічним досвідом. Поступово створюється система комплексної підтримки, яка поєднує корекційно-розвивальні технології, психологічний супровід і педагогічні інновації. Це сприяє не лише формуванню сенсорної організації у дітей з інтелектуальними порушеннями, а й підвищенню їхнього рівня адаптації, самостійності та соціальної взаємодії.

Узагальнення результатів зарубіжних і вітчизняних досліджень свідчить, що сенсорні методики найбільш ефективні за умови їх систематичного застосування, індивідуального добору вправ і поєднання корекційно-розвивальних занять із повсякденною діяльністю дитини. Саме тому актуальним є емпіричне вивчення можливостей практичного застосування сенсорних вправ у реальних умовах закладу освіти, що й зумовило організацію дослідження, результати якого подано у підрозділі 2.2.

Разом із тим, в Україні сенсорні підходи нерідко впроваджуються фрагментарно та потребують більшої стандартизації (єдині критерії оцінювання, послідовність процедур, підготовка фахівців). Це підсилює актуальність емпіричного підтвердження результативності сенсорних вправ у реальних умовах закладу освіти, що й обумовлює проведення дослідження, представленого у підрозділі 2.2.

2.2. Емпіричне дослідження розвитку сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями

Емпіричне дослідження розвитку сенсорної інтеграції у дітей з інтелектуальними порушеннями здійснювалося з метою виявлення

особливостей сенсорної обробки та перевірки ефективності корекційно-розвивального впливу із застосуванням методик сенсорної інтеграції. Дослідження проводилося у природних умовах освітнього процесу та мало поетапну структуру, що відповідала класичній логіці педагогічного експерименту.

Експериментальною базою дослідження став заклад загальної середньої освіти, у якому навчаються діти з інтелектуальними порушеннями. Для формувального експерименту було сформовано експериментальну групу ($n = 4$), яка проходила корекційно-розвивальні заняття; результати контрольного етапу аналізувалися саме для цієї групи ($n = 4$).

Емпіричне дослідження включало **три взаємопов'язані етапи: констатувальний, формувальний та контрольний.**

На **констатувальному етапі** здійснювалася первинна діагностика стану сенсорної інтеграції у всіх п'яти дітей. Основна увага приділялася виявленню особливостей сенсорної обробки, а саме реакцій на тактильні, вестибулярні та пропріоцептивні стимули, здатності до саморегуляції, утримання пози, координації рухів і концентрації уваги. Діагностика здійснювалася шляхом педагогічного спостереження за дітьми у навчальній та ігровій діяльності, а також виконання ними простих сенсомоторних завдань. Оцінювалися реакції на сенсорні стимули, рівень концентрації уваги, координація рухів, здатність до саморегуляції та моторного планування.

Для діагностики використовувалися структуровані карти педагогічного спостереження за показниками сенсорної регуляції, моторної координації, стійкості уваги та поведінкової організованості, а також опитувальні матеріали для батьків/педагогів. Додатково застосовувалися елементи стандартизованого інструментарію Sensory Profile 2 (W. Dunn, 2014) для уточнення сенсорного профілю дитини (опис інструментів подано в додатках).

За результатами констатувального етапу було встановлено, що у 3 з 5 дітей (60 %) рівень сформованості сенсорної інтеграції відповідав низькому рівню, у 2 дітей (40 %) – середньому рівню. Достатній рівень сенсорної інтеграції на початковому етапі не було зафіксовано. Найбільш виражені труднощі спостерігалися у сфері тактильної та вестибулярної обробки, що проявлялося у підвищеній або зниженій реактивності на стимули, нестійкості уваги та труднощах координації рухів.

Результати констатувального етапу засвідчили наявність у дітей різного ступеня порушень сенсорної інтеграції, що проявлялися у підвищеній або зниженій реактивності на сенсорні стимули, труднощах підтримання уваги, нестійкості рухів, порушеннях координації та зниженій здатності до довільної регуляції поведінки. Отримані дані підтвердили доцільність подальшої цілеспрямованої корекційно-розвивальної роботи.

Таблиця 2.1

Рівень розвитку сенсорної інтеграції дітей на констатувальному етапі експерименту

Рівень сенсорної інтеграції	Кількість дітей	Відсоток (%)
Низький	3	60 %
Середній	2	40 %
Достатній	0	0 %
Разом	5	100 %

На формуальному етапі дослідження було організовано експериментальну роботу з 4 дітьми, які були розподілені на дві підгрупи по 2 дитини з урахуванням індивідуальних особливостей сенсорного розвитку. П'ята дитина брала участь лише у констатувальному етапі (для розширення первинного спостереження) та не включалася до формуального і підсумкового порівняння (контрольного етапу).

Формувальний вплив здійснювався у формі систематичних корекційно-розвивальних занять із використанням методик сенсорної інтеграції. Основний акцент робився на розвитку **тактильної, вестибулярної та пропріоцептивної сенсорних систем**, які відіграють провідну роль у формуванні сенсорної інтеграції.

У ході формувального етапу застосовувалися корекційно-розвивальні вправи з акцентом на сенсорний розвиток дітей, зокрема стимуляцію тактильної, вестибулярної та пропріоцептивної сенсорних систем. Заняття проводилися з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини, поступово ускладнювалися та поєднували сенсорні й рухові компоненти.

Заняття проводилися тричі на тиждень упродовж 12 тижнів, тривалість одного заняття становила 30–40 хвилин. Формувальна робота здійснювалася у підгрупах по 2 дитини з можливістю коротких індивідуальних включень за потреби.

Оцінювання ефективності формувального впливу здійснювалося за такими критеріями: рівень сенсорної регуляції (адекватність реакцій на тактильні, вестибулярні та пропріоцептивні стимули), моторна координація (утримання пози, точність і узгодженість рухів), стійкість уваги (тривалість зосередження на завданні), а також здатність до довільної поведінкової регуляції. Для кожного критерію визначалися три рівні сформованості: низький, середній і достатній.

Формувальний вплив реалізовувався через комплекс сенсорних вправ, спрямованих на розвиток тактильної, вестибулярної та пропріоцептивної систем. Зокрема, застосовувалися вправи тактильного спрямування (робота з матеріалами різної фактури, «чарівний мішечок», малювання на піску або манці), вправи на розвиток пропріоцептивної чутливості («важка робота» – перенесення предметів, стискання м'яча, вправи з опором), а також вестибулярні вправи (ходьба по сенсорних доріжках, балансування, повільне гойдання, вправи на зміну положення тіла). Вправи добиралися з

урахуванням індивідуальних можливостей дітей та поступово ускладнювалися.

Формувальний етап був спрямований не лише на сенсорну стимуляцію, а й на розвиток здатності до саморегуляції, підвищення стійкості уваги, покращення моторної організованості та включеності дітей у навчальну діяльність.

