

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №755 «Региональный Центр аутизма»
Василеостровского района Санкт-Петербурга

Релаксация и психокоррекция детей с РАС
в условиях интерактивной среды комнаты
нейрофизиологической гимнастики

Методическая разработка

Педагог-психолог
Демьянчук Я. В.

Санкт-Петербург
2019 год

Пояснительная записка

Актуальность

Расстройство аутистического спектра (РАС) является одним из рано диагностируемых нарушений развития. Согласно оценке ВОЗ (резолюция от 8 апреля 2013 г.), распространенность РАС составляет 62/10 000, то есть один ребенок из 160 страдает нарушением аутистического спектра с возможной последующей инвалидностью. Все возрастающее число детей с РАС требует комплексного подхода для обеспечения психолого-педагогического сопровождения детей. Вместе с тем, несмотря на высокий интерес научного и педагогического сообщества к проблеме разработки методических подходов и конкретных психолого-педагогических технологий, направленных на преодоление проявлений аутизма и максимально возможную социальную адаптацию детей с расстройствами аутистического спектра в обществе, представляется необходимой интенсивная методическая работа, целью которой является отбор и создание методик и технологий педагогического и психологического сопровождения детей с РАС в условиях образовательной организации. Накопленный в России и за рубежом педагогический опыт демонстрирует, что при создании специально организованной среды, адаптации содержания учебного материала и приемов педагогической работы, а также при наличии адекватного психолого-педагогического сопровождения, дети с РАС могут быть с различной степенью успешности интегрированы в общество. Таким образом, систематически организованная коррекционно-развивающая работа обеспечивает условия для развития психических процессов, социализации детей с РАС в современном мире.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования детей с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки от 19.12.2014 №1598) приоритетной задачей работы с детьми с ОВЗ является формирование жизненных компетенций. К спектру этих компетенций могут быть отнесены компетенции в области информационных технологий. Интерактивное оборудование позволяет сформировать у обучающихся с РАС адекватные алгоритмы решения учебных задач с опорой на пользовательские ИТ-компетенции.

Научно-теоретическое обоснование применения интерактивного оборудования в психокоррекционной работы с обучающимися с РАС

При создании методической разработки учитывались особенности психического развития обучающихся, имеющих нарушение аутистического спектра и интеллектуальную недостаточность разной степени выраженности. В случае сложного нарушения развития эмоциональная отрешенность таких детей, снижение потребности вступать во

взаимодействие, стереотипность интересов и поведения сопровождаются недостаточным уровнем развития когнитивной сферы. Эмоционально-волевая сфера детей с расстройствами аутистического спектра характеризуется нарушением процессов аффективной регуляции, быстрой пресыщаемостью даже приятными впечатлениями. Часто отмечаются страхи, тревожность, склонность к ауто- и гетероагрессии, эмоциональная незрелость, проявляющаяся в быстрой смене настроения. Сфера коммуникации является дефицитарной из-за искажения развития потребности в социальном взаимодействии, трудностей использования вербальных и невербальных средств общения. Игровой интерес, как правило, связан с привлекательностью сенсорных свойств объектов, а не их символическим значением, и поэтому игровые действия часто носят манипулятивный характер. Сенсорные нарушения проявляются в снижении или повышении чувствительности (гипо- или гиперстезии), погруженности в ощущения определенной модальности, ориентация на отдельно воспринимаемые, часто несуществующие признаки объектов. У детей выражены трудности привлечения произвольного внимания, его быстрая истощаемость, повышенная или наоборот пониженная переключаемость. Нарушенной оказывается динамика мнестических процессов и недостаток логической памяти. У детей со сложными вариантами нарушений развития расстройства мыслительной деятельности, как правило, отмечаются уже на уровне наглядно-действенного мышления и связаны с недостаточным опытом практического взаимодействия с предметами. Это препятствует оперированию образами предметов в мыслительном плане, совершению логических действий с ними.

