

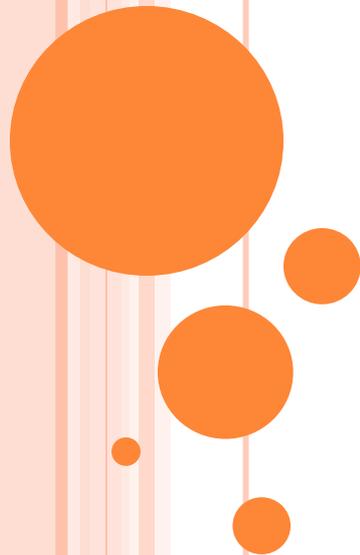
# **КУРС ЛЕКЦИЙ ПО СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ.**

## **ЛЕКЦИЯ 8.**

### **ВКУСОВАЯ, ОБОНЯТЕЛЬНАЯ И ИНТЕРОЦЕПТИВНАЯ СЕНСОРНЫЕ СИСТЕМЫ**

**Александра Григорьевна Баранова**

**Психолог, специалист по сенсорной интеграции, логопед**



# АЛЕКСАНДРА ГРИГОРЬЕВНА БАРАНОВА

Психолог, специалист по сенсорной интеграции, логопед

## Образование:

**2008 – 2012 гг.** Московский Государственный психолого-педагогический университет

Специальность: **психолог, преподаватель психологии**

**2017 - 2018 гг.** Вебинары, семинары по сенсорной интеграции

Ассоциация специалистов сенсорной интеграции,

Агнешка и Роберт Леманьски,

Марина Белозерова,

эксперты Фонда Обнаженные сердца и др

**2018 – 2019 гг.** НО «Мир ощущений»

Программа «Сенсорная интеграция»

Специальность: **специалист по сенсорной интеграции**

## Опыт работы:

- опыт работы с детьми с 2014 года;
- проведение занятий с детьми от 6 месяцев до 10 лет в рамках программы сенсорной интеграции;
- диагностика сенсорных нарушений;
- проведение консультаций с родителями, составление рекомендаций, кураторская работа;
- проведение индивидуальных и групповых занятий;
- опыт работы с особенными детьми;
- успешный опыт работы в онлайн формате.



# СОДЕРЖАНИЕ ЛЕКЦИИ

1. Вкусовая сенсорная система.
2. Признаки дисфункции вкусовой сенсорной системы.
3. Игры и упражнения.
4. Оборудование.
5. Обонятельная сенсорная система.
6. Признаки дисфункции обонятельной сенсорной системы.
7. Игры и упражнения.
8. Оборудование.
9. Интероцептивная сенсорная система.
10. Завершение.



# ВКУСОВАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

Вкусовая сенсорная система - это сенсорная система, при помощи которой воспринимаются вкусовые раздражения.

Вкус — это ощущение, возникающее в результате воздействия какого-либо вещества на рецепторы поверхности языка и слизистой оболочки ротовой полости. Это контактный вид чувствительности. Вкус является также мультимодальным ощущением, так как воспринимается в совокупности с обонятельными, тактильными и температурными сигналами, поскольку в ротовой полости помимо вкусовых рецепторов расположены также тактильные и терморецепторы.

Пороги вкусовых ощущений зависят от концентрации вещества, температуры пищи и площади поверхности языка, на которую попала пища.



## ВКУСОВАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

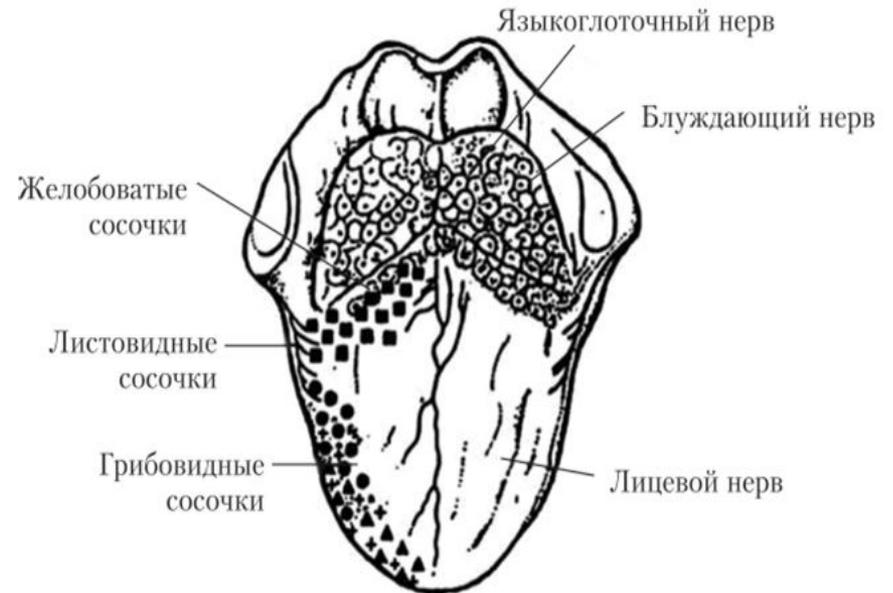
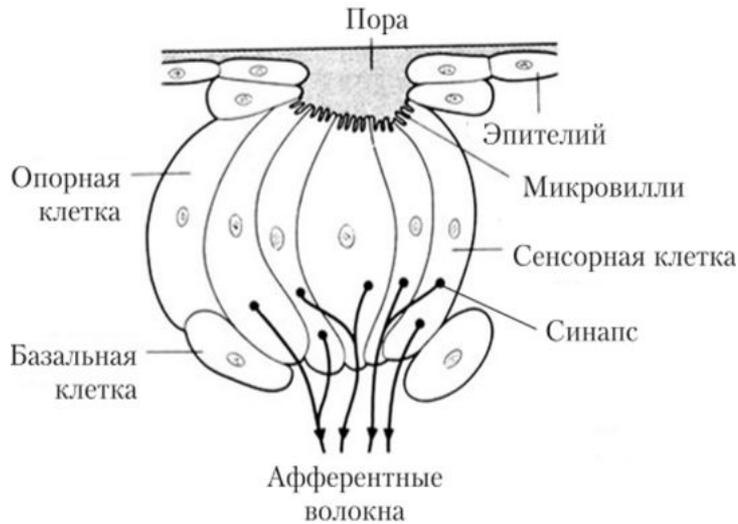
Органы вкуса представлены вкусовыми луковицами, или сосочками, которые расположены на слизистых оболочках языка, твердого неба, а также глотки и надгортанника и содержат рецепторы вкуса (хемотрецепторы).

Традиционно считалось, что система восприятия вкусовых ощущений у человека — четырёхкомпонентная, причём первичными вкусами являются сладкий, солёный, кислый и горький. На рубеже XX—XXI вв. выявлен пятый тип рецепторов вкуса, отвечающий за восприятие «мясного» вкуса (умами).

Ранее было принято считать, что сладкий и солёный вкус воспринимаются преимущественно кончиком языка, кислый — его боками, горький — средней частью спинки языка. Тем не менее, имеющиеся к настоящему моменту молекулярные и функциональные данные показывают, что все вкусовые рецепторы распределены по всей поверхности языка и отличаются лишь плотностью своего распределения

## ВКУСОВАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

Язык покрыт слизистой оболочкой, складки которой образуют вкусовые сосочки. Вкусовые сосочки, в свою очередь, содержат нескольких сотен (около 200) вкусовых лукович, внутри которых уже находятся собственно вкусовые рецепторные клетки.



# ПРИЗНАКИ ДИСФУНКЦИИ ВКУСОВОЙ СЕНСОРНОЙ СИСТЕМЫ

## Гиперчувствительность

- отказ пробовать новые вкусы, новую, незнакомую пищу
- предпочитает пресный вкус (пища, напитки)
- не любит смешивать пищу, предпочитает раздельное питание
- не берет ничего в рот (в детские годы)
- имеют место рвотные позывы
- скудный рацион питания
- избирательность в еде, не ест пищу определенной текстуры
- не любит чистить зубы

## Гипочувствительность

- любит яркие вкусы (кислый, сладкий, специи, приправы, **ОЧЕНЬ**)
- любит пробовать несъедобные предметы (игрушки, карандаши, одежду и пр.)
- любит поместить в рот (за щеку) что-нибудь и так ходить какое-то время (чаще всего еда, с ярким вкусом)
- всеядный
- часто присутствует гиперсолеватия
- часто ест много (большие порции, частый прием пищи)
- любит чистить зубы, особенно электрической зубной щеткой



# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

1. Вкусный обед.
2. Совместный прием пищи.
3. Совместное приготовление, закупка и даже выращивание овощей, фруктов, приправы и зелени.

## 4. Вкусовые бутылочки

В 8 бутылочек наливают по парам сладкую, солёную, кислую (с лимоном) и слегка горькую (с настойкой полыни) воду. Ребёнку предлагают пробовать воду и подыскать пару.

