

**Баринова Светлана Игоревна**

бакалавр, воспитатель

МАДОУ «Д/С №7 «Созвездие»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

## **ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВЫХ УСТРОЙСТВ НА СЕНСОРНУЮ ИНТЕГРАЦИЮ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** в статье обсуждается проблема дефицита основных ощущений и движений у младших дошкольников, связанных чаще всего с их чрезмерной цифровой активностью в столь раннем возрасте, указываются потенциальные риски влияния цифровых устройств на мозг детей раннего возраста. Для оказания помощи детям раннего возраста в освоении сенсорных аспектов активности, которые помогут им в дальнейшем справляться с трудностями и приобретать новые навыки, приведены рекомендации для воспитателей ДОУ по использованию метода сенсорной интеграции в своей педагогической деятельности.*

***Ключевые слова:** сенсорная интеграция, сенсорное воспитание, ранний возраст, цифровые устройства, цифровая активность.*

В современном информационном веке дети начинают знакомиться с компьютером, планшетом, смартфоном с раннего детства, они слишком долго сидят перед телевизором (более 5–10 часов в сутки), что вызывает сенсорный голод. В первую очередь следует отметить: мишенью воздействия цифровых сред могут стать нарушения сенсорного интегрирования. Под термином «интеграция» понимается организация чего-то. Интегрировать – означает объединение разных частей в единый комплекс. Тогда части работают совместно, как одно целое.

Сенсорные интеграции – это бессознательный процесс, происходящий в мозге; они организуют информацию, получаемую органами чувств вкуса, вида, запаха, прикосновения, движения, ориентации в пространстве; они определяют значение испытываемых нами чувств, фильтруют информацию, выбирают то, что мы испытываем. (например, слушая рассказ педагога, не отвлекаясь от уличного шума); позволяет нам осознанно поступать и отвечать на ситуации, в которой мы

находимся. (адаптивный ответ); формируют базу теоретического обучения и социального поведения.

Американская исследовательница и терапевт Джин Айрес проводив свои исследования раннего развития нервной системы ребенка, пришла к выводу, что сенсорная интеграция формируется, когда ребенок находится в утробе матери, все это время мозг плода ощущает движения материнского тела. Она выделяла три основных системы восприятия чувств, которые, вместе с тем, создают основу сложной работы всех чувственных органов.

1 Вестибулярная система – управления равновесием моторных двигательных реакций, связанных с координацией дыхания, речевого поведения, обучением;

2. Тактильная система – является системой экстероцепции кожи;

3 Проприоцептивная система является кинестетической системой восприятия мышечного суставного чувства восприятия собственных позы и движения.

Каждый из нас имеет генетически заложенный базовый уровень сенсорной интеграции, когда все дети рождаются, у них уже есть способность к интеграции, но несмотря на это им все равно придется развивать ее, разными способами взаимодействуя с окружающей средой и адаптировать свое тело, мозг к физическим нагрузкам, с которыми человек сталкивается в детстве.

С учетом исследований Джин Айрэс большой интерес вызывают вопрос о том, насколько цифровые технологии влияют на мозг маленьких детей в раннем возрасте. Весь период дошкольного и раннего детства мозг ребенка работает как устройство обработки сенсорной информации, то есть воспринимают окружающий мир и предметы, основываясь на своих чувствах.

Ощущения можно соотнести с пищей для мозга: они доставляют мозгу знания, необходимые для управления телом и мышлением. Психолог Хоекман Л.А. полагает, что, если ребенок получает слишком много ощущений, мозг перегружается или, наоборот, не получает достаточных чувственных данных – процессы сенсорных процессов не упорядочены, переработка чувств и напитывание мозга невозможна.