Одной из основных проблем в психокоррекционной деятельности с детьми с РАС является сложность привлечения и удержания внимания данной категории детей, что влечет значительное снижение эффективности проводимых обучающих занятий. Эту проблему частично решает использование интерактивного оборудования в процессе психокоррекционных занятий. В частности, интерактивный пол, привлекая ребенка к взаимодействию со сменяющимися яркими образами и увлекательными заданиями, способствует развитию устойчивости и концентрации внимания. За счет того, что с образами, картинками и программами интерактивного пола можно взаимодействовать, ребенок с РАС, вовлекается в интересный для него процесс. Используя вовлеченность ребенка в происходящее на интерактивном оборудовании, педагог-психолог имеет возможность включать обучающие и психокоррекционные моменты в игровую деятельность с интерактивным полом, повышая результативность обучения. Таким образом, интерактивное оборудование способствует формированию мотивации к познавательной деятельности, познавательного интереса и элементов игровой деятельности.

Важным обстоятельством является и то, что интерактивное оборудование является инструментом установления опосредованного контакта с детьми с РАС. Педагог-психолог имеет возможность дозировать зрительный контакт с ребенком, что снижает аффективную нагрузку и создает условия для комфортного взаимодействия. Возможность опоры на интуитивно понятный наглядно представленный дидактический материал способствует лучшему пониманию детьми вербальных инструкций.

Таким образом, включение в психокоррекционную работу с детьми с РАС интерактивного оборудования позволяет решать разноплановые задачи, охватывающие развитие когнитивной сферы детей, коррекцию проявлений аутизма и формирование ряда навыков, необходимых для успешной социализации.

Цель: психокоррекция и нормализация психоэмоционального состояния детей с расстройствами аутистического спектра.

Задачи:

1. Снятие психоэмоционального напряжения.
2. Формирование навыков релаксации.
3. Снятие тревожности.
4. Развитие восприятия, внимания, воображения, мышления.
5. Закрепление представлений о сенсорных эталонах.
6. Развитие зрительно-моторной координации.

Организация работы.

Занятия с детьми проводятся индивидуально или в малых группах (2-3 человека) в темной сенсорной комнате с интерактивным полом.

Курс занятий рассчитан на 2 месяца (всего 8 занятий)

Рекомендуемая периодичность занятий – 1 раз в неделю.

Длительность занятия составляет 30 минут. При этом работа с интерактивным полом должна длиться не более 15-ти минут.

Планируемые результаты использования интерактивного оборудования

1. Сформирован позитивный психоэмоциональный настрой.
2. Сформированы базовые навыки релаксации.
3. Снижены проявления тревожности.
4. Повышен уровень развития восприятия, внимания, воображения, мышления.
5. Закреплены представления о сенсорных эталонах (основные цвета).
6. Повышен уровень развития зрительно-моторной координации.

Программа работы с детьми с РАС с применением интерактивного оборудования

Использование интерактивного оборудования в психокоррекционной работе с детьми с РАС помогает решить основную проблему обучения детей с подобными нарушениями – трудности в привлечении и удержании внимания. Интерактивное оборудование, такое как интерактивный стол, интерактивный пол, teach touch панели привлекают внимание обучающихся, и они с большим удовольствием взаимодействуют с подобным оборудованием. Интерактивное оборудование имеет широкий набор обучающего материала, который выстроен как в модели последовательных заданий, так и в виде игры или сказки. Интерактивный пол и teach touch панели дают возможность манипулировать картинками и объектами, представленными на экране. Интерактивный пол, помещенный в темную сенсорную комнату, дает возможность максимально погрузиться в предлагаемую педагогом историю, развивать воображение ребенка, внимание, мышление. Широкий набор программ позволяет варьировать задания и каждый раз предлагать новые интересные ситуации игры-обучения. Световые приборы темной сенсорной комнаты очень органично дополняют созданное состояние сказки и приключения для ребенка. Все приборы сенсорной комнаты мы используем также в процессе психокоррекционных занятий, хотя основным моментом занятия остается интерактивный пол.

Интерактивный стол прекрасно заменяет работу с карточками и подобными визуальными образами в процессе психокоррекции детей с РАС. Наш опыт показывает, что ребенок с большим удовольствием взаимодействует с сюжетными заданиями интерактивного стола, нежели с традиционными карточками. Это повышает его вовлеченность в процесс обучения и следовательно, получаемые результаты обучения. Такая же ситуация наблюдается при использовании в процессе психокоррекционных занятий teach touch панели. Интерактивное оборудование может предложить ребенку самую разнообразную деятельность - от складывания пазла и собирания предметов в корзинку, до рисования и прохождения лабиринта. Такого разнообразия и погружения в процесс традиционные дидактические материалы предложить не могут.