На **контрольному етапі** здійснювалася повторна оцінка рівня розвитку сенсорної інтеграції з метою виявлення змін, що відбулися внаслідок формувального впливу. Аналіз результатів показав позитивну динаміку у більшості дітей експериментальної групи (3 з 4 дітей): зменшення проявів сенсорної дезінтеграції, покращення координації рухів, підвищення здатності до концентрації уваги та більш стабільні поведінкові реакції у навчальних ситуаціях.

За результатами контрольного етапу встановлено, що у 1 дитини (25 %) з експериментальної групи зберігався низький рівень сенсорної інтеграції, у 2 дітей (50 %) рівень підвищився до середнього, а у 1 дитини (25 %) було зафіксовано достатній рівень сформованості сенсорної інтеграції. Порівняно з констатувальним етапом відзначається позитивна динаміка показників сенсорної регуляції та моторної координації.

Отримані результати підтвердили доцільність застосування методик сенсорної інтеграції в корекційно-розвивальній роботі з дітьми з інтелектуальними порушеннями.

Оцінювання результатів формувального етапу експерименту. Після завершення формувального та контрольного етапів педагогічного експерименту було проведено оцінювання динаміки розвитку дітей експериментальної групи з інтелектуальними порушеннями. Метою аналізу стало визначення змін у рівні сенсорної регуляції, моторної координації, концентрації уваги, емоційної стабільності та поведінкової організованості дітей у навчальній і ігровій діяльності.

Оцінювання здійснювалося шляхом порівняння результатів первинного та підсумкового спостереження за визначеними показниками. Для цього використовувалися педагогічні карти спостережень, аналіз виконання сенсомоторних завдань, а також узагальнення інформації, отриманої від педагогів і батьків щодо змін у щоденній поведінці дітей. Особлива увага приділялася здатності дітей адекватно реагувати на тактильні, вестибулярні та пропріоцептивні стимули, підтримувати увагу, координувати рухи та регулювати власну поведінку.

Слід зазначити, що порівняння результатів констатувального та контрольного етапів здійснювалося з урахуванням різної кількості дітей, які брали участь у ф Таблиця 2.1 ормувальному впливі: на констатувальному етапі було охоплено 5 дітей, тоді як формувальний експеримент і контрольний етап (підсумкове оцінювання) проводилися з 4 дітьми експериментальної групи.

Таблиця 2.2

Порівняльна характеристика рівнів сенсорної інтеграції дітей на різних етапах експерименту

Рівень	Констатувальний етап	Контрольний етап
Низький	3 дитини (60 %)	1 дитина (25 %)
Середній	2 дитини (40 %)	2 дитини (50 %)
Достатній	0	1 дитина (25 %)

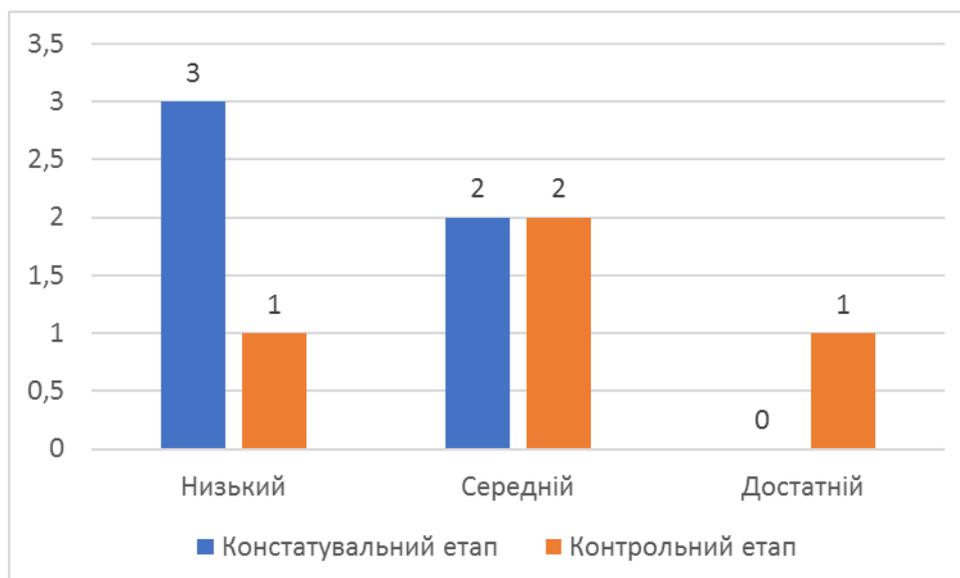


Рис. 2.1 Динаміка рівнів сенсорної інтеграції дітей (констатувальний і контрольний етапи)

Отримані результати засвідчили позитивну динаміку у більшості дітей експериментальної групи. Зокрема, спостерігалось зменшення проявів сенсорної дезінтеграції, підвищення толерантності до сенсорних стимулів, покращення моторної організованості та координації рухів під час виконання вправ на рівновагу й дрібну моторику. У поведінковій сфері відзначалося зростання здатності до зосередження, більш стабільні емоційні реакції та підвищення включеності у навчальну діяльність.

Водночас у частини дітей зміни мали помірний характер, що може бути пов'язано з індивідуальними особливостями сенсорної обробки та ступенем вираженості інтелектуальних порушень, які потребують тривалішої й більш індивідуалізованої корекційно-розвивальної роботи. Загалом результати оцінювання засвідчили результативність формувального впливу та доцільність систематичного застосування сенсорних вправ у корекційно-розвивальній роботі з дітьми з інтелектуальними порушеннями.

2.3. Програма сенсорної інтеграції дітей з інтелектуальними порушеннями у закладі освіти

Метою розробленої програми розвитку сенсорної інтеграції є формування у дітей з інтелектуальними порушеннями цілісного сенсорного досвіду, що забезпечує узгодженість між сприйманням, рухом, увагою та емоційною регуляцією. Програма покликана створити умови для гармонійної взаємодії дитини з навколишнім середовищем, підвищення рівня її адаптації, навчальної мотивації та соціальної активності.

Основними завданнями програми є:

- діагностика сенсорного профілю дитини з метою виявлення індивідуальних труднощів у сприйманні, переробці й інтеграції сенсорної інформації;
- розвиток базових сенсорних систем (тактильної, вестибулярної, пропріоцептивної, слухової, зорової, нюхової);
- формування навичок саморегуляції, концентрації уваги та моторного планування;
- розвиток позитивної взаємодії з однолітками, педагогами та батьками через сенсорні ігри та вправи;
- залучення родини до процесу корекційно-розвивальної роботи для забезпечення узгодженості дій удома та в закладі освіти.

Програма ґрунтується на таких **принципах побудови**:

1. **Індивідуалізація** – добір сенсорних вправ і рівня навантаження відповідно до особливостей сенсорного профілю кожної дитини.
2. **Системність** – взаємозв'язок усіх компонентів розвитку: когнітивного, емоційного, моторного та соціального.
3. **Активність і залученість дитини** – формування позитивної мотивації до виконання сенсорних завдань у формі гри та дослідження.
4. **Безпечність та поступовість** – урахування фізичних і психоемоційних меж дитини, поступове ускладнення сенсорних стимулів.

