

Управление образования Ошмянского райисполкома

Государственное учреждение образования
«Центр коррекционно-развивающего обучения
и реабилитации Ошмянского района»

Волшебство сенсорной комнаты

Ошмяны 2019

Управление образования Ошмянского райисполкома

*Государственное учреждение образования
«Центр коррекционно-развивающего обучения
и реабилитации Ошмянского района»*

Волшебство сенсорной комнаты

Ошмяны 2019

Автор-составитель:

Т.В.Юшковская, педагог-психолог
ЦКРОиР

Волшебство сенсорной комнаты: учебно-методическое пособие/автор-составитель Т.В.Юшковская. – Ошмяны: Изд-во государственное учреждение образования «Центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации Ошмянского района», 2019. – 38 с.

В пособии представлен материал по использованию сенсорной комнаты в коррекционно-развивающей работе с детьми с особенностями психофизического развития.

Пособие будет полезно педагогам-психологам, учителям-дефектологам, воспитателям центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации, дошкольных учреждений, а также родителям детей с особенностями психофизического развития.

©Т.В.Юшковская, автор, 2019

©Государственное учреждение
образования «Центр коррекционно-
развивающего обучения и
реабилитации Ошмянского района»

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день проблема формирования у детей с особенностями психофизического развития социального опыта требует создания особых, современных условий, способствующих вовлечению ребенка в окружающую действительность. Одним из таких условий может стать организация коррекционно-развивающей работы с детьми с особенностями психофизического развития (далее ОПФР) в сенсорной и интерактивной среде.

Доказано, что развитие психических функций ребенка, эмоциональной и интеллектуальной сферы напрямую зависит от сенсорного развития ребенка, то есть от развития восприятия, а для детей с ОПФР это особенно актуально. Так у большинства таких детей в сочетании с психическим недоразвитием наблюдаются нарушения сенсорно-перцептивного характера, что проявляется в недоразвитии предметности восприятия, в замедленном темпе узнавания предметов, в трудности обобщения сенсорных сигналов.

Имея множество познавательных и эмоциональных нарушений, у этих детей с раннего возраста отчётливо проявляются: повышенная раздражительность, тревожное беспокойство, капризность, негативизм. Им трудно управлять своими эмоциями, фон настроения неустойчивый. Указанные нарушения мешают таким детям социализироваться.

Использование в работе сенсорной и интерактивной среды является мощным инструментом для сенсорного развития, развития познавательной сферы, высших психических функций ребенка с ОПФР: памяти, мышления, внимания, речи. В сенсорной комнате благодаря наличию световых эффектов, запахов, звуков, специальных материалов, стимулирующих тактильные ощущения, создана успокаивающая, но в то же время стимулирующая (развивающая) обстановка. Она помогает снять нервное напряжение и стресс, формируя при этом ощущения покоя и безопасности, необходимые для развития ребенка с психофизическими особенностями.

СЕНСОРНАЯ КОМНАТА – КАК СРЕДСТВО СЕНСОМОТРОНОГО РАЗВИТИЯ

Современная образовательная система использует различные методики и технологии для обучения детей с особенностями психофизического развития (далее ОПФР). Одним из подходов в сфере сенсомоторного развития детей являются занятия в сенсорной комнате. Сенсорная комната представляет собой искусственно созданное окружение, где ребенок с ОПФР, пребывая в безопасной, комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении педагога исследует среду. Сенсорная комната предлагает гораздо больше различных впечатлений, чем традиционное окружение и позволяет их использовать более длительное время. В условиях сенсорной комнаты используется массированный поток информации на каждую сенсорную систему. Кроме того, сенсорное восприятие часто имеет эмоциональную окраску. В сенсорной комнате созданы условия, в которых ребенок получает положительные эмоции. Здесь с помощью различного оборудования создается ощущение комфорта и безопасности, что способствует быстрому установлению тесного контакта между педагогом и детьми.

