

Министерство образования Тульской области
государственное профессиональное образовательное учреждение
Тульской области
«Тульский техникум социальных технологий»

Базовая профессиональная образовательная организация,
обеспечивающая поддержку региональной системы
инклюзивного профессионального образования

СЕНСОРНАЯ КОМНАТА

Методика использования интерактивных стимуляторов
для развития сенсорно-перцептивных способностей
и настроения позитивного общения обучающихся инвалидов
и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Воздушно-пузырьковая колонна

Разработчики:

Кашина О.Н. – педагог дополнительного образования
Панадий О.Ю – педагог-психолог

Тула

ВНЕШНИЙ ВИД



ОПИСАНИЕ

Воздушно-пузырьковая колонна с водой – основной и неотъемлемый элемент темной сенсорной комнаты.

Поток пузырьков, рыбок под давлением поднимается вверх по прозрачной пластиковой трубке, наполненной водой с разноцветной подсветкой.

Используется для:

- Развития зрительного восприятия
- Формирования фиксации взора
- Концентрации внимания
- Эмоционального расслабления

Вибрация колонны способствует развитию тактильных ощущений.

КРАТКАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИК

Прозрачная колонна выполнена из пластикового акрилового стекла. Основание – пластик. Прозрачная колонна со световым и воздушно-пузырьковым эффектом для сенсорного восприятия. Подсветка светодиодная разноцветная. В комплекте – набор пластиковых рыбок.

Высота – 1,5 м.

Диаметр – 10 см

Потребляемая мощность – не более 15 Вт

Напряжение питания – 220 В

Безопасное угловое зеркало создает оптический эффект расширения пространства.

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Абсолютно безопасен

ВНИМАНИЕ! Внешний вид изделия может быть изменён и может отличаться от представленного фото в каталоге, без предварительного уведомления покупателя, на основании улучшения технических характеристик и функциональных особенностей изделия производителем!

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

Время сеансов в сенсорной комнате 7-15- 30 минут.

Кратность посещения 4-8 раз за курс реабилитации.

Занятия должны проводиться **подгруппами** по 2-4-7 человек или индивидуально. Количество человек на занятиях определяется целями работы, возрастом и размерами помещения.

При использовании сенсорной комнаты для проведения занятий по релаксации **взрослых** возможно проведение фронтальных занятий (10 -15 человек).

Принцип комплектования группы – добровольное участие

Все занятия в СК имеют следующие три основные части:

- ~ ВВОДНАЯ (ритуал приветствия, разминка);
- ~ ОСНОВНАЯ (релаксационные упражнения, игра);
- ~ ЗАВЕРШАЮЩАЯ (подведение итогов, ритуал прощания).

Организация работы в СК

Цель: *сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья обучающихся с помощью мультисенсорной среды.*

Задачи:

- 1) профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- 2) создание положительного эмоционального состояния;
- 3) формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласование движений собственного тела;
- 4) облегчение состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло;
- 5) формирование адекватной самооценки, преодоление застенчивости и агрессии;
- 6) развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом;
- 7) развитие памяти, речи, фантазии, оригинальности мышления.

ПРОТВОПОКАЗАНИЯ:

- Соматические и психоневрологические заболевания (учитываются специальные рекомендации невропатолога). Так, например, при судорожной готовности и эписиндроме нельзя использовать мигающие световые приборы и ритмическую музыку, чтобы избежать ухудшения состояния.
- Аллергия, инфекционные заболевания
- *Частичными противопоказаниями* являются наличие у пациента частых эпилептических припадков, в данном случае используются только релаксационные приёмы.

ОГРАНИЧЕНИЯ:

Учитывая значительную интенсивность воздействия интерактивного оборудования на психику человека, использовать его в общеразвивающей, коррекционно-развивающей и психотерапевтической практике необходимо выполняя все требования по охране безопасности жизнедеятельности и здоровья тех, кто в ней занимается. На занятиях применяются различные источники света, звуков, запахов.

