

Veiklos sensoriniame kamb principai, tikslai ir rekomendacijos

Ergoterapeutė-praktikė Jovita Mincė

BMK_



- Sensorinis kambarys – tai specialiai įrengta aplinka, kurioje vaikai gali saugiai tyrinėti pasaulį per skirtingus pojūčius: propriocepciją, vestibuliarinę sistemą, lytėjimą, regą, klausą, kvapą, introcepciją, skonį. Tokia erdvė padeda vaikui nusiraminti, susikaupti, gerinti emocinę savijautą bei skatinti sensorinę integraciją.

Kiek mes turime pojūčių?



Akademinių įgūdžiai

Kasdieninės veiklos|Elgesys

Auditoriniai kalbos|Dėmesio funkcijos|Vizualinis
erdvinis suvokimas|akies-rankos
koordinacija|Regos motorinis valdymas|Laikysenos
koregavimas

Kūno schema|Gebėjimas suprasti pojūtį|Refleksinė
branda|Abiejų kūno pusių suvokimas|Motorinis planavimas

Rega|Klausa|Skonis|Kvapas

**|Vestibuliarinė|Proprioreceptinė|Introreceptija
| Taktinė**

Centrinė nervų sistema

Vienas svarbiausių kiekvieno užsiėmimo tikslas – pasitikti vaiką ten, kur jis yra emociškai. Per vaiko vedama žaidimą, veiklas galime ieškoti jam tinkamų stimulų.

Vaikai/jaunuoliai į sensorinį kambarį ateina su „minusu“. O mūsų tikslas – kad per santykį, sensorines veiklas išeitų su „plusu“ – geresnės nuotaikos, emociškai atsigavę, susiregulavę.

Veiklos savireguliacijai

1. Pradžiai – rami įžanga

- Įjunkite **burbulų vamzdį**, ar kita šviesos įrenginį (pvz.: SenseSphere, šviesos pluoštas) ir pasirinkite ramesnes spalvas (pvz., mėlyną ar žalią). Galite leisti vaikui pačiam pasirinkti spalvą – tai suteikia “kontrolės jausmą”.
- Galite naudoti laikmatį, kad būtų aiški pradžia ir pabaiga.

2. Giliųjų pojūčių veiklos

Supynės: **hamako, lizdo tipo supynės, kanoja** – ramina ir aktyvina vestibuliarinę sistemą. Su pripučiamą kanoja galima papildomai stimuliuoti proprioreceptinę sistemą.

Gimnastikos kamuolys – žaidimas „sumuštinis“ (vaikas guli ant pilvo tarp kamuolio ir čiužinio/minkštos dangos – spaudžiame tik nugarą ir pereinam prie kojų)

Apsunkinta antklodė/riešinė/apsunkinta apykaklė – giliajam spaudimui. Naudojama antklodė 10 proc. kūno masės. Jeigu turite didesnę antklodę, o jos svoris sunkesnis tai svorį galima reguliuoti žaidimo metu.

Veikla su apsunkinta antklode – antklodę ištiesti ant žemės, vaikas atsigula ant jos ir susukti į antklodę.

Veikla „stumk sieną“.

Veikla sunkesnių kamuolių/žirnių pagalvėlių mėtymas į dėžę.

Stūmimas/traukimas sunkesnių daiktų, sudėtų į dėžę – aktyvina proprioreceptiją.

Lengvi sąnarių paspaudimai arba su kūno masažuokliu.

3. Vestibiuliarinės sistemos veiklos

- **Balansavimo pakopos** – lavina pusiausvyrą ir koordinaciją.
- **Vaikščiojimas linija** – padeda susikaupti ir lavina koordinaciją.
- **Sensorinis stalas su kinetiniu smėliu** – lavina lytėjimo pojūtį, ramina.
- **Įvairaus tipo supynės** vestibuliariniam aparatui.
- **Gimnastikos kamuolys** – kelių sekundžių “pagulėjimas” žemyn galvą arba pagulėjimas ant pilvo.

Sensorinio kambario veiklų pavyzdys

- Įjunkite **burbulų vamzdį**, ar kita šviesos įrenginį (pvz.: SenseSphere, šviesos pluoštas) ir pasirinkite ramesnes spalvas (pvz., mėlyną ar žalią). Galite leisti vaikui pačiam pasirinkti spalvą – tai suteikia “kontrolės jausmą”.
- **Gimnastikos kamuolys** – žaidimas „sumuštinis“
- **Vaikščiojimas linija**
- **Veikla su apsunkinta antklode.**

Dirbant sensoriniame kambaryje, svarbiausia – stebėti vaiką, jo reakcijas, nuotaiką, neversti, jei kažko nenori, ir taikyti veiklas individualiai. Tikslas nėra „padaryti viską“, o padėti vaikui susireguliuoti ir pasijusti geriau. Kiekvienas vaikas unikalus, tad ir kiekvienas užsiėmimas gali būti šiek tiek kitoks.



Jovita Mincė
Ergoterapeutė-praktikė
jovita@mince.lt
Atvejų analizė
Mokymai

BMK_