



# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Возможности: современные подходы и технологии  
реабилитации и развития детей



СЧАСТЬЕ ЖИТЬ

[WWW.HAPPY59.COM](http://WWW.HAPPY59.COM)

*«В любых делах, при максимуме сложностей,  
Подход к проблеме все-таки один:  
Желание – это множество возможностей,  
А нежелание – множество причин»*

**© Эдуард Асадов**



Пермская краевая Общественная организация  
защиты прав детей-инвалидов и их семей  
«Счастье жить» [www.happy59.com](http://www.happy59.com)

Сборник выпущен в рамках Проекта «Первая помощь» и содержит 42 технологии, описанные в системе автоматизированного построения ответа (САПО), размещенной на сайте [www.help.happy59.com](http://www.help.happy59.com)



# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

**Возможности: современные подходы и технологии  
реабилитации и развития детей**

ПЕРМЬ 2020 г.

**УДК 376**

**ББК Ч45**

**С 23**

**С 23** Первая помощь. Возможности: современные подходы и технологии реабилитации и развития детей/сост. А.Г. Гилева, Е.А. Кобыляковская; ред. кол.: вып. ред. А.Г. Гилева; науч. ред. В.В. Коробкова, А.И. Санникова; Общественная организация «Счастье жить», – Пермь: 2020. – 200 с.

**ISBN 978-5-9906935-6-2**

**УДК 376**

**ББК Ч45**

Редакционная коллегия:

научные редакторы:

**В.В. Коробкова** – канд.пед.наук, доцент, декан факультета правового и социально-педагогического образования ФГБОУ ВО «ПГГПУ», г. Пермь,

**А.И. Санникова** – доктор пед.наук, профессор кафедры социальной педагогики ФГБОУ ВО «ПГГПУ», г. Пермь

выпускающий редактор **А.Г. Гилева**

*Сборник содержит описание некоторых проверенных временем и современных, инновационных методик реабилитации детей. Данные технологии представляют различные области науки и практики – физиотерапию, медицину, психологию, коррекционную педагогику. Рассмотрены технологии физической реабилитации, физиотерапевтические, психологические методы (в том числе требующие применения специального оборудования), методики альтернативной коммуникации. Описание методик и технологий, включенных в сборник, содержит понятие о них, преимущества использования, показания и противопоказания, условия проведения, результаты применения.*

*Предназначено для родителей детей с особенностями развития и детей-инвалидов. Также может быть полезно психологам, педагогам, социальным работникам и другим специалистам, осуществляющим работу с данной целевой группой.*

**Сборник распространяется бесплатно.**

По вопросам получения сборника необходимо обратиться в Общественную организацию «Счастье жить» по тел. 8-922-38-29-029, e-mail: happiness.to.live@mail.ru или скачать электронную версию на сайте [www.happy59.com](http://www.happy59.com) Издается по решению кафедры социальной педагогики Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета

**ISBN 978-5-9906935-6-2**

© Общественная организация «Счастье жить», А.Г. Гилёва, руководство, 2020

© Кицунэ Миято (А.А. Бородулина), иллюстрации, 2020

© А.Г. Гилева, Е.А. Кобыляковская, составление, 2020

© ФГБОУ ВО «ПГГПУ», 2020

# СОДЕРЖАНИЕ

## Методики физической реабилитации

Эрготерапия.....	11
Остеопатия.....	17
Суставная гимнастика.....	20
Аэройога (антигравити).....	23
Тейпирование.....	26
Адели.....	30
Позиционирование.....	34
Бобат-терапия.....	37
Войта-терапия.....	41
Стабилоплатформа.....	45
Подвесная система.....	49
Локомат.....	52

## Физиотерапевтическая и психологическая реабилитация с использованием специального оборудования

Кислородотерапия (баротерапия).....	57
Гидрореабилитация (гидромассаж).....	60
Грязелечение.....	65
Спелеотерапия и галотерапия.....	68
Светолечение (фототерапия), лазерная терапия.....	72
БОС (биологическая обратная связь).....	75
Томатис.....	78
БАК (биоакустическая коррекция).....	83
Нейроакустическая стимуляция «In time».....	87
Зондовый массаж.....	90
Сенсорная интеграция.....	93
Сенсорная комната.....	98

Янтарная комната.....	103
Мозжечковая стимуляция.....	107

**Альтернативная коммуникация,  
коррекция поведения, познавательного развития**

ПЕКС (PECS).....	113
Макатон.....	119
Жестовый язык.....	125
АВА-терапия.....	128
Монтессори.....	134
Нумикон.....	140
Фобрейн.....	145
Кубики Зайцева.....	148

**Арт-технологии**

Изотерапия.....	155
Сказкотерапия.....	158
Песочная терапия.....	160
Музыкотерапия.....	164
Агротерапия.....	167

**Методы анималотерапии**

Дельфинотерапия.....	171
Иппотерапия.....	176
Канис-терапия.....	183
<b>Список литературы.....</b>	<b>189</b>

## **Уважаемые родители!**



*Я – обычная мама замечательной Танечки. При всех сложностях счастлива, что она жива. Все не просто, но важно научиться жить с новыми обстоятельствами, научиться радоваться каждому маленькому умению и улыбке без боли.*

*Силами и по инициативе родителей детей-инвалидов Пермского края, чьи желания, мысли и действия направлены на оздоровление, реабилитацию и социализацию ребенка в 2013 году была создана Общественная организация «Счастье жить». Столкнувшись с одинаковыми проблемами, мы объединились для их решения.*

*Главная наша совместная задача – помочь сделать жизнь наших детей яркой, полноценной и счастливой!*

*Каждый родитель ребенка с инвалидностью – наш эксперт. Получая вопросы, предложения, проблемы и находя решения в поставленных задачах, команда «Счастье жить» ежечасно, ежедневно и ежегодно стремится к улучшению качества жизни каждого ребенка.*

*Так, данный сборник поможет Вам, если есть вопросы: Как? Что? Где? и Каким образом? – можно улучшить эмоциональное и физическое состояние ребенка. Решите их вместе с этим сборником и системой автоматического построения ответа (САПО), размещенной на сайте [www.help.happy59.com](http://www.help.happy59.com)*

**С пожеланиями добра и счастья,**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Анастасия Гилёва'. The signature is stylized and fluid.

**Анастасия Гилёва**





Суставная гимнастика



Тейпирование



Бобат-терапия



Позиционирование  
Адели



# МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Остеопатия



Эрготерапия



Аэройога

Войта-терапия







## Как работает эрготерапия ?

Повседневная деятельность человека есть результат эволюции и развития с возрастом его позы, движений, интеллекта. Наша деятельность сложная и отличается от деятельности животных. Чем здоровее и активнее человек, тем больше видов деятельности ему доступны. Взрослый человек может осуществить сотни видов деятельности, он умывается, одевается, обувается, готовит еду и ест, используя различные приборы, рисует, пишет, чинит, водит машину, использует телефон и т.д. Вся эта деятельность развивается у нас постепенно с детства и единожды появившись, помогает поддерживать и тренировать позу, движения, речь, мышление, внимание и т.п. Та же деятельность может быть использована в реабилитации и абилитации. И достаточно часто, она будет эффективней упражнений по сгибанию и разгибанию ног и рук или заучиванию названий предметов, потому что все, что имеет для нас смысл запоминается быстрее и легче. К тому же, имея какой-то навык деятельности (например, прием пищи ложкой), мы выполняем его по нескольку раз в день, не задумываясь о том, что тренируем хват рукой и концентрацию внимания на тарелке. А значит, эта тренировка будет выполнена, в отличие от скучных заданий, полученных от дефектолога или врача лечебной физкультуры. Еще одна польза от повседневной деятельности в том, что она постепенно складывается в рутину, т.е. некий обычный и постоянный набор активностей. Именно эти рутины помогают нам поддерживать чувство времени и места, отличать утро от дня, рабочие дни от выходных. Рутины снижают ощущение стресса и тревоги, дают ощущение контроля ситуации и самоконтроля, а это необходимая часть любого процесса абилитации и реабилитации. Но, самая главная задача эрготерапевта это не тренировка силы, сгибания или концентрации внимания. Самое важное это – научить ребенка с ограничениями здоровья быть максимально самостоятельным в обычной жизни, дать ему те навыки, которые обычно

дети осваивают сами, наблюдая за другими, методом проб и ошибок. Какие это могут быть действия?

- прием пищи
- контролирование функций мочевого пузыря и кишечника

- посещение туалета
- прием ванны/душа
- перемещение при выполнении обычных дел
- личная гигиена
- уход за собой (причесывание, макияж, уход за ногтями)
- уход за вспомогательными приспособлениями
- сексуальная активность
- сон/отдых
- забота о других людях
- забота о животных
- использование коммуникативных приспособлений
- использование транспорта
- использование денег
- забота о здоровье
- приготовление пищи
- уборка
- покупки
- забота о своей безопасности
- игры
- обучение
- хобби и т.п.

Таким образом, эрготерапевты восстанавливают способность выполнять повседневные задачи и не работают над «мелкой моторикой», сгибанием в суставе и когнитивными функциями.

### **Кому помогает эрготерапия?**

Эрготерапия нужна любому ребенку, у которого в силу проблем со здоровьем не получается самостоятельно развить нужные повседневные навыки. Восстанавливая или развивая необходимые виды деятельности эрготерапевт, ориентируется не на диагноз, а на потребности, возмож-

ности и ограничения деятельности ребенка и потребности семьи.

### **Как проводится эрготерапия?**

Сначала эрготерапевт оценивает деятельность ребенка. Он может наблюдать естественное поведение ребенка, как и во что он играет, одевается, решает жизненные задачи. Также, эрготерапевт может предложить ребенку какую-то игру или деятельность для диагностики. Эрготерапевты проводят интервью по специальной методике оценки деятельности (СОРМ) с родителями или родителями и ребенком, чтобы выявить наиболее важные и первоочередные проблемы с деятельностью. Это необходимо для того, чтобы семья и эрготерапевт вместе поставили цели и задачи реабилитации. Эрготерапевты не ставят цели реабилитации декларативно, не навязывают их семье, не определяют «что будет лучше», цель реабилитации должна быть поставлена при участии семьи, а отношения между эрготерапевтом, ребенком и родителями могут быть только партнерскими. После того, как цели и задачи определены эрготерапевт принимает решение, каким образом можно развить или восстановить деятельность. Можно ли ее потренировать в игре или при выполнении нужного действия обычным способом, или придется подобрать ортезы и адаптивные устройства. Или переделать привычный сценарий задачи, чтобы результат достигался не привычным образом. Эрготерапевт обязательно выяснит, какие условия окружения ребенка (предметы, мебель, планировка, шумы, освещение, люди и т.п.) будут помогать или мешать выполнять действия. Возможно, ребенка придется посадить на специальный стул для более устойчивой и продуктивной позы и это даст больше свободы рукам. Возможно, придется поставить ширму и повесить плотную штору, чтобы ребенку было проще сохранять внимание при выполнении задачи. Возможно, иначе расположить вокруг ребенка предметы, чтобы эго деятельность была более продуктивной. В любом случае, в процессе эрготерапии будут использованы есте-

ственные виды активностей, и они будут тренироваться в естественной среде или в максимально приближенной к естественной, чтобы навык мог быть легко повторен дома и для себя. Эрготерапевты не используют эргопанели (бизборды) и прочие тренажеры, не используют бесцельные движения и различные имитаторы. Эрготерапевт будет восстанавливать только ту деятельность, которая, нужна и важна ребенку и является для него естественной (с учетом возраста, интересов, культурных особенностей и т.п.)

### **Как участвуют в процессе эрготерапии родители?**

Без участия родителей никакая абилитация и реабилитация ребенка не будет эффективной. Ребенок растет, развивается, учится и постоянно изменяется дома, 24 часа в сутки, круглый год. Никакой реабилитационный центр не может стать такой динамичной, понимающей потребности и направляющей развитие ребенка средой. Задача эрготерапевта научить родителей необходимо постоянно наблюдать за деятельностью ребенка и поддерживать ее в безопасном и развивающем коридоре. Исключительно важно, чтобы родители поддерживали интерес к различным бытовым и игровым активностям, стимулировали интерес к новым и сложным видам деятельности. Не предлагали заведомо невыполнимые варианты, чтобы не вызвать чувство выученной беспомощности, но при этом не предлагали и очень простую деятельность. Такой баланс необходим, чтобы не снижать ребенку самооценку и не развить пассивную стратегию жизни. Очень важно, чтобы родители терпеливо давали ребенку возможность максимально участвовать в активностях несмотря на то, что они выполняются медленно и неловко. Например, не торопили ребенка в процессе одевания. Со временем ребенок сможет освоить эти виды деятельности и будет выполнять их лучше и быстрее. Также, в процессе роста ребенка родителям будет нужно изменять под его потребности окружающую среду – изменять высоту стула и стола, вес и размеры технических средств реабилитации для ребенка с двигательными нару-

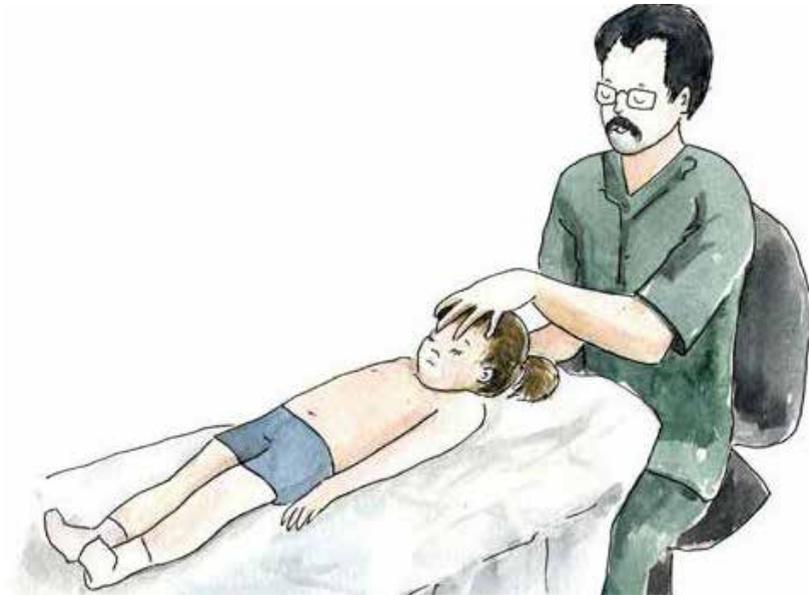
шениями. Или изменять дневные сценарии задач и число раздражителей для ребенка с ментальными проблемами и т.п. Вариантов организации поддерживающей и развивающей среды дома множество и все они будут возможны только при участии и понимании родителей.

### **Результаты эрготерапии?**

В результате качественно проведенного вмешательства эрготерапевта, улучшается повседневная жизнь семьи и ребенка. В зависимости от состояния, особенностей и потребностей ребенка и семьи, результатом может быть самостоятельное посещение туалета, прием пищи, изготовление бутерброда, надевание футболки. Или использование коммуникатора для общения с родителями, умение играть в определенные игры лежа в кровати или сидя в коляске и т.п. Также, в повседневной жизни ребенка могут появиться ортезы или технические средства реабилитации, поручни, подъемники, захваты и прочие устройства, при помощи которых ребенку будет проще справляться с обычными житейскими делами. А когда ребенок делает это сам, безопасно и с удовольствием, жизнь всей семьи становится лучше.

© Мальцева Мария Николаевна

## 2. ОСТЕОПАТИЯ



### **Что такое остеопатия?**

Остеопатия – это наука о лечении человека с помощью мягкого воздействия рук. От массажа она отличается совершенно другим, более глубоким и комплексным подходом. С ее помощью можно успешно лечить не только повышенный тонус и проблемы развития детей, но и справиться с последствиями родовой травмы, болями в спине и даже с легким формами ДЦП.

Наука эта в России появилась совсем недавно, поэтому отношение к ней осторожное. Официально она разрешена Минздравом к применению врачами как метод и быстро набирает успех среди пациентов – в первую очередь из-за своей безопасности и эффективности.

### **Как Это работает?**

Лечебный эффект остеопатии основывается на гармонизации и механической балансировке организма. Подобно тому, как автомеханик подкручивает разболтанные гайки

у машины, остеопат поправляет кости, мышцы и суставы, возвращая нормальную подвижность всем органам.

После того, как обнаружены и устранены все механические препятствия, улучшается кровоток в больном органе, его мобильность, проходит напряжение и нормализуется тонус. Дальше вмешательство врача не требуется – организм продолжает излечение сам. Поэтому говорят, что остеопатия запускает механизм саморегуляции организма.

Поскольку все в теле человека взаимосвязано, повреждение одного органа часто вызывает болезнь другого. Поэтому остеопат может воздействовать на один участок тела, а получать эффект на другом. Единый целостный подход к организму – еще одна особенность остеопатии.

Для лечения остеопаты используют специально разработанные приемы, которые настолько мягки, что подходят даже для новорожденных младенцев – этим она отличается от грубой мануальной терапии. Эффективность этих техник основана на большой точности движений и под силу только высококвалифицированным специалистам, которые годами тренировали чувствительность рук.

### **Что лечит остеопатия?**

В лечении остеопат не руководствуется диагнозами, а полностью опирается на ощущение собственных рук. Поэтому прийти на сеанс можно с любыми проблемами (разумеется, кроме тех, которые требуют срочно ложиться в больницу). Вот только небольшой перечень болезней, касающийся детей:

- последствия родовой травмы;
- перинатальная энцефалопатия (ПЭП), минимальная мозговая дисфункция;
- гипертензионно-гидроцефальный синдром;
- гипертонус и проявления ДЦП;
- задержка развития;
- гиперактивность;
- трудности с обучением в школе;
- нарушение осанки, сколиоз, плоскостопие;

- косоглазие;
- частые ОРЗ, бронхиты, отиты;
- слабый иммунитет.

Это далеко не полный перечень проблем, с которыми можно получить облегчение у остеопата. Чтобы разобраться в каждом конкретном случае необходимо прийти на прием – по телефону доктор не сможет дать никаких советов, поскольку вся диагностика в остеопатии проводится руками.

### **С чем не следует ходить к остеопату**

Несмотря на широкие возможности, остеопатия лечит не все болезни. Точнее сказать, эффективность академического «больничного» подхода в некоторых случаях оказывается выше.

Во-первых, это все острые инфекционные заболевания с высокой температурой, такие как грипп, ОРВИ, пищевое отравление, менингит и прочее. Зато последствия менингита или ребенок с частыми ОРВИ – случаи очень даже остеопатические.

Во-вторых – свежие травмы, переломы, вывихи кровотечения, которые надо снимать на рентген, бинтовать, гипсовать или зашивать. Остеопат этим не занимается, но вот прием ребенка уже загипсованного, чтобы ускорить заживление – с этим можно обратиться к остеопату.

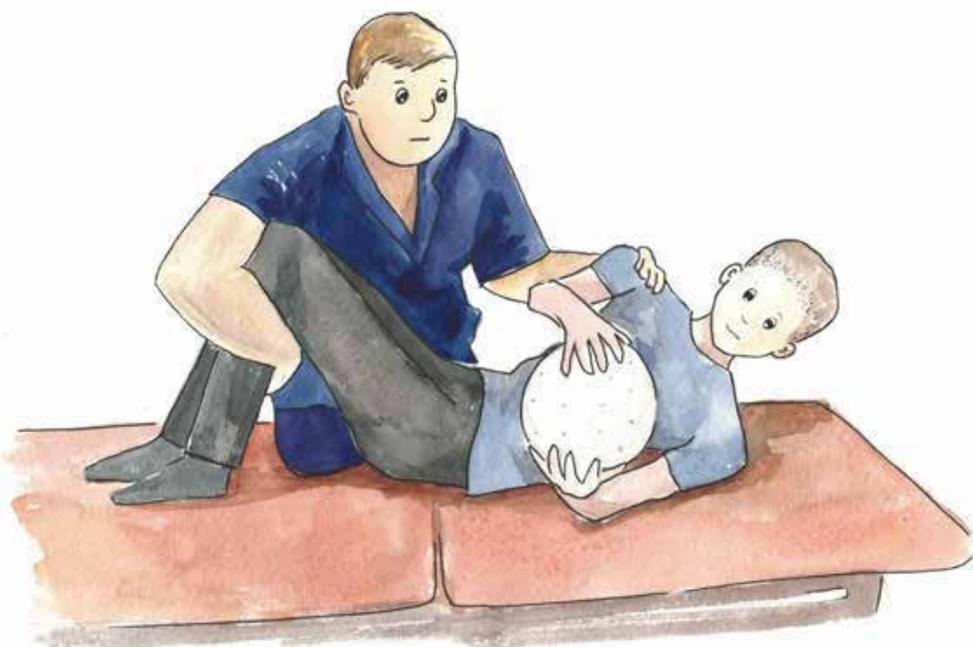
Категорически противопоказана остеопатия при злокачественных опухолях, к сожалению, такие болезни встречаются и у детей.

### **Когда можно начинать лечение?**

Лечить детишек у остеопата можно начиная с рождения. Ждать появления болезни не надо: значительное количество детей рождаются с родовой травмой разной степени, которая проявляется не сразу. Может пройти месяц, а может и год, прежде чем нарушение даст о себе знать.

Чем раньше начать, тем больших результатов можно добиться. После лечения у малышек проходят колики, становится спокойным сон, проходит гипертонус. Дети быстрее развиваются и лучше растут.

### 3. СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА



#### **Что Это такое?**

Суставная гимнастика это набор определенных движений, упражнений, способствующих разработке мышц и суставов. Эти упражнения делают эластичными сухожилия и мышцы. Такая гимнастика не предусматривает сильных нагрузок, основной эффект достигается за счет систематичности занятий. Суставной гимнастикой могут заниматься как взрослые, так и дети.

#### **Преимущества суставной гимнастики**

- При выполнении упражнений задействуются все сухожилия, мышцы и суставы организма;
- Суставная гимнастика помогает телу стать выносливым и гибким. Комплекс упражнений его обеспечивает необходимой физической нагрузкой. Систематическое вы-

полнение упражнений дает возможность укрепить мышцы рук, ног, спины, живота. Упражнения регулируют деятельность щитовидной железы, положительно воздействуют на нервную систему;

- Суставная гимнастика является хорошим профилактическим средством от различных заболеваний.

### **Как проходят занятия с детьми?**

Суставную гимнастику в работе с детьми можно рассматривать как вид лечебной физкультуры, проводимый с целью профилактики и лечения заболеваний опорно-двигательной системы.

Она включает физические упражнения, подобранные в соответствии с особенностями заболевания, выполняемые в определенном темпе и в определенной последовательности. Эти упражнения оказывают многогранное воздействие.

Такая лечебная физкультура направлена на формирование у ребенка разных навыков за счет включения сохраненных механизмов. Главная роль принадлежит целенаправленной стимуляции движений ребенка, которые при многократном повторении оставляют в памяти более значительный след, чем пассивные движения.

### **Противопоказания**

Абсолютными противопоказаниями для занятий являются острые инфекционные и онкологические заболевания. Также нельзя выполнять упражнения при тяжелых поражениях нервной системы, нарушениях мозгового кровообращения, гипотонии, гипертонии и сердечной недостаточности. При эпилепсии и мочекаменной болезни следует проконсультироваться с врачом.

### **Результат**

Под влиянием физических упражнений происходят следующие положительные изменения:

- Активизируются дыхание, кровообращение, обмен веществ, повышается устойчивость организма к нагрузкам и неблагоприятным влияниям внешней среды;

- Расширяется запас двигательных умений и навыков;
- Увеличивается амплитуда движений;
- Развивается правильная осанка;
- Увеличивается подвижность суставов верхних и нижних конечностей;
- Развивается мелкая моторика;
- Укрепляется мышечный корсет.

## 4. АЭРОЙОГА (АНТИГРАВИТИ)



### Что такое аэройога?

Аэройога (антигравити, йога в гамаках) является разновидностью обычной йоги, только занятия проводятся не на твердой поверхности, а в воздухе, благодаря чему удается избавиться от множества болезней и нормализовать эмоциональное состояние.

Аэройога представляет собой сразу несколько направлений: гимнастику, классическую йогу и имитацию полета. Именно благодаря этому удается задействовать все органы и системы организма, а также улучшить самочувствие и снять последствия стрессов.

### Показания для занятий

Существуют определенные проблемы, которые можно решить или облегчить с помощью аэройоги:

- Реабилитация после болезней и травм;
- ДЦП;
- Бронхит и астма;

- Сахарный диабет;
- Плохое кровообращение;
- Бессонница, частые головные боли;
- Боли в спине (за исключением смещения межпозвоночных дисков).

### **Противопоказания**

Так как подобные занятия нередко предполагают нахождение в положении «вверх ногами», вследствие этого может значительно ухудшиться самочувствие, если есть определенные проблемы со здоровьем:

- Атеросклероз;
- Тромбоз мозга;
- Тромбофлебит;
- Смещение межпозвоночных дисков;
- Увеличение щитовидной железы;
- Ослабление стенок кровеносных сосудов глаз и носа;
- Полученная менее года назад черепно-мозговая травма;
- Гипертония.

### **Как Это работает?**

В аэройоге упражнения выполняются в специальных эластичных гамаках, подвешенных к потолку. Гамак обязательно сделан из прочной ткани и закрепляется на турниках.

Благодаря этой технике лучше тренируются глубокие мышцы и мышцы-стабилизаторы, так как во время занятий внимание уделяется еще и удержанию равновесия на весу.

Происходит мягкое воздействие на позвоночник и суставы, поскольку упражнения выполняются наиболее безопасно, без сдавливания позвонков.

При помощи гамака можно прорабатывать нужные мышцы, например, зафиксировав положение тела определенным образом.

Часть упражнений в гамаках выполняются с целью расслабления.

Упражнения-растяжки при помощи гамака особенно эффективны, и при этом также безопасны.

### **Результат:**

- Запускаются процессы обновления крови, улучшается кровообращение;

- Исчезает напряжение и болевые ощущения в пояснице;

- Удаётся избавиться от чувства зажатости и скованности в позвоночнике;

- Укрепляется сердечно-сосудистая и дыхательная системы;

- Повышается мышечный тонус;

- Благоприятное воздействие на нервную систему. Аэройога сегодня активно используется и как метод реабилитации для детей с особенностями в развитии, в частности, с ДЦП. Подобные занятия для данных детей полезны, в первую очередь, тем, что укрепляют вестибулярный аппарат ребенка, его физические возможности, тренируют психические процессы.

## 5. ТЕЙПИРОВАНИЕ



### Что такое тейпирование?

Кинезиологическое тейпирование – один из методов физической реабилитации и предназначен для восстановления функций организма. Методика была разработана в 70-х годах прошлого столетия. Технически она заключается в наложении тейпов (от английского *tape* – лента) на разные участки тела специальным образом.

Сегодня тейп изготавливается из хлопка с эластичными волокнами. При изготовлении тейпа учитываются некоторые характеристики кожи, поэтому тело реагирует на него положительно. Благодаря таким свойствам тейпированные мышцы могут работать более активно, без каких-либо ограничений, и при этом, не перегружаться.

Но при всей своей эффективности метод достаточно затратен для родителей, так как стоимость одного тейпа достигает 1000 руб., а сама услуга наклеивания стоит от 400 до 1200 руб.