Программа психокоррекционных занятий

№ занятия	Цель занятия	Тема занятия	Применяемое интерактивное оборудование и программное обеспечение
1	Психокоррекция эмоционального напряжения.	«Чистое небо»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты
2	Формирование навыков	«Волны и рыбки»	Интерактивный пол, оборудование

	релаксации.		сенсорной комнаты
3	Психокоррекция тревожности.	«Волшебный бассейн»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты
4	Развитие восприятия.	«Найди и угадай»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты
5	Развитие зрительно-моторной координации и внимания.	«Кто быстрее?»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты
6	Развитие воображения и зрительно-моторной координации.	«Космическое приключение»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты
7	Развитие мышления и закрепление представления о сенсорных эталонах (основные цвета)	«Исследователи»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты
8	Закрепление полученных психологических эффектов	«Путешествие на планету Воображариум»	Интерактивный пол, оборудование сенсорной комнаты

Литература.

1. Башина В.М. Аутизм в детстве. М. 1999.
2. Башина В.М. др. Организация специализированной помощи при раннем детском аутизме. М., 1989.
3. Гилберг К., Питерс Т. Аутизм: медицинские и педагогические аспекты. СПб., 1998.
4. Дети с нарушениями общения. Ранний детский аутизм. /Под ред. Лебединской К.С. и др. М., 1989.
5. Детский аутизм: Хрестоматия / Сост. Л.М. Шипицына, СПб., 1997.
6. Иванов Е.С. и др. Детский аутизм: диагностика и коррекция. СПб., 2004.
7. Мамайчук И.И. Помощь психолога детям с аутизмом. СПб., 2007
8. Никольская О.С. Психолого-педагогическая коррекция раннего детского аутизма. Ранний детский аутизм. М., 1981.
9. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок (пути помощи) М., 1997.
10. Питерс Т. Аутизм – от теоретического понимания к педагогическому воздействию. СПб., 2002.

План-конспект индивидуального занятия педагога-психолога

Цель занятия: нормализация эмоционального состояния ребенка с расстройствами аутистического спектра

Тема занятия: «Путешествие на планету Воображариум»

Задачи занятия:

1. Снятие психоэмоционального напряжения.
2. Формирование навыков релаксации.
3. Снятие тревожности.
4. Развитие восприятия, внимания, воображения, мышления.
5. Закрепление представлений о сенсорных эталонах (основные цвета).
6. Развитие зрительно-моторной координации.

Целевая аудитория: ребенок, осваивающий адаптированную основную общеобразовательную программу начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3).

Место проведения занятия: темная сенсорная комната.

Ход занятия

Задача	Содержание деятельности психолога	Оборудование, дидактический материал
Организация внимания ребенка, формирование установки на занятие	Здравствуй, Андрей. Мы полетим на волшебную планету на космическом корабле. Там нам будет очень интересно. Психолог проводит ребенка через сухой душ в сенсорную комнату.	Сухой душ
Развитие внимания, мышления, воображения.	Занимай кресло пилота, усаживайся поудобнее. Проверяй все кнопки, устанавливай направление движения на планету Воображариум. Включай зажигание. Вперед!	Панно «Вселенная», кресло трансформер

	Отрываемся от Земли, проходим атмосферу, вылетаем в космос. Ах, какое огромное и яркое Солнце! Сколько Звезд!	музыкальное сопровождение
Развитие воображения, внимания, мышления. Снятие напряжения. Закрепление представлений о сенсорных эталонах (цвет).	Итак, мы на планете «Воображариум». Это очень добрая и безопасная планета. Здесь нет ни малейшего повода для тревоги. Давай посмотрим, что здесь есть такого интересного? Смотри, какое чудо! Как ты думаешь, что это? Что это за волшебные пузыри? Приложи руки к нему. Чувствуешь, как он интересно вибрирует? Его можно послушать, и он что-нибудь тебе расскажет. Приложи к нему ухо и послушай... Что он тебе говорит? Смотри, он меняет цвета. Какие цвета здесь есть? Скажи мне. Это волшебный столб хорошего настроения! Приложи к нему руки и представь, как вместе с этими пузырьками улетают от тебя все твои тревоги и переживания. У тебя остается только радость и хорошее настроение. Чувствуешь?	Пузырьковая колонна
Развитие внимания, мышления, воображения.	Смотри, здесь какая-то волшебная вещь! Что же это такое? Она светится и переливается! (Ребенок придумывает, что это.) А внутри у него пространство, туда можно попасть. (Ребенок проходит	Детское игровое панно «Светящиеся нити».

