

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

**Световой стол для рисования песком**  
**«Песочная фантазия»**

**Разработчики:**

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

Тула

## ВНЕШНИЙ ВИД



## ОПИСАНИЕ

Один из самых необычных способов творческой деятельности – это рисование песком на стекле. Своими руками пациенты могут создавать неповторимые шедевры. Горсть песка чудесным образом превращается в пейзаж, звездное небо, лес, море, портрет, цветок, геометрическую фигуру и т.д. Этот необычный вид искусства называется Sand art, «искусство песка». Песок работает по принципу «Света и тени». Он отлично передает чувства, мысли и стремления рисующего. Рисование песком является одним из главных средств познания мира и развития эстетического восприятия, т.к. тесно связано с самостоятельной и творческой деятельностью человека.

Наиболее очевидный поклонник песка – это ребенок, а также лица с ограниченными возможностями. Для них песок всегда был и остается до сих пор наиболее притягательным материалом.

Рисование песком – новый и одновременно простой вид изобразительной деятельности для человека в любом возрасте, потому что он доступен практически каждому и не требует специальной подготовки. Для педагога – это еще один способ понять чувства и мысли обучающегося из числа ЛОВЗ.

## КРАТКАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Потребительская мощность – 10 W

Напряжение питания – 220 V

Вес – 7 кг (+ 3,5 кг песок)

Габариты 660x420x210 мм

Световой экран для рисунков на песке со встроенной светодиодной лентой. Управление с помощью пульта на ИК лучах, который дает возможность выбрать необходимый цвет (один из 24 цветов) и яркость свечения экрана. 4 программы автоматического управления цветом.

Корпус прибора изготовлен из ламинированной ДСП. Использование прибора настольное.

## 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, 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.

### Световой стол «Песочная фантазия» предназначен для:

- стимуляции и развития тактильных ощущений, зрительной памяти, активации творческой и познавательной деятельности;
- развития способности передавать форму строения предметов и их частей, используя разные оттенки света и тени;
- обучения созданию статичных песочных картин с учетом ритма и симметрии;
- совершенствования управления пальцев и кистей рук (мелкая моторика)
- развития художественно-эстетического вкуса
- релаксационного и активизационного светового эффекта в сенсорной комнате

**Особенно подходит для аутичных обучающихся и лиц с нарушениями центральной нервной системы и ЗПР**

## ПРИМЕРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СЕАНСОВ

**Игротерапия** используется для влияния на настроение и общее состояние человека. Игротерапия развивает мелкую моторику, улучшает пластику движений, памяти и работы мозга в целом.

*Игры с песком необходимы для лиц с ОВЗ, они:*

- развивают тактильно-кинестическую чувствительность и мелкую моторику рук;
- снимают мышечную напряжённость;
- помогают ребёнку чувствовать себя защищённым, в комфортной для него среде;
- развивают активность, расширяют жизненный опыт, передаваемый педагогом в близкой для ребёнка форме (принцип доступности информации);
- стабилизируют эмоциональные состояния, поглощая негативную энергию;
- позволяют ребёнку соотносить игры с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти способы решения проблемной ситуации;
- преодолевают комплекс «плохого художника», создавая художественные композиции из песка при помощи готовых фигурок;
- совершенствуют зрительно-пространственную ориентировку, речевые возможности;
- способствуют расширению словарного запаса;
- позволяют развивать фонематический слух и восприятие;
- способствуют развитию связной речи, лексико-грамматических представлений;

Обучающимся из числа ЛОВЗ работа на световом столе «Песочная фантазия» помогает расслабиться и отдохнуть с пользой, научиться рисовать различные картины, фигуры и т.д.