5. Міждисциплінарність – тісна співпраця вчителя-дефектолога, психолога, логопеда, асистента вчителя та батьків у реалізації програми.

6. Екологічність середовища – створення сприятливих умов для сприйняття стимулів без перевантаження нервової системи дитини.

Програма передбачає інтеграцію елементів зарубіжних і вітчизняних методик, зокрема концепцій Айрес (*Ayres Sensory Integration*®), сенсорних дієт та елементів арт-терапії, що забезпечують гармонійний розвиток дитини в індивідуальному та груповому форматах [28; 58].

Розроблена програма розвитку сенсорної інтеграції для дітей з інтелектуальними порушеннями побудована на поєднанні теоретичних засад концепції *Ayres Sensory Integration*® з українським досвідом корекційно-розвивальної педагогіки. Її структура включає чотири взаємопов'язані етапи: діагностичний, підготовчий, корекційно-розвивальний та етап оцінювання результатів. Кожен етап має конкретну мету, завдання, засоби та очікувані результати.

1. Діагностичний етап. На цьому етапі здійснюється вивчення індивідуального сенсорного профілю дитини. Основна мета – визначення переважаючих і недостатньо розвинених сенсорних систем, а також особливостей реагування на стимули.

Для цього застосовуються:

- *Sensory Profile 2* (W. Dunn, 2014) – міжнародна шкала оцінювання реакцій на сенсорні стимули;
- спостереження за поведінкою дитини під час гри, виконання завдань, спілкування;
- опитувальники для батьків і педагогів, розроблені на основі рекомендацій МОН України [53].

Результати діагностики дозволяють сформулювати *індивідуальний сенсорний профіль*, який визначає напрям подальшої роботи: розвиток тактильної чутливості, покращення просторового орієнтування, стабілізація емоційної реактивності тощо.

2. Підготовчий етап. Мета цього етапу – створення умов для ефективного сприйняття сенсорних стимулів. Відбувається поступове залучення дитини до діяльності, що викликає приємні тактильні, вестибулярні та пропріоцептивні відчуття.

Основні завдання:

- налагодження довірливого контакту між педагогом і дитиною;
- підготовка сенсорного середовища (сенсорна кімната, інтегровані куточки у класі);
- формування позитивного емоційного стану через ігрову взаємодію.

На цьому етапі активно застосовуються:

- **вправи для тілесної обізнаності:** «Моє тіло в русі», «Доторкнись до себе», «Хто мене торкнувся?»;
- **релаксаційні практики:** слухання спокійної музики, глибоке дихання, використання м'яких текстурних матеріалів;
- **перші елементи сенсорної дієти** за П. Вілбаргер – короткі активності на глибокий тиск і розтягування, що знижують гіперчутливість [37].

3. Корекційно-розвивальний етап. Цей етап є центральним у програмі й спрямований на цілеспрямований розвиток сенсорних систем. Робота проводиться у трьох основних модулях, які взаємопов'язані між собою:

Модуль 1. Тактильна інтеграція

Використовуються вправи на розпізнавання дотиків, текстур, температури.

Приклади занять:

- гра «Впізнай на дотик» (з різними фактурами – камінці, тканина, зерно, губки);
- «Чарівний мішечок» – відгадування предметів без зорового контролю;
- малювання на піску або манці, робота з кінетичним піском.

Такі заняття формують сенсорну диференціацію, розвивають увагу та дрібну моторику.

Модуль 2. Вестибулярно-пропріоцептивна інтеграція

Включає вправи на баланс, координацію рухів, просторову орієнтацію:

- катання на гойдалках, балансувальних дошках;
- проходження «сенсорних доріжок»;
- ігри типу «Прокоти м'яч тілом», «Рівновага на лінії».

Дослідження підтверджують, що систематичне тренування вестибулярної системи позитивно впливає на поведінкову регуляцію та здатність до навчання [9].

Модуль 3. Візуально-слухова інтеграція

Спрямований на розвиток зорової та слухової уваги, послідовності, реакції на сигнал.

Приклади занять:

- вправи на пошук предметів за кольором або формою;
- слухові ігри «Вгадай звук», «Звідки лунає?»;
- малювання під музику, ритмічне плескання.

У межах цього модуля застосовуються також вправи кінезіологічного спрямування, подібні до комплексу «Brain Gym», які активізують міжпівкульну взаємодію [16].

4. Етап оцінювання результатів

На завершальному етапі проводиться повторна діагностика, що дає змогу визначити динаміку розвитку дитини та ефективність програми.

Використовуються:

- стандартизовані методики (*Sensory Profile 2*, адаптовані спостережні карти);
- аналіз поведінкових змін: здатність концентрувати увагу, зниження рівня тривожності, розвиток координації;
- опитування батьків і педагогів щодо покращення щоденної поведінки.

Результати фіксуються у *карті сенсорного прогресу*, що містить порівняння даних «до» та «після» впровадження програми. Такий підхід забезпечує доказовість отриманих результатів і дозволяє коригувати подальші дії.

Таблиця 2.3

Програма сенсорної інтеграції у табличному вигляді за критеріями

Етап програми	Мета	Критерії/показники оцінювання	Методи/вправи (зміст роботи)	Форма роботи	Частота/тривалість	Очікуваний результат	Спосіб фіксації результатів
1. Діагностичний	Визначити індивідуальний сенсорний профіль дитини, провідні труднощі сенсорної обробки	Сенсорна регуляція: реакції на тактильні/вестибулярні/пропріоцептивні стимули; Увага: стійкість, переключення; Моторика/координація: утримання пози, узгодженість рухів; Поведінкова регуляція: імпульсивність, тривожність, здатність дотримуватись інструкції	Sensory Profile 2 (W. Dunn, 2014); структуроване педагогічне спостереження; опитувальники для батьків/педагогів; виконання простих сенсомоторних завдань (баланс, дрібна моторика, реагування на стимул)	Індивідуальна (за потреби – короткі групові спостереження)	1–2 тижні (2–3 діагностичні сесії + спостереження в режимних моментах)	Сформований сенсорний профіль; визначені пріоритетні напрями роботи	Карта сенсорного профілю; карта педагогічного спостереження; підсумковий діагностичний висновок (узагальнення)
2. Підготовчий	Створити умови для безпечного включення дитини у сенсорну діяльність; знизити гіпер/гіпочутливість; сформувати довіру і позитивну мотивацію	Сенсорна регуляція: зниження реактивності/уникання стимулів; Емоційна стабільність: зменшення напруження; Поведінкова організованість: здатність працювати за правилами; Увага: витримування простих інструкцій	Налагодження контакту; організація сенсорного середовища (сенсорний куточок/кімната); вправи тілесної обізнаності («Моє тіло в русі», «Доторкнись до себе»); релаксаційні практики (дихання, спокійна музика, м'які текстури); елементи сенсорної дієти (глибокий тиск/розтягування)	Підгрупова (2–3 дитини) + індивідуальні включення	1–2 тижні; 3 рази на тиждень; 30–40 хв	Дитина спокійніше реагує на стимули; підвищується готовність до занять; зростає включеність у діяльність	Короткі записи у журналі спостережень; чек-лист адаптації (реакції на стимули/участь/емоційний стан)