### **Как Это работает?**

На пораженные участки тела наклеиваются тейпы с определенной силой натяжения и направлением. Сохранение движений обеспечивается высокой эластичностью лент, которые способны растягиваться на 30-40% от изначальной длины. Восстанавливающий эффект достигается за счет:

- «Разгрузки» мышцы – тейп берет часть нагрузки на себя, чем достигается эффект;
- Мягкой стабилизации мышечно-связочного аппарата;
- Приподнятия кожи над пораженным участком. Так уменьшается сила давления на болевые рецепторы, нормализуется крово- и лимфообращение. Как следствие – уменьшение отека и воспаления, расслабление мышц и восстановление двигательной функции;
- Изменения мышечного тонуса путем воздействия на нервные окончания внутренних органов, имеющих связь с мышцами;
- Восстановления микроциркуляции, что способствует ускорению рассасывания гематом и заживления ран.

Действие кинезиотейпа сохраняется круглосуточно в течение 5 дней и более, а «состав» позволяет его использовать, не снимая, даже в ванной и бассейне. Обязательным условием лечения является постановка и снятие тейпов специалистом. В настоящее время кинезиотейпирование может проводиться двумя способами в зависимости от предназначения:

- Для релаксации или тонизирования мышц;
- Для коррекции – при различных изменениях в мышечно-связочном аппарате, микроциркуляции и лимфооттоке.

## **В каких случаях Это применяется?**

Кинезиологическое тейпирование активно используется в педиатрии:

- При нарушении двигательных функций;
- Для облегчения движений конечностей;
- При нарушениях осанки, включая начальные стадии сколиоза, а также остехондроз, остеоартроз;
- При болезнях суставов – артрозы, артриты, периартриты;
- Для расслабляющего действия на мышцы, либо с целью придавать мышцам тонус;
- Для улучшения лимфотока и микроциркуляции крови;
- Для стимулирования речевых рецепторов (при использовании тейпа в зоне речи).

## **Противопоказания**

Несмотря на высокую эффективность метода, существует ряд ограничений для применения кинезиотейпов. К ним относятся:

- Наличие открытых ран;
  - Тромбоз глубоких вен на нижних конечностях;
  - Раковые заболевания;
  - Сердечная и почечная недостаточность;
  - Отечность и повышенная температура организма, которая еще не прошла после острой фазы;
  - Сахарный диабет, при котором использование тейпа возможно, но требует дополнительной консультации с эндокринологом;
  - Заболевания вследствие невыясненной причины или еще не подтвержденные, во избежание последующих осложнений;
  - Индивидуальная непереносимость.
- Поскольку цель терапии – не стеснять движения, а наоборот, обеспечить физиологическое движение суставов и мышц, активизируя процессы контроля за движением, тейпирование используется как один из методов реабилитации при ДЦП.

## **Результат**

- Улучшение функционирования мышц посредством ре-гуляции их тонуса;
- Сокращение симптомов мышечной болезненности;
- Увеличение выносливости мышц во время продолжительной нагрузки;
- Улучшение функционирования суставов;
- Уменьшение застойных процессов, отеков;
- Улучшение кровообращения;
- Уменьшение боли;
- Ускорение заживления ран.
- Для детей кинезиологическое тейпирование используется как вспомогательная терапия.

## 6. АДЕЛИ



### Что такое «Адели»?

«Адели» – лечебный нагрузочный костюм. Это современное эффективное средство реабилитации для пациентов с двигательными нарушениями в результате детского церебрального паралича, черепно-мозговых травм.

### Как это работает?

В основе метода «Адели» лежит воздействие на пораженные двигательные центры головного мозга с целью восстановления его нарушенных функций. Достигается это посредством применения лечебного костюма.

Конструкция костюма «Адели» дает возможность осуществлять активное воздействие на организм. Он, в частности, позволяет:

- Скорректировать позу и положение частей тела относительно друг друга, сохраняя при этом двигательную активность;

- Создать продольную осевую нагрузку на костно-опорный аппарат больного, включая плечевой пояс, позвоночник и нижние конечности;
- Затруднить или облегчить отдельные виды движения;
- Создать эластичный фиксирующий каркас (с сохранением функции движения) для тела или отдельных его частей, уменьшив при этом разболтанность суставов, например, голеностопного или коленного;
- Частично компенсировать отсутствующую функцию мышцы;
- Способствовать общей физической тренировке с нормализацией дыхания, кровообращения и т.д.;
- Скорректировать позу и положение частей тела относительно друг друга, сохраняя при этом двигательную активность; Перечисленные возможности реализуются в лечебном костюме комплексно. Иными словами, этот «мышечный каркас», созданный с помощью костюма, позволяет придать туловищу и конечностям более адекватную позу, стабилизировать позу в этом положении на протяжении лечебного сеанса, сформировать движения, максимально приближенные к естественным.

Таким образом, использование методики «Адели» позволяет в течение лечебного курса в значительной степени снизить выраженность патологических движений рефлексов и ускорить выработку новых, более близких к норме. Кроме того, двигательное развитие пациентов оказывает мощное влияние на формирование речи, интеллекта, зрительного и слухового восприятия и других функций.

### **Показания к применению**

Учитывая вышесказанное, можно определить круг задач, решение которых возможно с помощью методик «Адели». К таким задачам, в частности, относятся:

- Коррекция положения тела, в том числе конечностей, за счет придания им положения, близкого к физиологически нормальному;

- Выработка движений, близких к физиологически нормальным;
- Изменение состояния тонуса мышц;
- Улучшение подвижности в суставах;
- Улучшение общей опорности конечностей;
- Развитие мелкой моторики рук;
- Улучшение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма.

### **Как проходят занятия?**

Занятия в лечебном костюме «Адели» начинают с минимальной нагрузки, которую постепенно увеличивают от сеанса к сеансу в зависимости от состояния пациента. Длительность занятий может составлять от 25-30 минут в начале лечебного курса до 45-90 минут в его конце (включая перерывы на отдых).

Перед каждым сеансом занятий в лечебном костюме «Адели» необходима предварительная подготовка пациента.

При легких степенях заболевания перед тренировками в костюме в качестве подготовительных процедур рекомендуются все приёмы, направленные на максимальное расслабление спазмированных мышц и стимуляцию слабых мышц. Это могут быть курсы различных видов массажа, гомеопатическая и другие виды терапии.

При более тяжелых нарушениях, в дополнение к перечисленным процедурам, на подготовительном этапе, возможно применение процедур для улучшения функционального состояния мозга.

### **Преимущества метода «адели»:**

- Высокая эффективность воздействия на нервную систему, в т.ч. на поздних стадиях заболевания, при которых традиционные методики оказывают недостаточное действие или не оказывают его вовсе;
- Распространение лечебного эффекта не только на двигательные возможности туловища и конечности, но и на мускулатуру артикуляционного аппарата при наличии таких речевых нарушениях, как дизартрии;

- Высокая безопасность лечения, отсутствие вредных последствий, которые могли бы угрожать ухудшению состояния;

- Возможность применения методики не только в условиях стационара, но и в поликлиниках, реабилитационных и оздоровительных центрах, а также в домашних условиях;

- Высокая эффективность.

Помимо перечисленных выше отличий методики «Адели», необходимо также отметить ее сочетаемость практически со всеми существующими методиками реабилитации больных ДЦП. Например, в случае проведения хирургической коррекции, последующее применение лечебного костюма значительно сокращает период послеоперационной адаптации и показывает более значительные результаты лечения.

## 7. ПОЗИЦИОНИРОВАНИЕ



### Что это такое?

Правильное позиционирование (поддержка) необходимо для предотвращения длительного пребывания ребенка в патологических позах, а также для оптимальной регуляции его мышечного тонуса. Это особенно актуально при наличии у ребенка нарушений опорно-двигательного аппарата, таких, как ДЦП. Для этого используются специальные средства (средства позиционирования), которые создают условия для комфорта и облегчают выполнение реабилитационных задач. Кроме того, они помогают родителям (например, снижается физическая нагрузка при перемещении ребенка и т.д.).

### Зачем это нужно?

Начиная с самого раннего возраста ребенок развивается, у него появляются личностные качества. Дети ежедневно исследуют окружающий мир. Его изучение начинается с

момента пробуждения и длится до момента, когда малыши засыпают. У детей с двигательными нарушениями это происходит по-другому. Поэтому они нуждаются в технических средствах, которые создадут условия для реализации их основных потребностей.

Основные цели позиционирования при двигательных нарушениях:

- Обеспечить ребенку возможность находится в положении лежа (на спине, на боку, на животе), в положении сидя, а также профилактику осложнений, связанных с неправильной позой (пролежни, паралитический вывих бедра, инфекции дыхательных путей и другие);

- Обеспечить поддержание стабильной позы, препятствующей потере равновесия ребенка в положении сидя, стоя.

### **Как это работает?**

В результате использования систем позиционирования будет происходить стимуляция активности ребенка.

Приспособления для сидения обеспечивают правильную поддержку с самого маленького возраста, развивают баланс и равновесие. Специальные ортопедические кресла для позиционирования станут идеальным помощником малышу в повседневных делах. Они обеспечат необходимую поддержку для таза, корпуса, головы и ног, помогут создать оптимальные условия для профилактики вторичных нарушений и неправильной позы у детей и подростков.

Независимо от возможности стоять самостоятельно, к 1,5 годам ребенок должен находиться в положении стоя. Это очень важно с медицинской, психологической и социальной точек зрения. Серьезное отставание может негативно влиять на появление у ребенка способности самостоятельно ходить и, соответственно, на процесс его интеграции. Вес тела должен оказывать нагрузку на кости нижних конечностей и тазобедренные суставы, для их правильного формирования. Если к определенному моменту

малыш самостоятельно не научился стоять или ходить, необходимо начинать использовать специальные технические средства – устройств для вертикализации.

Правильного позиционирования необходимо добиваться и при использовании специальных вспомогательных средств, таких, как ходунки, тренажеры для ходьбы. Данные устройства имеют множество функций, отвечающих нуждам конкретного ребенка и позволяют определить объем необходимой ему поддержки (требуется ли поддержка туловища или головы, какой рода необходима поддержка для таза и т.п.). Но чтобы ребенок правильно держался в устройстве необходимо корректное позиционирование.

Правильное позиционирование дает ребенку больше возможностей не только для развития физиологических поз и движений, но и для повседневных дел, игр и общения со сверстниками.

## 8. БОБАТ-ТЕРАПИЯ



### Что такое «бобат-терапия»?

Бобат-терапия носит название по фамилии разработавшей метод супружеской пары из Лондона, физиотерапевта Берты Бобат и нейрофизиолога доктора Карла Бобата в 40-х годах XX столетия.

Берта предложила новый, выработанный на основе собственного опыта и наблюдений, подход к реабилитации больных, у которых имелись спастические поражения мышц. Началось все с обнаружения физиологических позиций тела, тормозивших патологические двигательные рефлексы. Такие позиции снижали мышечное напряжение и способствовали формированию осознанных управляемых движений.

Основная идея Берты Бобат – взаимодействие тела и психики, то есть лечится не рука или нога в отдельности, а человек в целом, воздействуя и изменяя через движение высший центр – головной мозг.

Методика показала эффективность при параличах, инсультах, черепно-мозговых травмах и последствиях операций, вызвавших утрату контроля над своим телом.

Накопленный практический опыт позднее систематизировал и теоретически обосновал супруг Берты Бобат. Через довольно быстрое время высокоэффективная методика распространилась по всему миру. Она также известна как нейродинамический метод восстановления.

### **Кому назначают бобат-терапию?**

Бобат-терапия эффективна при следующих заболеваниях:

- ДЦП;
- Нарушения моторного развития (гиперкинезы, спастика, нарушение координации и управляемости движений);
- Дефекты развития позвоночного канала;
- Детский сколиоз;
- Врожденный вывих бедра;
- Последствия травм (в т.ч. послеродовых), операций, повлекших утрату контроля над своим телом;

### **Противопоказания**

- Шизофрения;
- Хронические заболевания в стадии обострения;
- Эпилепсия;
- Выраженная судорожная готовность.

### **Как проходит бобат-терапия и как это работает?**

Бобат-терапия предлагает широкую палитру приемов и рекомендаций, уходя при этом от стандартных схем. Это позволяет реабилитологу, владеющему Бобат-терапией, оптимально приспособливать известные упражнения к индивидуальным нуждам конкретного пациента.

Метод опирается на принципы кинезитерапии (лечение движением). Специалист управляет движениями пациента, контролируя реакции и движения на уровне головы, плечевого пояса и тазового пояса.

Пассивное перемещение в пространстве одной из этих зон стимулирует в теле так называемые реакции выпрям-

ления (головы по отношению к телу или тела по отношению к голове и т.д.), реакции равновесия. Все это неосознаваемые рефлексы мозга, которые в норме появляются в возрасте 6-8 месяцев (в наиболее простой форме в 1-6 месяцев жизни).

Умелая провокация рефлексов выпрямления помогает провести ребенка через все естественные позиции – от лежания, через положение на четвереньках, сидя, на корточках и до позиции стоя. И посредством многократного повторения научить его всем необходимым движениям.

Опытный специалист, грамотно направляя движение, контролирует правильность его выполнения, облегчает стабилизацию тела при опоре на конечности и развивает способность удерживать достигнутое положение. В ходе таких двигательных тренировок постепенно желательные физиологические рефлексy начинают преобладать, а затем и вовсе вытесняют нежелательные патологические рефлексy.

Упражнения подбираются так, чтобы максимально соответствовать нормальному физиологическому движению и постепенно формируют правильную мышечную память.

Многократное повторение закрепляет рефлексy, преобразуя их в навыки, приближенные к нормальным, адаптируя ребенка с диагнозом ДЦП или другими двигательными нарушениями к самостоятельной жизни.

Вспомогательные движения инструктора не являются полностью пассивными. Философия Бобат-терапии заключается в том, чтобы дожидаться активного сотрудничества ребенка в лечении и позволить проявиться его собственным активным движениям.

Наиболее отдаленные от воздействия инструктора части тела оказываются наиболее активны. В ходе курсового лечения инструктор успевает менять области воздействия и всесторонне стимулирует ребенка к развитию. В итоге удается добиться осознанных управляемых волей ребенка движений без внешней помощи.

## **Преимущества Бобат-терапии**

- Стабильный результат. Сформированные в ходе терапии навыки и достигнутый объем движений носят устойчивый характер;
- Отсутствие риска травматизации и инфицирования во время занятий;
- Нетоксичность. Сами тренировки не предполагают медикаментозного воздействия;
- Отсутствие побочных эффектов;
- Возможность сочетать занятия с игровыми приемами хорошо вовлекают ребенка в процесс лечения.

## 9. ВОЙТА-ТЕРАПИЯ



### Что такое «войта-терапия»?

Войта-терапия формирует естественные для человеческого тела модели движения.

Вацлав Войта – известный чешский невролог, профессор детской неврологии. В 50-70-х годах XX века разрабатывал методику реабилитации детей с ДЦП. Во время долгих исследований обнаружил, что при раздражении определённых точек во время различных положений тела, ребёнок отвечает двигательными реакциями. Причём, реакции повторяются при регулярном воздействии на данные точки, и тело запоминает новые рефлексy.

Суть лечения Войта-терапией состоит в том, чтобы активировать нервную систему и, в частности, головной мозг, а также снять блокировку передачи нервных импульсов от мозга к мышцам. Постепенно, начиная с самых простых

движений, можно развить у ребёнка естественные и правильные двигательные реакции.

Учеников после себя Вацлав Войта оставил немного. В мире создано Международное общество Войты и есть три общепризнанных центра войта терапии: в Чехии, Германии и Франции.

Последователи метода считают, что мало понять и освоить Войта-терапию. Для лечения детей с ДЦП нужен талант и огромная любовь к детям и своему делу.

Войта-терапия не учит элементарным двигательным навыкам. Метод направлен на активацию нервной системы и выработку спонтанных правильных движений. Поэтому главное условие при лечении Войта-терапией – регулярность занятий. Только постоянное повторение нормальных движений предотвратит формирование замигающих.

### **В каких случаях назначают войта-терапию?**

Применяют Войта-терапию для лечения следующих нарушений:

- ДЦП;
- Координационные нарушения различной степени тяжести;
- Аномалии развития мышечной ткани;
- Деформация конечностей при заболеваниях скелетно-мышечной системы;
- Искривление позвоночника, сколиоз;
- Патологии опорно-двигательного аппарата (косолапость, плосковальгусная стопа, дисплазия суставов);
- Кривошея;
- Задержка моторного развития;
- Синдром Дауна;
- Нарушение функций дыхания, сосания, глотания и др.

### **Противопоказания:**

- Воспалительные, инфекционные, вирусные заболевания в острой фазе;

- Вакцинация в день проведения сеанса (начать лечение возможно через 10-14 дней);
- Серьёзные заболевания сердечно-сосудистой системы;
- При эпилепсии лечение Войта-терапией допустимо с осторожностью в щадящем режиме.

### **Как проходит Войта-терапия?**

Перед началом лечения необходимо пройти диагностику. Врач определит соответствие ребёнка возрастным нормам, степень и вид нарушения и назначит необходимый курс лечения. Длительность курса может варьироваться по ходу реабилитационной программы.

Перед началом сеанса доктор проводит лёгкий разогревающий массаж, а далее выполняет непосредственные терапевтические манипуляции. При положении ребёнка в определённой позе (лёжа на боку, на спине, на животе) врач нажимает на определённые точки. При этом ребёнок выполняет произвольные движения (переворот, вытягивание руки, сгибание ноги и т.д.).

Войта-терапия для новорождённых детей – сложная и утомительная процедура, особенно первые сеансы. Поэтому длительность колеблется от 5 до 30 минут. Новорожденным будет достаточно 1-2 мин. Но ещё раз необходимо напомнить, регулярность – залог успешного результата!

### **Эффективность Войта-терапии**

Даже исследования врачей, скептически относящихся к Войта-терапии, показали, что методика имеет положительный эффект как на уровне физиологии, так и на уровне психики.

При этом родители должны понимать, что Войта-терапия – не панацея для каждого ребёнка. Всегда требуется комплексная программа реабилитации, системно оздоравливающая организм.

Эффекты Войта-терапии у детей с повреждениями центральной нервной системы:

- Уменьшение двигательного беспокойства;
- Улучшается опора на животе;

- Появляется стабильность;
- Улучшается концентрация внимания;
- Появляется интерес к игрушкам;
- Улучшается сон;
- Прекращается слюнотечение;
- Улучшается глотание и речевая функция;
- Движение глаз становятся координированными, уменьшается нистагм и косоглазие;
- Улучшается контакт с окружающим миром.
- Эффекты Войта-терапии у детей с периферическими парезами (снижением мышечной силы)
  - Улучшается кровообращение что положительно влияет на рост и развитие костей;
  - Уменьшается выраженность чувствительных расстройств;
  - Улучшение трофики мышц;
  - Активация спонтанной моторики;
  - Улучшение функции дыхательной и брюшной мускулатуры;
  - Уменьшение выраженности суставных контрактур;
  - Уменьшение остаточной мочи, снижение частоты инфекций мочевых путей – регулярное опорожнение кишечника;
  - Улучшение циркуляции ликвора при гидроцефалии.

Вацлав Войта считал, что успешнее всего реабилитации поддаются младенцы с ДЦП. У новорождённых еще не закреплены патологические рефлекс выпрямления. И даже полностью заблокированные нервные пути, хорошо поддаются воздействию. Своевременно начатое лечение во многих случаях даёт стабильный результат: ребёнок может научиться ползать на четвереньках, уверенно сидеть, хватать руками игрушки, а в последствии – ходить и говорить.

## 10. СТАБИЛОПЛАТФОРМА



### **Что такое стабилоплатформа?**

Стабилоплатформа – прибор для анализа способности человека управлять позой своего тела. Данный прибор представляет собой неподвижную (статичную) платформу, которая снабжена датчиками. Датчики измеряют давление тела стоящего на платформе человека.

Стабилоплатформа используется при нарушениях функции опоры и равновесия, что может быть следствием травм, неврологических заболеваний. С помощью увлекательных игр стало возможным проводить занятия у детей с 3-х летнего возраста, что позволило развивать глубинные структуры головного мозга.

Занимаясь на стабилоплатформе, человек учится правильно перемещать центр тяжести, балансировать им, что важно для любого активного движения. Таким образом, стабилоплатформа помогает в восстановлении утраченных двигательных навыков, нарушенного равновесия и чувства координации.

В РФ согласно приказу МЗ РФ №1705н от 29.12.2012 г. «О Порядке организации медицинской реабилитации» стабиллоплатформа с биологической обратной связью включена в стандарт оснащения отделений медицинской реабилитации.

### **Как это работает?**

Принцип стабиллоплатформы заключён в биологической обратной связи. Чуткие датчики, расположенные на платформе, собирают и передают информацию в систему, затем данные появляются на экране монитора. Это позволяет врачу быстро оценивать ситуацию, контролировать эффективность тренировки.

Картинки и аудиосигналы на мониторе подсказывает пациенту, как скорректировать свои действия и тем самым тренируются правильные функции организма.

Для ребенка необходимая информация о правильности выполненного упражнения подается в форме игровой ситуации. Ребёнок с удовольствием включается в лечебный процесс.

### **Показания к применению**

Стабиллоплатформу рекомендуют применять при любых поражениях позвоночника и суставов (врождённых и приобретённых), при наличии неврологических отклонений и т.д.

Такие тренировки позволяют создать правильные двигательные привычки, привести мышцы в тонус, улучшить работу вестибулярного и зрительного аппарата, укрепить иммунитет.

Лечению на стабиллоплатформе успешно поддаются такие отклонения, как:

- плоскостопие (частый диагноз у современных детей)
- искривление позвоночника, различные деформации позвонков
- неустойчивая походка
- мышечная слабость
- неврологические нарушения

- гипоксия, нарушение кровоснабжения головного
- головокружения
- нарушения зрения и слуха и др

Благодаря использованию стабиллоплатформы более эффективно протекает реабилитация детей при ДЦП, и показатели ее динамики могут быть оценены объективным инструментальным способом.

### **Как проходят занятия?**

Для детей тренировки на стабиллоплатформе проводятся в игровой форме. Ребенок выполняет движения по перемещению центра тяжести. Программы тренировок могут быть ориентированы как на простые навыки – например, перенос центра тяжести с ноги на ногу, так и на более сложные – овладение двумя и более навыками одновременно.

Во время занятий врач реабилитолог, постоянно находящийся рядом, помогает маленькому пациенту: направляет и подсказывает, как правильно выполнять упражнения на стабиллотренажёре, чтобы игра была интереснее. В это время врач тщательно следит за меняющимися данными на мониторе и получает сведения, как работают внутренние органы и системы пациента, какие изменения происходят.

Биологическая обратная связь позволяет быстро корректировать ход занятий, чтобы упражнения приносили большую пользу и необходимый результат достигался быстрее.

Длительность одной процедуры – от 20 до 30 минут (в зависимости от возможностей пациента). Полный курс тренировок составляет 7-10 занятий, проводимых в течение 2-3 недель.

### **Ограничения**

Ограничением к применению методики может быть неспособность пациента удерживать равновесие самостоятельно (без дополнительной опоры). Однако для ряда пациентов используют различные системы страховки. Поэтому ограниченная возможность пациента самостоятельно удерживать равновесие может быть относительным противопока-

занием. Любые формы эпилепсии или настороженность по этому диагнозу являются абсолютным противопоказанием к проведению тренировок с биологической обратной связью на стабиллоплатформе из-за риска развития судорожного припадка.

### **Результат**

В процессе занятия на стабиллоплатформе развивается координация и точность движений, укрепляется мышечный аппарат. Избыточные, неточные движения сменяются более правильными. Ребенок, который в силу своего заболевания не может играть традиционным способом, получает возможность полноценной игры. Это улучшает его эмоциональное состояние и мотивацию к совершению движений.

## 11. ПОДВЕСНАЯ СИСТЕМА



### **Что такое подвесная система?**

Системы подвесов для восстановления движений в конечностях используются давно. Современные подвесные реабилитационные системы разнообразны и сочетаются со специальной системой тренировок, разработанной для разных групп пациентов.

Так, в реабилитационной практике широко используется подвесная система Экзарта. Она применяется для реабилитации пациентов после черепно-мозговых травм, инсультов, ДЦП и при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

В детской практике реабилитационная система, используется у детей, начиная с 4-5 летнего возраста. Область применения разнообразна и включает в себя такую патологию как ДЦП, нарушение осанки, восстановление двигательной функции после переломов и травм опорно-двигательного аппарата.

## **Как это работает?**

Подвес является нестабильной опорой для тела в горизонтальной плоскости. Такая опора активизирует координацию движений, помогает восстановить равновесие, устраняет дисбаланс в тонусе мышц правой и левой половины тела. Подавляющее большинство упражнений, выполняемых в подвесных системах, сопряжены с активацией мышц, стабилизирующих позвоночник. Разнообразные варианты подвешивания дают возможность вовлечь в работу те группы мышц, которые нуждаются в тренировке. Важно и то, что применение системы подвесов позволяет создать условия, в которых пациент не будет ощущать боли.

Кроме того, врачу не требуется особых физических усилий для фиксации пациента в любой плоскости и возможно самостоятельное выполнение движений пациентом (во время индивидуальных и групповых тренировок).

## **Как проходят занятия?**

Занятия на подвесной системе Экзарта проводятся по специальной методике, подобранной индивидуально для каждого пациента. Перед проведением курса занятий, а так же после, выполняется специальное тестирование с использованием подвесной системы, необходимое для выявления наиболее проблемной зоны тела, с которой в последующем начинается работа.

## **Показания к применению**

- Заболевания опорно-двигательного аппарата (остеохондроз позвоночника, дорсалгия, сколиоз, нарушение осанки, грыжи межпозвоночных дисков с рефлекторно-мышечными синдромами и др.);
- Функциональные нарушения опорно-двигательного аппарата (болевые ощущения в области крупных суставов и позвоночника с функциональными нарушениями, ограничения движений в позвоночнике и крупных суставах);
- Заболевания и травмы головного и спинного мозга с двигательными нарушениями (инсульт, травма головного

мозга, нейроинфекции, рассеянный склероз, позвоночно-спинномозговая травма, детский церебральный паралич и др.).

Также подвесная система используется в спортивной медицине и фитнесе.

### **Противопоказания**

*Абсолютные:*

- Возникновение или усиление боли при выполнении упражнений.

*Относительные:*

- Состояния после операций на позвоночнике с формированием анкилозов;
- Оперативные вмешательства на суставах;
- Острые травмы с разрывом сухожилий и мышц;
- Декомпенсация сердечно-сосудистой, дыхательной систем, печени и почек выше I ст.;
- Онкологические заболевания позвоночника и суставов.

### **Результаты**

Комплекс упражнений, разработанный для детей с патологией центральной нервной системы, позволяет нарастить мышечную силу в мышцах спины и брюшного пресса, что способствует поддержанию равновесия во время сидения и ходьбы, увеличивает объем движений и мышечную силу в пораженных конечностях, способствует уменьшению боли в суставах. Это превосходная альтернатива обычным упражнениям, дающая возможность статической работе мышц. Для детей с тяжелой патологией и поражением двигательного аппарата система позволяет добиться движений в облегченных (антигравитационных условиях), схожих по своему воздействию с проведением занятий в водной среде.

## 12. ЛОКОМАТ



### Что такое «Локомат»?

Аппарат «Локомат» — это роботизированное ортопедическое устройство для восстановления навыков ходьбы, оснащённое электрическим приводом, использующееся в комбинации с беговой дорожкой.

На сегодняшний день существуют подобные устройства, разработанные для детей («детские локоматы»), например, детский реабилитационный комплекс LokomatProPediatric. Он позволяет восстанавливать и заново формировать навыки ходьбы у детей в возрасте от 3 до 12 лет и ростом от 86 до 136 см. Терапия посредством данного комплекса сочетается с мотивационным тренингом и объективной оценкой состояния пациента. Это повышает эффективность терапии и позволяет достичь существенного результата за короткий промежуток времени.

