

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

Подвесной фиброоптический модуль «Разноцветная гроза»

Разработчики:

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

Тула

ВНЕШНИЙ ВИД



ОПИСАНИЕ

«Разноцветная гроза» - Подвесной фиброоптический модуль в сенсорной комнате, состоит из множества фиброоптических волокон точечного бокового свечения, которые свисают вниз с несущей платформы, выполненной в виде тучи. Волокна имитируют многочисленные капли дождя, охватывающие «попавшего под тучу».

Можно купаться в дожде разноцветных капель. Эффект вспышек молнии выполняет лампа-строб.

Мягкие фиброоптические волокна абсолютно безопасны, их можно перебирать руками, держать, обматывать вокруг рук, тела, лежать на них. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают, хорошо концентрируют внимание

Вы сможете снять стресс и расслабиться.

КРАТКАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Прибор укомплектован светогенератором ФОС – 100 ГЛ (или ФОС – 100ГЛ-И), необходимым для засветки пучка фиброоптических волокон.

Габариты основания 110х150х12 см

Габариты прибора со свисающими волокнами 110х150х280 см

Интерактивный пульт управления позволяет ведущему или пациенту управлять светозффектом; плавно регулировать скорость движения капель дождя с возможностью остановить капли, а так же ВКЛ/ВЫКЛ молнию.

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Волокна абсолютно безопасны

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 гиперактивными 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, нозологические 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 спастики.

Модуль «Разноцветная гроза» предназначен для:

- стимуляции и развития тактильных ощущений, зрительной памяти, активации творческой и познавательной деятельности;
- помогает восприятию пространства и своего тела в этом пространстве;
- релаксационного и активизационного светового эффекта в сенсорной комнате

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

ФИБЕРОПТИЧЕСКИЕ МОДУЛИ

Каждое из изделий имеет пучок фиброоптических волокон, цветом и режимами которого можно управлять с пульта или установить автоматический режим светозффектов.

Пучок волокон, само по себе уже является антидепрессантом. Волокна мягкие и приятные на ощупь, их можно переплестать между собой, заплетая длинные косы, можно опустить в сухой бассейн или мастерить из волокон замысловатые фигурки, применив бумажный скотч.

Функция смены цветов и свето-эффектов позволит придумать интересный сюжет для занятий.

Фиброоптика - прибор предназначен для создания релаксационного светового эффекта в сенсорных комнатах, уголках релаксации, игровых комнатах в образовательных учреждениях для ЛОВЗ разного возраста. Включить «Раноцветную грозу» и дождик начинает светиться.

Придумать игровой сюжет.

Упражнение «Разноцветный дождик».

Цель: развитие зрительного восприятия явлений природы

Формирование эстетического вкуса

Ход упражнения: В затемненной сенсорной комнате подопечные (дети/взрослые) отдыхают на матах/пуфах/ мягких островках с закрытыми глазами. Далее включаем модуль «Разноцветная гроза». Просим подопечных открыть глаза и понаблюдать за переливанием капель дождя из грозовой тучки.

Упражнение «Жгутики».

Цели: развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета;

развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Ход упражнения: Педагог обращает внимание обучающихся на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные т.п.). Обращается к ребятам: «Волокна мягкие, поэтому их можно сгибать. Давайте сделаем из волокон жгутики». Педагог показывает обучающимся, как при помощи переплетения волокон друг с другом получается жгут. Жгутики можно переплестать из двух и более волокон.

Упражнение «Заплетем косу»

Цели: развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета;

развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Ход упражнения: Педагог обращает внимание обучающихся на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Затем он предлагает

им ознакомиться со свойствами волокон, сплетая их и говоря: «Так как волокна мягкие, они гнутся. Давайте сплетем из них косичку». По образцу, предложенному педагогом, обучающиеся плетут косички. Косички могут состоять из трех и более волокон.

Упражнение «Сжимаем в кулачке».

Цели: развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета;
развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Ход упражнения: Педагог обращает внимание ЛОВЗ на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Обращается к обучающимся: «Так как волокна мягкие, их можно сгибать. Давайте соберем волокно в ручке». Педагог показывает ЛОВЗ, как можно собрать волокно в ладошке. При повторении упражнения следует усложнить задачу: количество волокон, включенное в одно задание должно постепенно увеличиваться.

Упражнение «Наматывание»

Цель: развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета;
развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Ход упражнения: Педагог обращает внимание обучающихся на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Затем он предлагает детям ознакомиться со свойствами волокон, наматывая их на пальцы и говоря: «Волокна мягкие, поэтому они гнутся, их можно наматывать. Например, на пальчик». Обучающиеся вместе с педагогом наматывают волокно на пальчик; на несколько пальчиков; на ладонь; на руку и т.д. Педагог постоянно комментирует свои действия.

Упражнение «Узелки»

Цели: развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета;
развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Ход упражнения: Педагог обращает внимание ЛОВЗ на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Затем он предлагает ЛОВЗ ознакомиться со свойствами волокон, завязывая узелки и говоря: «Волокна мягкие, поэтому они гнутся. Давайте завяжем из них узелки». По образцу, предложенному педагогом, обучающиеся завязывают узелки: сначала на одном волокне; затем один узелок завязывается из нескольких волокон.

МОДУЛИ из фиброоптических волокон, мягких светящихся и переливающихся волокон завораживает, привлекает внимание, стимулирует зрительное восприятие, идеально для людей с нарушением глазного хрусталика.