3. Корекційно-розвивальний (центральный)	Цілеспрямовано розвивати сенсорні системи та інтеграцію сприймання з рухом, увагою і поведінкою	Сенсорна регуляція: адекватність реакцій на стимули; Координація/моторика: баланс, постуральний контроль, дрібна моторика; Увага: тривалість зосередження; Поведінкова регуляція: дотримання правил, самоконтроль; Моторне планування: послідовність дій	Модуль 1 (тактильний): «Впізнай на дотик», «чарівний мішечок», малювання на піску/манці, кінетичний пісок. Модуль 2 (вестибулярно-пропріоцептивний): сенсорні доріжки, балансування, гойдання (повільне), вправи «важкої роботи» (перенесення предметів, стискання м'яча, опір). Модуль 3 (візуально-слуховий): «Вгадай звук», «Звідки лунає?», пошук предметів за кольором/формою, ритмічні вправи, елементи кінезіологічних вправ (типу Brain Gym)	Підгрупова (2–5 дітей) + індивідуальна (за потреби)	12 тижнів; 3 рази на тиждень; 30–40 хв; поступове ускладнення	Покращення координації й моторної організованості; підвищення стійкості уваги; зменшення сенсорної дезінтеграції; стабільніші поведінкові реакції; краща включеність у навчання	Карта сенсорного прогресу (позначки «до/після» раз на 2 тижні); карти спостереження за критеріями; аналіз виконання сенсомоторних завдань; зворотний зв'язок педагогів/батьків
4. Етап оцінювання результатів	Визначити динаміку та ефективність програми; скоригувати подальшу роботу	Сенсорна регуляція: зміни реакцій на стимули; Координація/моторика: точність, постуральний контроль; Увага: тривалість і якість зосередження; Поведінкова регуляція: емоційна стабільність, самоконтроль; Загальна адаптація: включеність у навчальну/ігрову діяльність	Повторне застосування діагностичних інструментів (Sensory Profile 2 / адаптовані карти); повторні сенсомоторні завдання; опитування батьків/педагогів; порівняльний аналіз «до/після»	Індивідуальна + узагальнення по групі	1 тиждень (після завершення 12 тижнів)	Зафіксована позитивна/помірна/в ідсутня динаміка; сформульовані рекомендації щодо продовження або корекції програми	Підсумкова карта сенсорного прогресу; таблиці/діаграми динаміки; висновок за результатами контрольного етапу

Програма розрахована на систематичну роботу (заняття проводяться 3 рази на тиждень тривалістю 30–40 хв) у груповій (3–5 дітей) та індивідуальній формах. Для дітей з тяжкими проявами ІІІ рекомендується збільшення індивідуальної частки.

Реалізація програми здійснювалася поетапно. Упродовж 1–2 тижнів проводилася адаптація дітей до сенсорного середовища та встановлення емоційного контакту. На 3–6 тижнях основна увага приділялася розвитку тактильної та пропріоцептивної чутливості. У період 7–10 тижнів акцент зміщувався на вестибулярну інтеграцію, розвиток координації рухів і просторової орієнтації. Завершальні 11–12 тижні були спрямовані на узагальнення набутих навичок і повторне оцінювання результатів.

Програма апробована у межах формувального етапу емпіричного дослідження та може адаптуватися залежно від віку дитини, ступеня інтелектуальних порушень і умов освітнього середовища.

Кожне заняття складається з трьох частин:

1. **Вступна частина** – коротка ритуалізація (вітання, дихальна вправа, налаштування).
2. **Основна частина** – виконання 4–5 сенсорних вправ, спрямованих на різні системи.
3. **Завершальна частина** – релаксація, обговорення відчуттів, короткий зворотний зв'язок.

Приклад заняття (35 хв): вступна частина (5 хв) – вітання, дихальна вправа, коротке налаштування; основна частина (25 хв) – 4–5 вправ (сенсорна доріжка/балансування; «важка робота» – стискання м'яча або перенесення предметів; тактильна гра «чарівний мішечок»; вправа на зорово-слухову увагу «Вгадай звук»); завершальна частина (5 хв) – релаксація, зниження збудження, короткий зворотний зв'язок.

Програма передбачає участь батьків у домашньому виконанні спрощених версій вправ, рекомендованих фахівцем, що забезпечує сталість ефектів.

Загалом структура програми забезпечує поступовість розвитку сенсорних функцій – від формування базових відчуттів до інтеграції сприйняття у складні поведінкові дії. Її зміст сприяє покращенню емоційної стабільності, соціальної активності та якості життя дітей з інтелектуальними порушеннями, що узгоджується з сучасними міжнародними стандартами ерготерапії [5].

Практичні рекомендації для педагогів:

1. Індивідуалізація навчально-корекційної роботи. Перед початком занять педагог має ознайомитись із сенсорним профілем дитини, визначити типові реакції на різні стимули, рівень сенсорної чутливості та переважаючі способи саморегуляції. Вправи добираються поступово – від простих до більш складних, із врахуванням толерантності до стимулів.

2. Організація сенсорного середовища у класі. Навчальний простір має бути гнучким: включати куток для відпочинку, тактильні матеріали (м'які подушки, килимки, мішечки з наповнювачами), засоби для рухових пауз. Варто уникати надлишкових подразників – яскравого світла, гучних звуків, перенасиченого декору. Таке середовище сприяє зниженню перевантаження нервової системи дитини [58].

3. Регулярність і ритмічність занять. Сенсорні активності доцільно проводити щодня, інтегруючи їх у розклад занять – у вигляді коротких вправ для рухової розрядки, дихальних пауз, тактильних ігор. Короткі щоденні вправи мають більший ефект, ніж тривалі, але рідкісні заняття.

4. Використання позитивного підкріплення. Педагог має заохочувати навіть незначні успіхи дитини, фіксуючи прогрес у поведінці, увазі чи рухових навичках. Позитивні емоції – ключ до ефективної сенсорної інтеграції.

5. Міждисциплінарна взаємодія. Ефективність програми підвищується, коли педагог співпрацює з психологом, логопедом та ерготерапевтом, обговорюючи результати, виявлені труднощі та шляхи їх подолання. Рекомендовано вести спільний журнал спостережень і раз на

місяць здійснювати колегіальну оцінку динаміки розвитку. Доцільно також фіксувати результати у карті сенсорного прогресу (короткі позначки «до/після» раз на 2 тижні) для відстеження динаміки.