	внутри). Посмотри наверх, что там? Что ты там видишь? (Там расположено зеркало, ребенок видит себя.) Узнаешь себя? Молодец!	
Развитие внимания. Закрепление представлений о сенсорных эталонах (цвет)	Похоже мы попали в Волшебный лес, там цветы растут! Смотри, какие они красивые! Они меняют цвета! Какие цвета там есть? Что ты заметил? (Ребенок называет цвета)	Настенные светильники «Цветы»
Развитие внимания, мышления, воображения. Снятие напряжения.	Смотри скорее! Какое огромное волшебное дерево! Это дерево радости и счастья! Собирай все его росточки. Набери с собой радости и счастья так, чтобы можно было принести его с собой и поделиться с мамой и друзьями!	Панель «Разноцветная гроза»
Развитие внимания, мышления, воображения.	Хорошо. Мы набрали с собой счастья и радости. Пойдем дальше. Что это там зажглось такое интересное? Это же шатер доброй волшебницы! Зайди туда, там можно загадать желание! Задумай что-нибудь доброе и оно обязательно сбудется.	Настенное звездное небо, светящийся ковер, шатер
Развитие воображения, внимания, мышления. Снятие напряжения. Закрепление представлений об основных цветах. Закрепление навыков прямого порядкового счета.	Посмотри сюда, да здесь же волшебные рыбки! Сколько их? Сосчитай! (ребенок считает). А какого они цвета? (Называет цвета). Выбери себе одну рыбку, самую красивую и давай ее назовем. Какое имя ты ей дашь? (Ребенок придумывает имя). Теперь у тебя на этой планете есть	Пузырьковая колонна с рыбками

	друг! Волшебная рыбка! Ты всегда можешь прийти к ней и поговорить.	
Развитие воображения, мышления, внимания. Снятие напряжения, снятие тревожности.	Смотри, что мы с тобой нашли! Это же волшебный океан! Давай отправимся в путешествие по воде и посмотрим, что там интересного для нас есть? Но для путешествия по воде, нам нужен корабль (в качестве корабля используется пуф-кресло). Вот и корабль для тебя! Скажи, а какой у тебя корабль? Большой или маленький? Какого он цвета? А как он называется? А название как на нем написано? Крупно и четко? Или мелко и аккуратно? А какая погода сейчас на море? Есть солнце или все небо в тучах? А ты один на корабле или возьмешь кого-то с собой в свою команду? А кого ты возьмешь? А кто из них будет старшим помощником у тебя на корабле? Хорошо. Давай запасемся провизией. Что ты возьмешь с собой в дорогу? Обрати внимание, солнце вышло. Вода спокойная и гладкая! Рыбы плавают, а вон и дельфины хотят с тобой поиграть. Ты в безопасности. Здесь все для тебя. И ничто не может тебе навредить. Здесь только хорошее настроение и радость. Согласен? Ты	Интерактивный пол (программа «Волны и рыбы»), пуфик-кресло с гранулами

	чувствуешь себя хорошо? Отлично! Тогда вперед! К приключениям! Поплыли! Плыдем по волнам. Играем с рыбами. Берем бинокль. Смотри, что-то там виднеется! Смотри внимательно, на горизонте! Это какой-то остров!	
Развитие воображения, внимания, мышления. Развитие зрительно-моторной координации.	Это же остров Смешариков! Давай ка их навестим! Хочешь к ним в гости? Как их много здесь! Смотри, чей это дом на поляне? А как их зовут? А еще? Давай угостим их чем-нибудь вкусным из наших запасов. Они очень рады, что ты к ним заехал! Смотри, как они бегают! Побегай, поиграй с ними, они тебя зовут! Молодец! И угостил смешариков и поиграл с ними, плывем дальше! На встречу приключениям!	Интерактивный пол (программа «Смешарики»)
Развитие воображения	И вот мы снова в море! Погода хорошая! Солнце светит! Настроение у нас прекрасное! Посмотри в бинокль, что мы там увидим? Остров? Еще один остров? Какой? Это же остров Винни-Пуха! Заглянем к нему? У него, говорят, очень вкусный мед и он всегда угощает гостей! Вперед! Ты знаешь, мы конечно же можем посетить этот остров, но есть одно препятствие... Чтобы посетить остров Винни-Пуха необходимо выполнить одно задание...	Интерактивный пол (программа «Волны и рыбы»), пуфик-кресло с гранулами