Основной задачей данного комплекса является увеличение повседневной двигательной активности у пациентов с неврологическими заболеваниями и нарушениями двига-

тельных функций. LokomatProPediatric воспроизводит физиологические движения нижних конечностей у пациентов с нарушениями функции ходьбы. В случаях нарушения двигательной функции (вследствие черепно-мозговых травм, травм спинного мозга, неврологических, мышечных или костных патологий), терапия улучшает мобильность пациентов.

### **Как работает «Локомат»**

«Локомат», воссоздавая физиологически правильную ходьбу, помогает телу «вспомнить» утраченные навыки движения, заставляет включиться в работу мышцы, которые находились длительное время в бездействии.

Детский реабилитационный комплекс LokomatProPediatric позволяет проводить интенсивную двигательную терапию, которая подразумевает выполнение большого количества повторений за короткий промежуток времени. Благодаря индивидуальной настройке всех необходимых параметров в режиме реального времени можно проводить тренировки как изолированных так и комплексных движений.

Степень нагрузки регулируется и точно дозируется, что делает тренировку эффективной и безопасной.

### **Показания к применению**

Комплекс LokomatProPediatric показан в следующих случаях:

- Детский церебральный паралич;
- Вялые параличи;
- Последствия черепно-мозговых травм;
- Последствия травм спинного мозга;
- Патология суставов;
- Нервно-мышечные заболевания;
- Последствия неврологических заболеваний;
- Мышечные атрофии;
- Мышечная слабость после длительной неподвижности;
- Восстановление после оперативных вмешательств на суставы.

## **Противопоказания**

Существуют определённые противопоказания для тренировки на системе Lokomat, включая прогрессирующий остеопороз, значительное различие в длине ног, и кожные проблемы. Также, вес пациента не должен превышать 135 кг.

## **Продолжительность терапии и результаты**

Успех реабилитационного процесса зависит от множества факторов, включая особенности заболевания, возраст, общее состояние здоровья и т.д. Однако, данные исследований и практический опыт показывают, что первые позитивные изменения (такие, как длина, частота шагов и т.д.) наступают уже после нескольких тренировок.

Наиболее эффективны занятия на системе Локомат в комплексной реабилитации у детей с ДЦП, спастической диплегией после ортопедо-хирургического лечения (устранение спастики мышц, контрактур суставов, деформации стоп). У таких пациентов после 10-15 занятий в сочетании с ЛФК, массажем и физиотерапией есть шанс начать ходить с поддерживающими устройствами, а у некоторых даже самостоятельно.

## **Кто может осуществлять терапию?**

Тренировку на системе Lokomat может проводить только квалифицированный специалист.



Светолечение



Спелеотерапия



БАК



Томатис



БОС

# ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СПЕЦИАЛЬНОГО ОБОРУДОВАНИЯ



Кислородотерапия



Гидрореабилитация



Грязелечение



## 13. КИСЛОРОДОТЕРАПИЯ (БАРОТЕРАПИЯ)



### **Что такое кислородотерапия?**

Кислородотерапия (баротерапия) – активное насыщение организма чистым кислородом под повышенным или пониженным атмосферным давлением в барокамере.

### **Показания к применению**

Из самого определения становится ясно, что ее назначают для лечения гипоксии (кислородного голодания) и ее последствий.

Недостаток кислорода во внутриутробном периоде может негативно сказаться на развитии нервной системы. Насыщение мозга кислородом в барокамере в раннем возрасте служит профилактикой многих осложнений. Баротерапия эффективна в лечении следующих неврологических заболеваний:

- Аутизм;
- Задержка речевого развития;

- Алалия;
- Гиперактивность;
- Синдром мозговой дисфункции;
- Детский церебральный паралич (ДЦП).

Кроме того, сеансы помогают укрепить слабый иммунитет и справиться с частыми простудными заболеваниями, заболеваниями ЖКТ.

### **Противопоказания**

- Непроходимость евстахиевых труб;
- Повышенная температура;
- Клаустрофобия;
- ОРВИ;
- Эпиактивность

### **Как проходят сеансы?**

Лечение в барокамере не имеет ограничений по возрасту. Насыщение мозга кислородом достигается за несколько сеансов, от 10 до 30, в зависимости от диагноза.

Лечение гипоксии мозга в барокамере довольно легко переносится детьми любого возраста. Процедуру можно преподнести в форме игры, чтобы ребенку не страшно было зайти в камеру. При желании мама может лечь в барокамеру вместе с ребенком. С собой можно взять планшет или любимую игрушку.

Ребенок имеет возможность наблюдать через специальные окна то, что происходит снаружи.

Специальное оборудование глушит звук нагнетаемого кислорода.

Датчики барометра позволяют врачу контролировать показания давления, весь ход насыщения кислородом и самочувствие ребенка.

### **Эффективность**

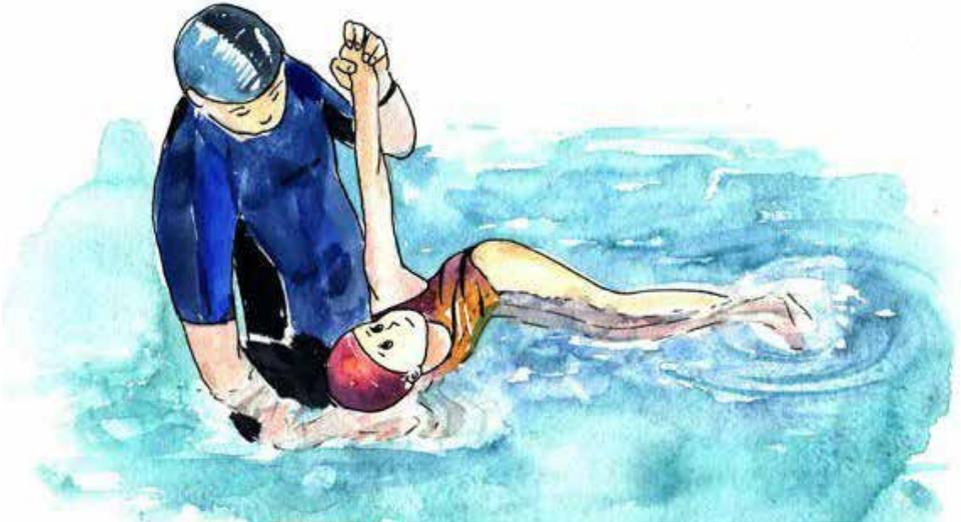
Баротерапия позволяет достигать выраженного лечебного эффекта для лечения гипоксии и при широком круге неврологических заболеваний.

Активное насыщение организма кислородом помогает устранить последствия родовых травм и сложно протекающей беременности. За счет восстановления деятельности пораженных структур мозга удается обернуть вспять развитие патологических процессов.

Важно, что в ходе применения баротерапии можно значительно снизить дозировки применяемых лекарств. В то же время баротерапия обладает мощным детокс-эффектом и эффективна после интенсивного медикаментозного лечения и его негативных последствий.

Баротерапия укрепляет иммунитет.

## 14. ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИЯ (ГИДРОМАССАЖ)



Гидромассаж – это физиотерапевтическая процедура, совмещающая и массаж, и ЛФК, и ароматерапию, и цветотерапию, и ингаляции, и игру.

При неврологических заболеваниях, ДЦП, черепно-мозговых травмах, нарушениях опорно-двигательного аппарата, при аутизме рекомендованы регулярные водные процедуры. Для любого ребенка важны тактильные ощущения, т.к. через них он познает мир. Для детей с ДЦП гидромассаж дарит совершенно новые тактильные ощущения, которые способны стимулировать их нервно-психическую деятельность.

### **Показания к назначению:**

- Болезни опорно-двигательного аппарата, в том числе, сколиоз;
- Патологии мышечного аппарата;

- ДЦП;
- Заболевания периферической нервной системы (вне стадии обострения);
- Черепно-мозговые травмы;
- Болезни обмена веществ;
- Нарушение лимфотока;
- Хронические нарушения в работе ЖКТ;
- Депрессивные состояния;
- Аутизм;
- Частые простудные заболевания.

### **Противопоказания:**

- Возраст до 5 лет;
- Острые инфекционные заболевания;
- Любые заболевания, сопровождающиеся повышением температуры тела;
- Недавние травмы;
- Заболевания кожи (дерматит, грибковые заболевания);
- Заболевания с повышенным риском кровотечения;
- Заболевания с повышенным риском образования тромбов;
- Острые и хронические нарушения мозгового кровообращения.

### **Как проходят сеансы?**

Процедура подводного лечебного массажа проходит в специальной большой ванне, оборудованной гибким шлангом и комплектом различных насадок. Вода должна быть комфортной для пациента температуры. Но с целью закаливания может быть предложено контрастное чередование температур. А дети с проявлениями аутистического спектра и слабой чувствительностью тела обычно переносят более высокие температуры.

В ванне может быть обычная пресная вода, но также это может быть и травяной настой, и вода с добавлением морской соли или эфирных масел.

Перед началом процедуры ребенок погружается в ванну и несколько минут находится в спокойном состоянии, привыкая к воде и расслабляясь. Затем начинается собственно массаж: из шланга под давлением, через разные насадки, струей воды. Процедура длится от 10 до 35 минут. По окончании гидромассажа возможно легкое покраснение кожи. Это вполне нормально, т.к. активизируется кровоток.

Гидромассаж сопоставим с классическим массажем, но при нем мышцы прорабатываются гораздо глубже и интенсивнее, при этом ощущения под водой мягче, практически безболезненны, потому что вода хорошо снимает напряжение у детей.

Элементы игры и цветотерапия помогут превратить лечебный сеанс в интересное развлечение. Массаж проводит опытный врач физиотерапевт. Количество сеансов также определяется врачом.

### **Эффективность**

После курса гидромассажа у детей наблюдаются следующие улучшения:

- Устранение судорог в мышцах и активация слабых мышц. В воде происходит быстрое снятие напряжения, мышечный тонус приходит в норму;
- Укрепление сердечно-сосудистой системы;
- Нормализация кровообращения в сосудах и тканях;
- Снижение возбудимости у детей, нормализация их психо-эмоционального состояния;
- Улучшение сна;
- Развитие чувствительности у детей с аутистическими расстройствами;
- Укрепление иммунитета;
- Нормализация обменных процессов.

### **Преимущества гидромассажа при заболеваниях опорно-двигательной системы**

- Гидромассаж полезен для нормального развития опорно-двигательного аппарата у детей и своевременной

коррекции возможных патологий. Подводный лечебный массаж помогает снять тонус мышц или, напротив, активировать слабые мышцы, способствуя гармоничному формированию здорового мышечного корсета. Процедура усиливает циркуляцию крови, улучшает питание тканей, устраняет защемление нервов, восстанавливает подвижность суставов.

При многих заболеваниях опорно-двигательного аппарата встает задача снятия тонуса мышц. Чрезмерное мышечное напряжение не дает возможности формироваться правильным двигательным стереотипам, провоцирует смещение позвонков, является признаком перевозбуждения определенных зон головного мозга.

Обычно грудничкам назначают специальный ручной массаж, бобат-терапию или войта-терапию. Снятие тонуса мышц поначалу может даваться непросто, порой болезненно, но после каждого курса прорыв в развитии моторных навыков становится очевидным. Массаж в гидрованне для ребёнка столь же полезен, но вместе с тем дарит массу положительных эмоций. Он переносится легче ручных манипуляций, но не менее эффективен. Теплая вода позволяет скорее расслабиться. К тому же ощущения под водой гораздо менее болезненны.

Целебное воздействие гидромассажа на моторику оказывается сразу в нескольких направлениях:

- **Нормализация мышечного тонуса.** При многих патологиях позвоночника и суставов наблюдается спазм мускулатуры. Повышенный тонус мышц нарушает двигательные функции и вызывает болезненные ощущения. Очень важно обеспечить нагрузки, способствующие снятию тонуса с напряжённых мышц. Теплая вода позволяет естественным образом добиться существенного расслабления мышечного тонуса. А направленное воздействие струёй позволяет качественно и глубоко проработать тело от макушки до пят, вовлекая в работу «дремлющие», деактивированные мышцы.

- Болеутоляющий эффект. В воде тело маленького пациента находится в состоянии невесомости. Это позволяет быстро разгрузить позвоночник и суставы, снять избыточное давление с ущемлённых нервных отростков, устранить болевой синдром.

- Улучшение обмена веществ. Гидромассаж стимулирует венозную и лимфатическую циркуляцию, за счёт чего ускоряется обмен веществ, ткани насыщаются кислородом, ликвидируются застойные явления и воспалительные процессы, улучшается общее состояние организма.

## 15. ГРЯЗЕЛЕЧЕНИЕ



### Суть метода

В общем и целом, лечебные грязи – это богатый источник органических веществ, образовавшихся в ходе естественных природных процессов.

Высокое содержание кислот, витаминов, укрепляющих структуру мышечных и костных тканей, позволяют очень быстро восстановить здоровье. Данный природный продукт оказывает хорошее действие на суставы, нормализует минеральный обмен в организме, дезинфицирует поверхность кожи, а также питает её.

Существует несколько основных классов грязи, каждая из которых обладает своими особенностями и лечебным действием на организм (торфяные, сульфидные иловые, гидротермальные и другие).

### Показания к грязелечению у детей

Показаний к грязелечению очень много. В первую очередь показанием будут проблемы с опорно-двигательным аппаратом и расстройства нервной системы:

- Последствия травматических поражений опорно-двигательного аппарата;
- Заболевания ревматоидного характера;
- Заболевания суставов, характерные для детского возраста;
- Различные нарушения нервной системы.

А также хронические поражения дыхательного аппарата, некоторые патологии эндокринных органов и т.д.

### **Противопоказания**

Что касается противопоказаний, то грязевые процедуры ни в коем случае нельзя принимать с открытыми кровотечениями и живыми ранами. Активный туберкулёз – одно из самых веских противопоказаний. При нарушениях сердечно-сосудистой системы, воспалительных процессах в почках или суставах от грязелечения лучше воздержаться. Детям в возрасте до полугода применение грязевых процедур не рекомендовано.

### **Как проходит лечение?**

Методик грязевого лечения немало, да и мест, где можно ими воспользоваться тоже. Одними из самых применяемых методик грязелечения на сегодняшний день являются ванны с использованием пресных и солёных минеральных вод, аппликации с наложением грязи на больной участок тела, гальваногрязелечение с использованием электрического тока.

Назначать ребёнку процедуры грязелечения должен только врач, который специализируется в области бальнеотерапии. А предварять эти назначения должно тщательное обследование детского организма. Его задача – определить те пределы, которые не должна переступать нагрузка, возникающая в процессе грязевых процедур. Очевидно, что в каждом конкретном случае эти пределы будут довольно индивидуальны. Кроме того, специалист должен обратить внимание на наличие у юного пациента противопоказаний к проведению грязелечения.

Количество используемой грязи и время проведения в ней должно контролироваться. Как правило, время процедур для ребёнка средних лет составляет не более 10-20 минут. В пользу грязелечения для детей говорит ещё и то, что его можно проводить в комплексе с гимнастикой, массажами и аппаратным воздействием.

### **Результат**

У детей можно отметить улучшение внимания, повышение иммунитета, устранение кожных проблем, увеличение уровня стрессоустойчивости.

Благодаря глубокому насыщению микроэлементами во время принятия грязевых процедур нормализуются кровотоки и улучшаются кровотоки, восстанавливается и укрепляется весь организм в целом, поэтому при слабом иммунитете от данной процедуры получается максимальный эффект.

## 16. СПЕЛЕОТЕРАПИЯ И ГАЛОТЕРАПИЯ



### **Спелеотерапия и галотерапия для детей: что это такое?**

Соляные пещеры и их полезные свойства известны человечеству с давних времен. Многочисленные курорты, расположенные вблизи соляных шахт, предлагают большие возможности для оздоровления.

Польза соляной пещеры настолько очевидна, что до сих пор ее микроклимат используется в качестве метода лечения заболеваний органов дыхания. Такой метод получил название «спелеотерапия». Что это такое и в чем его отличие от галотерапии?

*Спелеотерапия* – это лечение в естественных условиях на базе различных солевых шахт. Соляные пещеры – это место, где круглый год поддерживается оптимальный микроклимат с определенной влажностью воздуха и температурой.

Спелеотерапия не подразумевает использование специального медицинского оборудования для насыщения воздуха ионами соли. Солевая комната оказывает свой эффект за счет специальной облицовки стен особой соляной плиткой. В большинстве случаев для отделки комнаты используются соли калия.

*Галотерапия* – это метод лечения, основанный на создании искусственного микроклимата, близкого по своим характеристикам к климату солевых пещер. Вот только облицовка стен здесь не играет большой роли и служит в качестве декоративного элемента. В качестве основного действующего фактора здесь применяется солевая аэрозольная среда комнаты. Вместо хлорида калия в галокамере применяются соли натрия. Разновидностью галотерапии является галоингаляционная терапия, когда солевой аэрозоль подается через специальный ингалятор.

В соляных комнатах предусмотрена удобная мебель и создан интерьер, располагающий к релаксации и отдыху.

Существуют специальные соляные комнаты для детей, которые, помимо данных характеристик, должны быть максимально комфортны и интересны для маленьких пациентов.

### **Показания и противопоказания**

Воздух, насыщенный солями кальция, магния, натрия, калия имеет довольно обширные возможности для лечения. В соляной комнате лечат следующие заболевания у детей:

- Разного рода аллергии;
- Астму;
- Болезни лор-органов (синуситы, гаймориты, тонзиллиты);
- Бронхиты;
- Некоторые кожные заболевания;
- Заболевания сердца и сосудов;
- Неврологическая патология (бессонница, депрессия, повышенная тревожность).

Помимо своего прямого предназначения соляная комната стимулирует обмен веществ, способствует укреплению иммунитета, успокаивает нервную систему, оказывает общеукрепляющее действие на организм ребенка, является отличной профилактикой простудных заболеваний.

Побочные эффекты лечения солью наблюдаются крайне редко. Однако не стоит забывать, что такое лечение все же имеет ряд противопоказаний.

Если говорить о противопоказаниях к проведению процедур, то данную терапию не рекомендуют пациентам с психическими заболеваниями, туберкулезом, энурезом, злокачественными образованиями, болезнями в острой стадии, заболеваниями крови, ОРЗ, ОРВИ, гриппом, сопровождающимися лихорадкой и общей интоксикацией. Противопоказанием также является боязнь замкнутых пространств.

### **Как проходят сеансы?**

Посещение соляной комнаты осуществляется, как правило, по предварительной записи. Дети могут находиться на сеансе вместе с родителями.

Вход возможен без верхней одежды (куртка, пальто и т.п.), предпочтительно в одежде из натуральных тканей, в сменной обуви и в бахилах. В качестве сменной обуви можно использовать любые чистые пляжные/банные безворсовые тапочки. Для спокойного проведения процедуры для маленьких пациентов в соляных комнатах создают специальные игровые уголки, площадки, песочницы со множеством интересных игрушек, также включают мультфильмы и музыку.

Лечение в соляной комнате обязательно проводится курсовое. Дети чаще всего проходят курс, назначаемый педиатром, пульмонологом, отоларингологом или физиотерапевтом, за 10–20 сеансов в зависимости от показаний и ответных реакций организма.

На первых сеансах у некоторых детей могут наблюдаться усиления симптомов заболевания – это нормально. Малышам с ослабленной иммунной системой, подверженным частым простудам, рекомендован профилактический недельный курс.

Каждое посещение не должно превышать получаса. При восстановительном периоде после тяжёлых ЛОР-заболеваний длительность курса увеличивается до 15 дней, а продолжительность процедуры – до 40 минут – часа.

Интервал между курсами устанавливается доктором в индивидуальном порядке. Обычно требуется 2-3 курса в год и одно еженедельное посещение для профилактики и поддержания эффекта после курса.

### **Результат**

Лечебный эффект, оказываемый от пребывания в соляной комнате, заключается в следующем:

- Укрепляется иммунитет и стимулируются обменные процессы;
- Увеличивается вентиляция и жизненная ёмкость лёгких, улучшается газообмен;
- Затихают воспалительные процессы и снижаются аллергические реакции;
- Происходит более качественное очищение бронхов от слизи.

Положительное действие оказывает пребывание в соляной комнате и на нервную систему ребёнка – восстанавливаются процессы торможения в центральной нервной системе. То есть, если малыш проявляет чрезмерную активность и возбудимость, то комната будет оказывать на него успокаивающее воздействие.

## 17. СВЕТОЛЕЧЕНИЕ (ФОТОТЕРАПИЯ), ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ



### Что это такое?

Светолечением называется дозированное воздействие на организм инфракрасного, видимого и ультрафиолетового излучения. О целительном воздействии солнечных лучей на организм человека известно с доисторических времен.

Различают инфракрасные (ИК), видимые (ВИД) и ультрафиолетовые (УФ) лучи.

Лазерной (квантовой) терапией называется метод светолечения основанный на применении квантовых (лазерных) генераторов. Такой вид облучения с успехом применяется при некоторых заболеваниях позвоночника, ревматоидном артрите, при длительно незаживающих ранах, язвах, полиневрите, артрите, бронхиальной астме, стоматите.

## **Как это работает?**

Инфракрасное излучение (тепловое излучение) проникает в ткани организма глубже, чем другие виды световой энергии. Это вызывает прогревание всей толщи кожи и подкожных тканей. Более глубокие структуры прямому прогреванию не подвергаются. Лечебный эффект такого облучения определяется механизмом его действия – он ускоряет обратное развитие воспалительных процессов, ускоряет заживление тканей, повышает местную сопротивляемость и противоинфекционную защиту.

Видимое излучение (видимый свет) – состоит из 7 цветов (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый). Проникает в кожу на глубину до 1 см, однако действует, главным образом, через сетчатку глаза. Восприятие видимого света оказывает влияние на центральную нервную систему и тем самым на психическое состояние человека. Так, желтый, зеленый и оранжевый цвета оказывают благоприятное воздействие на настроение. Синий и фиолетовый – отрицательное. Установлено, что красный и оранжевый цвета активизируют мозг, синий тормозит нервную-психическую деятельность, зеленый и желтый – уравнивают процессы возбуждения и торможения.

Ультрафиолетовое излучение несет наиболее высокую энергию. Ультрафиолетовые лучи имеют наименьшую глубину проникновения в ткани – всего до 1 мм. Поэтому их прямое влияние ограничено верхними слоями облучаемых участков кожи и слизистых оболочек. Наиболее чувствительна к ультрафиолетовым лучам кожа поверхности туловища, наименее – кожа конечностей. Чувствительность к ультрафиолетовым лучам повышена у детей, особенно в раннем возрасте.

## **Показания и противопоказания**

Показания для инфракрасного излучения: негнойные воспалительные заболевания внутренних органов, ожоги отморожения, вяло заживающие раны и трофические язвы, ряд заболеваний нервной системы и другие.

При облучении видимыми лучами в организме происходят реакции, близкие к тем, которые возникают при воздействии инфракрасных лучей. Поэтому показания их совпадают.

Показаниями к использованию ультрафиолетового излучения служат острые и хронические заболевания суставов, органов дыхания, кожи, периферической нервной системы, раны.

Противопоказаниями к фототерапии являются опухоли, острые воспалительные процессы и хронические воспалительные процессы в стадии обострения, а также кровотечения, недостаточность кровообращения, активные формы туберкулеза и некоторые другие.

### **Как проходит лечение?**

Сеансы проводят врачи-физиотерапевты на основании диагноза, показаний к применению и отсутствия противопоказаний, которые определяются детским врачом.

Фототерапевтические процедуры для детей проводятся в специально оборудованном помещении, где созданы соответствующие санитарно-гигиенические условия, соблюдается техника безопасности.

## 18. БОС (БИОЛОГИЧЕСКАЯ ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ)



### **Что такое «бос»?**

Метод БОС (биологической обратной связи) – сознательное управление функциями организма с целью их совершенствования.

Осуществляется это посредством электронных приборов и специальной компьютерной программы, которые регистрируют информацию о функциях организма (например, дыхание, пульс) и преобразуют ее в доступные для восприятия зрительные и слуховые сигналы.

Данный метод призван помочь ребенку поскорее научиться контролировать собственные эмоции, осознанно концентрировать и переключать внимание, осваивать новую информацию.

## **Как это работает?**

Во время сеансов устанавливается несколько датчиков на определенные участки тела. Количество датчиков и места их прикрепления зависят от типа аппарата и программы. Эти датчики фиксируют состояние организма (дыхание, пульс и т.д.) и передают полученную информацию в мозг. Одновременно с этим, данная информация, благодаря компьютерной программе, преобразуется в зрительные и звуковые сигналы, которые выводятся на видеомонитор.

Т.е. метод БОС позволяет ребенку видеть и слышать, как работает его организм. Это помогает превратить сеанс тренировки в увлекательную игру. Во время сеанса ребенок выполняет различные задания, требующие от него волевых, интеллектуальных усилий, концентрации внимания и т.п. В зависимости от успешности их выполнения, меняется и происходящее на мониторе. Таким образом, ребенок может наглядно видеть, как он справляется с заданием.

## **Показания к применению и противопоказания**

Существуют различные комплексы на основе технологии БОС, соответственно, каждый из них имеет более конкретный перечень показаний и противопоказаний. Среди показаний к тренингу с использованием метода БОС выделяют:

- Психоэмоциональные нарушения;
- Умеренная задержка психического развития;
- Неврозы;
- Нарушения сна;
- Гиперактивность и синдромом дефицита внимания;
- Проблемы с обучаемостью без выраженных интеллектуальных отклонений;
- Заикание, тики, навязчивые состояния;
- Затруднения в овладении навыками письма;
- Расстройство развития способности к чтению и некоторые другие.

## **Противопоказания:**

- Наличие тяжелых нарушений психики, волевой сферы и интеллекта;

- Выраженные нарушения ритма сердца;
- Острые инфекционные и неинфекционные заболевания, обострение хронических заболеваний;
- Травмы центральной нервной системы, позвоночника и грудной клетки в остром периоде;
- Болевой синдром любого происхождения;
- Возраст младше 4 лет и другие.

### **Как проходят занятия?**

Занятия проводятся специалистом, имеющим соответствующую подготовку. Проходят они в индивидуальной форме, учитывают показания к применению, возраст и индивидуальные особенности маленького пациента.

Для ребенка процесс тренировки – игровая ситуация. Благодаря специальной компьютерной программе он может управлять происходящим на видеомониторе (качеством картинки, действиями персонажей, звуком и т.д.). Но для этого ему необходимо за счет волевого усилия изменить что-то в своем физиологическом состоянии (например, сделать вдох или выдох более плавным, глубоким), либо активизировать какие-то функции (например, внимание). В зависимости от действия ребенка программа моментально реагирует – меняя игровую ситуацию.

Например, оператор БОС-тренажера просит малыша быть внимательным и найти на картинке собачку. В случае верного ответа, требующего концентрации внимания, персонаж на мониторе оживает и приветствует всех.

Другой пример: ребенка просят посидеть спокойно с закрытыми глазами. При достижении уравновешенного психического состояния через наушники ребенок слышит приятную расслабляющую мелодию.

Обычно длительность одного сеанса составляет 10-20 минут (в зависимости от используемого комплекса, возраста, целей работы, особенностей ребенка). Количество сеансов в курсе также зависит от ряда факторов.