Рекомендації для батьків

1. Продовження сенсорної стимуляції вдома. Батьки можуть виконувати з дитиною спрощені версії вправ: малювання пальцями на крупах, «сенсорні стежки» з підручних матеріалів, ігри з водою, глиною, піском. Домашнє середовище має стати природним продовженням навчальної сенсорної діяльності.

2. Спостереження та фіксація реакцій дитини. Важливо записувати, які стимули викликають позитивні або негативні емоції, коли дитина перевтомлюється чи потребує рухової активності. Це допоможе педагогам адаптувати програму.

3. Створення стабільного режиму дня. Регулярність побутових процесів (сон, прийом їжі, прогулянки, гра) підтримує сенсорну організацію. Варто чергувати активні й спокійні види діяльності, зберігаючи ритуали перед сном і навчанням.

4. Уникання надмірного контролю. Батькам не слід примушувати дитину до участі у вправах, якщо вона проявляє дискомфорт. Поступовість і добровільність забезпечують формування довіри до сенсорного досвіду.

5. Психоемоційна підтримка. Найкращий результат досягається тоді, коли батьки виступають партнерами дитини у грі, підтримують її словами схвалення й спільною участю у вправах.

Підсумкові положення. Скоординована діяльність педагогів і батьків дозволяє зробити сенсорну інтеграцію безперервним процесом, що охоплює не лише заняття, а й повсякденне життя дитини. Створення єдиного освітньо-виховного простору, у якому дитина відчуває стабільність, безпеку й підтримку, сприяє розвитку адаптивних реакцій, упевненості та соціальної відкритості. Це відповідає сучасним міжнародним рекомендаціям щодо впровадження програм сенсорної інтеграції в освітніх закладах.

Висновки до розділу 2

У другому розділі проаналізовано практику застосування сенсорної інтеграції у роботі з дітьми з інтелектуальними порушеннями в Україні та за кордоном і показано, що найбільш структурованими й методично обґрунтованими є підходи, які спираються на концепцію А. Дж. Айрс (ASI) та принципи індивідуалізації, поетапності й цілеспрямованої сенсомоторної стимуляції. Окремі поширені практики (зокрема «сенсорна дієта») можуть бути ефективними як підтримувальні інструменти за умови точного добору активностей і вбудовування їх у щоденні рутини, тоді як програми на кшталт «Brain Gym» доцільно розглядати лише як допоміжні рухові паузи, а не як заміну системних сенсорних втручань. В українському контексті окреслено позитивну тенденцію впровадження сенсорних підходів через сенсорні кімнати, корекційні заняття та комплексний супровід, водночас підкреслено проблему фрагментарності, різних стандартів оцінювання і потребу в підготовці фахівців та уніфікації процедур.

Емпіричне дослідження, проведене в умовах закладу освіти, дало змогу зафіксувати на старті різний ступінь порушень сенсорної інтеграції (від гіпер-/гіпореактивності до труднощів координації, уваги й саморегуляції) і обґрунтувати необхідність цілеспрямованого формувального впливу. Реалізація систематичних занять із переважним акцентом на тактильну, вестибулярну та пропріоцептивну сфери засвідчила позитивну динаміку у більшості дітей експериментальної групи: зменшення проявів сенсорної дезінтеграції, покращення моторної організованості, вищу стійкість уваги та більш стабільні поведінкові реакції в навчальних ситуаціях. Виявлено також, що темп змін є нерівномірним і залежить від індивідуального сенсорного профілю та ступеня інтелектуальних порушень, що підтверджує потребу тривалішої й диференційованої роботи.

На основі отриманих даних обґрунтовано та описано програму сенсорної інтеграції для закладу освіти, яка поєднує діагностику, підготовку, корекційно-розвивальні модулі й підсумкове оцінювання результатів, а також передбачає організаційні умови реалізації (регулярність занять, підгрупова та індивідуальна форми, структуроване заняття, участь батьків). Запропоновані практичні рекомендації для педагогів і батьків конкретизують, як забезпечувати екологічне сенсорне середовище, підтримувати ритмічність сенсорних активностей, узгоджувати дії команди супроводу та переносити сформовані навички у повсякденні освітні й домашні ситуації. Це створює цілісну практичну основу для подальшого впровадження та корекції програми відповідно до реальних можливостей закладу освіти й потреб конкретної дитини.

ВИСНОВКИ

У роботі обґрунтовано, що сенсорна інтеграція є базовим нейропсихологічним механізмом, від якого значною мірою залежать пізнавальний розвиток, емоційна стабільність, моторна координація та соціальна взаємодія дитини. Для дітей з інтелектуальними порушеннями порушення сенсорної обробки виступають частим супутнім чинником, який ускладнює навчання й адаптацію, посилює проблеми уваги, поведінкової регуляції та формування навчально-побутових навичок. Водночас цілеспрямована сенсомоторна робота здатна створювати “опору” для підвищення навчальної участі, саморегуляції та зменшення дезадаптаційних проявів.

Теоретичний аналіз показав, що найбільш послідовні й практично значущі підходи до розвитку сенсорної інтеграції ґрунтуються на взаємодії нейрофізіологічних, психологічних і педагогічних механізмів та передбачають системність, індивідуалізацію і поетапність втручань. У роботі узагальнено сучасні наукові підходи (класичний підхід Айрс, нейропсихологічний, психолого-педагогічний, клініко-реабілітаційний, нейроосвітній та інтегрований) і доведено, що ефективність сенсорних методик підвищується за умови чіткого визначення цілей, добору вправ під сенсорний профіль дитини та наявності вимірюваних критеріїв результативності. Підкреслено, що в українській практиці сенсорні підходи активно розвиваються (сенсорні кімнати, корекційні заняття, робота ІРЦ), але потребують більшої стандартизації, узгоджених процедур оцінювання й підготовки фахівців.

Емпіричне дослідження підтвердило наявність у дітей молодшого шкільного віку з інтелектуальними порушеннями різного ступеня сенсорної дезінтеграції, що проявлялася у гіпер-/гіпореактивності на стимули,

труднощах координації, нестійкості уваги та зниженій здатності до довільної регуляції поведінки. Формувальний вплив у вигляді систематичних корекційно-розвивальних занять із акцентом на тактильну, вестибулярну та пропріоцептивну системи продемонстрував позитивну динаміку у більшості дітей експериментальної групи: зменшення проявів сенсорної дезінтеграції, покращення моторної організованості, підвищення стійкості уваги та стабілізацію поведінкових реакцій у навчальних ситуаціях. Водночас встановлено, що темп і вираженість змін залежать від індивідуального сенсорного профілю та ступеня інтелектуальних порушень, що підкреслює потребу тривалішої, диференційованої та командної підтримки.

