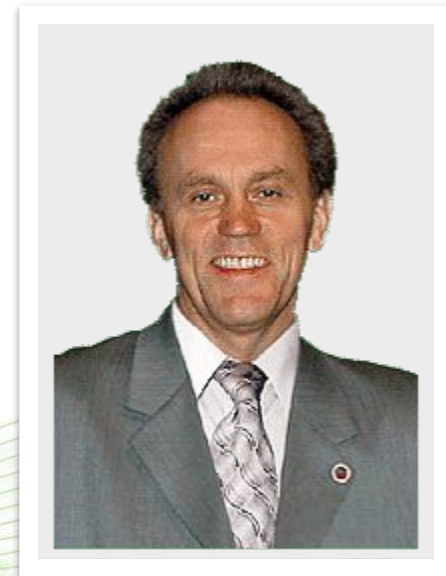


Использование аппаратно-программного комплекса «Экватор» как составляющая здоровьесберегающей технологии в работе педагога-психолога ДОУ

**БОС -
это**

**Сметанкин Александр Афанасьевич,
учёный-физиолог,
президент Российской ассоциации
Биологической обратной связи**



Уникальная технология, основанная на применении электронной и компьютерной аппаратуры

Современный высокоэффективный немедикаментозный метод реабилитации

Метод, обеспечивающий совершенную работу организма и защищающий от болезней

Избавление от чувства тревожности, нервозности, эмоциональной нестабильности, стресса и депрессии

Овладение навыками саморегуляции

**Метод БОС – это Ваш шанс изменить
жизнь**

Аппаратно-программный комплекс «Экватор»

Программно - индикаторный комплекс для обучения навыкам психофизиологической саморегуляции по периферической температуре по методу БОС в составе:

- «Индикатор компьютерный слабых низкочастотных сигналов «Терм-01»
- Программное обеспечение «Экватор».



Противопоказания к работе системы «Экватор»:

- возраст младше 4 лет (связано с тем, что младше дети могут не понимать принцип действия, задачи, а также инструкции);
- грубое нарушение интеллекта, выраженное слабоумие;
- судорожные состояния, эпилепсия;
- соматические и эндокринные заболевания в стадии обострения;
- злокачественные образования;
- ожирение 3 степени;
- лихорадочные состояния (острая форма);
- раны кожи в месте крепления датчиков.



Программное обеспечение «Экватор» обеспечивает прием и обработку цифрового сигнала периферической температуры пальца руки, регистрируемого индикатором компьютерным «Терм – 1». Он представляет собой термодатчик, размещаемый на подушечке пальца ведущей руки и закрепляемый с помощью «липучки».

Обратную связь организм получает 2 видов: зрительную - в виде графика – режим «График», в виде заполнения столбика – «Столбик», в виде проявления картинки – «Калейдоскоп», появления новых цветов – «Радуга», звуковую – виде музыки. При установлении значения «Пороговая музыка» - понижение температуры – затихает, повышение температуры – усиливается.

Программа позволяет работать в нескольких режимах:

Режим «Диагностика»

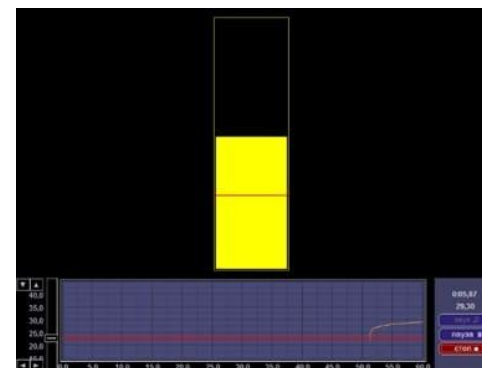
Основной целью режима «Диагностика» является определение исходного психоэмоционального состояния и проверка эффективности обучения.



Режим «Столбик»

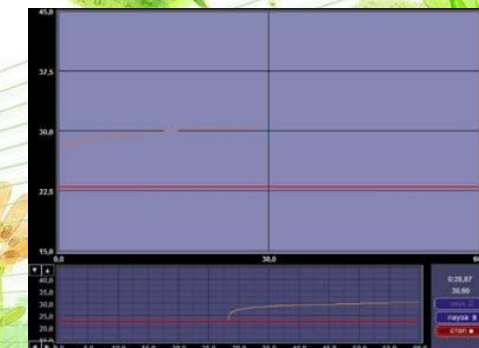
Это уже режим рабочий, используемый для формирования навыка. В нём во время сеанса изменения температуры отражаются в виде заполнения столбика цветом.

Задача ребёнка – поднять столбик индикатора выше установленной черты.



Режим «График»

В этом режиме на экране выводится график реальных значений температуры. Задача обучающегося – добиться прогрессивного движения температурной кривой при постоянном повышении значений.



- **Режим «Калейдоскоп»**

Рабочее окно разделено на 8 частей по горизонтали и 6 по вертикали. За ними – скрытые изображения. Задача – открыть как можно больше новых изображений в горизонтальном ряду и ряду вертикальном- при пересечении температурной границы

- **Режим «Радуга»**

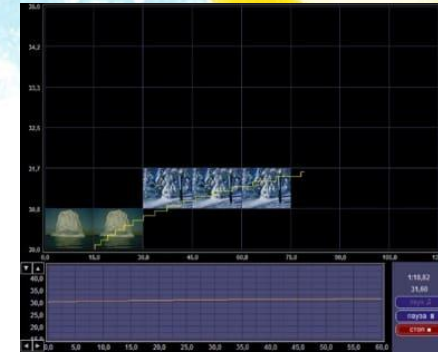
При каждом повышении температуры на 0,5 выделенный диапазон закрашивается цветом от точки пересечения до границы рабочего стола. При ухудшении результатов зоны теряют свою окраску.

- **Режим «Солнышко»**

Целью режима «Солнышко» является тренировка и закрепление навыка снятия напряжения по параметру температуры с использованием анимации в виде обратной связи.

Этот режим представляет собой мультфильм, в котором движение персонажей зависит от выполнения обучающимся задачи сеанса. К примеру, для того чтобы солнышко улыбнулось или завертелось, необходимо повысить значение периферической температуры.

Режим автономный, никаких дополнительных настроек не требует, что позволяет проводить самостоятельную (в отсутствии специалиста) тренировку



БОС-Экватор - элемент системы психолого-педагогического сопровождения детей дошкольного возраста, в том числе, и детей с ОВЗ



Участники реализации технологии БОС в МБДОУ «ДС «Звёздочка»



Эффективность программы:

Программа «Экватор» обеспечивает:

- Повышение адаптационных возможностей и антистрессовую подготовку
- Обеспечение процесса психологической разгрузки
- Снижение мышечного тонуса
- Нормализацию психоэмоционального состояния
- Реабилитацию постстрессовых состояний
- Создание благоприятных условий для нервно-психического развития воспитанников
- Формирование произвольности реакций (эмоциональных, поведенческих, речевых)
- Коррекцию заикания и логоневрозов
- Формирование ценностного отношения к своему здоровью, здорового образа жизни

Программное обеспечение позволяет вести индивидуальные карты обучающихся с результатами всех проведенных тренировок. Результаты в виде количественных показателей и наглядных графиков удобно смотреть в динамике изменения психофизиологического и психоэмоционального состояния.

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**