## 19. ТОМАТИС



### Что такое «Томатис»?

Это слуховые тренировки, педагогическая программа, разработанная французским врачом Альфредом Томатисом, много лет посвятившему работе с оперными певцами и изучению их слухового аппарата. Программа стимуляции мозговой активности по методу Томатиса применяется уже более 30 лет и обрела популярность во всем мире.

В ее основу легли специальным образом обработанные музыкальные мелодии Моцарта, григорианские песнопения, вальс. Используется также специально обработанный голос матери.

Устройства «Томатис» предназначены для создания уникального звукового контраста. Этот эффект вызывает сокращение и расслабление мышц внутреннего уха. Это движение вызвано внезапным переходом от низких частот, которые не требуют от слухового аппарата какой-либо специальной подготовки, к высоким частотам, которые,

напротив, требуют от слуховой системы особенного усилия. Это действие похоже на гимнастику для мышц уха, поскольку благодаря многократному повторению и мобилизации мышц улучшается передача звуковых сообщений в головной мозг.

### **Как это работает?**

Принцип действия метода «Томатис» – сенсорная (чувственная) стимуляция.

Звук, как любой другой внешний раздражитель, тренирует сенсорную (чувственную) систему. Внешние сигналы, словно по проводам, движутся от рецепторов к мозгу, стимулируют работу его клеток.

В ухе колебания звука преобразуются в электрические импульсы и далее передаются в вестибулярный аппарат (отвечает за координацию, равновесие, регуляцию мышечного тонуса), к мозжечку и в лобные доли (отвечают за речь, эмоции, адаптацию в социуме). Заданные электрические импульсы способствуют росту нервных клеток, укреплению связей и стимулируют мозг.

### **Для кого подойдет этот метод?**

Одна из наиболее частых областей применения – проблемы психомоторного развития. Это задержка в приобретении, координации и использовании двигательных навыков, которые усваиваются не вследствие пребывания в социальной среде или в результате обучения, а приобретаются естественным путем со временем (ходьба, бег, прыжки, отбивание ритма руками или ногами и т.п.).

Например, дети, испытывающие проблемы психомоторного развития, плохо координируют движения рук и ног, когда плавают, они хаотично бегают, с трудом могут устоять на одной ноге или спуститься по лестнице.

Метод «Томатис» воздействует непосредственно на вестибулярный аппарат, который вместе с некоторыми другими отделами мозга участвует в координации движений и ритма. Таким образом, он эффективно помогает справиться с проблемами ритма и координации.

Вместе с корой головного мозга вестибулярный аппарат отвечает за ориентировку в пространстве и участвует в формировании схемы тела ребенка. Поэтому проблемы с пространственной ориентацией и схемой тела также относятся к сферам применения метода «Томатис».

Данный метод может использоваться не только в случае проблем с психомоторным развитием и вестибулярным аппаратом, но и при таких нарушениях, как:

- Задержка речевого развития, дислексия, дизартрия, заикание;
- Гиперактивность;
- Нестабильность эмоционального фона.

Томатис – терапия помогает облегчить состояние ребенка и способствует его более активному вовлечению в социальную жизнь при таких тяжелых диагнозах как:

- Аутизм;
- Алалия;
- ДЦП.

### **Как проводятся занятия?**

Проведение Томатис-терапии возможно только на специальном оригинальном оборудовании под наблюдением обученного специалиста. Занятия проходят индивидуально, после предварительной оценки слуховых возможностей ребенка на специальном оборудовании. Такая оценка проводится также в середине и в конце каждого курса.

Занятия идут в несколько сессий с перерывами длительностью от месяца и более. Перерывы необходимы для закрепления запущенных в фазе стимуляции процессов, для их включения в психику ребенка.

Продолжительность одного занятия и их количество внутри одной сессии определяется индивидуально в зависимости от показаний и возраста ребенка.

В целом программа легко адаптируется под потребности ребенка и легко переносится им. Преимущество метода в том, что со стороны ребенка не требуется никаких усилий.

Детям предлагают одеть специальные наушники. Особое устройство модифицирует аудиозаписи, регулируя их частоту, громкость, скорость, тональность и режимы задержки воспроизведения. Параметры подбирают таким образом, чтобы при прослушивании музыки оказать стимулирующее воздействие на мышцы среднего уха. Ребенок слышит через наушники так, как слышал во время внутриутробного развития.

Во время прослушивания музыки ребенок может выбрать занятие по душе: рисовать, играть в спокойные игры, спать, при необходимости – перекусить. Можно смотреть мультфильмы, но без звука. Не рекомендуется интенсивная физическая активность. Не стоит перегружать артикуляционный аппарат – лучше позаботиться о полноценном приеме пищи заранее.

Родители могут присутствовать на занятиях и оставаться в поле зрения своего ребенка.

### **Сколько нужно заниматься и какие результаты?**

Уже в ходе курса можно оценить позитивные изменения в навыках и психике ребенка. Но данная программа дает отсроченный результат. Запускаемые процессы продолжают свое действие и после окончания аудиотренировок. Это объясняется тем, что занятия стимулируют развитие функции мозга в целом, а не просто вырабатывают условные рефлексы.

Исследования, полученные по результатам занятий в центре Томатис в Торонто, в которых приняли участие 400 детей и подростков, подтверждают высокие результаты метода. Все участники программы показали выраженную положительную динамику во время теста на школьную успеваемость и тестирования у психолога. 95% родителей также признали факт того, что программа помогла их детям.

В результате Томатис-терапии происходят следующие положительные изменения:

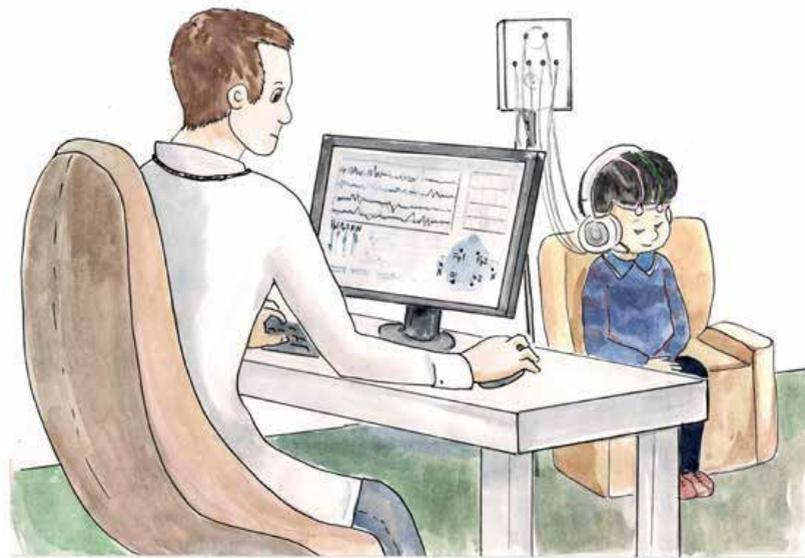
- Улучшение концентрации внимания;
- Ускорение формирования речевых навыков, способности к коммуникации, устной и письменной речи;
- Увеличение способности к обучению, в т.ч. с целью интенсивного погружения в новую языковую среду;
- Коррекция психо-эмоционального фона, в т.ч. при подверженности депрессиям;
- Развитие двигательных и координационных навыков;
- Улучшение скорости реакций;
- Развитие творческого потенциала и музыкальных способностей.

Прекрасные результаты демонстрирует Томатис-терапия, проведенная перед поступлением в первый класс или перед напряженным периодом школьных экзаменов.

Аудиотренировки рекомендуют для более мягкого протекания адаптации к новым условиям (переезд, переход в новую школу) и в целом для гармоничного становления личности ребенка и его интеллектуальных способностей.

Неоценима роль Томатис-терапии в случае обнаружения неврологической патологии.

## 20. БАК (БИОАКУСТИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ)



### Что такое БАК?

Биоакустическая коррекция (БАК) – это инновационный метод аппаратно-программной диагностики и лечения широкого круга заболеваний, в том числе, расстройств центральной нервной системы. БАК объединила в себе новейшие технологии нейротерапии, биоуправления и музыкотерапии.

### Как это работает?

Всякие клетки живого организма, в том числе, нервные клетки – несут в себе электрический потенциал. На голову пациента крепятся датчики и надеваются наушники. Компьютерная программа чутко улавливает импульсы электрической активности мозга и преобразует их в звуковые сигналы. В результате становится возможным «слышать музыку» собственного мозга. Обратное воздействие звука

на мозг позволяет скорректировать его работу. Звуковые стимулы ускоряют обмен веществ и возобновляют нормальную работу жизненно важных систем организма.

Метод действует на глубинном уровне: восстанавливает нормальную деятельность мозга, нарушенную в силу различных неблагоприятных факторов. А мозг, как известно, управляет практически всеми процессами в организме. Таким образом, в ходе биоакустической стимуляции мозга удается активировать естественные процессы саморегуляции организма, исправить большинство функциональных нарушений, нормализовать работу внутренних органов, улучшить психофизиологическое состояние человека, устранить различные виды боли, укрепить защитные ресурсы организма.

**Показания:**

- Эпилепсия;
- Нарушения психического развития (задержка умственного развития, умственная отсталость, аутизм);
- Нарушения речевого развития (дизартрия, дислалия, алалия, дисграфия, дислексия);
- Дефицит внимания и гиперактивность;
- Неврозоподобные нарушения (тики, энурез);
- Головные боли;
- Последствия нарушения мозгового кровообращения, органического поражения головного мозга, черепно-мозговых травм;
- Гипоксемически-ишемические поражения нервной системы в перинатальном периоде;
- Адаптация к школьно-дошкольным учреждениям;
- Общее оздоровление организма и психопрофилактика;
- Нормализация психофизиологического состояния;
- Снижение слуха;
- После кохlearной имплантации;
- Лечение головных болей;

## **Как выглядит сеанс биоакустической коррекции?**

Лечение проводится курсом, от 7 до 15 сеансов по 15-25 минут. Ребенку надевают стереонаушники. Все что требуется – слушать. Возможно, на время сеанса занять ребенка спокойными играми. Родитель может находиться рядом. В середине курса после 3, 4-ой процедуры возможно обострение, которое проходит через 2-3 процедуры при дальнейшем лечении.

### **Преимущества биоакустической коррекции:**

- БАК – это немедикаментозное лечение;
- Не вызывает привыкания, побочных эффектов и не требует адаптации;
- Без возрастных ограничений: легко переносится детьми;
- Высокая эффективность, доказанная многолетним (более 25-ти лет) использованием;
- Совместимость с другими видами лечения: являясь частью комплексной программы лечения, усиливает терапевтический эффект других методов; позволяет снизить, а в ряде случаев полностью исключить медикаментозное лечение;
- Измеримость воздействия в режиме он-лайн. Каждая процедура БАК сопровождается записью электроэнцефалограммы, что дает возможность объективно оценивать эффективность проводимого лечения;
- Активируются естественные процессы самовосстановления, без какого-либо активного участия со стороны пациента. Все что нужно – «слушать работу собственного мозга»;
- Направленность воздействия: сигнал работает непосредственно там, где обнаружено нарушение;
- Индивидуальный подход: воздействие осуществляется сигналом, согласованным с активностью мозга конкретно пациента в режиме реального времени.

## **Эффективность БАК**

Высокая эффективность методики, подтверждена лечебной практикой исследованиями в Институте экспериментальной медицины РАМН (Санкт-Петербург), клиническими испытаниями в ГУ НИИ скорой помощи им. Н.В.Склифосовского (Москва), в Институте мозга человека РАН (Санкт-Петербург) и в ряде других ведущих клиник Москвы и Санкт-Петербурга. Результаты исследований изложены в научных статьях и защищены в диссертационных работах. Состояние центральной нервной системы до и после сеансов биоакустической коррекции мозга отражается в улучшении параметров электроэнцефалограммы.

Эффективность биоакустической коррекции достигает 85%.

## 21. НЕЙРОАКУСТИЧЕСКАЯ СТИМУЛЯЦИЯ «IN TIME»



### **Что это такое?**

Суть нейроакустической стимуляции по методу «In time» — гармонизация работы головного мозга.

Данный метод разработан и апробирован командой экспертов компании Advanced Brain Technologies (США) под руководством Алекса Домана.

### **Как это работает?**

Функционирование нервной системы — это сложная ритмичная деятельность, предполагающая согласованную работу разных областей мозга.

У ребенка с нарушениями, как правило, мозг работает недостаточно ритмично. Упражнения, направленные на

решение этой проблемы, оказывают благотворное влияние на все сферы функционирования.

При работе по данной методике коррекции сочетаются два важных для развития мозга аспекта: стимуляция звуками определенных частот и стимуляция с помощью ритма.

### **Показания**

Тренировки назначаются детям с:

- Нарушениями внимания, СДВГ, гиперактивностью;
- Школьными проблемами;
- Нарушениями темпа и ритма речи (заикание, логоневроз, запинки в речи);
- Различными нарушениями письменной и устной речи (дисграфия, дислалия, дизартрия, алалия);
- Нарушениями развития аутистического спектра;
- Когнитивными нарушениями (ЗПР, задержка психо-речевого развития, умственная отсталость, плохая обучаемость);
- Тревожностью, депрессией;
- Нарушением координации и баланса.

### **Как проходят занятия?**

Тренинг inTime предполагает прослушивание музыки. Так как данная методика сочетает в себе стимуляцию звуками и стимуляцию с помощью ритма, тренировки предусматривают не только прослушивание музыки, но и множество двигательных-ритмических упражнений (с использованием собственного тела, голоса, батутов, сенсорной комнаты, а также барабанов и других шумовых музыкальных инструментов).

Музыка прослушивается с помощью аудио системы и специальных наушников.

При составлении программы, в зависимости от задач коррекции, выбирается один из нескольких протоколов, создается индивидуальный план и программа двигательных-ритмических упражнений.

До и после курса осуществляется контроль эффективности.

## Результат

Взаимодействие с ритмичной музыкой inTime стимулирует развитие чувства ритма, внимания, стрессоустойчивости, способности организовывать свои мысли и движения во времени. Улучшается качество функционирования головного мозга и качество его связей с телом.

## 22. ЗОНДОВЫЙ МАССАЖ



### **Что такое зондовый массаж?**

Зондовый массаж – это массаж, который проводит логопед, воздействуя на мышцы лица и языка при помощи специальных упражнений и зондов. Это позволяет корректировать неправильное произношение звуков.

Неправильное произношение нормализуется при регулярном проведении зондового массажа. Техника проведения массажа подразумевает механическое воздействие на губы, щеки, скулы, а также на язык и мягкое небо. Инструментом для массажа служат специальные инструменты – зонды. Зондовый массаж можно проводить в разном возрасте.

### **Кому показан логопедический зондовый массаж и какие есть противопоказания?**

Зондовый массаж рекомендован при таких нарушениях, как:

- Дизартрия;
- Ринопалия;

- Нарушение голоса;
- Заикание;
- Моторная алалия;
- Дислалия.

### **Противопоказания**

Несмотря на несомненную пользу, которую приносит зондовый логопедический массаж, эта процедура имеет и ряд противопоказаний:

- Воспалительные процессы у ребёнка в области носоглотки;
- Заболевания, сопровождающиеся судорожными припадками;
- Раны, грибковые поражения у ребёнка или массажиста;
- Травмы языка;
- Заболевания крови;
- Аллергические реакции, сопровождающиеся отёком слизистых оболочек;
- Инфекционные заболевания.

Противопоказанием для проведения массажа языка также является повышенный рвотный рефлекс.

### **Как проводится логопедический зондовый массаж?**

Для массажа используются специальные зонды, каждый из которых имеет свое предназначение. Массаж языка проводится в положении лежа, при максимальном расслаблении. Массажист при помощи салфетки одной рукой удерживает язык в вытянутом положении. Массирующие упражнения выполняются в определенной последовательности.

Зондовый массаж языка проводится курсом 10-20 дней, который при необходимости следует повторить через 1,5-2 месяца. При желании, можно научиться делать массаж языка самостоятельно дома. Однако первые сеансы должны проходить под наблюдением логопеда.

## Результат

Логопедический массаж – уникальный метод коррекции нарушений речи, который способствует:

- Постановке правильного произношения звуков;
- Нормализации мышечного тонуса;
- Улучшению состояния голоса;
- Нормализации речевого дыхания;

Улучшению психологического и эмоционального состояния;

Логопедический массаж при помощи зондов поможет избежать в дальнейшем нарушения речи, недоразвития слуха, задержки формирования навыков анализа слов, обеднения словарного запаса ребенка.

## 23. СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ



### **Что такое сенсорная интеграция и зачем она необходима?**

Сенсорная интеграция представляет собой упорядочивание ощущений, которые потом будут как-либо использованы. Ощущения дают нам информацию о физическом состоянии нашего тела и окружающей среды. Каждую миллисекунду в мозг поступают бесчисленные кусочки сенсорной информации от всего тела.

Поскольку человеку необходимо двигаться, учиться или вести себя подобающим образом, мозг должен организовать все вышеупомянутые ощущения. Он определяет область соответствующих ощущений, сортирует и располагает их в определенном порядке. Когда ощущения текут организованно, или интегрированно, мозг может использовать их для формирования восприятия, поведения, а также для процесса обучения.

Таким образом, сенсорная интеграция:

- Является бессознательным процессом, происходящим в головном мозге;
- Организует информацию, полученную с помощью органов чувств (вкус, вид, звуки, запах, прикосновение, движение, воздействие силы тяжести и положение в пространстве);
- Наделяет значением испытываемые нами ощущения, фильтруя информацию и отбирая то, на чем следует сконцентрироваться (например, слушать учителя и не обращать внимания на уличный шум);
- Позволяет нам осмысленно действовать и реагировать на ситуацию, в которой мы находимся;
- Формирует базу для теоретического обучения и социального поведения.

### **Если сенсорная интеграция нарушена ...**

Нередко развитие ребенка с нарушением сенсорной интеграции не сбалансировано. Т.е. одни области нервной системы работают с перебоями или неправильно, другие же выполняют свои функции хорошо, поэтому в чем-то развитие ребенка будет соответствовать его возрасту, а в чем-то ребенок будет отставать.

Нарушения обработки слуховой информации: дети боятся громких звуков, не переносят некоторых видов музыки (или музыку вообще), тембры голоса, часто закрывают уши руками или голову подушкой или напротив, часто не слышат, когда к ним обращаются, не любят шумного окружения, улицы и т.п.

Нарушения зрительной системы: ребенок не любит ходить по ступенькам, перешагивать препятствия, смотреть в глаза, предпочитает полумрак или темноту, капризничает при ярком свете, напрягается, рассматривая окружающих и предметы.

Нарушения тактильного восприятия: дети не любят играть с пластилином, песком, красками, боятся испач-

каться клеем или грязью, избегают прикосновений к себе, сами не любят прикасаться ко многим предметам, резко реагируют на некоторые ткани из одежды, определенные конструкции одежды (например, водолазки, свитера с горлом, жалуются на ярлычки, торчащие внутри футболок), не терпят ходьбы босиком и т.п.

Двигательные и вестибулярные нарушения. При таких типах нарушений ребенок может отличаться неуклюжестью, неловкостью движений, избегать спортивных площадок, горок, игр с мячом, никак не осваивает катание на велосипеде, не залезает по перекладинам, плохо прыгает, опасно рискует в подвижных играх, пробует разные типы движений и пытается держаться, хвататься за все, т. к. чувствует себя неустойчиво.

И основное отличие детей с подобными нарушениями – это сложность концентрации внимания, особенно, если окружающая среда насыщена теми раздражителями, к которым они особенно чувствительны. Дети склонны сменять игры, интересы, вид активности очень и очень быстро, в то же время отличаются тревожностью, у них могут проявляться резкие капризы, истерики, плач, частый смех, агрессивное поведение и т. п.

### **Кому помогает терапия?**

Исследования доказывают, что до 90% детей с аутизмом страдают от дисфункции сенсорной интеграции. Терапия сенсорной интеграции считается эффективным методом для таких случаев. А также может улучшить состояние и при ряде других нарушений, в том числе и при невыясненных причинах дискомфорта от различных раздражителей. Помимо этого на терапию приходят дети, у которых есть трудности с письмом, проблемы с осанкой и сколиозы, страхи, фобии, проблемы с речью и любым видом моторики, координации движений.

Показаниями к терапии являются также гиперактивность, нарушения речевого, психического развития, детский церебральный паралич, а также восстановительный

период после операций, переломов костей, травм. Используется метод для улучшения состояния у детей с синдромом Дауна.

### **Как осуществляется терапия?**

Центральной идеей терапии, основанной на сенсорной интеграции, является стимуляция сенсорных систем и контроль над сенсорными «каналами» (особенно это касается двигательной, вестибулярной системы, мышц, суставов и кожи).

Она направлена на то, чтобы ребенок интегрировал (объединял) различные виды ощущений. Осуществление этой идеи на практике, в работе с детьми, требует присутствия специалиста и большого пространства со специальным, оборудованием.

На основании тестов и наблюдений, а также опросов родителей и педагогов терапевт делает выводы о потребностях ребенка. Одни дети нуждаются преимущественно в двигательном опыте, другие – в тактильном и т.д. Терапевты, использующие сенсорную интеграцию, могут оценить работу сенсорной системы ребенка и создать среду, с которой он сможет взаимодействовать значительно эффективнее, чем прежде.

Дети с нарушением сенсорной интеграции обычно избегают следовать внутренним побуждениям, поэтому терапевт должен поощрять, побуждать и мотивировать их к выбору занятий, развивающих мозг. Невозможно организовать мозг ребенка без его собственного участия, он должен делать это сам, однако очевидно, что без посторонней помощи тут не справиться.

При более серьезных нарушениях, особенно при аутизме, ребенок нуждается во внешнем руководстве и структурировании жизни сильнее. Самоконтролю могут мешать страх, агрессия и другие эмоции. Иначе говоря, терапевт помогает ребенку управлять негативными эмоциями, пока тот осваивает необходимый ему сенсорный опыт.

Терапия основана на игре, причем организация и выбор

видов активности обусловлены интересами и предпочтениями ребенка.

Но, хотя терапия предполагает активное участие ребенка и его свободный выбор, время от времени терапевты целенаправленно знакомят своих подопечных с новыми видами активности, доставляющими необходимые тактильные и двигательные ощущения.

## 24. СЕНСОРНАЯ КОМНАТА



### **Что такое сенсорная комната?**

Сенсорная комната – это специально оборудованное помещение, где ребенок в сопровождении взрослого, пребывая в безопасной и комфортной обстановке, исследует окружающее пространство, экспериментирует со свойствами предметов и окружающего мира, выполняет активные упражнения или имеет возможность расслабиться и восстановить внутреннее психическое равновесие.

В сенсорной комнате происходит интенсивное воздействие на три основных канала восприятия окружающего мира – тактильный, слуховой и визуальный (т.е. тактильные ощущения сочетаются со звуком и цветом).

### **Как выглядит сенсорная комната?**

Оборудование в сенсорной комнате можно разделить на два основных типа:

1. Релаксационное оборудование – в него входят различные мягкие покрытия, пуфики, подушечки, маты, сухой

бассейн, приборы, создающие рассеянный свет, установка для ароматерапии, релаксационная музыка.

2. Активационное оборудование – в него входит всё оборудование со световыми и звуковыми эффектами, сенсорные панели для рук и для ног, различное интерактивное оборудование.

Современная сенсорная комната может быть представлена в 3 вариантах:

- Светлая сенсорная комната;
- Тёмная сенсорная комната, одним из главных условий которой является создание затемнения, достаточного для того, чтобы наблюдать светоэффекты;
- Сенсорная комната как среда для сенсомоторного развития ребенка.

### **Преимущества сенсорной комнаты**

Важным преимуществом сенсорной комнаты является возможность проведения комплексной коррекции. В одном занятии можно развивать и мелкую моторику через игры со светооптическими нитями, и воображение – через рассматривание и описание фантастических узоров, и снижать эмоциональную напряжённость через релаксацию.

Сенсорная комната позволяет расширить жизненный опыт детей, обогатить их чувственный мир и обрести уверенность в себе. Занятия в сенсорной комнате помогают совершенствованию самостоятельных двигательных навыков, деятельности с предметами, овладению схемой тела, координации.

Методика коррекционной работы в сенсорной комнате основана на постепенном включении сенсорных ощущений и индивидуальности их подбора.

В условиях сенсорной комнаты используется массированный поток информации на каждый орган чувств. Это приводит к повышению активности восприятия.

Опыт реабилитации показывает, что упражнения, выполняемые в сенсорной комнате, положительно влияют

на общее эмоциональное, речевое, двигательное развитие ребенка. Сенсорная комната является мощным инструментом для развития его восприятия, мышления, позволяет активизировать различные функции центральной нервной системы.

### **Как проходят занятия в сенсорной комнате?**

Специфическое оборудование сенсорной комнаты позволяет в привычном для детей пространстве выполнять разнообразные игровые действия и упражнения, сочетая двигательную и речевую активность. Этому способствуют специальные модули и стимуляторы, которые имеют привлекательный, красочный вид с затейливой подсветкой и формой.

Кроме того, сенсорная комната обеспечивает быстрое установление эмоционально положительного контакта между ребенком и взрослым, что повышает уровень доверия ребенка.

Работа в сенсорной комнате организуется в следующих направлениях:

- Релаксационные тренинги, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции;
- Использование стимулирующих упражнений, направленных на активацию и развитие у детей зрительного и слухового восприятия, осязания и пространственного восприятия;
- Занятия в сенсорной комнате проводятся в индивидуальной и групповой формах. Обычно занятие имеет следующую структуру:
  - Ритуал начала занятия;
  - Игровое задание на развитие психических процессов;
  - Релаксационное упражнение, позволяющее детям расслабиться, снять мышечное и психоэмоциональное напряжение;
  - Ритуал окончания занятия.

Группы комплектуются в соответствии с возрастом детей, с учетом заболевания, а также уровня их физического и психического развития. Продолжительность сеанса составляет 20-30 минут. Кратность посещения 7-10 раз за курс лечения. План занятий составляется индивидуально для каждого ребенка, с учетом задач его реабилитационного курса. К участию на занятиях могут привлекаться и родители.

Семейная терапия в сенсорной комнате улучшает эмоциональный контакт между ребенком и родителями, уменьшает невротические реакции.

### **Показания и противопоказания**

В сенсорной комнате могут заниматься дети с различными заболеваниями и нарушениями в развитии: задержка психоречевого развития, синдром Дауна, гиперактивность, ДЦП, синдром дефицита внимания, соматические заболевания и т.д. С учетом заболевания можно выбрать способ воздействия – расслабляющего или активизирующего характера.

Существует ряд противопоказаний к проведению занятий в сенсорной комнате, а также ограничений, которые определяет врач:

- Глубокая умственная отсталость;
- Инфекционные заболевания;
- При эписиндроме и судорожной готовности не рекомендовано использовать мигающие, сверкающие, раздражающие стимулы, а также ритмичную музыку.

Также это касается групп детей, страдающих аутизмом, детей переживших психическую травму, детей с сочетанной патологией. Для этой категории детей свойственна индивидуальная непереносимость (избирательность) одного или нескольких сенсорных стимулов: сверхчувствительность к звукам или цветовым стимулам, неприятие тактильного взаимодействия и т.п. Без учёта этих особенностей, при активном воздействии можно спровоцировать негативную реакцию и усугубить имеющиеся нарушения.

При работе с гиперактивными детьми (с дефицитом внимания, двигательной расторможенностью) нагрузка снижается и из работы исключаются элементы активной стимуляции.

При работе с тревожными детьми исключаются резкие переходы от одного стимула к другому.