Поэтому перед началом основной работы необходимо познакомить детей с каждым прибором, научить концентрировать на нём внимание, выполнять определённые действия, принимать удобные для занятия и наблюдения позы и т.д.

Включение прожекторов и введение в занятие различных эффектов, воздействующих на восприятие, также требует постепенности и периодичности.

Нельзя использовать большое количество интерактивных приборов одновременно, а также предлагать для одномоментного восприятия одинаковые по эффекту воздействия приборы.

Необходимо гармонизировать сочетание включаемых приборов, направленных на развитие и коррекцию различных ощущений.

ВНИМАНИЕ!

- Для возбудимых обучающихся длительность сеанса должна быть сокращена.
 - При работе с гипервозбудимыми обучающимися необходимо снизить нагрузку на сенсорику, исключить элементы активной стимуляции.
 - При работе с тревожными обучающимися нужно исключить резкие переходы от одного стимула к другому.
 - При работе с детьми занятия должны проводиться в форме игры.
- Длительность игр зависит от индивидуальных особенностей.

- После посещения СК обучающийся должен ощущать покой и отдых, даже если занятия были направлены на развитие определенных когнитивных процессов, тем более, если была поставлена четко определенная цель: нормализация психоэмоционального состояния. Здесь важно задействовать эмоциональный фактор, который обеспечит большую продуктивность за минимальное время.

Как правило обучающиеся инвалиды и ЛОВЗ нуждаются в психологической коррекции эмоционального восприятия себя, своей успешности, отношений со сверстниками. Часто обучающиеся с ОВЗ тревожны, нерешительны, замкнуты, иногда боятся, а иногда агрессивны.

Вот для стабилизации эмоциональной сферы обучающихся инвалидов и ЛОВЗ и предлагаются реабилитационные курсы.

С точки зрения медико-психологического воздействия СК позволяет создать эмоциональную обстановку положительной модальности, вызвать приятные, а в ряде случаев эстетически значимые ощущения; активизирует взрослых и детей, помогая им преодолевать тревожные невротические переживания, страхи, психологические недостатки и достичь состояния эмоционального комфорта.

МЕТОДИКИ РАБОТЫ в СК (сенсорной комнате):

1. *Цвето-, светотерапия* (релаксация с помощью цвета и света);
2. *Звуко-, музыкотерапия* (релаксация с помощью звуков и музыки);
3. *Ароматерапия* (воздействие запахов на нервную систему и психическое состояние человека).

Зрению принадлежит наиболее ответственная роль в процессе познания внешнего мира. Посредством глаз мы получаем до 90% информации.

Помимо этого, “красивая пища для глаз” - лучшее средство для снятия нервного и мышечного напряжения. Свето-и цвето-терапия основаны на воздействии на организм человека через орган зрения - глаза.

Светотерапия может помочь тем, кто страдает сезонной депрессией. Чаще всего её симптомы проявляются тогда, когда организму так не хватает солнца (обычно в осенне-зимний период).

Цветотерапия используется для влияния на настроение и общее состояние человека. Уже сотни лет назад египтяне строили целительные храмы цвета.

Звуко-, музыкотерапия обеспечивают тренировку слухового внимания, может воздействовать на все слуховые импульсы, которые развивают слуховое восприятие, помогают в постановке голоса и музыкального слуха.

Ароматерапия в сочетании с музыкотерапией способствуют нормализации многих функций человеческого организма, снятию психоэмоционального напряжения, расслабления скелетной мускулатуры, уменьшения спастичности.

Модуль «Воздушно - пузырьковая колонна» предназначен для:

- сильной зрительной, тактильной, слуховой стимуляции
- безопасное угловое зеркало создает оптический эффект расширения пространства.
- для стимуляции и развития тактильных ощущений, зрительной памяти
- активации творческой и познавательной деятельности

Чрезвычайно эффективен для детей со слабым зрением.

Особенно подходит для аутичных обучающихся.