У роботі розроблено програму сенсорної інтеграції для закладу освіти, яка включає діагностичний, підготовчий, корекційно-розвивальний та підсумковий етапи, визначає модулі роботи (тактильна інтеграція; вестибулярно-пропріоцептивна інтеграція; візуально-слухова інтеграція), організаційні умови реалізації (регулярність, тривалість, підгрупові/індивідуальні форми) та підходи до моніторингу результатів. Запропоновані практичні рекомендації для педагогів і батьків підтверджують, що найбільш стійкий ефект досягається за умови поєднання корекційних занять, адаптації середовища та продовження сенсорної підтримки у повсякденних рутиних діях дитини, а також за умови міждисциплінарної взаємодії фахівців.

Загалом результати дослідження підтверджують доцільність і результативність системного впровадження методик сенсорної інтеграції в освітньому середовищі для дітей з інтелектуальними порушеннями. Практична значущість роботи полягає в можливості використання запропонованої програми та рекомендацій у діяльності закладів освіти й інклюзивно-ресурсних центрів для підвищення рівня адаптації, навчальної участі та якості життя дітей з інтелектуальними порушеннями.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. AACAP. Intellectual Disabilities (Facts for Families No. 23). Washington, D.C., 2023. URL: https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-with-an-Intellectual-Disability-023.aspx
2. AAIDD. Intellectual Disability: Definition. URL: <https://www.aaidd.org/intellectual-disability/definition>
3. Acuña C., Gallegos-Berrios S., Barfoot J., Meredith P., Hill J. Ayres Sensory Integration® With Children Ages 0–12: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. *American Journal of Occupational Therapy*, 2025, 79(3). DOI: 10.5014/ajot.2025.051023
4. ADCET. Intellectual Disability – Inclusive Teaching. URL: <https://www.adcet.edu.au/inclusive-teaching/specific-disabilities/intellectual-disability>
5. American Occupational Therapy Association. Sensory Integration Fact Sheet. Orange County Department of Education, 2017. URL: https://ocde.us/SPED/Documents/OT%20PT%20Continuing%20Education%20Day/AOTA_SI_Fact_Sheet%20.pdf
6. Armstrong S. Sensory Processing in Children and Adults with Learning Difficulties. University of Leeds, 2022. URL: <https://etheses.whiterose.ac.uk/id/eprint/26822/>
7. Ayres A. J. Sensory Integration and Learning Disorders. Los Angeles: Western Psychological Services, 1972.
8. Ayres A. J. Sensory Integration and the Child: Understanding Hidden Sensory Challenges. Los Angeles: Western Psychological Services, 2005.
9. Beevi T. M. A., Nimya M. A. Sensory integration therapy and motor activity in children with intellectual disability. *Indian Journal of Continuing Nursing Education*, 2020, 21(1), 44–50.

10. Ben-Sasson A., Soto T. W., Heberle A. E. Sensory Reactivity and Adaptive Behavior in Children with Developmental Disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 2020, 104, 103705. DOI: 10.1016/j.ridd.2020.103705
11. Breakthroughs International. The Brain Gym® Program. URL: <https://breakthroughsinternational.org/programs/the-brain-gym-program/>
12. Chan J. S. L., Chien W. T. Massage therapy in a multisensory environment for residents with severe and profound intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2017, 61(6), 532–548.
13. Engel-Yeger B., Hardal-Nasser R., Gal E. Sensory processing dysfunctions as expressed among children with different severities of intellectual developmental disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 2011.
14. Healthline. What Is Sensory Integration Therapy? 2023. URL: <https://www.healthline.com/health/autism/sensory-integration>
15. Howe T.-H., Wang T.-N. et al. Sensory Diets: Do They Work? *American Journal of Occupational Therapy*, 2020, 74(Suppl. 1).
16. Hyatt K. J. Brain Gym®: Building Stronger Brains or Wishful Thinking? *Remedial and Special Education*, 2007, 28(2), 117–124.
17. Kachouri H. et al. The effect of a combined strength and proprioceptive training program on muscle strength and postural balance in children with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 2016.
18. Kachouri H. et al. The effect of motor dual-task training on gait and mobility in children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disabilities*, 2024.
19. Leong H. M., Carter M., Stephenson J. Systematic review of sensory integration therapy for individuals with disabilities: Single case design studies. *Research in Developmental Disabilities*, 2015.
20. LibreTexts. The Psychology of Exceptional Children: Characteristics of Students with Intellectual Disabilities. URL: https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Psychology/Developmental_Psycholog

y/The_Psychology_of_Exceptional_Children_%28Zaleski%29/04%3A_Students_with_Intellectual_Disabilities/4.05%3A_Characteristics_of_Students_with_Intellectual_Disabilities

21. Millcreek Behavioral Health. Intellectual Disability: Signs, Symptoms & Causes. Fordyce, AR, 2025. URL: <https://www.millcreekbehavioralhealth.com/development-disorders/intellectual-disability/symptoms-signs-causes/>

22. Miller L. J., Schoen S. A., Mulligan S., Sullivan J. Identification of Sensory Processing and Integration Symptom Clusters: A Preliminary Study. *Frontiers in Integrative Neuroscience*, 2017, 11, 10. DOI: 10.3389/fnint.2017.00010

23. NCBI Bookshelf. Intellectual Disability (NBK332877). URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK332877/>

24. Roley S. S., Mailloux Z., Miller-Kuhaneck H., Glennon T. Understanding Ayres Sensory Integration®. *American Journal of Occupational Therapy*, 2022, 76(Suppl. 1). DOI: 10.5014/ajot.2022.76S1-RP102

25. Salkić N., Mujezinović A., Džafić R. Proprioceptive Sensory Integration in Children with Intellectual Disabilities. *Journal of Health Sciences*, 2025.

26. Schaaf R. C., Benevides T., Mailloux Z. et al. An Intervention for Sensory Difficulties in Children With Autism: A Randomized Trial. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2014.

27. Schaaf R. C., Dunn W. Evaluating Sensory Processing Through the Lens of Participation. *American Journal of Occupational Therapy*, 2021, 75(5).

28. Schaaf R. C., Mailloux Z. *Clinical Practice in Sensory Integration Therapy*. Austin: Pro-Ed, 2015.

29. Schaaf R. C., Mailloux Z. et al. Efficacy of Occupational Therapy Using Ayres Sensory Integration®. *American Journal of Occupational Therapy*, 2018.