### **Результаты**

После курса занятий в сенсорной комнате отмечают следующие положительные изменения:

- Снижение агрессивности, конфликтности, негативизма в поведении;
- Стабилизация психоэмоционального фона;
- Улучшение сна;
- Снятие стрессового состояния;
- Снижение уровня тревоги;
- Развитие произвольного внимания;
- Снижение болевых ощущений опорно-двигательного аппарата;
- Ослабление головных болей;
- Расширение круга общения;
- Создание ощущения безопасности и покоя;
- Улучшение общего состояния организма;
- Повышение мотивации к лечению;
- Повышение мышечного тонуса;
- Снижение утомляемости;
- Развитие мелкой моторики;

Очень часто дети, побывавшие в сенсорных комнатах, считают их волшебными. Как же еще можно назвать мир, где все переливается и мерцает под звуки красивой музыки? Конечно же, только сказкой!

## 25. ЯНТАРНАЯ КОМНАТА



### Что это такое?

Янтарная комната представляет собой кабинет, оборудованный и оснащенный янтарной крошкой. Например, в таком кабинете могут быть стены, украшенные янтарем, янтарная перегородка «дождь», идущая от потолка, витражное окно, украшенное камешками янтаря, бассейн с янтарной крошкой, специальные лечебные янтарные одеяла, которыми маленькие пациенты и родители могут укрыться, устроившись в удобных креслах, и многое другое.

Создать атмосферу тепла и уюта, поддержать ощущение солнечного утра, помогут зеркальный потолок, большое зеркало: когда в окно попадает солнечный лучик, весь кабинет наполняется мягким теплом янтарного света, которое можно не только увидеть, но и почувствовать.

Пребывание в таком кабинете сопровождается разнообразными психо-коррекционными занятиями, арома- и музыкотерапией.

## Полезьа янтаря

В химическом составе янтаря преобладает янтарная кислота, которая широко используется в современной медицине, является составляющим компонентом многих лечебных препаратов. Янтарная кислота активизирует обменные процессы, стимулирует пищеварительную систему, обладает противовоспалительными и бактерицидными свойствами, является известным биостимулятором, славится своими иммуномодулирующими свойствами, активизирует защитные силы организма и способствует быстрому восстановлению после стрессовых ситуаций и тяжелых физических нагрузок. Янтарная крошка благоприятно влияет на общее состояние организма ребенка, стимулируя развитие центральной нервной системы.

Так, рассыпанная слоем в несколько сантиметров янтарная крошка, уже создает лечебный эффект. Прогуливаясь босиком по такому полу, дети не только массируют мышцы и кожу стоп, но идет воздействие на биологически активные точки. Тем самым, оказывается благотворное влияние на весь организм.

Стимулируя биологически активные точки на коже человека, можно вызвать приток энергии в те зоны, где наблюдается её дефицит. В то же время это позволяет «выпустить» излишки энергии из перегруженных участков, открывая своего рода предохранительные клапаны. То есть активный массаж янтарной крошкой или аппликации янтаря (пассивный массаж) позволяют сбалансировать энергетические процессы в организме человека и тем самым содействовать выздоровлению.

Задания, направленные на развитие мелкой моторики, такие, как перебирание, пересыпание, поиск янтарных фигурок в сундуке, наполненном янтарем, сортировка по оттенкам янтарной крошки, прикладное творчество с использованием мелких камней янтаря – активно стимулируют речевые и двигательные центры.

Испарения янтарной смолы, янтарная ароматерапия, способствуют релаксации, благотворно влияют при заболеваниях органов дыхательной системы.

Древний камень насыщен отрицательными ионами, которые стимулируют обменные процессы не только в верхних дыхательных путях, но и в трахее, бронхах и в самих легких. Испарения способствуют снятию спазмов, улучшают кровообращение, помогают ликвидировать отеки, воспаления.

Целебное воздействие тепла янтарного камня в сочетании с человеческим теплом и участием, развивают контакты и навыки сотрудничества, творческие и коммуникативные способности.

Ну и, конечно же, янтарное великолепие стен или оформление комнаты доставляют эстетическое наслаждение.

### **Как занимаются в янтарной комнате?**

Янтарная комната имеет большие возможности для психологической реабилитации. Поэтому занятия в ней могут проходить с участием психолога, а именно:

- Коррекционные занятия с ребенком, направленные на развитие его личностной, познавательной, эмоциональной и мотивационной сфер;
- Семейная психотерапия – в таких занятиях участвуют родитель и ребенок;
- Сеансы релаксации;
- Стимуляция сенсорного и моторного развития.

В данных занятиях могут быть использованы такие современные методы работы, как телесно-ориентированная психотерапия, поведенческая, арт-терапия, музыкотерапия, песочная терапия (вместо традиционного песка используется янтарная крошка) и многие другие.

Занятия могут проходить в индивидуальной форме с ребенком, в паре «родитель-ребенок», в групповой форме (дети, дети совместно с родителями).

### **Кому полезны занятия в янтарной комнате?**

Посещение янтарной комнаты ребенком должно быть согласовано с врачом. Если говорить о показаниях, в ян-

тарной комнате могут заниматься дети раннего и дошкольного возраста, имеющие различные психоневрологические нарушения и проблемы в развитии:

- Органические поражения центральной нервной системы (в том числе, ДЦП);
- Аутизм;
- Синдром Дауна;
- Задержка психо-речевого развития;
- Гидроцефалия;
- Детские неврозы;
- Синдром гиперактивности;
- Вегето-сосудистая дистония и другие заболевания.

### **Результаты занятий**

Данный метод реабилитации, как и многие другие, является курсовым. Т.е. для достижения эффекта необходимо пройти цикл сеансов. По итогам занятий в янтарной комнате у детей отмечаются положительные изменения в виде улучшения развития речи, памяти, мышления, мелкой моторики, исследовательской активности и интереса, игровой и учебной деятельности.

Результаты наблюдения врачей свидетельствуют, что дети, которые в комплексной реабилитации регулярно посещали янтарную комнату, становятся эмоционально стабильными, позитивными, они лучше переносят реабилитационные нагрузки и дают лучшие результаты комплексной терапии.

## 26. МОЗЖЕЧКОВАЯ СТИМУЛЯЦИЯ



### **Что такое мозжечковая стимуляция?**

Мозжечковая стимуляция — специально комплекс упражнений, который позволяет развивать головной мозг, в том числе его участки, отвечающие за формирование высших психических функций.

Программа мозжечковой стимуляции нормализует работу ствола мозга и мозжечка. В результате занятий не только улучшается физическая форма пациента, но повышается пластичность головного мозга, преодолевается его функциональная незрелость, что позволяет добиться рывка в формировании навыков адаптации и коррекции поведенческих нарушений. Познавательные и мыслительные навыки можно улучшить через многократное и четко выстроенное выполнение упражнений на равновесие. Они позволяют улучшить синхронизацию и взаимодействие полушарий мозга, и, как следствие, взаимодействие вестибулярной, зрительной, тактильной и кинестетической систем. В результате эффек-

тивность работы мозга повышается и проблемы, связанные с процессом анализа и обучения, исчезают.

Программа Learning Breakthrough на оборудовании Valametrics – это программа мозжечковой стимуляции, созданная в США в середине XX века.

Ее основателем стал доктор Фрэнк Бильгоу, который в начале 1960-ых годов, будучи учителем в школе, заметил, что дети, делающие на переменах упражнения на равновесие, координацию движений и развитие зрительно-моторной координации, более успешны в учебе. Этот простой факт и стал основой разработки его системы развития мозжечка как средства повышения успеваемости детей в школе. Именно он первым во время работы с детьми, плохо умеющими читать, выявил связь между двигательной активностью и изменениями навыков чтения. Тогда же Ф. Бильгоу разрабатывает специальный снаряд – балансировочную доску и придумывает целую серию упражнений на ней.

Впоследствии его программа получила название Learning Breakthrough, что можно перевести как «Прорыв в обучении». Она является результатом более чем 30-летних наблюдений и исследований, которые проводили американские ученые. Данная программа уникальна по своей продуманности и системности и, что самое главное, неоднократно доказавшая свою эффективность!

### **Как работает программа Learning Breakthrough?**

В основе программы мозжечковой стимуляции лежит система тренировок на балансировочной доске Бильгоу. Упражнения чем-то похожи на лечебную физкультуру.

Стоя на балансировочной доске, ребенок выполняет задания инструктора, одновременно пытаясь удержать равновесие. Поверхность доски имеет специальную разметку, а угол наклона платформы можно отрегулировать рокерами. В зависимости от уровня наклона изменяется и уровень сложности упражнений, которые направлены на синхронизацию двигательных и познавательных навыков, развитие зрительно-моторной координации.

Например, ребенок, удерживая равновесие на балансирующей доске, перебрасывается с инструктором большим мячом и называет при этом буквы алфавита, домашних или диких животных и т.д. Так же в занятия мозжечковой стимуляции включаются упражнения на интерактивной платформе. Это когда ребенок стоит на специальной платформе, которая очень чутко реагирует на любые его движения, а на мониторе демонстрируется информация, полученная по каналам обратной связи, и выполняются различные задания, похожие на увлекательную и интересную игру.

Курс дополняется вестибулярными упражнениями на батуте, фитболе, гимнастической скамье и т.д. Некоторые упражнения выполняются в специальных (переворачивающих изображение) очках.

Инструктор следит за последовательностью и правильной очередностью выполняемых заданий, за техникой безопасности в использовании оборудования. Обязательно начинает с простого и переходит к сложному, создает дополнительную мотивацию для выполнения заданий.

Для каждого ребенка разрабатывается индивидуальная программа, при этом учитывается возраст ребенка, его возможности и особенности.

Цель таких упражнений – научить мозг правильно обрабатывать информацию, полученную от органов чувств, улучшить навыки речи, письма рукой, развить навыки чтения, концентрацию внимания, математические навыки, стимулировать развитие памяти и понимание.

Занятия можно начинать, если ребенку исполнилось 3-4 года. Оптимальная периодичность занятий 3 раза в неделю по 30-40 минут.

### **Показания**

Это прежде всего дети с:

- Нарушением внимания
- Гиперактивностью

- Поведенческие расстройства
- Нарушение осанки
- Нарушениями работы вестибулярного аппарата
- Проблемами с обучением
- Нарушениями устной и письменной речи
- Нарушениями координации движений и моторной

неловкости

- Дисграфии
- Дислексии
- Диспраксия
- Нарушениями аутического спектра
- ЗПР, ЗРР, ММД, СДВГ

### **Результаты**

В ходе занятий повышается пластичность мозга, появляется возможность заполнить пробелы и восполнить недостатки функциональности базовых структур головного мозга. Улучшается успеваемость, навыки социальной адаптации, взаимоотношения в семье, стабилизируется психоэмоциональное состояние, ребенок обретает хорошую физическую форму, исправляется его осанка, заметно улучшается координация движений. Мозжечковая стимуляция также значительно улучшает эффективность любых коррекционных занятий (с логопедом, психологом, дефектологом).



Макатон



АВА-терапия

Нумикон



ПЕКС



# АЛЬТЕРНАТИВНАЯ КОММУНИКАЦИЯ, КОРРЕКЦИЯ ПОВЕДЕНИЯ, ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Монтессори



Жестовый язык



## 27. ПЕКС (PECS)



### Что такое PECS и кому это помогает?

PECS – это одно из средств альтернативных средств коммуникации. PECS (PECS – Picture Exchange Communication System) – система общения с помощью обмена картинками. Ребенок может хорошо слышать и даже понимать обращенную к нему речь, но при этом не может произнести ни слова или произносит звуки, которые трудно понять. Непонимание со стороны взрослых приводит к истерикам и постепенно к избеганию вступления в контакт с кем-либо. Понять смысл картинки гораздо легче, поэтому ребенок может общаться таким образом с ровесниками, членами семьи, людьми на улице, в магазинах и ресторанах.

Метод основывается на том, что фактической речевой деятельности ребенка должен предшествовать какой-то повод для общения.

Таким образом, система PECS применяется у детей с проблемами установления контактов и коммуникации, в том числе у неговорящих детей с расстройствами аутистического спектра.

Обучение способствует развитию речи у ребенка – некоторые дети после начала программы PECS начинают использовать спонтанную речь.

### **Как работает PECS?**

В системе PECS общение основывается на обмене картинками, которые показывают желаемый предмет или желаемую деятельность ребёнка.

Коммуникационный партнер (родители, братья и сестры, учителя и другие) исполняют желания ребёнка, после получения от него картинки. Желания могут быть разные, например:

1. Я хочу качаться на качелях;
2. Я хочу конфету;
3. Я хочу гулять.

Ребёнка необходимо поощрять произносить по возможности отдельные слова или целые предложения.

### **Зачем это нужно?**

- Одним из самых веских аргументов в пользу этой альтернативной системы коммуникации является то, что неговорящий ребёнок получает возможность сообщать близким о своих потребностях;

- Даже в тех случаях, когда ребёнок был способен говорить отдельные слова, картинки подскажут ему как правильно и последовательно выстраивать слова в предложении;

- Если у ребенка есть возможность и способности, чтобы заговорить – использование карточек PECS только ускорит возникновение речи, а также процесс ее освоения;

### **Этапы работы**

Обучение проходит в несколько этапов. Эти этапы должны привести к желаемым результатам, когда ребенок будет

использовать простые фразы для выражения спонтанной просьбы, отвечать на вопрос «что ты хочешь?» и реагировать на другие простые вопросы типа «что ты видишь?» правильными фразами типа «я вижу птичку».

Метод начинается с определения того, что ребенок любит и хочет. Поэтому, чтобы начать, очень важно определить круг интересов ребенка, и те предметы и действия, которые он обычно просит.

*Это можно сделать несколькими способами:*

1. Наблюдение за ребенком и запись данных в таблицу. Можно понаблюдать, чем любит заниматься ребенок в свободное время; что он любит есть каждый день из обычных блюд, и что выбирает из вкусенького; с кем предпочитает проводить время; какие места любит посещать, и другие предпочтения ребёнка.

Все полученные данные для удобства можно зафиксировать в подобную таблицу:

Любимые блюда, еда, сладости Любимые напитки

Любимые занятия Любимые игры

Места, в которых любит бывать

Люди, с которыми любит проводить время и т.д.

2. Проверка мотивационных стимулов. Можно собрать все любимые предметы ребенка вместе, и дать ему выбрать либо из всего комплекта, либо – из пары любимых предметов. Можно также обратить внимание, какие стимулы или предметы ребенок выбирает чаще, какие – реже, с какими ему сложно расставаться, а какие – он отдает без сожаления.

И на основе тестирования записать данные в таблицу:  
Наиболее предпочтительный предмет (стимул) Наименее предпочтительный предмет (стимул) Нейтральный стимул

*После того, как определены предпочтения ребёнка, следует подготовить материалы:*

1. Карточки с изображением всех любимых мотивационных стимулов и занятий. Желательно, не в полную величину, а размером 5х5 см.

2. «Липучки» (клеякая лента)

3. Папку и бумажные разделители, на которые можно будет прилепить карточки на липучках. Эти разделители будут расположены в папке, как листы в книге.

4. Для будущего использования – картонную полоску с липучкой, на которую можно прикреплять несколько карточек в определенном порядке – для построения предложений.

Взрослым нужно помнить, что по мере увеличения коммуникативных инициатив (самостоятельных обращений) от ребенка и расширения его словарного запаса, начального комплекта карточек будет недостаточно, и в процессе обучения необходимо будет готовить дополнительные карточки.

Основной целью первого этапа обучения является научить ребенка подавать коммуникативному партнеру карточку, для того, что бы получить тот предмет, который он хочет. То есть когда ребенок видит мотивационный стимул (например, игрушку), он берет картинку, протягивает ее учителю, и оставляет картинку в руке учителя.

На данном этапе обучения присутствуют двое взрослых. Один из взрослых – «коммуникативный партнер» сидит на- против ребенка и держит в руках предмет, который ребенок хочет получить. Второй взрослый – «фея» – сидит позади ребенка, и физически направляет руку ребенка к картинке, помогает ему взять картинку и протянуть ее «коммуника- тивному партнеру».

Когда ребенок кладет карточку в руку «коммуникативного партнера» – только тогда «коммуникативный партнер» произносит наименование данного предмета, и сразу же дает его ребенку. Данным действием «коммуникативный партнер» озвучивает просьбу ребенка, и в дальнейшем, если ребенок научится произносить слова – он сможет сопровождать просьбу словами.

На первом этапе целью является само действие подачи карточки, а не выбор предметов, и не разнообразие просьб.

Поэтому, используется только один предмет, и только одна карточка.

Что делать, если ребенок не проявляет инициативу? Просто перейти к следующему предмету по списку. Например, ребенок больше не хочет конфету, можно начать работать над складыванием пазла (если изначально это действие является мотивационным для ребенка!).

То есть, на первом этапе желательно «отработать» весь репертуар интересов ребенка. НО! Каждый раз только по одному предмету и только с одной соответствующей карточкой! Очень важно проводить обучение интенсивно, и тренировать до тех пор, пока ребенок не сделает это действие (подаст карточку) – 30-40 раз в день.

В процессе обучения необходимо, что бы «коммуникативный партнер» и «фея» менялись местами и ролями, для того, что бы научить ребенка обращаться с просьбами к разным людям.

Основная цель второго этапа – это закрепить и обобщить навык, обученный на первом этапе – подача карточки коммуникативному партнеру, для того, что бы получить желаемый предмет.

Ко второму этапу можно перейти, если ребенок научился подавать от 10 до 24 карточек, и делает это самостоятельно и без физической подсказки «феи».

На втором этапе, как и на первом, отсутствует выбор. То есть перед ребенком всего одна карточка, и всего один предмет. И так же, как и на первом этапе, не используются словесные подсказки.

Но, если на первом этапе от ребенка требовалось всего лишь подать карточку, то на втором этапе от ребенка требуется более сложная реакция. Например, взять карточку, встать из-за стола, и подойдя к взрослому, положить ему в руку карточку. Или, ребенок находится в пространстве, а не за столом. Он увидел, что взрослый держит в руках желаемый предмет – ребенок идет к столу, берет карточку и вместе с карточкой подходит к взрослому.

Задачи «феи» здесь – физически направлять ребенка к карточке, или партнеру, если ребенок теряет сосредоточенность, и не может сделать это самостоятельно.

Данный этап обучения PECS не прекращается никогда. То есть, для любой нововведенной карточки нужно отработать все варианты, и удостовериться в том, что ребенок может принести эту карточку в любой ситуации.

На данном этапе следует постоянно работать над усложнением реакции, и научить ребенка переходить из комнаты в комнату, для того, что бы найти «партнера» или карточку, обращаться с просьбой к различным партнерам, включая сверстников, и сопровождать просьбу взглядом.

Введение системы альтернативной коммуникации не означает, что ребенок лишается возможности в будущем пользоваться речью. Карточки PECS – для кого-то это временная мера, ускоряющая возможность освоить речь.

## 28. МАКАТОН



### Что такое «макатон»?

МАКАТОН (MACATON) – это уникальная языковая программа, сочетающая звучащую речь, жесты и символы. Все это используется, чтобы помочь людям с различными нарушениями коммуникации общаться.

Использование жестов делает коммуникацию возможной для детей, у которых отсутствует речь или речь которых неразборчива. Символы могут помочь общаться тем, кто не может жестикулировать или предпочитает графическое выражение речи.

В то же время Макатон разрабатывался с целью поддержки устной речи, поэтому жесты и символы используются вместе с речью, в том же порядке, в каком произносится устная фраза.

Главное отличие Макатон от других программ альтернативной коммуникации – это использование разных каналов передачи и восприятия информации, когда одному понятию соответствуют сразу жест и символ. Вместе с жестами всегда используется грамматически правильная речь педагога.

Макатон – очень гибкая программа, которая может быть адаптирована под нужды каждого и применяться на подходящем для него уровне.

Макатон применяют в более чем 40 странах мира. Макатон – прежде всего вспомогательный вид коммуникации, и лишь в случае, когда развитие речи невозможно, он становится альтернативным.

Не следует путать Макатон и жестовый язык, который используют глухонемые. Макатон – это система упрощенных жестов, которые легко показать и, что самое главное, легко понять. Из языка глухонемых в упрощенном варианте заимствуются только некоторые понятия.

### **Для кого это предназначено?**

Макатон успешно используется в работе с детьми и взрослыми с широким спектром коммуникативных трудностей: с расстройствами аутистического спектра, ДЦП, синдромом Дауна, с различными психо-неврологическими заболеваниями, а также для детей с нарушениями слуха. Иными словами, данная система может применяться, если у детей есть следующие трудности:

- Удерживать внимание и слушать другого человека;
- Понимать речь других;
- Прогнозировать дальнейшее развитие событий;
- Осуществлять процесс говорения;
- Говорить так, чтобы другие их поняли;
- Сообщать другим о своих чувствах, желаниях, мыслях и предпочтениях;
- Обучаться письму и чтению.

Если ребенок обучается данной системе, его окружение (родители, специалисты, родственники и друзья, предста-

ватели социальных и образовательных учреждений) также ее используют.

Некоторые специалисты утверждают, что Макатон помогает и полностью здоровым детям успешнее овладеть речью.

### **Что дает использование системы Макатон?**

- Осуществление простой коммуникации (общения);
- Помощь в понимании других людей;
- Развитие языковых навыков и способностей;
- Облегчение социального взаимодействия;
- Выстраивание взаимоотношений с другими;
- Стремление к равным возможностям для всех;
- Подготовка к обучению письму и чтению.

### **Что входит в систему Макатон?**

*Словарь.* Количество понятий основного словаря ограничено (всего около 450 слов). Туда входят понятия, связанные с повседневным бытом и окружением человека (семья, еда, предметы, животные, здания, погода, время, числа, чувства, отношения, основные глаголы действия и т.д.). Всего в основном словаре 8 уровней (связанных также с уровнем сложности) и 9 уровень – дополнительный.

Уровни словаря построены так, что на первом месте оказались слова, позволяющие выразить потребности человека и договориться с собеседником, кроме того уровни отличаются друг от друга по сложности (обучение поделено на этапы).

Для людей с большими коммуникационными потребностями существует дополнительный словарь (около 7000 слов). В нем слова разделены по категориям: люди, профессии, транспорт, чувства, хобби и т.д.

*Жесты.* В программы вошли жесты, которые наиболее часто, спонтанно используются детьми для обозначения понятий, а также те, которые являлись частью естественного общения. Выбор жестов также характеризовался их ясностью и простотой исполнения. Некоторые жесты имеют 2 варианта – для двух или одной руки.

*Грамматика.* Вместе с жестами всегда используется грамматически правильная речь. Это очень важное правило.

### **Как используется Макатон?**

Макатон может использоваться как вспомогательная программа (в этом случае жестовый язык используется одновременно с речью, когда появляется ясная речь, жесты убираются) либо как альтернативная (когда жесты полностью замещают речь).

Полная версия жестового языка предназначена для случаев:

Когда имеются достаточно высокие интеллектуальные способности (в этом случае МАКАТОН – один из этапов перед переходом на более высокий уровень, например – элементы жестового языка глухонемых);

Когда имеют место комплексные нарушения развития (например, когда к интеллектуальной недостаточности прибавляется глухота), окружение которых использует язык глухонемых.

Жестам в МАКАТОНе всегда сопутствует соответствующее выражение лица, интонация, движения тела, пространственная ориентация. Многие жесты различаются в зависимости от того, о ком идет речь – обо мне, или о собеседнике. Жест «смотреть», например, используется с указанием направление – на что смотреть. Поскольку знаки используются вместе с речью, темп их – абсолютно естественный и спокойный.

### **Как начинать обучение?**

Формирование индивидуального словаря (отбор наиболее значимых понятий). Составляется список А и список В

*Список А* – понятия, которые мотивируют, связаны с личным опытом, могут использоваться в различных ситуациях. Это то, на что будут провоцировать ребенка, чтобы он самостоятельно их использовал («есть», «пить», «сок», «яблоко», «конфета», «мама», «папа» и т.д.).

*Список В* – используется для создания смыслового контекста сообщения. Взрослый использует этот список для лучшего понимания его ребенком, но специально этим жестам, символам не учит (например, «садись», «вставай», «иди сюда», «дай», «смотри» и т.д.).

Далее слова объединяются в тематические группы, в рамках которых они будут изучаться.

Затем начинается применение жестов и символов в разных условиях и ситуациях.

И, наконец, – ребенок спонтанно использует жесты и символы в естественной среде.

### **Как улучшить понимание символов и жестов?**

- Использовать в работе реальные объекты и игрушки, картинки и фотографии;
- Соотносить (сравнивать) жесты и символы;
- Применять метод поэтапного обучения при выполнении повседневных дел.

### **Что важно учесть при обучении?**

- Необходимо расширять словарный запас – не стоять на месте, вводить новые слова;
- Обучать глаголам;
- Соединять слова друг с другом для построения фраз – «иди кушать», «садись на стул», «где мама», «дай сок», «не хочу мыться»;
- Партнер по общению (взрослый) должен использовать фразы из 2х и более слов-жестов;
- Двигаться в сторону связной речи – использовать предлоги (и, в, на, под);
- Работать над развитием социальных навыков и поощрять использование жестов и символов.

### **Как можно использовать Макатон?**

- Совместное составление расписания с использованием символов;
- Манипулирование игрушками с жестовым сопровождением;

- Совместное рассматривание (название, что с этим делают, какого цвета, формы и т.д.);
  - Одновременное рисование (говоря об объекте, сразу символически изображать, рисовать его);
  - Картинки, графические изображения прикрепляются в самых распространенных местах, вводятся в быт (маркируются предметы и помещение);
  - Соотнесение объектов и картинок с написанным словом;
  - Игра в лото, парные картинки и др.;
  - Составление ритмических стихов с жестами;
- Кроме того, символы привлекательны для детей с особенностями развития и помогают удерживать интерес.

## 29. ЖЕСТОВЫЙ ЯЗЫК



### Что это такое?

Язык жестов – одно из средств, относящихся к альтернативной коммуникации (несловесные средства общения, которые используются либо самостоятельно, либо в сопровождении речи).

Жест – некоторое действие или движение человеческого тела или его части, имеющее определённое значение или смысл, то есть являющееся знаком или символом.

### Несколько причин использовать жесты при нарушениях коммуникации

- Как и все альтернативные методы общения, жестовый язык используются в тех случаях, когда развитие речи задерживается или развито недостаточно хорошо;
- Бывают случаи, когда понимание речи намного опережает собственную речь ребенка, или имеется нарушение

слуха, снижение слухового восприятия. Тогда использование альтернативных методов, в частности жестов, помогает ребёнку лучше понять взрослого, донести до собеседника послание, когда речь ещё не сформирована, либо неразборчива, сообщить о своих желаниях, интересах, просьбах;

- Жесты делают слово «видимым»;
- Жесты помогают ребёнку лучше запоминать и усваивать новые слова и пользоваться словами, которые он ещё не может произнести;
- Использование жестов может быть и временным мостиком при переходе к устной речи – использование жестов постепенно исчезает и появляется устная речь. Иными словами, по мере усвоения устной речи дети, обычно перестают пользоваться жестами и начинают использовать речь.

Многие родители испытывают страх перед использованием системы жестов: «А вдруг мой ребёнок не захочет говорить, если будет использовать жесты вместо слов?» Здесь следует понимать, что жесты стимулируют развитие речи, когда используются совместно со словом, которое проговаривается вслух.