	Ты готов его выполнить? Сможешь?	
Развитие воображения, внимания, мышления. Развитие зрительно-моторной координации. Закрепление представлений о сенсорных эталонах (цвет).	Задание здесь такое. Нужно выбрать подходящую по цвету и форме геометрическую фигуру. Прыгнуть на нее. И если ты угадал, то получишь одно очко. У тебя есть минута на это задание. Справишься и тогда откроется вход на остров Винни-Пуха! Начинаем! Ты справился! Все очень хорошо сделал! Молодец! Вперед к Винни-Пуху!	Интерактивный пол (программа «Цвета и фигуры»)
Развитие воображения, внимания, мышления. Развитие зрительно-моторной координации.	Смотри, кто там? Это Винни, а это кто? Тигра, правильно! А рядом с ним кто? Как его зовут? И еще? Молодец! Смотри сколько меда у Винни. Давай-ка полакомимся. Он угощает нас! Поиграй с Пухом, побегай. Пух и его друзья очень любят играть! (Ребенок играет с фигурками).	Интерактивный пол (программа «Винни Пух»)
Развитие воображения, мышления. Коррекция и закрепление позитивного психоэмоционального состояния.	Пوماши рукой Винни и его друзьям. Спасибо за угощение. Плыдем дальше! Проверь, все ли в порядке у тебя на корабле? Какая погода? Солнце ярко светит? Берем бинокль и посмотрим вокруг. Что еще интересного есть? Смотри! Я вижу остров русалочки! Но там что-то происходит! Там пираты! Что будем делать? Давай решать! Мы спасем остров от пиратов? (Ребенок отвечает). А ты смелый! Хорошо. Давай двинемся туда!	Интерактивный пол (программа «Волны и рыбы»), пуфик-кресло с гранулами

	Обязательно спасем русалочек! Знаешь, чтобы освободить остров от пиратов тебе надо выполнить задание и если ты с ним справишься, то пираты уйдут.	
Развитие мышления, внимания. Развитие зрительно-моторной координации. Закрепление понятий «больше»-«меньше». Закрепление навыков сравнения предметов по величине.	Задание такое. Тебе надо сравнить зверей и быстро определиться, какое из них больше, а какое меньше. И прыгнуть на то, которое больше. При правильном ответе, ты получаешь очко. Готов? Вперед! Молодец! Ты справился с заданием! Ты всех победил! Высаживаемся на остров и прогоняем с него оставшихся пиратов!	Интерактивный пол (программа «Сравнение зверей»)
Развитие воображения. Развитие зрительно-моторной координации.	Вот тебе волшебный меч (свернутый лист бумаги). Прогони всех пиратов с острова. (Ребенок прогоняет воображаемых пиратов). Ты всех пиратов разогнал! Теперь они сюда больше не сунутся. И ты можешь спокойно поиграть с рыбками и русалочками, которые тебе очень благодарны за свое освобождение. Пора возвращаться на корабль. Ты молодец! И Смешарики посетил, и остров Винни –Пуха. Русалочку от пиратов спас и задания все выполнил. Умница! После таких приключений надо немного отдохнуть и перевести дух.. Здесь на планете «Воображариум» есть одно очень секретное место,	Интерактивный пол (программа «Русалочка»)