Иногда неуверенному, тревожному обучаемому сложно рассказать что-либо о себе окружающим. Зайдя внутрь можно посмотреть вверх и увидеть себя. За лентами сухого душа, спрятавшись от «мира» он как бы разговаривает сам с собой. При этом чувствует себя более комфортно.

ПРИМЕРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СЕАНСОВ

Воздушно-пузырьковая колонна и сенсорный уголок.

Пузырьковая колонна - основной и неотъемлемый элемент любой Сенсорной комнаты. В прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной дистиллированной водой, постоянно меняется цвет подсветки. Акриловые зеркала создают объемный эффект и искаженное отражение. За счет чего сенсорный уголок преобразуется в уголок «Трио», а уголок из трех колонн превращается в колоннаду из... количество колонн попросите посчитать ребенка.

По желанию можно запустить ПЛАСТМАССОВЫХ рыбок. Рыбки то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз.

Попросите обучающегося - инвалида приглядеться к «плавающим» рыбкам. Они же шевелят хвостиками! Это завораживающее зрелище не оставит равнодушными ни детей ни взрослых.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 0 ДО 1 ГОДА.

Упражнение «Зеркало»

Цели: развитие отраженного восприятия; обогащение сенсорного опыта.

Ход упражнения: Педагог подносит ребенка к зеркалу, привлекает внимание малыша к своему отражению, используя речь, мимику. Он анализирует, как ребенок рассматривает лицо человека. Затем взрослый привлекает внимание малыша к его собственному отражению: ставит его ручки на зеркало, стучит его пальчиком о зеркало, шевелит его ножками. Важно, чтобы ребенок некоторое время понаблюдал за своим отражением.

Упражнение «Мысленная картина»

Цель: Создание хорошего настроения, тренировка зрительной памяти.

Ход упражнения: ЛОВЗ нужно посмотреть на воздушно-пузырьковую колонну, закрыть глаза и попытаться удержать увиденное в памяти.

Обсуждение: удалось ли удержать увиденное в памяти, ощущения.

Упражнение «Золотая рыбка»

Цель игры: сплочение детского коллектива; зарядка положительными эмоциями; развитие коммуникативных навыков; стимуляция зрительных и тактильных анализаторов; развитие цветового восприятия; релаксационный эффект.

Ход упражнения: участники устраиваются вокруг колонны, выбирают каждый себе рыбку по цвету и наблюдают за подъемом и спусканием рыбок под воздействием воздуха. Создается соревновательная обстановка. «Что я чувствую, когда наблюдаю за рыбкой».

Упражнение «Пузырьки»

Цели: развитие кинестетического анализатора;
обогащение сенсорного опыта.

Ход упражнения: Педагог и обучающийся располагаются возле трубки с пузырьками и рыбками. Взрослый привлекает внимание обучающегося к трубке. Обратив внимание на рыбок, педагог помогает ему «поймать» рыбку пальчиком. Исследуя поверхность трубки, ЛОВЗ проводит пальчиком то вверх, то вниз.

Упражнение «Воздушно-пузырьковая колонна»

Цели: развитие зрительного сосредоточения,
умения удерживать в поле зрения неподвижный предмет.

Ход упражнения. Педагог подводит обучающегося к колонне. Колонна работает в режиме подсветки без пузырьков. Педагог привлекает внимание учащегося к колонне, приближая его к ней на расстояние 20-30 см и удаляя на расстояние вытянутой руки; убеждается, что обучающийся кратковременно зафиксировал взгляд. Затем педагог с обучающимся отходит направо, налево. Упражнение повторяется 2-3 раза.

Упражнение «Рыбки»

Цель: развитие зрительно-моторной координации.

Ход упражнения. Педагог обращает внимание обучающегося на воздушно-пузырьковую колонну и движущуюся в ней рыбку. обучающийся следит за рыбкой взглядом. Затем педагог предлагает ему поймать рыбку пальчиком. обучающийся следит за движущейся рыбкой с помощью пальца.