### **Какие бывают жесты?**

- Символические социальные жесты и движения. Данные жесты ребёнок усваивает постепенно в процессе ситуативного общения: указательный жест, Да, Нет, Нельзя, Дай, На, Иди сюда и другие.
- Дополнительные социальные жесты: Смотри (указательный палец к глазу), Слушай (указательный палец к уху), Говори (указательный палец ко рту) и т.п.
- Группа жестов, являющихся имитацией простых предметных действий. С данными жестами ребёнок начинает знакомиться и использовать их постепенно, по мере формирования предметной деятельности: Ложка, кушать, Каша, варить кашу, Чашка, пить и т.п.
- Жесты описательного характера. Передают черты и свойства, присущие определённому субъекту: Зайчик – показать, как прыгает зайчик или изобразить «ушки»; Кошка

погладить ладонью одной руки тыльную сторону другой руки или изобразить усы; Курочка – жест «клюёт» и т.п.

### **Как изучают язык жестов?**

Для изучения и запоминания жестов можно использовать альбом с крупными картинками или фотографиями, изображающими эти предметы или действия, сопровождая показ соответствующими жестами. Альбомы можно включать в сюжетную игру, например, при изучении распорядка дня. Также для запоминания жестов используются разнообразные пальчиковые игры и стихи.

### **Преимущества и недостатки системы жестов**

#### *Преимущества:*

- Руками для использования системы жестов мы можем воспользоваться всегда, в отличие от других специальных приспособлений;

- Язык жестов легче понять и «произнести», чем речь;
- Язык жестов часто нагляден;
- Ребёнку можно помочь своими руками;
- Обращение идёт непосредственно к тому, с кем говорят, и имеет место зрительный контакт;

#### *Недостатки:*

- Некоторые жесты могут быть не всегда понятны;
- Такое общение недоступно для детей с нарушениями двигательных функций;
- Жесты динамичны, то есть исчезают сразу после того, как их «произнесли»;
- Ребёнок должен помнить жесты и извлекать их из памяти.

Все «за» и «против» использования языка жестов, как, впрочем, и любой методики альтернативной коммуникации, должны быть учтены в каждом конкретном случае. И такое решение может быть принято после консультаций специалистов, которые помогут оценить все сильные и слабые стороны развития ребенка, его возможности и, исходя из этого, выбрать оптимальную методику.

## 30. АВА-ТЕРАПИЯ



### Что это такое?

АВА-терапия – прикладной анализ поведения, самая изученная методика, разработанная для коррекции аутизма. Это научный метод обучения, основанный на психологических теориях о поведении.

Как научная дисциплина АВА изучает поведенческие процессы, а терапевты – используют методы на практике. В частности, при работе с детьми с аутизмом.

С помощью АВА-терапии как коррекционно-развивающей методики можно решать многие задачи:

- Формировать новое поведение, то есть, учить ребенка тому, что он пока не умеет делать;
- Можно увеличить частоту желаемого поведения. Например, если ребенок обращается с просьбой, но очень редко или говорит «мама» (только один раз в неделю), можно работать над увеличением частоты такого поведения;

- Снижать частоту нежелательного поведения;
- Можно работать над тем, чтобы проблематичное, нежелательное или опасное поведение совсем угасло.

### **Кому полезна АВА-терапия?**

Прикладное назначение АВА-терапии полезно при расстройствах аутистического спектра, а также при наличии агрессивного поведения, проблемного поведения и непослушания.

### **Как проводится АВА-терапия?**

Работа в АВА проводится по программе, которая строится индивидуально для каждого ребенка. АВА программа состоит из комплекса упражнений для развития определенных навыков и для коррекции того или иного нежелательного поведения.

Для определения целей работы используется тестирование уровня первоначальных навыков.

Специалист, который работает с ребенком, должен установить так называемое сотрудничество и руководящий контроль, только после этого начинается взаимодействие и реализация программы. И все это обязательно делается в связке с родителями.

В программе обычно указываются критерии успеха – то есть такие показатели, которые позволят считать цель достигнутой и система сбора данных.

Сбор и анализ данных о продвижении ребенка – одна из характерных черт работы в рамках АВА-терапии. На основании данных о продвижении вносятся коррективы в программу, выбираются новые цели.

Если цели за определенный период времени не достигнуты, следует принять решение о замене метода обучения или замене используемой системы подсказок. Такое построение процесса делает обучение динамичным, эффективным, «ребенкоориентированным» и дает педагогу понимание того, к чему в каждый момент он должен стремиться и что позволит считать цель достигнутой.

Важнейшим компонентом АВА программы является обобщение обученных навыков. Поэтому в процессе ее применения важно не ограничиваться работой в одной комнате, а применять обучающие занятия в разнообразных местах и в разнообразных ситуациях.

АВА программа не предназначена только для обучения на дому. Более того, АВА программа может применяться не только в индивидуальном формате, но и в групповом, а также являться основой инклюзивной программы обучения. АВА сопровождает ребенка в любом виде деятельности, в любой среде, в любое время и в любых условиях.

Необходимые условия успеха – постоянный мониторинг прогресса, выполнение рекомендаций старшего специалиста, сопровождающего программу, единство требований всех участников процесса (необходимо согласовать планируемые изменения с бабушками и дедушками, а также с доверенной няней, если она есть у ребенка). Многие мамы и папы говорят о том, что АВА это не столько занятия, сколько образ жизни и от того, насколько семья ребенка готова принять участие в работе, зависит успех маленького человека в продвижении к учебным целям.

Важно отметить, что не существует «типичных» АВА программ. Для каждого ребенка цели для обучающей программы выделяются на индивидуальной основе.

Чаще всего на практике работа АВА терапевтов сосредоточена на обучении ребенка новым навыкам, в то время как родители, включенные в процесс обучения, продолжают работу терапевта, и помогают ребенку обобщить обученные навыки, а также являются основными посредниками в обучении навыкам самопомощи и гигиены, коррекции нежелательного поведения и обучения навыкам коммуникации.

### **Кто проводит занятия?**

Занятия проводит АВА-терапевт. Он владеет техникой, методиками, может работать по программе. Над каждым терапевтом есть куратор или супервизор.

Но практика АВА терапевта не ограничена наличием лицензии или профильного образования.

Применять поведенческие методы обучения могут:

- Родители ребенка;
- Терапевты АВА без профильного образования (студенты, няни, родственники). Наличие высшего образования необязательно;
- Терапевты АВА с профильным образованием (студенты, няни, родственники, обучающиеся либо ранее обучавшиеся по психолого-педагогическим специальностям);
- Специалисты психолого-педагогического профиля – коррекционные педагоги, детские психологи, логопеды, дефектологи, и др.

### **Почему АВА-терапия эффективна?**

Все стратегии АВА терапии основаны на научно доказанных принципах формирования поведения. Поведенческий специалист систематически применяет данные принципы в коррекции поведения и в обучении навыкам.

Каждая АВА программа разрабатывается индивидуально, с учетом всех сильных и слабых сторон ребенка. Во время работы с ребенком ведется постоянное отслеживание прогресса. Соответственно, поведенческий специалист может проанализировать причину недостаточного прогресса и вовремя модифицировать программу.

### **Условия эффективности АВА-терапии**

Прогноз эффективности программы зависит от следующих факторов:

- Программы прикладного анализа поведения наиболее эффективны, если их начинать в раннем возрасте (до 5 лет). Но они могут помочь детям и более старшего возраста. Обычно полезны программы, выполняемые один на один, иногда они дают поразительные результаты;
- Занятия должны занимать много времени и проводиться регулярно, от 20 до 40 часов в неделю, в зависимости от того, ходит ли ребенок в детский сад или школу или

нет. Если ребенок занимается только от случая к случаю, то интенсивного прогресса ожидать не стоит;

- Соответствующее образование АВА-терапевта и постоянный контроль эффективности занятий и прогресса детей;

- Качество программы, в рамках которой обучается ребенок, чрезвычайно важно. Если АВА программа составлена не профессионально, если не ведется запись прогресса, если программа не модифицируется в соответствии с прогрессом ребенка, то прогресс будет медленным или вообще отсутствовать;

- Согласованность в действиях людей, которые работают с ребенком. Если люди, работающие с ребенком, действуют вразнобой, не всегда следуют рекомендациям программы (согласованность действий особенно важна в коррекции проблемного поведения), то тогда прогресс будет незначителен;

- Интеллектуальное развитие ребенка. Еще только 20 лет назад считалось, что примерно 70% детей с аутизмом также имеют умственную отсталость. На данный момент, статистика говорит, что только 40% детей с аутизмом будут иметь умственную отсталость к 8-10 годам, при успешно разработанной и рано начатой АВА терапии.

### **Роль родителей**

Родители проводят основную часть времени с ребенком. Невозможно описать всей важности участия родителя в коррекционной программе ребенка. Родитель должен понимать, что делать в тех ситуациях, когда ребенок плохо себя ведет, и понимать, почему ребенок ведет себя именно так. Родитель должен знать, как обобщать навыки, которые ребенок выучил во время занятия, в ежедневных ситуациях.

Реакция родителя на поведение ребенка является ключевым фактором в коррекционной программе. Специалист может заниматься с ребенком, но когда он уходит, родитель должен знать, что делать.

Любая поведенческая программа должна включать родителя в процесс обучения и давать ему необходимое знание о том, что делать с ребенком, когда он демонстрирует проблемное поведение. Только тогда влияние программы на поведение ребенка будет наиболее значимым.

## 31. МОНТЕССОРИ



### Суть метода

Данная методика получила свое название по имени ее автора. Итальянский врач и педагог Мария Монтессори создала свою систему, как альтернативу традиционной педагогике. Она начала применять свою систему в 1907 году в работе с детьми дошкольного возраста с умственной отсталостью. Ей удалось создать уникальную развивающую среду, в которой даже детишки с проблемами приобретали знания и навыки такого уровня, что не уступали в развитии своим беспроблемным ровесникам.

Основная идея заключалась в стимулировании ребенка к саморазвитию, поместив его в подготовленную среду, имеющую четкую логику построения и соответствующую психологическим потребностям ребенка.

Сейчас эта педагогическая система – одна из наиболее популярных во многих странах мира. По ней работают многие детские сады, развивающие центры и даже школы, в том числе и в России.

Ее метод предназначался для детей от 3 лет. Однако, сейчас занятия по методу Монтессори проводятся для детей и более раннего возраста (вместе с мамой).

Автор разработала огромное количество специальных материалов для своих студий. На первый взгляд, они похожи на игрушки, но сама Монтессори настаивала на том, чтобы говорить «материаль» вместо «игрушки» и «заниматься» вместо «играть». Сегодня таких материалов уже гораздо больше, чем когда-то присутствовало в оригинале.

### **Для кого этот метод?**

На сегодняшний день система Марии Монтессори – одна из самых востребованных методик развития ребенка. Поскольку система, разработанная Марией Монтессори, предусматривает индивидуальный подход педагога к каждому ребёнку, она хорошо подходит для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, такие, как, задержка психо-речевого развития, интеллектуальные нарушения, ДЦП и другие нарушения физического и психического развития.

### **Что дает это метод?**

Методика Монтессори помогает развить моторику, восприятие, внимание, мышление, память, речь, а также самоконтроль и самостоятельность.

### **Монтессори-среда и Монтессори-материалы**

Вот самый главный принцип системы Марии Монтессори: каждый ребенок развивается по своему личному, абсолютно индивидуальному плану в специально подготовленной среде.

Такая среда имеет точную логику построения. Расположением полок среда для занятий детей от 3 до 6 лет разделена на 5 зон:

- Зона упражнений в повседневной жизни – материалы, с помощью которых ребенок учится следить за собой и своими вещами, т.е. то, что нужно в повседневной жизни;
- Зона сенсорного воспитания. С помощью материалов, находящихся в этой зоне, ребенок развивает свое зрение,

осязание, вкус, обоняние, слух, а также имеет прекрасную возможность изучить величины, размеры, формы потренироваться в различении температуры, ощутить разницу в весе предметов и развить мускульную память;

- Математическая зона – для понимания счета, цифр, состава чисел, сложения, вычитания, умножения, деления;

- Зона родного языка предназначена для расширения словарного запаса, знакомства с буквами, понимания состава слов и их написания;

- Зона Космоса предназначена для знакомства с окружающим миром и значением роли человека в нем, для усвоения основ ботаники, зоологии, анатомии, географии, физики, астрономии.

Все Монтессори-материалы предполагают возможность самоконтроля, то есть ребенок сам видит свои ошибки. Материалы Монтессори изготовлены непременно из натуральных материалов и представляют собой нечто среднее между учебным пособием и развивающей игрой. Кстати, дизайн этих пособий не изменялся со дня их создания, то есть последние 100 лет.

Стоят они довольно дорого, так обычно изготавливаются из ценных пород дерева, очень качественные и некоторые довольно сложны в изготовлении. Однако многие пособия можно изготовить самостоятельно, главное – уловить принцип.

В большинстве материалов и заданий заложен принцип самокоррекции: ребенок сам видит свои ошибки, а не получает плохую оценку со стороны взрослого. «Помоги мне сделать самому» – вот принцип занятий системы Монтессори.

### **Как проходят занятия?**

В первую очередь это упражнения из области жизненной практики, которые помогают ребенку заботиться о себе, обучая его правильно застегивать пуговицы, шнуровать ботинки и многое другое.

Упражнения включают также материалы, которые связаны с переливанием, пересыпанием, ношением и сортировкой предметов – все то, что развивает движения рук и готовит к освоению письма, чтения и математических понятий.

Любое упражнение с дидактическим материалом Монтессори имеет две цели: прямую и косвенную. Первая способствует актуальному движению ребенка (расстегивание и застегивание пуговиц, нахождение одинаково звучащих цилиндров и т.п.), а вторая нацелена на перспективу (развитие самостоятельности, координации движений, уточнение слуха).

Помимо сказанного, сама обстановка и доступность абсолютно всех пособий побуждает детей искать ключи к окружающему миру.

### **Что представляют собой студии Монтессори от 0 до 3 лет?**

Занятия могут проходить следующим образом. Родитель приводит ребенка в помещение из одной-двух комнат, разделённых на зоны: зона для игр с водой, творческая зона, спортивная, зона для занятий с крупами, зона для изучения математических понятий (размер, объем предметов) и зона сенсорного развития (материалы, разные на ощупь).

Занятие длится от часа до полутора. Начинается оно с приветствия – дети собираются в круг, делают пальчиковую гимнастику, играют на музыкальных инструментах, танцуют. Приветствие длится не более 10-15 минут. После этого дети расходятся по комнатам, и принимаются за то занятие, которое им больше всего по душе. Каждый ребенок работает в собственном темпе и занимается тем, что ему интересно. За 15 минут до конца занятия педагог звонит в колокольчик и дети снова собираются в круг – делают зарядку, смотрят сказку.

### **Монтессори-среда дома**

Не стоит забывать, что воспитание ребенка начинается дома, что именно дома ребенок проводит большую часть

времени, и именно там у него возникают и закрепляются привычки и навыки, которые готовят его к взрослой жизни. Конечно, полноценную развивающую обстановку можно создать только в специальном Монтессори-центре, а полный комплект пособий Монтессори стоит достаточно дорого и места занимает немало. Однако и дома, пользуясь тем, что у вас уже есть, можно создать среду, наиболее благоприятную для развития ребенка и его самостоятельных занятий, для которых не нужны дорогостоящие пособия.

Самые простые предметы, которые есть в каждом доме, могут превратиться в Монтессори-материал. Например, ребенок может отрабатывать точность движений, пересыпая рис из кувшина в чашку. Когда у него станет получаться, можно усложнить упражнение, взяв вместо риса воду или сок. Еще точность движений, и заодно глазомер можно развивать, собрав несколько бутылок или банок разного размера, и предложив ребенку подбирать к ним правильные крышки.

Если есть обрезки тканей – они тоже могут стать Монтессори-пособием для другого упражнения. Для этого необходимо подобрать несколько видов ткани с различными текстурами – по два каждой, и пусть ребенок изучит их и научится собирать пары. Потом то же самое можно сделать завязав ему глаза.

Еще одна категория упражнений – упражнения «на ощупь» вообще очень полезны и интересны ребенку и тоже вполне доступны в домашних условиях. Можно просто собрать штук десять небольших предметов, которые хорошо знакомы ребенку (карандаш, пуговицу, ложку), сложить их в плотный мешочек и предложить ему опознавать предметы на ощупь, с завязанными глазами. Набор предметов можно корректировать в зависимости от возраста ребенка.

Это – только несколько примеров, показывающих несложные Монтессори-упражнения, которые родитель вполне может сам провести с ребенком. Существует множество других вариантов самостоятельного изготовления пособий.

Но при выполнении любых упражнений взрослым тоже необходимо следовать определенным правилам.

- Для пособий должно быть выбрано определенное место, которое будет известно и доступно ребенку. Так он сможет привыкнуть убирать за собой, и сам будет решать, чем сегодня будет заниматься, сколько раз повторить упражнение и когда остановиться. Только пусть ребенок усвоит, что нельзя бросать незаконченные дела, и надо довести начатое до конца, и только потом убирать пособия;

- Помните, в методике Монтессори самое главное – самостоятельная работа, поэтому нужно проявлять терпение и не пытаться что-то навязывать ребенку, равно как и не делать задание за него. То, что взрослый считает элементарным, для ребенка может быть непростой задачей. Суть Монтессори-упражнений – давать ребенку возможность действовать самостоятельно;

- Отсюда же вытекает еще одно правило: не надо лишних слов. Объясняя ребенку задание, говорите и показывайте только то, что необходимо. Пусть он сам на практике познаёт характеристики вещей, занимаясь собственной «исследовательской работой».

- Кроме того, комнату ребенка можно разделить на предусмотренные данной методикой зоны и наполнить соответствующими пособиями. Но ребенок должен легко находить и доставать необходимый предмет самостоятельно. Для этого нужно каждое пособие поставить на правильное место и поддерживать зонирование.

И, конечно же, любая работа с Монтессори-материалами не должна превращаться в тяжелую повинность. Ребенок учится, играя, и лучше воспринимает новое, когда настроен на это.

## 32. НУМИКОН



### Что это?

Нумикон – это программа и набор наглядного материала, созданные в Англии в для тех детей, которым сложно изучать математику. Нумикон разработан таким образом, чтобы задействовать сильные стороны маленьких детей – способность обучаться в практической деятельности, способность усваивать опыт в ходе простого наблюдения, способность запоминать, а затем узнавать при следующих предъявлениях стандартизованные образцы или шаблоны. Индивидуальный вид фигурок Нумикона помогаем детям увидеть связи между числами.

### Как выглядит Нумикон?

В Нумиконе числа от 1 до 10 представлены пластмассовыми формами-шаблонами разного цвета, благодаря чему числа становятся доступными для зрительного и тактильного восприятия.

Формы Нумикона устроены так, чтобы дети могли манипулировать ими, учиться соотносить их с соответствующими числами. Авторы этой программы убеждены, что важно использовать в учебном процессе как можно больше каналов восприятия ребенка – и слух, и зрение, и осязание, а также подключать движение и речь.

В некоторых пособиях Нумикона объекты расположены особым образом – структурировано. Дело в том, что структурированные объекты воспринимаются гораздо лучше, чем расположенные хаотично. Например, перед вами 8 кругов. Если вы увидели хаотичную группу кругов, можете ли вы, не пересчитывая, сказать, сколько их? А если круги расположены систематично, вы сразу видите, что их восемь.

С помощью форм Нумикона можно наглядно продемонстрировать основные свойства натуральных чисел: каждое следующее число на один больше, чем предыдущее, видна разница между четными и нечетными числами.

Нумикон можно использовать, чтобы формировать у ребенка понятие состава числа, простейшие счетные операции – сложение, вычитание. Он также помогает освоить такие темы, как сложение с переходом через десяток, умножение, деление и т. д., и может успешно использоваться при обучении школьников.

Кроме форм-шаблонов в набор входят также разноцветные штырьки, которые можно использовать как счетный материал и вставлять в отверстия форм-шаблонов, белые доски с круглыми выступами и схемы для наложения, с помощью которых можно выкладывать из деталей Нумикона картинки, например кораблик, машинку.

К набору прилагается «волшебный мешочек», в котором дети на ощупь находят заданный предмет или форму, а также числовая прямая и некоторые другие материалы.

### **Как работать с Нумиконом?**

Работа с Нумиконом поэтапная.

Начальный этап знакомства с Нумиконом предполагает, что дети много играют с деталями: смотрят на них, кру-

тят в руках, надевают на пальчики, вылавливают сачком из воды; используют в сюжетных играх, например, «жарят их на сковородке» или делают из них «бутерброды»; собирают бусы, нанизывая формы Нумикона или штырьки на шнурок; красят их красками и делают оттиски на бумаге или отпечатывают на пластилине, тесте.

Всё это нужно для того, чтобы дети как можно больше их рассматривали и трогали руками и таким образом запомнили, как они выглядят и какие они на ощупь.

Дети узнают, что детали имеют различный цвет и размер, что в каждой фигуре есть разное количество отверстий. Детали можно описывать такими словами, как «красная», «синяя», «большая», «маленькая», «самая маленькая». Можно называть их «три», «пять», «семь» и т. д. Однако на этом этапе детям не предлагается пересчитывать количество отверстий в каждой форме. Все детали воспринимаются целостно, глобально. А слова «три», «пять» и «семь» пока являются только именами желтой, красной и розовой форм соответственно.

Когда дети начинают конструировать из форм Нумикона различные плоскостные изображения (дорожки, домики, машинки, животных) по образцу или по схеме, накладывают детали на белую доску, пытаются составить одну большую форму из двух и более деталей, они знакомятся с новым свойством – узнают, что формы можно состыковывать, располагая рядом без промежутка.

На следующем этапе добавляются игры на сравнение форм Нумикона по размеру. На основе сравнения дети выполняют задания по выкладыванию форм в последовательность от меньшей формы к большей.

Одновременно с этим дети знакомятся с цифрами и работают с числовым рядом. На стене, на доске или на холодильнике вешается полоска с числовым рядом, где над каждой цифрой нарисована соответствующая ей форма Нумикона. Дети учатся находить соответствие между цифрами и формами Нумикона, опираясь на их целостное восприятие, пока без пересчета отверстий.

На следующем этапе им предлагается пересчитывать отверстия в формах, вставлять в них штырьки, камушки, ракушки и т. п. и пересчитывать, сколько их помещается в каждой форме. Далее дети используют Нумикон как дополнительный наглядный материал при знакомстве с арифметическими действиями, например сложением.

Также Нумикон позволяет осуществлять арифметические действия с переходом через десятков. Например, ребенку нужно узнать, сколько будет  $8 + 5$ . Для этого он кладет на парту зеленую «восьмерку» и плотно подкладывает к ней красную «пятерку». Дальше берет синюю «десятку» и накладывает сверху на обе фигуры. Получается, что из-под десятки выглядывает «хвостик» от «пятерки», который по форме напоминает «тройку». Таким образом, ребенок имеет возможность наглядно увидеть, что получается «десять» и «три», то есть тринадцать!

Таким образом, дети проходят все этапы и виды действий с формами Нумикона (закапывают формы в песок, ищут на ощупь в «Волшебном мешочке» или в миске с крупой, играют с ними, закрывая глаза, сравнивают, подбирают к формам Нумикона соответствующие цифры), и у них формируются не только зрительные и тактильные представления об этих формах, но и образы этих деталей и соответствующих им чисел.

То есть дети начинают представлять формы Нумикона и числа, а затем и действия с ними, не имея реальных деталей перед глазами.

При устном счете Нумикон дает возможность опираться уже не на наглядность, а на представление о формах и числах. Он помогает приблизиться к осуществлению элементарных счетных операций в уме, ориентируясь на образы форм, обозначающих количества, а это значит, что устный счет становится более доступным.

### **Кому рекомендован Нумикон?**

Нумикон можно использовать в работе с разными детьми, которым трудно освоить математику, в силу особенно-

стей своего развития. Поскольку математические действия требуют довольно высокого уровня абстрактного мышления, хорошей кратковременной памяти и способности оперировать несколькими понятиями одновременно. Ребятам, которым сложно это осуществить, может помочь Нумикон.

Сегодня особенно успешно его применяют в работе с детьми с синдромом Дауна. Заниматься можно с 3 лет как со специалистами, так и в домашних условиях.

### 33. ФОБРЕЙН



#### **Что такое «Фобрейн»?**

Метод Фобрейн – разработка компании TOMATIS DEVELOPMENT. Это специальное устройство (мини-гарнитура), применение которой позволяет улучшить голос и речь, развить вокальные и музыкальные данные, легче и быстрее учить иностранные языки, развить память и внимание. Аппарат разработан на основе метода Томатис.

#### **Как работает Метод Фобрейн?**

Когда человек, использующий мини-гарнитуру Фобрейн, начинает говорить, его голос тут же синхронно улавливается микрофоном, обрабатывается специальным динамическим фильтром и благодаря костной проводимости попадает в височную кость. Вибрации, возникающие в височных косточках, передают звуковую информацию непосредственно во внутреннее ухо. Такой путь проведения

звука приблизительно в 10 раз быстрее, чем воздушная проводимость. Использование динамического фильтра, установленного в гарнитуре, обеспечивает адаптацию звука с учётом громкости, частоты, оттенков интонации и интенсивности голоса. Все это позволяет легче концентрироваться и понимать свой голос.

### **В каких случаях применяется данный метод?**

Метод Фобрейн показан детям и взрослым, имеющим нарушения речи, а также в эмоциональной и познавательной сфере, а именно:

- нарушения внимания, памяти;
- нарушения слухового восприятия;
- неуверенность в себе, неприятие себя;
- нарушение сенсорной интеграции.
- алалия, дизартрия;
- синдром дефицита внимания и гиперактивности;
- дислексия, дисграфия, афазия
- несформированность фонематического слуха, сложность синтеза и анализа услышанной речи;
- плохое понимание прочитанного материала;
- коррекция и компенсация речевых расстройств (заикание, дизартрия, дислексия);
- трудности в обучении чтению вслух и письму;
- нарушения процессов восприятия звуковой информации;
- нарушение концентрации внимания и памяти;
- нарушение чувства ритма и координации движений.

Метод может использоваться для тренировки произношения и выразительной речи на родном и/или иностранных языках, а также для коррекции поведенческих расстройств.

Устройство Фобрейн могут использовать на своих занятиях логопеды, дефектологи, психологи. Аппарат Фобрейн также можно применять и в домашних условиях.

### **Как проводятся тренировки с использованием аппарата Фобрейн?**

Ребёнку надевают наушники, и он читает, рассказывает, поёт, говорит на своём языке или отвечает на вопросы, говоря при этом в микрофон прибора. Если у ребенка нет речи, говорить может педагог или родители.

### **Сколько необходимо заниматься?**

Длительность тренировки 6-9 недель, 10-30 минут в день в зависимости от возраста.

Мини-гарнитуру можно использовать для занятий, начиная с 2-х летнего возраста, без каких-либо возрастных ограничений в дальнейшем. Количество и интенсивность необходимых сессий определяется такими факторами, как решаемая задача, сложность существующей проблемы или дефекта, индивидуальная реакция ребёнка или взрослого.

### **Результат**

В ходе тренировок достигаются следующие эффекты:

- Улучшается концентрация внимания, оно становится более устойчивым, увеличивается объём внимания;
- Улучшается звукопроизношение, беглость речи, плавность речи, характеристики голоса – громкость, энергичность, тембр, ритм, интонационная насыщенность;
- Лучше развиваются вокальные музыкальные способности;
- Повышается качество чтения и понимания прочитанного;
- Улучшается оперативная память;
- Появляется принятие самого себя, развивается самоощущение – чувство собственного «Я», повышается уверенность в себе, улучшается осанка;
- Улучшаются навыки коммуникации.
- Использование аппарата показало высокую эффективность при изучении языков, развитии музыкальных способностей, вокальных и ораторских данных.