30. Schoen S. A., Lane S. J., Mailloux Z. et al. A systematic review of Ayres Sensory Integration intervention for children with autism. *Autism Research*, 2019.
31. Shumway-Cook A., Woollacott M. H. *Motor Control: Translating Research into Clinical Practice*. 6th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2022.
32. Smith-Mrkaja L. *Effects of a Sensory Diet on Attention and Participation in Children with Autism*. Doctoral Dissertation. Nova Southeastern University, 2019.
33. Tomchek S. D., Little L. M. *Sensory Processing in Children With and Without Autism: A Comparative Study*. *American Journal of Occupational Therapy*, 2014, 68(5).
34. Watling R., Miller Kuhaneck H., Parham L. D., Schaaf R. *Occupational Therapy Practice Guidelines for Children and Youth with Challenges in Sensory Integration and Sensory Processing*. Bethesda: AOTA Press, 2018.
35. Werkman M. F., Landsman J. A., Fokkens A. S. et al. The Impact of the Presence of Intellectual Disabilities on Sensory Processing and Behavioral Outcomes Among Individuals with Autism Spectrum Disorders: A Systematic Review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2023, 10, 422–440.
36. WFOT. *Occupational Therapy and Sensory Integration: Position Statement*. 2023. URL: <https://wfot.org/resources/occupational-therapy-and-sensory-integration>
37. Wilbarger P. *The Sensory Diet: Activity Programs Based on Sensory Processing Theory*. AOTA, 1995.
38. Williams K. L. et al. Sensory features as predictors of adaptive behaviors: A comparative longitudinal study of children with autism spectrum disorder and other developmental disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 2018, 81, 103–112.

39. Андрійченко С. І. Сенсорна інтеграція дітей із особливими освітніми потребами в умовах інклюзивно-ресурсного центру. 2022. URL: <https://eprints.cdu.edu.ua/5173/>
40. Артемова Л. В. Колір. Форма. Величина. Число : для кожної дитини, родини, вихователя, вчителя. Київ : Томіріс, 2017. 176 с.
41. Артемова Л. В., Янківська О. П. Дидактичні ігри і вправи в дитячому садку : навч. посіб. Київ : Радянська школа, 1987. 126 с.
42. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні. Дошкільне виховання, 2014, № 2, С. 6–12.
43. Бондар В. І. Психолого-педагогічні основи сенсорного розвитку дітей з інтелектуальними порушеннями. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами, 2021, № 19, С. 112–120.
44. Бусел В. Великий тлумачний словник сучасної української мови. Київ : Ірпінь, 2001. 1440 с.
45. Внук О. Д. Сенсорний розвиток дітей раннього віку. Дошкільний навчальний заклад, 2021, № 8, С. 29–32.
46. Гладченко І. В. Методичні аспекти психолого-педагогічного супроводу дітей з помірною розумовою відсталістю. Київ : ІСП НАПН України, 2021.
47. Гурського Г. Якого кольору? Якої форми? Дитячий садок, 2022, № 4, С. 78–83.
48. Дичківська І. М. та ін. Інноваційні педагогічні технології : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2004. 351 с.
49. Колядіна А. Л. Розвиваємо інтелект змалку. Дитячий садок, 2022, № 10, С. 52–57.
50. Малікова Ю. В. Сенсорне виховання у спадщині видатних педагогів минулого. Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського, 2020, № 3–4, С. 151–153.
51. Мацюк З. С. Сенсорна інтеграція в дітей: порушення та шляхи подолання. 2025.

52. Міністерство освіти і науки України. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція). Київ, 2021.
53. Міністерство освіти і науки України. Інклюзивне навчання: методичні рекомендації. Київ, 2022.
54. Мусевич В. С. Феномени сенсорного розвитку дітей. Київ : Академія, 2014. 210 с.
55. Навчаємося з радістю: компенсаторне навчання дітей з порушеннями розумового розвитку / А. Василенко та ін. Київ : Видавництво імені Олени Теліги, 2019. 100 с.
56. Олійник Л. М. Формування уявлень про властивості і співвідношення предметів у дітей раннього віку : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2005.
57. Пахомова Н. Г. Сенсорна інтеграція як засіб корекції психофізичного розвитку дітей з особливими освітніми потребами. 2025.
58. Савчук Л. М. Сенсорна інтеграція як умова розвитку дітей з особливими освітніми потребами. Особлива дитина: навчання і виховання, 2021.
59. Сенсорна кімната – світ розвитку особливих дітей. ГО «Простір взаємодії», 2018.
60. Скарбничка ігор. Для розумних батьків і кмітливих дітлахів / К. Крутій та ін. Київ : ЛППС, 2004. 62 с.
61. Тарасенко Г. С. Організація дитячої ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної та початкової освіти. Київ : Ліра-К, 2010. 320 с.
62. Трикоз С. В. Content of Sensory Education of Preschool Children with Intellectual Disabilities. 2022.
63. Трикоз С. В. Сенсорне виховання дітей з помірною розумовою відсталістю. Київ : ІСП НАПН України, 2021.
64. Трофименко В. Р. Розвиток зв'язного мовлення у дітей з інтелектуальними порушеннями легкого ступеня засобами сенсорної

інтеграції. *Особлива дитина: навчання і виховання*, 2023, № 3(111), С. 131–150.

65. Чобанян А., Холошенко М. Застосування сенсорної інтеграції в розвитку комунікативних навичок у дітей з інтелектуальними порушеннями. СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2024.

1.

ДОДАТКИ

Додаток А

Зразки занять за програмою розвитку сенсорної інтеграції

Заняття 1. «Знайомство з тілом»

Мета: розвиток пропріоцептивної (глибинної) чутливості, формування уявлення про власне тіло, його частини та положення у просторі.

Матеріали: великі м'ячі, гумові еспандери або еластичні стрічки, дзеркало, контури людського тіла на ватмані.

Хід заняття:

– Вітальна гра «Назви себе» (діти по черзі називають ім'я, торкаючись грудей).

– Вправа «Доторкнись до...» (дитина за вказівкою торкається певної частини тіла: голова, плече, коліно).

– Робота з еспандером – розтягування й стискання для відчуття сили м'язів.

– Вправа «Живе дзеркало» – повторення рухів педагога перед дзеркалом.

– Підсумок – малювання фігури людини й позначення частин тіла.

Очікуваний результат: дитина починає краще усвідомлювати своє тіло, покращується координація рухів і самооцінка.

Заняття 2. «Світ дотиків»

Мета: стимулювання тактильної чутливості, розвиток сенсорного розпізнавання матеріалів і форм.

Матеріали: мішечки з крупами (рис, гречка, горох), ящики з піском, водою, тканини різної фактури.

Хід заняття:

– Вправа «Чарівний мішечок» – дитина на дотик визначає предмет усередині.

– Ігри «Тепло–холодно», «М’яке–тверде» – розрізнення властивостей матеріалів.

– Сенсорна доріжка – ходіння босоніж по різних поверхнях (гумові килимки, квасоля, м’ячики).

– Малювання пальцями на піску або манці.

Очікуваний результат: зменшення тактильного захисного бар’єра, розвиток чутливості та емоційного розвантаження.

Заняття 3. «Рух і рівновага»

Мета: розвиток координації, вестибулярної стійкості, узгодженості рухів.

Матеріали: гімнастичні килимки, балансувальні диски, гойдалки, канати, обручі.

Хід заняття:

– Гра «Ходимо як тварини» (повзання, стрибки, ходіння навшпиньках).

– Балансування на дошці або лінії, ходіння «змійкою».

– Вправи на гойдалці або фітболі.

– Завершення – релаксаційна вправа «Листочок на вітрі» (повільні коливальні рухи під спокійну музику).