## 5. Игра угадай на вкус какой фрукт (овощ, продукт)

Возьмите несколько знакомых фруктов (играем и с любимыми и не любимыми фруктами), рассмотрите их вместе, отрежьте по кусочку от каждого и положите на тарелку перед собой. Завяжите ребенку глаза и дайте один из кусочков. Пусть попробует угадать фрукт по вкусу. Теперь ребёнок может открыть глаза и проверить, правильно ли угадал. Усложнение: без дополнительного знакомства с продуктом.



# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

## 6. Угадай, какой вкус

Детям предлагается 4 пары баночек. Они наполнены солью, ванилином, сахаром, лимонной кислотой. Ребенку предлагается найти кислый, соленый, сладкий, горький вкусы.

## 7. Коробочки с продуктами питания

Возьмите 8 одинаковых баночек. Наполните их по парам продуктами питания, приправами, специями. Каждую из пар разделите, поставив все баночки в две коробки. Покажите, как пробуют содержимое баночки из одной коробки, а после содержимое баночек другой коробки, подыскивая пару.

Усложнение: играем с закрытыми глазами.

## 8. У кого какой вкус?

Вы предлагаете ребенку картинки с ягодами, фруктами, овощами, далее как усложнение сложные продукты питания торт, печенье, шоколад и пр. Так же перед ребенком стоят баночки с разными вкусами. Ребенок определяет баночку с определенным вкусом и кладет рядом картинку с продуктом, имеющим такой же вкус. Например: кислый вкус – лимон, клюква, смородина; сладкий вкус – груша, клубника, арбуз.



# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

9. По возможности расширять вкусовые пристрастия ребенка. Самим при ребенке пробовать новые продукты питания и описывать их вкус.
10. Пища для активации оральных рецепторов: хлебцы из злаков, орехи (остерегайтесь аллергии!), банановые чипсы, сушеные фрукты, яблоки, попкорн.
11. Твердая пища, которую трудно жевать (сырые овощи, фрукты).
12. Массаж десен, языка.
13. Дует в свистки, ватные шарики через стол, мыльные пузыри.
14. Пить через соломинку (толстую и тонкую, изогнутые). Пить густую жидкость (смузи, густые соки).
15. Съедобные сенсорные коробки.



# ОБОРУДОВАНИЕ





# ОБОНЯТЕЛЬНАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

Обонятельная сенсорная система обеспечивает способность человека ощущать запахи.

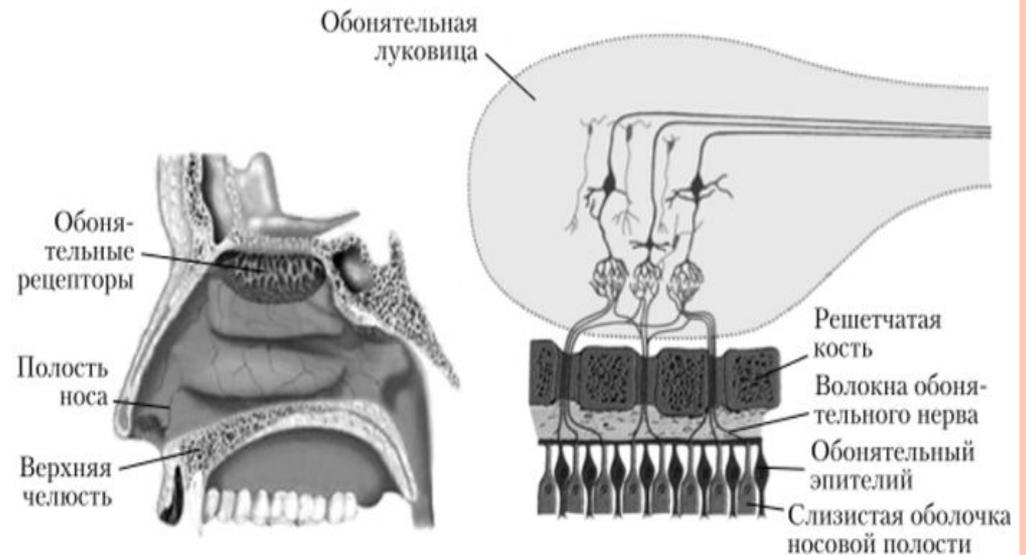
Обонятельные рецепторы возбуждаются газообразными веществами. Вещества, воспринимаемые с помощью обоняния, невозможно разделить на группы по химическому строению или по характеру вызываемых ответов рецепторных клеток: они различаются большим разнообразием. Поэтому принято различать довольно большое количество запахов: цветочный, эфирный, мускусный, камфорный, запах йота, гнилостный, едкий и т.д.



# ОБОНЯТЕЛЬНАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

Рецепторы обоняния у человека расположены в носовой полости, которая делится на две половины носовой перегородкой. Каждая из половин, в свою очередь, разделена на три носовые раковины, покрытые слизистой оболочкой: верхнюю, среднюю и нижнюю. Обонятельные рецепторы в основном находятся в слизистой оболочке верхней и в виде островков — в средней носовых раковинах. Остальная часть слизистой оболочки носовой полости называется дыхательной.

Обонятельные рецепторы являются дистантными и способны возбуждаться на значительном расстоянии от источника запаха.



# ПРИЗНАКИ ДИСФУНКЦИИ ОБОНЯТЕЛЬНОЙ СЕНСОРНОЙ СИСТЕМЫ

## Гиперчувствительность

- избегает резких запахов, не любит новые запахи
- закрывает нос
- носит и нюхает свой любимый предмет (мишка, платочек)
- избегает общественные места, помещения, где много людей, запахов
- не любит новую еду (новый запах)
- не любит одежду после стирки
- брезгливый, тревожный, социально изолируется

## Гипочувствительность

- любит яркие ароматные запахи
- может сказать, что «ты вкусно пахнешь»
- может много брызгать на себя парфюм
- любит нюхать разные запахи
- сначала понюхает продукт питания (одежду), а затем ее есть (одевает)
- любит новые запахи



# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

1. Вкусный обед.

2. Совместный прием пищи.

3. Совместное приготовление, закупка и даже выращивание овощей, фруктов, приправы и зелени.

**4. Коробочки (баночки, бутылочки, мешочки) с запахами**

Возьмите 8 (можно меньше, можно больше) одинаковых баночек.

Наполните их по парам пахнущими материалами: ватой, смоченной эфирными маслами, различными приправами, кофе.

Каждую из пар разделите, поставив все баночки в две коробки.

Покажите, как нюхают содержимое баночки из одной коробки, а после содержимое баночек другой коробки, подыскивая пару.

Усложнение: играем с закрытыми глазами.

**5. Изучаем специи**

Предлагаем ребенку набор специй в одинаковых баночках.

Давай понюхать и узнаем как называются эти запахи.



# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

6. Ароматные сенсорные коробки.

## 7. Лото запахов

Можно сделать самим, можно купить готовое. 20-24 различных запахов и картинки с данными предметами. Сначала знакомим ребенка с запахами, затем находим картинку для нужного запаха.

8. Угадай, что на ужин (обед, завтрак).

9. Угадай по запаху, где мы находимся (на кухне, в лесу, прошли мимо булочной и пр.).

10. Изучение запахов по группам: запахи продуктов питания, запахи приправ и специй, медицинские запахи (мази, микстуры).

## 11. Съедобное, не съедобное

Помоги мне определить по запаху, где съедобное, а где не съедобное. Положите в баночки кусочки съедобных и не съедобных предметов (мыло, зубная паста, лизун). Пробуем по запаху определить что это за продукт и можно ли его есть.



# ОБОРУДОВАНИЕ



# ИНТЕРОЦЕПТИВНАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

Интероцептивная сенсорная система обеспечивает восприятие раздражений из внутренней среды организма, а не из внешней.

Интероцепторы реагируют на состояние внутренних органов и систем органов.

Интероцептивная сенсорная система обуславливает передачу информации о состоянии внутренней среды организма, обо всех событиях и изменениях со стороны внутренних органов и систем.

В нормальных условиях большая часть этой информации используется для регуляции вегетативных процессов (кровообращения, дыхания, пищеварения и т.д.) и не достигает осознаваемого уровня.



# ИНТЕРОЦЕПТИВНАЯ СЕНСОРНАЯ СИСТЕМА

Функции рецепторов интероцептивной сенсорной системы:

1. ощущение сердцебиения
2. ощущение температуры тела
3. ощущение боли
4. ощущение жажды
5. ощущение частоты и глубины дыхания
6. ощущение состояния желудка
7. ощущение нужды использовать туалет
8. ощущение напряженности/расслабленности мышц



# ЗАВЕРШЕНИЕ

Основная цель Сенсорной Интеграции – формирование адаптивного ответа ребенка к сенсорным стимулам, т.е. постепенно формируется адаптивный ответ, соответствующему сенсорному стимулу.