Типы сенсорных комнат:

Сенсорные комнаты бывают различных типов, но они имеют единые задачи - восстановить внутреннюю гармонию и гармонию с окружающим миром, душевное равновесие, разгрузить и укрепить нервную систему. С точки зрения видов активности делятся на 2 вида:

- *пассивные*: объект находится в среде, которая стимулирует его чувства
- *активные*: в них предполагается участие пользователя в обучении/расслаблении (причина-следствие)

С точки зрения материалов и оснащения, комнаты психологической разгрузки делятся на 3 типа: светлая, темная сенсорная комната, а так же игровая.

В сенсорных комнатах используется как тактильное, так и световое оборудование. Наибольшему расслаблению также способствует использование ароматерапии и музыки.

Светлая сенсорная комната

Тут преобладает дневной свет.

Светлые сенсорные комнаты чаще используются в развлекательных центрах, детских садах, школах. Оборудование в таких помещениях монтируется яркое, красочное, предназначенное для активных игр и занятий.

Примерное оборудование, рекомендованное для светлой комнаты:

- панели для игровых зон («Цветные стеклышки», «Калейдоскоп», «Тактильные ячейки», «Лабиринт» и т.д.)
- игровой комплекс «Домик»
- «кресло-лепесток»
- мягкие игровые наборы: «Маленький гимнаст», «Арка», «Камушки», «Полоса препятствий», «Городок», «Бассейн», «Уголок».
- развивающее оборудование для подвижных игр: колесо-трансформер, лестница-мостик, лабиринты для опорно-двигательного аппарата.
- развивающее обучающее оборудование: стол-мозаика, мольберты, ширмы («За кулисами», «Кукольный театр», «Цветные фишки» и пр.)

Темная сенсорная комната

Её характеризует наличие световых элементов, которых обычно нет в светлых комнатах. Главной задачей темной сенсорной комнаты является расслабление, стабилизация психоэмоционального состояния. Она является одним из важнейших средств для коррекции и реабилитации.

Занятия в сенсорной комнате – важнейшая часть реабилитационного курса при лечении таких проблем, как задержки речевого и психомоторного развития, адаптационные расстройства, неврозы, гиперактивные состояния.

Стимуляторы, размещенные в темной сенсорной комнате, воздействуют на органы слуха, осязания, обоняния. Мягкий приглушенный свет, тихая расслабляющая музыка, нейтральная цветовая гамма оборудования, – призваны для создания ощущения гармонии, покоя и умиротворенности.

Оборудование, рекомендованное для темной сенсорной комнаты:

- воздушно пузырьковые колонны;
- сухие бассейны с подсветкой;
- фиброоптические изделия (фиброоптический дождь, душ, потолок «Звездное небо», фиброоптическое волокно);
- светозвуковые панели («Вращающееся колесо», «Фонтан», «Бесконечность», «Музыкальные классики»);
- мягкие формы («Пуфик круглый», «Пуфик», «Остров», «Ромашка»);
- интерактивные системы («Оми Виста», «Лайт Бим», «Интерактивная песочница – умный стол»).

Работа в сенсорной комнате организуется в следующих направлениях:

- развитие и коррекция нарушенных функций (осуществляется при выполнении упражнений, заданий, способствующих развитию сенсомоторики, психических функций);

– развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы (происходит при выполнении релаксационных упражнений, способствующих уменьшению состояния тревожности, снятию эмоционального напряжения, утомляемости, повышению саморегуляции).

Сенсорная комната разделяется на 4 зоны:

✓ *мягкая зона* – обеспечивает уют, комфорт и безопасность. Главной её целью является создание условий для релаксации и спокойного состояния. Поэтому, все изделия обстановки решены в спокойных тонах. Оборудование зоны: маты напольные и настенные; мягкие игровые модули; подушки, пухлик-кресло, трапеция с пенополистирольными гранулами, «Трансформер»; сухой бассейн; надувные матрасы, круги, валики и мячи;



✓ *зрительная и звуковая зона* – спокойная музыка и медленно меняющиеся расплывчатые световые эффекты действуют успокаивающе и расслабляюще.