Очікуваний результат: розвиток рівноваги, впевненості в рухах, зменшення тривожності.

Заняття 4. «Світ звуків»

Мета: формування слухової уваги, вміння розрізняти інтенсивність, тембр і висоту звуку.

Матеріали: музичні інструменти (бубни, дзвіночки, маракаси), аудіозаписи природних звуків, картки-зображення джерел звуків.

Хід заняття:

– Вступна гра «Вгадай, що звучить» (прослуховування звуків природи, транспорту, побуту).

– Вправа «Повтори ритм» (простукування заданого ритму долонями чи паличками).

– Рухова гра «Тихо–голосно»: рухи відповідно до гучності музики.

– Імпровізація на інструментах – створення власного звукового супроводу короткої історії.

Очікуваний результат: розвиток слухової пам'яті, концентрації, мовленнєвої активності.

Заняття 5. «Кольоровий калейдоскоп»

Мета: удосконалення зорово-просторового сприймання, розвиток дрібної моторики й естетичного сприйняття кольору та форми.

Матеріали: кольорові блоки, мозаїка, фарби, пензлі, губки, шаблони форм.

Хід заняття:

– Вправа «Знайди колір» – добір предметів одного кольору в приміщенні.

– Гра «Веселкові пари» – поєднання відтінків за зразком.

– Малювання великими мазками губкою або пальцями на великому аркуші.

– Створення спільного колажу «Мій настрій кольором».

Очікуваний результат: покращення зорової координації, формування естетичного сприйняття, розвиток уяви.

Заняття 6. «Я і простір»

Мета: навчити дитину орієнтуватися у просторі, формувати уявлення про напрямки, відстані та просторові відношення.

Матеріали: килимок із маршрутами, стрічки-доріжки, конуси, маркери напрямків, м'які кубики.

Хід заняття:

- Вправа «Де я?» – визначення положення себе («перед», «за», «праворуч»).
- Ігри з рухом по маршрутах («Пройди лабіринт», «Знайди шлях до друга»).
- Вправи на командну роботу – виконання інструкцій: «Зроби два кроки вперед», «Поверни праворуч».
- Підсумок – складання власного маршруту в грі «Мандрівка кімнатою».

Очікуваний результат: формування просторових уявлень, розвиток зорово-рухової координації, підвищення самостійності.

Додаток Б

Діагностичні карти для визначення сенсорного профілю дитини

1. Карта оцінки тактильних реакцій (гіпер-/гіпореактивність)

Мета – визначення рівня чутливості шкіри до дотиків, температури, текстур.

Показники спостереження:

- реакція на легкий дотик (задоволення / уникання / відсутність реакції);
- поведінка під час маніпуляцій із різними матеріалами (пісок, крупи, пластилін);
- відношення до гігієнічних процедур (миття рук, зачісування, одягання);
- реакція на контакт з іншими дітьми.

Оцінювання: 1–5 балів (1 – гіпочутливість, 3 – норма, 5 – гіперчутливість).

2. Карта вестибулярної стабільності (реакції на зміну положення тіла)

Мета – виявлення рівня функціональної зрілості вестибулярної системи.

Показники:

- стійкість при ходьбі по лінії, сходах, під час стрибків;
- координація при поворотах голови або тіла;
- реакція на гойдання, крутіння;
- скарги на запаморочення або втому.

Оцінювання: 1–5 балів (1 – низька стійкість, 5 – висока координація).

3. Карта моторного планування

Мета – оцінка здатності дитини планувати, ініціювати та послідовно виконувати рухи.

Показники:

- розуміння словесних інструкцій типу «підстрибни, повернись, плесни»;
- здатність повторити рухи за педагогом;
- виконання завдань із декількох послідовних дій;
- швидкість та узгодженість дій.

Оцінювання: 1–5 балів (1 – труднощі в плануванні, 5 – чітке послідовне виконання).

4. Карта зорово-слухової координації

Мета – виявлення узгодженості між сприйняттям зорових і слухових стимулів.

Показники:

- здатність реагувати на візуальні сигнали (показ, малюнок) та повторювати дії;
- поєднання слухового і зорового сприйняття під час інструкцій («покажи, де звук»);
- відстеження рухомих предметів очима;
- узгодженість рухів під музику.

Оцінювання: 1–5 балів (1 – низький рівень координації, 5 – добре узгоджена реакція).

5. Узагальнююча діагностична таблиця сенсорного профілю дитини

№	Сенсорна система	Характеристика	Рівень прояву (1–5)	Коментар фахівця
1	Тактильна	Реакція на дотики, матеріали		
2	Вестибулярна	Стійкість, рівновага		
3	Пропріоцептивна	Сила, контроль рухів		
4	Зорова	Реакція на колір, форму, рух		
5	Слухова	Реакція на звуки, команди		
6	Зорово-слухова координація	Узгодженість стимулів		
7	Моторне	Послідовність рухів		

	планування			
--	------------	--	--	--

Підсумковий рівень сенсорної інтеграції:

1–2 бали – низький рівень; 3 – середній; 4–5 – високий.

Додаток В

**Анкета для педагогів і батьків щодо сенсорних особливостей
дитини**

Мета: виявлення сенсорних особливостей дитини, що можуть впливати на її поведінку, навчання та емоційний стан.

Анкета заповнюється педагогом або батьками дитини. Отримані відповіді використовуються для створення індивідуального сенсорного профілю, який допомагає визначити, які сенсорні системи потребують додаткової стимуляції або, навпаки, зниження навантаження.

Інструкція: оберіть один варіант відповіді для кожного запитання:

1 – ніколи / 2 – рідко / 3 – іноді / 4 – часто / 5 – завжди.

№	Питання	Оцінка (1–5)	Коментар
1	Як дитина реагує на гучні звуки або яскраве світло?		
2	Чи уникає дотиків або, навпаки, постійно шукає фізичного контакту?		
3	Чи проявляє потребу в русі, стрибках, крученнях?		
4	Як дитина реагує на зміни середовища або звичної рутини?		
5	Чи спостерігаються труднощі у концентрації уваги, навчанні, письмі або читанні?		
6	Як дитина реагує на запахи (сильне відраза / байдужість / цікавість)?		
7	Чи легко дитина переносить зміну одягу, взуття або нові тканини?		
8	Як дитина поводить себе під час групових занять (активна / замкнена / розгублена)?		
9	Чи часто дитина стикається з труднощами у координації рухів (незграбність, падіння, розливання)?		
10	Як дитина реагує на нові звуки, запахи, текстури під час гри або навчання?		

Інтерпретація результатів:

- 1–2 бали – знижена сенсорна чутливість (гіпорективність);
- 3 бали – норма;
- 4–5 балів – підвищена сенсорна чутливість (гіперреактивність).

Примітка: результати анкетування використовуються для уточнення даних індивідуального сенсорного профілю дитини та корекційно-розвивального плану роботи.