многих лет он работал в различных детских учреждениях и наблюдал как за нормально развивающимися малышами, так и за теми, у кого были какие-либо проблемы или отставания. В результате этого возникла целая система раннего развития детей, основанная на следующих базовых принципах:

*Принцип первый* – отсутствие принуждения. Дети учатся, играя. Иногда они даже не подозревают о том, что идет учебный процесс, ведь нет никаких столов или парт, малыши могут бегать, сидеть, подходить ближе или стоять в сторонке — как им больше нравится. Детям совершенно не обязательно повторять слова за педагогом — всё происходит только на добровольных началах.

*Принцип второй* – чтение по складам. Дети не учат буквы, а читают сразу по складам. Склад – это речевая единица метода Зайцева, это пара согласный-гласный, или согласный и твёрдый или мягкий знак, или одна буква. Все склады записаны в таблицах и на гранях кубиков. Малыш выучивает не написание отдельной буквы, а сразу написание различных складов. Например: ба, бу, бы, са, си, се – затем эти склады легко складываются в слова – бу-сы, гу-си.

*Принцип третий* – начинаем с «письма». Дети показывают в таблице нужные склады или находят кубики для составления слова, то есть они превращают звуки в знаки. Суть метода Зайцева в том, чтобы показывать ребёнку слова, а не объяснять, как отдельные буквы сливаются в слоги, а потом в слова.

*Принцип четвёртый* – использование нескольких органов чувств. При обучении задействуются слух, зрение и осязание, кубиков очень много – большие и маленькие; лёгкие и тяжёлые; «золотые», «железные», «деревянные» и белые; с разными наполнителями, которые звучат звонче или глуше. Надписи на кубиках яркие, чёткие, разноцветные – их видно издали.

## **С какого возраста начинать и сколько нужно заниматься?**

Методика Зайцева предусматривает два занятия в неделю по 30–60 минут. Если вы занимаетесь дома, то можете выделять для обучения столько времени, сколько посчитаете нужным. Если ребенку это будет действительно интересно, можно заниматься ежедневно по 30 минут в день. Причём, совершенно не обязательно придерживаться какого-то строгого графика – главное, чтобы у ребёнка было хорошее настроение и желание! Ни в коем случае не нужно его заставлять или отрывать от любимых занятий. Обучение должно быть интересной игрой и не должно вызывать отрицательных эмоций.

Знакомить детей с кубиками Зайцева можно с трёх месяцев. Конечно, сначала их нужно использовать просто в роли погремушек. А вот начиная с 6-ти месяцев из кубиков можно иногда составлять простейшие слова, называть и показывать их. Например, шкаф, стол, стул, мишка...

С двух-трёх лет можно уже начинать обучение чтению.

### **Достоинства методики**

- Дети достаточно быстро начинают бегло читать. Причём, чтение не воспринимается как что-то сложное и требующее дополнительных усилий — всё происходит в игре, как будто «само собой».

- Улучшается память, развивается способность к логическому мышлению.

- Дети подсознательно запоминают правильное написание слов.

- Регулярное проговаривание слов выправляет недостатки речи, ребёнок начинает говорить более чисто и внятно.

- Резко расширяется словарный запас.

- Тренируется — а иногда даже улучшается! — зрение, т. к. глаза постоянно должны следить за указкой.

- Занятия не вредят здоровью – дети много двигаются, они вынуждены поднимать голову, что очень полезно для осанки.

- Формируется способность к концентрации, ребёнок учится работать самостоятельно.

- Метод Зайцева универсален, он подходит детям любого возраста, может применяться для обучения детей с различными отклонениями.

- Методику можно применять в домашних условиях.

### **Недостатки методики**

Главным недостатком метода Зайцева является его несовместимость с официальной школьной программой.

В школе детям приходится переучиваться с чтения по складам на чтение по слогам. И иногда этот процесс проходит очень болезненно.

Цветовая гамма кубиков не соответствует цветовой гамме, которая принята в школе для обозначения согласных, гласных, звонких и глухих звуков.

Дети, выучившиеся по методу Зайцева, с трудом осваивают разбор слова по составу и фонетический разбор – ведь они привыкли делить слова только по складам.

Не у всех родителей получается быстро научить ребёнка чтению. Метод больше подходит для занятий с опытным педагогом.





Сказкотерапия



Изотерапия



Музыкотерапия

# АРТ-ТЕХНОЛОГИИ



Агротерапия

Песочная терапия





## 35. ИЗОТЕРАПИЯ



### **Что такое изотерапия?**

Изотерапия одно из направлений арт-терапии (арт – творчество, терапия – лечение). Лечение изобразительным искусством – наиболее популярный и доступный метод познания себя. На бумаге или холсте можно выразить свои мысли, страхи, надежды – то, что скрыто глубоко внутри человека. Изотерапия помогает избавиться от отрицательных эмоций, снимает нервное напряжение. Для рисования используют самые разные материалы: краски, карандаши, цветную бумагу, пластилин и т.д.

### **Кому полезна изотерапия?**

Изотерапия сегодня очень востребована. Само по себе рисование разгружает нервную систему, успокаивает психику, в младшем возрасте – стимулирует развитие мотори-

ки. Для работы с детьми изотерапия – лучший способ узнать о ребёнке многое: о чём он думает, чего он стесняется, ведь дети буквально «говорят» рисунками.

Изотерапию используют, в том числе, в работе с детьми с задержкой умственного развития, нарушениями речи и слуха, с аутизмом.

Дети с патологией нервной системы через изотерапию быстрее выходят на контакт с педагогами, психологами и врачами и вовлекаются в процесс психокоррекции с энтузиазмом. Занятия изотерапией помогают раскрыть потенциал ребёнка, вдохновить его, открыть для него новые возможности.

### **Как проходят занятия?**

Занятия по изотерапии могут проходить в индивидуальной или групповой форме, ребенок может заниматься с терапевтом самостоятельно или вместе с родителем.

Занятия проходят в непринужденной и уютной атмосфере. В ходе занятий ребенок может познакомиться с различными материалами, изучить их свойства, попробовать рисовать при помощи разных художественных средств и способов (карандашами, красками, пальчиками), обучиться разным техникам и приемам рисования, использовать готовые трафареты и изображения. Ребенку может быть предложено создать собственный рисунок.

В распоряжении специалиста целый арсенал художественных средств, приемов и упражнений, которые он может наилучшим образом использовать в занятии с конкретным ребенком, учитывая его актуальное состояние, потребности и задачи терапии.

Продолжительность одного занятия составляет примерно 35-40 минут. Продолжительность курса будет зависеть от целей работы и показаний.

После занятий по изотерапии все рисунки сохраняются. При необходимости на последующих сеансах можно их сравнить с новыми работами, чтобы оценить развитие ситуации. Поэтому изотерапией лучше заниматься курсами по

несколько занятий. Комплексная изотерапия поможет быстрее добиться желаемого результата: решит проблему ребёнка, научит его общаться и смотреть на мир позитивно.

### **Результат**

Занятия по изотерапии помогают:

- Создать положительный эмоциональный фон;
- Стимулировать развитие восприятия, мелкой моторики;
- Повысить адаптационные возможности ребенка;
- Снизить утомление, проявление негативных эмоций;

Совершенствовать способность к подражанию; действиям взрослого, сверстников, стимулировать речь и другие виды общения.

## 36. СКАЗКОТЕРАПИЯ



### Что такое сказкотерапия?

Дети, порой, очень тяжело переживают жизненные трудности, в ответ на которые ребенок замыкается в себе, либо, напротив, проявляет агрессию. На помощь приходит такой метод как сказкотерапия. Это лечение сказками.

Психолог через сказку помогает оценить проблему и найти из нее выход. Благодаря сказкотерапии можно избавиться от навязчивых страхов, разрешить спор, понять, что такое добро и зло и многое другое.

Методика сказкотерапии помогает сформировать у ребёнка правильные жизненные ценности, научить его мыслить и рассуждать, самостоятельно принимать решения. Эффективна сказкотерапия и как средство развития образной, эмоциональной речи.

Сказкотерапия – один из самых доступных и, в то же время, эффективных методов психокоррекции поведения и сознания ребенка.

## **Кому полезна сказкотерапия?**

У сказкотерапии нет противопоказаний. Существует большое количество сказок, среди которых обязательно найдётся вариант, который поможет справиться с конкретной проблемой.

Перед началом занятий по сказкотерапии специалист изучает индивидуальные особенности ребёнка, его психотип, манеру поведения и т.д. Такой предварительный анализ позволяет подобрать персональную программу сказкотерапии.

## **Как работает сказкотерапия?**

Сказкотерапия – это создание связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни, перенос сказочных смыслов в реальность. Поэтому она позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей.

Чтение, сочинение, проигрывание сказок подсказывает ребёнку новые возможности и модели поведения, привлекает его внимание, стимулирует проявление скрытых способностей, помогает укрепить в ребёнке оптимизм и надежду, показывая ему возможность благоприятного исхода. Ребёнок не «расшифровывает» смысл рассказа, а постигает его благодаря своему воображению.

## **Результат**

Сказкотерапия помогает:

- Снять эмоциональное напряжение, стабилизировать эмоциональное состояние ребёнка;
- Развивать мышление, воображение;
- Развивать у ребёнка чувство уверенности в себе, в собственных силах, формировать адекватную самооценку;
- Содействует развитию коммуникативных навыков со сверстниками и взрослыми;

Сказкотерапия позволяет ребёнку проживать эмоциональные состояния, узнавать свои собственные переживания, знакомится со словами, обозначающими различные эмоции. Благодаря этому у ребёнка развивается способность к более глубокому пониманию себя и других людей, умение ориентироваться в эмоциональной реальности.

## 37. ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ



### **Что такое песочная терапия?**

Песочница – излюбленное место детворы в любом дворе. Даже самые маленькие карапузы, которые ещё не умеют лепить куличики, обожают копаться в песке. И не удивительно! Притягательность природного материала давно осознали психологи. Особенно полезна эта техника при работе с детьми, которые ещё не умеют чётко формулировать свои мысли и желания.

Песочная терапия позволяет легко и непринуждённо для ребёнка раскрыть его внутренний мир, узнать о его страхах и переживаниях, открыть новые творческие способности, развить тактильные ощущения. Это способ общения с миром и самим собой, воплощения его на символическом уровне.

### **Как это работает?**

Детям еще трудно описать, что с ними происходит, им проще выразить все свои переживания в игре. При помощи

специальных заданий, а также наблюдений и комментариев психолога маленькие пациенты могут выражать свои страхи, внутренние конфликты и различные трудные и еще непонятные им чувства.

### **Кому помогает песочная терапия?**

Метод песочной терапии применяют при работе с малышами начиная с 3-х лет. Для них сами по себе такие занятия с песком – увлекательная игра. Малыш получает удовольствие и обнаруживает новые умения, а его родители – лучше познают своего ребенка. Это, кстати, помогает определить и дальнейшее направление в развитии творческих способностей ребенка, воображения, поставить правильную речь, расширить словарный запас, научиться выражать свои мысли.

Песочную терапию для детей дошкольного и школьного возраста можно рекомендовать, если ребёнок:

- Испытывает трудности с коммуникацией (когда ребенок должен начать говорить), не может найти общий язык со сверстниками;
- Замкнут, чрезмерно застенчив, имеет явные комплексы;
- Неусидчивый (особенно это касается детей с синдромом гиперактивности), невнимательный;
- Имеет проблемы с запоминанием – имеет проблемы с речью (опытные логопеды занятия по песочной терапии используют успешно).

Необходимо учесть, что есть и ряд противопоказаний. Так, песочная терапия не проводится при наличии аллергии на пыль и мелкие частицы, легочных заболеваний, кожных заболеваний и ран на руках.

### **Как проходят занятия?**

Занятия проходят в оборудованном кабинете с использованием специальной песочницы и различных фигурок (животные, люди, транспорт, мебель, природный материал и др.), которые необходимы для создания песочных картин. На занятиях по песочной терапии психолог сначала даёт

возможность ребёнку познакомиться с материалом. Это вступительный, игровой этап занятий. Далее специалист предлагает ребёнку смоделировать сюжетную линию: либо сказочную (фантазийную), либо реальную (с использованием различных фигурок). Это основной этап занятий по песочной терапии. Психолог в этот момент внимательно наблюдает и оценивает поведение и реакции ребёнка.

Третий заключительный этап занятий – подведение итогов.

Занятия могут длиться от 30 мин. до 1 часа.

Помимо собственно терапевтических, в песочной терапии есть также масса упражнений, направленных на общую релаксацию, на повышение концентрации внимания, развитие логики и речи.

Каждому ребёнку подходит своя разработанная особая система заданий. Например, это могут быть следующие упражнения:

- Скользить по поверхности песка как змейка или как машина;
- Оставить отпечатки ладошек, кулачков, ребер ладоней;
- Создать узоры и рисунки;
- Разложить на песке в особой логической очерёдности разные по структуре и размеру камни и природные материалы;

Провести фигурку по песочным дорожкам-лабиринтам и многие другие.

### **Результат**

Занятия по песочной терапии имеют успокаивающий и расслабляющий эффект. Они развивают моторику, воображение, улучшают память.

Результат от занятий песочной терапией наблюдается и в том, ребенок учится прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, что важно для развития речи, произвольного внимания и памяти.

Но главное – ребенок получает опыт самоанализа своего поведения, чувств, что помогает ему лучше понимать себя и других. А это является базой для дальнейшего развития навыков позитивной коммуникации. Важно, что песочная терапия открывает потенциальные возможности ребенка, развивая его творческий потенциал и фантазию.

## 38. МУЗЫКОТЕРАПИЯ



### **Что такое музыкотерапия?**

Музыкотерапия – метод психотерапии, использующий музыку в качестве лечебного средства. В основе такого метода лежит благотворное воздействие музыки на психологическое, эмоциональное состояние человека.

В детской практике музыкотерапия является эффективным средством выявления психологических проблем ребенка и их коррекции.

### **Кому помогает музыкальная терапия?**

Исследования подтверждают эффективность лечения музыкой при работе с самыми различными группами людей. Вот некоторые случаи, когда рекомендована музыкотерапия:

- Стресс, последствия стресса, повышенная тревожность;
- Проблемы в развитии и связанные с ними трудности обучения и поведения;

- Неврологические заболевания;
- Последствия черепно-мозговых травм.

### **Преимущества музыкотерапии в работе с детьми**

В работе с детьми музыка помогает установить с ребенком контакт, выявить его страхи и проблемы, справиться с ними. Даже уже само общение с музыкой изменяет ребёнка изнутри, делает его мир богаче, разнообразнее.

Использование музыкальной терапии в восстановлении, укреплении здоровья детей с проблемами в развитии даёт возможность для реабилитации каждого ребёнка, создаёт условия для их творческого самовыражения.

Дети с особенностями развития во многих случаях обнаруживают хорошие способности к игре на музыкальных инструментах, пению и другим способам музицирования. Применение метода музыкотерапии основывается на восприятии детьми музыки, которое имеет свои особенности при каждой отдельно взятой проблеме.

### **Как проходят занятия?**

Существуют две формы занятий музыкотерапией:

- Пассивная музыкотерапия, которая обычно направлена на расслабление. Ребенок может просто слушать музыкальные произведения, подобранные специалистом, рисовать под музыку. Такая форма работы может сочетаться с массажем и ароматерапией.

- Активная музыкотерапия представляет собой активное взаимодействие с музыкальным материалом. Это может быть пение, игра на инструментах, выполнение движений под музыку (ритмических, танца). Все это позволяет ребенку найти наилучшее средство для выражения своего состояния и эмоций. В ходе таких занятий также улучшаются двигательные возможности, координация, творческие способности.

Занятия могут проходить как индивидуально, так и в группах.

В практике музыкальная терапия с детьми может успешно сочетаться с другими арт-терапевтическими и игровыми методиками.

### **Результаты**

В целом, музыкотерапия позволяет добиться следующих результатов:

- Благоприятно воздействует на эмоциональное состояние (настроение), стабилизирует его;
- Стимулирует развитие речи, общения;
- Оказывает положительное воздействие на физиологические реакции и процессы (кровеняное давление, дыхание и т.д.);
- Корректирует двигательные навыки.

Хорошие результаты дают занятия с детьми, имеющими различные нарушения развития (ДЦП, задержка психического развития, нарушения зрения и другие).

Так, у детей с ДЦП значительно освобождаются и укрепляются кисти рук, развивается тонкая моторика. Дети прикладывают больше усилий для того, чтобы научиться работать пальцами. Постепенно координация таких детей совершенствуется в зависимости от возможностей организма и тяжести заболевания.

У детей с плохим зрением повышается чувствительность подушечек пальцев рук. Они могут освоить технику игры на музыкальном инструменте, получать от этого огромное удовольствие, научившись исполнять простые пьесы.

Большие успехи достигнуты в музыкотерапии у детей больных аутизмом. Сеансы музыкотерапии позволяют создать им условия для эмоционального диалога часто даже в тех случаях, когда уже все другие способы исчерпаны.

## 39. АГРОТЕРАПИЯ



### **Что такое агротерапия?**

Агротерапия – современный, эффективный метод реабилитации, который используется в работе с детьми с особенностями развития. Ребенок взаимодействует с окружающей средой, развивает у себя навыки, связанные с выращиванием растений и ухода за ними. За счет этого происходит воздействие на двигательные, интеллектуальные функции, формируются навыки общения и социальной адаптации, необходимые ребенку в повседневной жизни.

### **Как проходят занятия?**

На практических занятиях по агротерапии дети учатся подготавливать семена для рассады, сортировать их на крупные и мелкие, цветочные и овощные, высаживать рассаду, ухаживать за ней и за растениями и многое другое.

Методы и приемы, используемые в агротерапии – наблюдения, небольшие экскурсии по территории учреждения, где имеются и газоны, сад, огород. Это и рассматривание иллюстраций, чтение стихов, использование загадок, беседы об окружающем ребенка мире.

Обычно занятия проходят в групповой форме, возможно совместное участие в занятиях детей и родителей. Продолжительность одного занятия составляет 35-40 минут. Продолжительность курса не ограничена.

### **Результат**

Занятия по агротерапии направлены на достижение следующих положительных результатов:

- Воспитать у ребенка бережное отношение к живой природе;
- Познакомиться с процессами изменения в живой природе;
- Приобрести навыки ухода за растениями;
- Стимулировать восприятие ребенка, познавательную активность, расширить его знания об окружающем мире;
- Развить двигательную сферу ребенка: мелкую моторику, координацию.

Часто детям, которые привыкли к повышенному вниманию со стороны окружающих, необходимо и самим о ком-то заботиться. Поэтому забота о растениях позволяет получить ребенку дополнительные положительные эмоции, разнообразить размеренную жизнь по сложившемуся режиму. Цветок будет расти вместе с ребенком, радовать его яркими красками во время цветения и сочной зеленью.



Дельфинотерапия



Канис-терапия

# МЕТОДЫ АНИМАЛОТЕРАПИИ



Иппотерапия

Песочная терапия





## 40. ДЕЛЬФИНОТЕРАПИЯ



Дельфины удивительные животные. Сегодня терапия с участием дельфинов – дельфинотерапия (Dolphins Assisted Therapy или DAT, как ее принято называть во всем мире), без преувеличения, занимает особое место в анималотерапии (группа методик лечения, в основе которых лежит взаимодействие человека с животными). Эффективность дельфинотерапии во многом связана с уникальными способностями дельфинов, их интеллектом, легкостью в обучении и дружелюбием, в том числе, по отношению к человеку. Все это позволяет дельфину эффективно решать множество терапевтических задач. Кроме того дельфинотерапия, по сути, единственный из методов анималотерапии, где взаимодействие человека с животным происходит в воде. Дельфинотерапия может применяться в сочетании с другими реабилитационными методами.

### **Кому полезна дельфинотерапия?**

Несмотря на свою богатую историю, дельфинотерапия, как метод коррекции и реабилитации детей с огра-

ниченными возможностями здоровья, только набирает популярность. Дельфинотерапия рекомендуется детям с различными нарушениями развития и проблемами в поведении. Хорошие результаты показывает в работе с детьми с задержкой психо-речевого развития, расстройствами аутистического спектра, проблемами опорно-двигательного аппарата (например, ДЦП), психологическими травмами, неврологическими расстройствами.

### **Кого не допускают к дельфинотерапии?**

Не допускают к дельфинотерапии тех, у кого обнаружены:

- Инфекция в острой стадии, в т.ч. кожная;
- Эпилепсия;
- Онкологическое заболевание;
- Психические расстройства в острой или хронической стадии.

### **Как помогают дельфины?**

Не все механизмы воздействия дельфинотерапии на сегодняшний день изучены, однако, уже сейчас можно говорить о нескольких таких факторах, за счет которых достигается ее положительный эффект:

- Воздействие звуков высоких частот. Дельфины социальные животные, живущие в больших стаях. Необходимость передачи между членами стаи информации в воде, где видимость бывает очень низкой, развила у дельфинов сложную систему звуковых и ультразвуковых сигналов, которую можно назвать речью. Передача информации происходит посредством звуков высоких частот – это сменяющие друг друга щелчки и свисты. Пожалуй, теория о воздействии издаваемых дельфинами звуков является наиболее популярной среди множества теорий объясняющих положительный эффект дельфинотерапии. На сегодняшний день существуют две теории, объясняющие положительное влияние биоакустического воздействия дельфинов: теория 1 – дельфин, лоцируя в воде пациен-

та с помощью сонара, излучающего ультразвуки (звуки выше 20 кГц) различной частоты и интенсивности, производит ему «массаж» на клеточном уровне, тем самым улучшая биохимические и нервные процессы в клетке. Такое воздействие на организм может проводиться без стимуляции рецепторов и, соответственно, без возбуждения центральной нервной системы пациента. При этом издаваемые дельфинами звуки в слышимом спектре (до 20 кГц) раздражая слуховые рецепторы способны стимулировать и «заряжать» головной мозг на чём и основывается теория 2 – этот эффект во многом похож на эффект Томатис терапии.

- Сенсорное воздействие (воздействие на органы чувств). Конечно, сенсорное воздействие дельфинотерапии не сводится к одному лишь звуковому. Поскольку зона бассейна – это богатая на разные стимулы сенсорная среда, которая очень важна для ребенка, имеющего проблемы в развитии;

- Двигательная активность на суше и в воде. Для решения двигательных проблем, взаимодействие с дельфином на суше и в воде, может сопровождаться элементами техник, в основе которых лежит использование движений (например, кинезио и гидрокинезио терапии). Вода снимает нагрузку на суставы и осуществляет тренинг мышц;

- Один из эффектов дельфинотерапии – гидромассаж кожных покровов и внутренних органов, который происходит при движении дельфина;

- Игровое взаимодействие и эмоциональный фактор. Богатый поведенческий репертуар дельфинов позволяет в игровой форме решать множество коррекционных задач. Игра с дельфином побуждает ребенка концентрировать внимание, активизировать мышление, речь, мобилизовать волю, стимулирует к освоению новых движений и форм поведения. А мощная эмоциональная составляющая способствует повышению внутренней мотивации ребенка к выполнению предложенных дельфинотерапевтом заданий и помогает полученному навыку закрепиться. Этим, в том

числе, объясняется продолжительный и устойчивый эффект дельфинотерапии;

- **Коммуникация.** Невербальное общение с дельфином (без участия речи) облегчает задачу для ребенка, делая коммуникацию естественным процессом. А моделирование социальных ситуаций во взаимодействии с дельфином, установление с ним дружеского, эмоционального контакта, выступает предпосылкой к дальнейшему построению конструктивных отношений с окружающими людьми.

### **Как проходят сеансы дельфинотерапии?**

К терапии привлекают дельфинов, прошедших специальную подготовку. Для проведения сеансов дельфинотерапии обязательно требуется участие специалиста – дельфинотерапевта, который владеет основами лечебных методик (например, лечебной физкультуры, сенсорной интеграции и других) и знает, как их элементы можно применять через взаимодействие с дельфинами. Помимо работы с конкретной проблемой ребенка и родительским запросом, дельфинотерапевт обеспечивает безопасность ребенка как во время игрового взаимодействия с дельфином на суше, так и во время контакта с ним в воде. Кроме того, дельфинотерапевт следит за тем, чтобы и ребенок не навредил дельфину. Выполнение дельфином всех необходимых элементов, невозможно без участия в сеансе тренера дельфина. Именно он является связующим звеном между дельфинотерапевтом и дельфином и обеспечивает эту связь в двух направлениях. С одной стороны тренер управляет дельфином, отталкиваясь от коррекционных и терапевтических задач, поставленных дельфинотерапевтом. С другой стороны, он может внести в этот план поправки, учитывая настроение и состояние дельфина. Т.е. тренер следит за тем, чтобы дельфин выполнял элементы терапии именно так, как нужно. Таким образом, на занятии присутствуют четверо: ребенок, терапевт, дельфин и тренер дельфина.

Занятие с дельфином длится примерно 25 минут и направлено на повышение познавательного, речевого, дви-

гательного, социального, поведенческого и эмоционально-волевого функционирования. Приблизительно одна треть занятия – это взаимодействие с дельфином с бортика бассейна, две трети – в воде. Но это очень условное деление и все зависит от конкретного ребенка, его индивидуальных особенностей, предпочтений и поставленных на курс задач. С одним ребенком можно большую часть занятия провести в воде. С другим – можно спуститься в воду только на третьем-четвертом занятии.

Дельфинотерапия сегодня – это командная работа, которая происходит в тесной связке ребенок-дельфинотерапевт-тренер-дельфин. Эта работа становится возможной только при полном соблюдении правил и требований к условиям проведения сеансов и содержания этих морских млекопитающих (техническое оснащение бассейна, пищевой рацион дельфинов, ветеринарный уход). Участие в сеансе квалифицированных дельфинотерапевта и тренера превращает взаимодействие ребенка со специально подготовленным дельфином в управляемый и целенаправленный процесс, что делает возможным индивидуальную работу с каждым конкретным ребенком, учитывая все его особенности.

© Алексей Новиков, психолог, дельфинотерапевт

## 41. ИППОТЕРАПИЯ



### **Что такое иппотерапия?**

Иппотерапия – метод реабилитации посредством лечебной верховой езды.

### **Как работает иппотерапия?**

Положительный эффект использования лошади в лечебных целях, возможен благодаря совместной активности лошади и всадника, их физическому взаимодействию. И особенно важно, что это происходит в ритмическом движении. Лошадь при движении шагом передает всаднику двигательные импульсы, которые аналогичны движениям человека при ходьбе. Большую роль играет и температура тела лошади, которая оказывает эффект разогревающего массажа.

Иппотерапия направлена на расширение двигательных, речевых и психических возможностей ребенка. По сравнению с традиционными методами реабилитации, у иппотерапии есть дополнительные преимущества. Она ис-

пользует функцию движения, которая имеет для человека не только биологическое, но и социальное значение.

Преимущества лечебной верховой езды перед другими видами лечебной физкультуры заключаются в том, что при верховой езде одновременно включаются в работу практически все группы мышц. Это очень важно для улучшения координации движения ребенка и его пространственной ориентации, укрепления осанки, а также для обменных процессов в организме и правильной работы дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

### **Кому полезна иппотерапия?**

Иппотерапия эффективна при неврологических, хирургических, травматических, двигательных нарушениях. Особенно рекомендуется детям с поражением опорно-двигательного аппарата разной степени тяжести, в частности с ДЦП. Подходит для детей с ментальными нарушениями.