	волшебный бассейн расслабления. Он открывается только героям. Отправимся туда? Чтобы туда открылся проход для нас, надо выполнить задание. Готов?	
Развитие внимание, мышления. Развитие зрительно-моторной координации. Закрепление навыков чтения.	В этом задании надо правильно выбрать название нарисованного животного. Затем, прыгнуть на выбранное слово. Если ответ определен правильно, то ты получаешь одно очко. Как только задание будет выполнено, откроется проход к волшебному бассейну. Задание выполнено!	Интерактивный пол (программа «Слова»)
Снятие напряжения. Тренировка навыков релаксации.	А вот и он! Волшебный бассейн. Ложись в бассейн и вытяни ноги. Постарайся расслабиться и ни о чем не думать. А сейчас напряги правую ногу и расслабь ее. Напряги левую ногу и расслабь ее. Теперь напряги правую руку, зажми кулак и потом полностью расслабь свою руку. Теперь левую руку также и расслабь ее. Теперь напряги все свое тело на 5 секунд и затем полностью расслабься. Чувствуешь, как приятное тепло пошло по всему твоему телу? Сделай глубокий вдох и медленный выдох, еще, и еще. Молодец. Просто полежи в этом состоянии. Отлично. Теперь нам пора возвращаться на нашу планету Земля. Все уже	Сухой бассейн

	тебя заждались в классе.	
Развитие воображения.	Садимся в кресло пилота космолета. Проверяем все кнопки на панели управления, устраиваемся поудобнее, настраиваем курс на планету «Земля», включаем зажигание. Полетели домой! И вот уже Луна показалась, Земля! Подлетаем к нашему городу Санкт-Петербург, вот уже и крыша школы. Садимся. Вот мы и дома!	Панно «Вселенная», кресло трансформер
Закрепление пройденного материала.	Ну что же, вот мы и добрались. Ты молодец! Все задания выполнил на отлично! Скажи, кого ты встретил в путешествии? (Ребенок перечисляет) А еще? А что там происходило? Ты набрал с собой много радости и счастья с волшебного дерева? Хорошо. А какие цвета там были? А чему ты научился в волшебном бассейне? Молодец, теперь ты всегда сможешь расслабиться, когда захочешь набраться сил. Как ты себя чувствуешь сейчас? Какое у тебя настроение? Отлично. До скорых встреч, Андрей.	

Материально-техническое оснащение занятия

- Панно «Звездное небо» (световое изображение космоса)



- Настенные светильники «Цветы».



- Пуфик-кресло с гранулами.



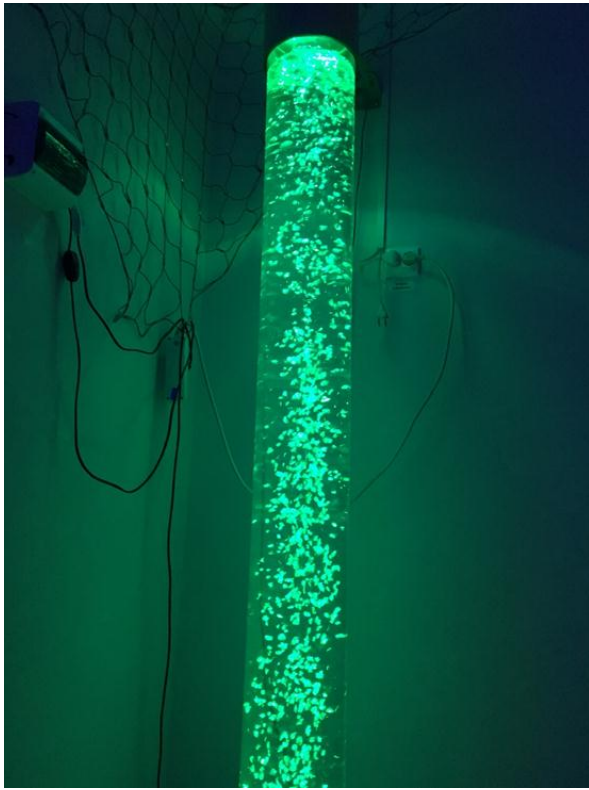
- Магнитофон, флэш карта с музыкальными произведениями.



- Детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной и рыбками



- Колонна пузырьковая четырехцветная с нижней и верхней подсветкой, с пультом дистанционного управления и мягкой платформой



- сухой бассейн



- Звездная сеть с контроллером, шатер



- складное кресло «Трансформер»



- Детский игровой сухой душ



- Детское игровое панно «Светящиеся нити»



- Ковер «Звездное небо»



- Панель «Разноцветная гроза»



- Интерактивный пол