На сегодняшний день мы все больше наблюдаем за тем, что электронный мир становится для детей гораздо привлекательнее, чем окружающая их среда. По словам профессора РАН И.П. Анохиной, причиной включения детей в электронную среду является сформированная зависимость на молекулярно-клеточном уровне. Длительный и бесконтрольный просмотр телепередач, бесполезного контента на планшетах и телефонах, приводит к значительному повышению концентрации свободного дофамина, а также к работе системы функционального истощения, в результате концентрации дофамина уменьшается, ребенку все больше времени требуется для того, чтобы получить удовлетворение от игры в планшете, создается более высокий новый уровень системы и ускорение метаболического круговорота, далее происходит разбалансировка нейромедиаторов и их утилизации, когда избыток дофамина становится постоянным, возникает огромное ощущение радости и удовольствия. В конце концов, появляется «порочный круг» дофаминного метаболизма в мезокортиколимбической системе, который является биологическим проявлением сформированной зависимости [5 с. 85].

Последствий подобной зависимости много, среди которых наиболее очевидные: ребенок мало двигается, у него мало общения с семьей, друзьями, ребенок почти не общается с ними и больше уходит к виртуальному миру, потому что со всеми становится «скучно», а после игры на устройстве ребенок тяжело переключается на новый вид занятий, мыслями и вниманием застревая в прошлой деятельности; возникают проблемы в обучении, поскольку нарушается формирование основных высших психических функций: речи, мышления, внимания, памяти.

Доктор Альфред Томатис считает, что недостаток движений и одностороннее стимулирование органов чувств (визуально-акустическое) в период формирования вестибулярной системы приводит к нарушению равновесия ритма движений, эмоциональной психики, ритмов сна, бодрствующего ритма, обмену веществ, пищеварению, которые взаимосвязаны между собой и оказывают друг на друга влияние.

Таким образом, компьютерный экран все больше подменяет физическую активность, общение с близкими взрослыми, дети меньше уделяют времени творческим играм, исследованиям окружающей среды и другим активностям, способствующим гармоничному росту.

Чтобы улучшить сенсорное развитие ребенка, необходимо обогатить теорию и практику детского воспитания, то есть разработать и применять самые эффективные методы и методики для всестороннего развития сенсорных ощущений детей в детских садах. Используя метод интеграции сенсорных систем у детей в раннем возрасте педагогическим работникам детского сада необходимо, во-первых, создать в своей группе уголок сенсорного центра (разделенный на мягкие, зрительные, звуковые, тактильные, воздушные зоны) оснащенный различным сенсорным материалом, который направлен как на развитие отдельных сенсорных систем, так и на их объединение с целью комплексного воздействия сенсорной. Во-вторых, осуществлять работу по нескольким направлениям: социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому и физическому развитию.

Таким образом, применение методики сенсорной интеграции в педагогическом процессе воспитателя удовлетворяет потребность ребенка в понимании себя и окружающего предметного мира, способствует развитию моторных, познавательных сенсорных и досуговых умений ребёнка.

### ***Список литературы***

1. Айрес Э.Дж. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э.Дж. Айрес; пер. с англ. Юлии Даре. – М.: Терфинф, 2009. – 272 с. EDN QXXSFJ

2. Беляева О.Н. Дети и сенсорная интеграция: сборник методических рекомендаций / авт.-сост. канд. пед. наук Т.А. Пескишева, педагог-психолог О.Н. Беляева – Череповец, 2019. – 132 с.

3. Гигиеническое обоснование безопасного использования электронных планшетов на занятиях дошкольников / В.Р. Кучма [и др.] // Российский педиатрический журнал. – 2015. – №4. – С. 51–55. – EDN UMBIKX

4. Горбунова А.Ю. Роль цифровых технологий в когнитивном развитии дошкольника: постановка проблемы // Наука в мегаполисе. – 2018. – Вып. 2 (6) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mgpu-media.ru/issues/issue-6/psycho-pedagogical-science/role-digital-technologies.html> (дата обращения: 22.06.2024).

5. Горелик Е.А. Современное детство в руках цифровой эпохи: теория, исследование в Арктическом регионе, пути профилактики / Е.А. Горелик // Молодой ученый. – 2021. – №33 (375). – С. 84–96 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/375/83668/> (дата обращения: 22.06.2024). EDN LUQRPT