### **Противопоказания**

В каждом конкретном случае вопрос о показаниях и противопоказаниях к занятиям иппотерпией решается врачом индивидуально.

Абсолютные медицинские противопоказания для использования метода иппотерапии,:

- Несовершенный остеогенез, болезнь Лобштейна-Фролика, остеопороз, повышенная ломкость костей;
- Гемофилия;
- Все острые инфекционные заболевания;
- Хронические заболевания в остром периоде и в стадии обострения;
- Некоторые травматические и воспалительные поражения тазобедренных суставов, подвывих и вывих бёдер;
- Серьёзные травматические повреждения в шейном и поясничном (нижняя треть) отделах позвоночника.

Относительными противопоказаниями являются:

- Сахарный диабет – можно заниматься при условии содержания сахара в крови на нормальном уровне;

- Эпилепсия и пароксизмальные состояния неэпилептического генеза – занятия возможны только на фоне постоянной эффективной терапии при достижении ремиссии продолжительностью более 3 месяцев;

- Хронические гломеруло- и пиелонефриты – занятия допустимы только при нормальных анализах мочи и занятия только на шагу;

- Посттравматические повреждения позвоночника, особенно в шейном и поясничном отделах – в отдельных случаях можно ездить, но только шагом, (при большом опыте верховой езды немного рыси, только облегчённой) и со всеми предосторожностями;

- Непреодолимый страх перед лошадью, перед необходимостью подойти к ней, сесть на неё;

- Беспричинные, необъяснимые, постоянно возникающие при посадке на лошадь болевые ощущения у пациента. Если с помощью психолога удаётся снизить или избавиться от этих ощущений, улучшить настроение пациента, можно осторожно продолжить занятия, не форсируя их и не допуская переутомления;

- Высыпания или различного рода воспалительные процессы в местах соприкосновения всадника с седлом или со спиной лошади. Заниматься можно только при условии полного излечения, используя в дальнейшем мягкую подстилку на седло или на спину лошади.

Кроме противопоказаний существуют предосторожности или предостережения, о которых врач обязательно сообщает инструктору. Это индивидуальные предписания врачей, предназначенные для отдельных пациентов (например, некоторым пациентам противопоказаны упражнения с опусканием головы, кто-то нуждается в мягкой подстилке из-за чувствительной и ранимой кожи и т.д.).

### **Как проходят занятия?**

Иппотерапия предполагает составление программ и строгий контроль качества проведения занятий. Состав-

ленная примерная программа может корректироваться по ходу занятий.

Возможна индивидуальная и групповая форма занятий. Индивидуальные занятия по иппотерапии подразумевают обязательное участие 4-х основных «действующих лиц», это пациент, инструктор по иппотерапии, коновод и лошадь. К ним при необходимости могут добавляться ещё 1-2 действующих лица: помощник инструктора и специалист (врач, педагог, логопед, дефектолог, инструктор или методист по ЛФК и другие специалисты).

Групповые занятия проводит один тренер, с группой из 4-6 всадников – пациентов, с каждым из которых работает помощник.

Участие помощника целиком зависит от уровня подготовленности и умений всадников, которые подбираются, с примерно соответствующим друг другу уровнем. Помощник, в зависимости от возможностей и умений своего подопечного или страхует его и помогает ему управлять лошадью с помощью дополнительного повода или идёт рядом, вмешиваясь в процесс только при необходимости.

Во время занятий ребенок сидит на лошади без седла или в седле, держится или не держится за ручки гурта (страховочная подпруга). Инструктор страхует его, один или с помощником, руководит всей процедурой, даёт задания, следит за состоянием ребенка, руководит работой коновода и помощника. Если в процедуре участвуют специалисты, они также работают под руководством инструктора.

Упражнения используются активные (ребенок выполняет самостоятельно) и пассивные (движения помогает выполнять инструктор), динамические и статические, упражнения с опорой на ноги (стремена), дыхательные упражнения. Количество и тип упражнений подбираются оптимально для конкретного пациента. Наряду с иппотерапевтическими упражнениями, могут использоваться комплексы ЛФК.

Длительность одного занятия составляет 30-45 минут.

Рекомендуемая периодичность: через день, три раза в неделю, два раза в неделю.

Если ребенок может самостоятельно и спокойно сидеть на лошади сам, инструктор помогает ему снизу. Если ребенок не умеет сидеть, либо сидит беспокойно – он садится на лошадь с инструктором.

### **Эффект иппотерапии**

Лечебная верховая езда способствует улучшению общего состояния организма в целом, нормализует мышечный и сосудистый тонус.

Особенно благотворное влияние она оказывает на опорно-двигательный аппарат: укрепляет двигательные рефлексы, балансировку, улучшает осанку и координацию движений.

Так, дети, независимо от возраста, не умеющие держать голову, благодаря иппотерапии могут получить этот навык, произвольные движения головой становятся более точными. Более точными становятся и движения рук, снижаются повышенный и повышается пониженный тонус мышц плечевого пояса, укрепляются глубокие мышцы туловища, более обширными становятся повороты корпуса.

В ходе занятий постепенно появляются или усиливаются физиологические изгибы позвоночника, необходимые для нормальной осанки. Дети сами, без принуждения начинают правильно держать спину.

Благодаря верховой езде, особенно со стременами, значительно разрабатываются тазобедренные, коленные, голеностопные суставы. У самостоятельно ходящих детей походка становится более плавной, дети меньше спотыкаются, начинают выше поднимать ноги при ходьбе, легче преодолевать препятствия (ступени, бортики, подножки транспорта...).

Верховая езда стимулирует и развитие мелкой моторики, сложных точных движений.

Уникальное воздействие иппотерапии не ограничено только развитием двигательной активности. Существует взаимосвязь движений с мозгом и интеллектом человека. После прохождения курса иппотерапии у ребенка наблюдается улучшение внимания, памяти, мышления, речи. Дети начинают реагировать на окружающих, взаимодействовать с ними, начинают смотреть в глаза собеседнику, Появляется гуление, лепет, слова. Если речь у ребенка уже была, она становится более связной, плавной, понятной, обновляется словарный запас.

Также у занимающихся иппотерапией происходит улучшение и стабилизация эмоционального состояния, снижается уровень напряженности, повышается стрессоустойчивость и работоспособность. При отсутствии или скудности реакций на окружающий мир – повышается эмоциональность, общительность, а при гиперактивности, расторможенности и возбудимости – происходит торможение.

Различные упражнения и игры на спине лошади вызывают у ребенка положительные эмоции. Общение с животным вызывает желание и умение слушать, дает ребенку возможность осознанно получать опыт и помогает обрести уверенность в себе. То есть, лечебная верховая езда способствует развитию навыков общения и способствует эффективной социализации ребенка.

Взаимодействие всадника с лошадью во время сеансов позволяет снять у ребенка неловкость, связанную с характером заболевания. К тому же иппотерапия обеспечивает развитие чувства собственной значимости и силы.

### **Чтобы иппотерапия была эффективной**

- Организация занятий и методика проведения должны быть безопасны, с минимальным риском травмирования;
- Занятия должны быть построены таким образом, чтобы достигался максимальный оздоровительный эффект;
- В иппотерапии при подборе упражнений и дозировке нагрузки обязательно учитываются особенности заболевания, возраст ребенка;

- Необходимо помнить, что только регулярные занятия обеспечивают лечебный эффект;
- Разнообразии и новизне в проведении занятий: часть упражнений обновляются, а часть – повторяются для закрепления достигнутых успехов;
- В ходе занятий должно быть чередование нагрузки и отдыха.

Кроме того, необходим постоянный врачебный контроль за физическими нагрузками, их коррекция в случае необходимости. Также нельзя подвергать ребенка излишнему риску, опираясь на главную заповедь медицины: «Не навреди». Иппотерапия может сочетаться и с другими методами физической реабилитации.

## 42. КАНИС-ТЕРАПИЯ



### **Что такое канис-терапия?**

Канис-терапия – это метод реабилитации при помощи специально отобранных и обученных собак. На сегодняшний день выделяют 4 основных направления канис-терапии, как вида реабилитации:

1. Взаимодействие с собакой;
2. Адаптивная физкультура с собакой;
3. Специальное обучение с собакой;
4. Реабилитация с собакой.

### **Почему этот метод работает?**

Существуют несколько причин:

#### *Психологические:*

- По мнению ученых именно приручение собаки дало то преимущество человеку, которое позволило успешно конкурировать с другими видами животных. Таким образом, человек подсознательно воспринимает собаку положительно.

- Пациент не воспринимает собаку в качестве конкурента или того, кто оценивает, поэтому он ведет себя естественнее и раскованнее, чем при занятии с человеком-реабилитологом. Это помогает достичь лучших результатов, так как нет необходимости затрачивать дополнительные усилия на снятия психологического напряжения у пациента.

- Собака – очень хорошо чувствует состояние пациента и передает его канис-терапевту.

#### *Физиологические:*

- Температура тела собаки на 2 градуса выше, чем у человека. Комфортное тепло снимает спазм и боль в мышцах, способствует расслаблению и более комфортному выполнению упражнений пациентами со спастикой.

- Собака дает возможность получить широкий спектр ощущений через зрение, слух, обоняние, осязание.

- Контакт с шерстью собаки успокаивает пациентов. Кроме того, сама шерсть дает массу тактильных ощущений, усиленных теплом тела собаки. Разнообразные тактильные ощущения также способствуют развитию мозга ребенка.

- Собака имеет естественное дыхание и сердцебиение. Прислушиваясь к дыханию и сердцебиению собаки, человек и сам настраивается на естественное дыхание, что позволяет улучшить снабжение мозга кислородом.

#### *Эмоциональные:*

- Воспринимая собаку положительно, пациент хочет с ней общаться. Таким образом, мотивация на выполнение упражнений у такого пациента очень высокая, а чем выше мотив, тем лучше результат.

- Собака вызывает очень сильные эмоции у пациента. Часто сильные эмоции могут стать толчком к началу социального общения, невербальной коммуникации или даже простого реагирования на окружающий мир.

- Таким образом, созданная на занятии особая среда дает возможность ребенку комфортно и успешно взаимо-

действовать с животным, без риска для понижения его самооценки.

Опыт общения, полученный в ходе таких занятий, помогает легче адаптироваться к социальной среде в будущем.

Прикосновение к собаке позволяет вести с ней диалог, не прибегая к речи.

Обучение собаки командам предполагает активную деятельность со стороны ребёнка, что помогает ему развивать навыки планирования и контроля.

В ходе выполнения упражнений ребенок получает знания о свойствах предметов окружающего мира: форме, цвете, количестве, а также совершенствует свою мелкую моторику и крупные движения.

### **Показания и противопоказания**

Канис-терапия активно используется в работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья: задержка психо-речевого развития; интеллектуальные, сенсорные нарушения; расстройства аутистического спектра и различные проблемы в сфере общения и поведения.

Как и у любого метода реабилитации, у канис-терапии есть ряд противопоказаний: аллергии, фобии, воспаления слизистых носа и дыхательных путей, кожные нарушения (раны, ссадины, потертости, опрелости), наличие неконтролируемых эпилептических припадков, судорог, наличие соматического заболевания с повышенной температурой тела.

Относительными противопоказаниями к посещению занятий с использованием метода канис-терапии могут быть: длительные, хронические заболевания, приводящие к снижению иммунитета; онкологические заболевания в стадии ремиссии; ВИЧ-инфекции, гепатит В, гепатит С и другие. В данном случае необходима справка от лечащего врача с разрешением посещения занятий с использованием метода канис-терапии

Возможна и индивидуальная непереносимость, которая может возникнуть как вследствие некомпетентности само-

го канис-терапевта, так и по не зависящим от канис-терапевта причинам (дополнительно перегрузили пациента до или после занятия, привели пациента в начале заболевания и т.п.).

### **Как проходят занятия по канис-терапии?**

Канис-терапией занимаются специалисты (канис-терапевты), имеющие соответствующую подготовку. К собакам, участвующим в данных программах, предъявляется ряд требований. Чтобы оказывать лечебное воздействие на ребенка, собака должна быть дружелюбной, не проявлять негатива при резких звуках, движениях, иметь спокойный, покладистый характер. Собаки проходят специальное обучение. В Российской Федерации существует Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 56384–2015, который регламентирует подготовку и аттестацию собак для работы с людьми, имеющими ограничения здоровья.

Также, при проведении канис-терапии соблюдаются условия гигиенической обработки собак, требования к помещениям для работы с детьми и техника безопасности, разработанные для канис-терапевтов.

Кроме того, существуют рекомендации для канис-терапевтов, которые позволяют учесть важные практические моменты занятий. Например, каким образом нужно знакомить ребенка с собакой, чтобы избежать испуга, как избежать избыточной привязанности к собаке, каким образом организовать взаимодействие с ребенком с аутизмом и другие.

Сами занятия могут проводиться как в помещении, так и на улице в специально организованном пространстве. Возможна групповая и индивидуальная форма работы. Дети с совершенно разными диагнозами могут заниматься в одной группе, выполнять на первый взгляд одинаковые упражнения, но цели и задачи перед каждым из них стоят свои, и их выполнение отслеживает канис-терапевт. Например, если для ребенка с ДЦП наиболее важна пространственная ориентация, то для ребенка с задержкой

психического развития первоочередным будет тренировка памяти и внимания.

Канис-терапия – это курсовой метод. Одним занятием тут невозможно ограничиться. Да и занятия должны быть регулярными, с определенной периодичностью. Продолжительность курса может быть разная, в зависимости от диагноза или заболевания ребенка. Обычно от 3 месяцев до 1 года (10-60 занятий) 1 или 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия составляет 15-60 минут. Она также будет зависеть от особенностей ребенка, его возраста. Начиная с минимальной продолжительности занятия, доступной для ребенка, по мере освоения программы, ее можно постепенно увеличивать.

### **В чем польза канис-терапии?**

Канис-терапия положительно влияет на развитие мыслительных, речевых, двигательных функций, помогает снизить эмоциональное напряжение и стабилизировать эмоциональное состояние.

Многочисленные положительные отзывы о лечении с помощью канис-терапии подтверждают, что собаки действительно способны оказать положительное воздействие на сферу общения ребенка. Маленькие пациенты достаточно быстро начинают контактировать с животными, проявлять к ним интерес и заботу, и переносят эти навыки в социальную среду. Когда собака соответствует всем требованиям и имеет тесный контакт с ребенком, он получает огромное удовольствие от общения с ней, начинает радоваться жизни, проявлять активность и энтузиазм.

Кроме этого, многими отмечен тот факт, что собаки начинают побуждать малоподвижных или имеющих физические отклонения детей к активности и движению, что способствует развитию мелкой моторики и всей двигательной сферы, снижению мышечной дистрофии.

Учитывая все достоинства канис-терапии, необходимо помнить, что она не может заменить медикаментозное ле-

чение или физпроцедуры. Поэтому, как и любую медицинскую реабилитацию, кинис-терапию следует рассматривать в комплексе с другими методами реабилитации.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

При создании пособия использовалась следующая литература и интернет-источники:

1. АВА-терапия [электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.autism-aura.ru/?page\\_id=85](http://www.autism-aura.ru/?page_id=85);
2. АВА-терапия [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://autism-info.ru/aba/>;
3. АВА в России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.abarussia.ru/>;
4. Альтернативная коммуникация. Методический сборник [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fgosovz24.ru/assets/files/usloviya-realizacii/metod-kopilka/shtyaginova-e.a.-alternativnaya-kommunikaciya-metodicheskij-sbornik.pdf>;
5. Андреева В. А., Сямтомова С. И. Предупреждение формирования неправильных двигательных стереотипов у детей с нарушением опорно-двигательного аппарата посредством занятий суставной гимнастикой // Специальное и инклюзивное образование детей с ограниченными возможностями здоровья: мой опыт: Сборник материалов заочной научно-практической конференции с международным участием. – Москва, 16 февраля 2015 года;
6. Антонов В.Л. Иппотерапия как метод реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.scienceforum.ru/2015/998/12693#>;
7. Аэройога: что это такое [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://happy-womens.com/aeroyoga-antigraviti-vozdushnaya-yoga.html>;
8. Быбина Н.Г. Опыт проведения АНО ЦИАС “Полюшко” реабилитации лиц с ОВЗ методом иппотерапии // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 14;

9. Виртуальная «экскурсия» в соляную пещеру – для детей и мам [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.o-my-baby.ru/zdorovie/procedury/solyanaya-komnata.htm>;
10. Головач Е.В. Сила земли – дар солнца. Сенсорная комната «янтарик» // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 109;
11. Горнова А.Н. Коммуникационная система PECS // Комплексный подход к реабилитации детей. – Пермь, 2014.
12. Грязелечение: свойства лечебной грязи и её состав, показания, противопоказания. Грязелечение для детей [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.list7i.ru/?mod=boards&id=279>;
13. Дельфинотерапия [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psihomed.com/delfinoterapiya/>;
14. Дельфинотерапия: плюсы и минусы, показания и противопоказания [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.list7i.ru/?mod=boards&id=462>;
15. Дельфинотерапевт – есть такая профессия [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://delfinariy.kz/pressa-o-nas/delfinoterapevt-est-takaya-professiya/>;
16. Джин Айрес. Ребенок и сенсорная интеграция. – М.«Теревинф», 2017.
17. Дюкова Е.А. Об опыте работы по реабилитации воспитанников СРЦН методом канис-терапии // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 18;
18. Дюкова Е.А. Опыт индивидуальной реабилитации при помощи собаки-терапевта детей с органическими поражениями головного мозга // Современные подходы и технологии сопровождения детей с осо-

- быми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 20;
19. Зондовый массаж [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vash-massazh.ru/zondovuj-massazh/>;
  20. Зондовый логопедический массаж языка [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ecomassage.ru/lecebnyj-massazh/zondovuj-logopedicheskij-massazh-yazyka.html>;
  21. Иппотерапия при детском церебральном параличе. Методические рекомендации. М., 2012 [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://association-dcp.ru/wp-content/uploads/2013/10/Ippoterapija-pri-DCP-metodichka1.pdf>;
  22. Как лечат дельфины [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://letidor.ru/dom-i-rebenok/a456-kak-lechat-delfiny-8421.shtml>;
  23. Канистерапия при дцп: это метод лечения с собаками [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://mamaalay.ru/lecheniya-sobaka-terapiya/>;
  24. Косински Кара. Эрготерапия для детей с аутизмом. – М, 2017;
  25. Лечебные грязи [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lecebnyegryazi.ru/s-kakogo-vozrastamozhno-nachinat-gryazelechenie/>;
  26. Личный опыт. Десять причин использовать систему PECS при аутизме [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://outfund.ru/desyat-prichin-ispolzovat-sistemu-pecs-pri-autizme/>;
  27. МАКАТОН как способ альтернативной и вспомогательной коммуникации [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://norwenalis.livejournal.com/384706.html>;
  28. Мальцева М.Н. Основные принципы применения методик канистерапии в работе с детьми. // *Совре-*

- менные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 20;
29. Метод Адели [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://adeli-suit.com/>;
30. Методика Марии Монтессори [электронный ресурс].
31. Режим доступа: <https://mama.ru/articles/metodika-marii-montessori/>;
32. Методика Монтессори [электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://shkola7gnomov.ru/parrents/pedagogicheskiy\\_navigator/metodika\\_montessori/metodika\\_montessori/id/797/](http://shkola7gnomov.ru/parrents/pedagogicheskiy_navigator/metodika_montessori/metodika_montessori/id/797/);
33. Музыкаотерапия и дети с ОВЗ [электронный ресурс]. Режим доступа: <https://detmusik.ru/muzikoterapiya-deti-ovz/>;
34. НИИ Неврологии и Педиатрии «Дети Индиго» [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://dети-indigo74.ru/>;
35. Нейроакустическая стимуляция по методу in time [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vishiradugi.ru/stimulyatsiya-po-metodu-in-time/>;
36. Новиков А.В. Терапия с участием дельфинов // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. – 424 с.
37. Нумикон как эффективный метод обучения детей с синдромом Дауна математике [электронный ресурс].
38. Режим доступа: <https://downsideup.org/ru/catalog/article/numikon-kak-effektivnyy-metod-obucheniya-detey-s-sindromom-dauna-matematike/>;
39. Обязанности АВА-терапевта [электронный ресурс].
40. Режим доступа: <http://autism-aba.blogspot.ru/p/guidelines-for-choosing-aba-therapist.html>;

41. О ДЦП и детях-ангелах [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://detiangelynn.ru/>;
42. Педагогическая система Монтессори [электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.missfit.ru/mammy/baby\\_development/Montessori/](http://www.missfit.ru/mammy/baby_development/Montessori/);
43. Перминова М.Р. Арт-терапия в обучении и развитии детей с тяжелыми множественными нарушениями развития // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 136;
44. Песочная терапия – что за метод и как он работает [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.hitrovka-studio.ru/>;
45. Позиционирование у детей [электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://manual-pt.sdc-eu.info/3\\_3.html](http://manual-pt.sdc-eu.info/3_3.html);
46. Применение сенсорной комнаты и кабинета психологической разгрузки в комплексной реабилитации детей [электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://giduv.com/journal/2013/1/primenenie\\_sensornoj](https://giduv.com/journal/2013/1/primenenie_sensornoj);
47. Светолечение в физиотерапии. Виды излучения и формы воздействия [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.med-shop.ru/faq/svet.htm>;
48. Сенсорная интеграция: терапия непонятных нарушений развития [электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://medaboutme.ru/mat-i-ditya/publikacii/stati/razvitie\\_ditey/sensornaya\\_integratsiya\\_terapiya\\_neponyatnykh\\_narusheniy\\_razvitiya/](https://medaboutme.ru/mat-i-ditya/publikacii/stati/razvitie_ditey/sensornaya_integratsiya_terapiya_neponyatnykh_narusheniy_razvitiya/);
49. Сенсорная комната в реабилитации детей с ОВЗ [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/statya-sensornaya-komnata-v-reabilitacii-detey-s-ovz-892113.html>;
50. Сенсорная комната и её преимущество в реабилитации детей с ОВЗ. [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.suvag.net/struktura-tsentra/oppp/sensornaya-komnata/>;

51. Сказкотерапия как современная технология коррекции и воспитания детей с ОВЗ [электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.maam.ru/detskijsad/skazkoterapija-kak-sovremenaja-tehnologija-korekci-i-vozpitanija-detei-s-o-v-z.html>;
52. Спелеокамера для детей: соль – лучшее лекарство и средство профилактики [электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.virsavia.ru/articles/speleo\\_dlya\\_detey.php](https://www.virsavia.ru/articles/speleo_dlya_detey.php);
53. Средства реабилитации для детей [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ottobock.ru/mobility/mobility-for-kids/>;
54. Султанова О.В. Песочная терапия – как способ самовыражения детей с аутизмом // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 136;
55. Что такое аэройога [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.kakprosto.ru/kak-918660-что-такое-аэроуога>;
56. Что такое галотерапия и чем полезна для детей солевая комната? [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://agushkin.ru/zdorove/solevaya-komnata-dlya-detej.html>;
57. Что такое АВА-терапия? [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://autism-aba.blogspot.ru/2011/08/что-такое-ава-терапия.html>;
58. Шуляк Г.А. Психокоррекция детей дошкольного возраста в условиях санатория с использованием сенсорной комнаты “Янтарик” // Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями: сб. матер. всерос. науч.-практ. конф. – Пермь: Полиграф Сити Пермь, 2017. С. 159;

59. Элементы педагогики Монтессори в домашнем воспитании [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rebenok.com/info/earlydevelopment/montessori/56598/>;
60. Эрготерапия [электронный ресурс]. Режим доступа: [http://autism24.ru/index.php?option=com\\_kunena&f unc=view&catid=23&id=1119&Itemid=21](http://autism24.ru/index.php?option=com_kunena&f unc=view&catid=23&id=1119&Itemid=21;);
61. Эрготерапия – современный метод реабилитации [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docplayer.ru/26763681-Ergoterapiya-sovremennyy-metod-reabilitacii.html>;
62. Языковая программа МАКАТОН в России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://makaton.ru/>;
63. Языковая программа МаКаТон, как эффективное средство альтернативной коммуникации [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://smollogoped.ru/yazykovaya-programma-makaton-kak-effektivnoe-sredstvo-alternativnoj-kommunikatsii/>.





Информационное издание

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

*Возможности: современные подходы  
и технологии реабилитации и развития детей*

**ISBN 978-5-9906935-6-2**

Редакционная коллегия

Научные редакторы:

Венера Викторовна Коробкова – канд.пед.наук, доцент,  
декан факультета правового и социально-педагогического образования  
ФГБОУ ВО «ПГГПУ», г. Пермь,

Анна Илларионовна Санникова – доктор пед.наук, профессор кафедры  
социальной педагогики ФГБОУ ВО «ПГГПУ», г. Пермь

Выпускающий редактор:

Анастасия Григорьевна Гилева

Составители:

Анастасия Григорьевна Гилева

Елена Алексеевна Кобялковская

Художник-иллюстратор:

Анастасия Александровна Бородулина (Кицунэ Миято)

Техническое редактирование и макетирование:

Общественная организация «Счастье жить»

Компьютерная верстка – ИП Чернов Василий Владимирович

Дизайн обложки – Анна Олюнина

*Сборник «Первая помощь. Возможности: современные подходы и технологии реабилитации и развития детей» издан в рамках реализации проекта «Первая помощь» Пермской краевой общественной Организации защиты прав детей-инвалидов и их семей «Счастье жить» [www.happy59.com](http://www.happy59.com)*

*При реализации проекта используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов, в соответствии с Договором № 19-2-009032.*

**[www.help.happy59.com](http://www.help.happy59.com)**

---

Подписано в печать 17.01.2020 г. Формат 60х90 1/16 Бумага ВХИ 80.

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 11,63. Уч-изд. л. 5,8 Тираж 1000 экз. Заказ № 200429

Отпечатано ИП Чернов Василий Владимирович, ИНН 590582282264  
614022, Россия, г. Пермь, ул.Мира 29-63.

## **Будем благодарны вашей финансовой помощи во благо детей**

Полное название:	Пермская краевая Общественная организация защиты прав детей-инвалидов и их семей «Счастье жить»
Сокращенное:	Общественная организация «Счастье жить»
ОГРН	1135900000939
ИНН / КПП	5906995266 / 590601001
Юридический/почтовый адрес	614018, г. Пермь, ул.4-ая Линия, д.27
Официальный сайт	<a href="http://www.happy59.com">www.happy59.com</a>
Электронная почта	<a href="mailto:happiness.to.live@mail.ru">happiness.to.live@mail.ru</a>
Номер телефона/ Факс	+7 (342) 250-72-23
Телефон юридической и психологической помощи	8-800-250-33-41
Президент	Гилёва Анастасия Григорьевна
Координатор	Никонова Галина Николаевна
	+7 (922) 38-29-029
Юрист	+7 (922) 33-41-600
<b>Реквизиты банка:</b>	
Банк	Волго-Вятский Банк ПАО «Сбербанк»
Р/с	407 038 109 497 700 005 07
к/с	301 018 109 000 000 006 03
БИК	042202603
ИНН / КПП банка	7707083893 / 526002001

Просьба в назначении перевода указывать «Добровольное благотворительное пожертвование на реализацию проекта ...» или «Целевые средства на реализацию проекта «Первая помощь». Готовы заключить договор/соглашение и предоставить полный отчет об использовании средств.

**Мы честны перед детьми!**

*Будьте уверены – каждый рубль будет потрачен  
с максимальной эффективностью.*



ISBN 978-5-9906935-6-2



9 785990 693562