Яркие светооптические и звуковые эффекты привлекают и поддерживают внимание, используются для зрительной и слуховой стимуляции, стимуляции двигательной активности и исследовательского интереса. Оборудование зоны: зеркальный и цветной шары; аквалампы, пузырьковые колонны; проектор направленного света; прибор динамической заливки цвета; интерактивные панели; светящиеся нити; зеркало; «Переливающиеся цветы», «Фонтан света», «Вулкан», кристаллическая лампа; световые картины; слайды с изображением природного ландшафта. Звуковая зона: музыкальный центр с набором CD дисков; тактильно-звуковая панель; подвесная система «Мелодичный звон»; музыкальные инструменты: металлофон, ложки, треугольник, бубен, маракасы; музыкальные игрушки, музыкальные шкатулки.





✓ тактильная зона —

позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учит различать свойства предметов и улучшает зрительно-моторную координацию. Оборудование зоны: сухой душ из лент; тактильные панно из разнообразных материалов: фольги,

наждачной шкурки, кожи, меха, шерсти, обоев, поролона, дерева; стенды с различными видами застежек: пуговицами, молниями, пряжками, крючками, шнуровкой, бантами, кнопками, липучками; сенсорная дорожка; ребристый мостик; стол-ванна для песка и воды; пальчиковые бассейны с различными наполнителями (горох, фасоль, каштаны, крупы); массажные коврики и мячи.

✓ зона запахов (воздушная) — в основе лечения запахами (ароматерапии) лежит принцип воздействия на организм человека натуральных эфирных масел, которые применялись для лечения и профилактики заболеваний с древнейших времен. Практически все натуральные эфирные масла обладают ярко выраженными бактерицидными, антисептическими, противовирусными и противовоспалительными свойствами, положительно действуют на нервную систему, психоэмоциональное состояние, стимулируют процессы саморегуляции и иммунитета, улучшают работу всех систем организма. Оборудование зоны: вентилятор; установка для ароматерапии; ароматические масла; ароматические палочки; ароматические мешочки саше; увлажнитель и ионизатор воздуха.

ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ В СЕНСОРНОЙ КОМНАТЕ:

1. Основу общеразвивающей, коррекционно-образовательной, психологической работы составляет баланс свободной самостоятельной деятельности детей и совместной деятельности со специалистом.

2. Специалист, работающий с ребенком индивидуально (или с группой) привлекает его (их) к разным видам деятельности в специально созданной полифункциональной интерактивной среде. Он делает это без психологического принуждения, опираясь на интерес ребенка к содержанию и форме занятий и активизируя его своим партнерским участием.

3. Дифференцированный подход в общеразвивающем, коррекционно-образовательном, психологическом процессе реализуется в нескольких направлениях:

- при организации полифункциональной интерактивной среды для свободной самостоятельной деятельности детей, развития саморегуляции их деятельности;
- в использовании гибких форм работы (индивидуально, в парах, в подгруппах, в группе), соответствующих интересам и возможностям детей;
- в индивидуальном выборе времени для разных видов совместных занятий в зависимости от возраста занимающихся и режима их основной деятельности.

Сочетание нескольких стимулов полифункциональной интерактивной среды сенсорной комнаты, (звуков, цвета, запахов, тактильных ощущений) может оказывать неодинаковое воздействие на психическое и эмоциональное состояние человека: как успокаивающее, расслабляющее, так и тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее, то есть речь идет о феноменах возбуждения и торможения. Сенсорная комната способствует не только достижению релаксации, но и активизации различных функций центральной нервной системы.

Знакомство с интерактивным оборудованием в сенсорной комнате следует проводить постепенно, предъявляя детям по одному из приборов. Сначала их включают в освещенной комнате, а затем предупреждают ребенка о том, что в комнате станет темнее, так как выключат свет, и он сможет увидеть, например, как прыгают «солнечные зайчики». Таким образом, можно познакомить с двумя-тремя видами оборудования. Знакомство с остальным интерактивным оборудованием можно проводить уже в ходе занятий на основном этапе.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ:

- использование стимулирующих упражнений, активизирующих и развивающих у детей сенсорные функции: зрительное и слуховое восприятие, осязание и пространственное восприятие;
- релаксация, снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- развитие познавательных процессов, в том числе воображения и творческих способностей;
- непосредственное общение, которое имеет огромное значение для общего психологического развития человека, его самооценки и становления его как личности.

Методы и приемы, используемые в работе сенсорной комнаты

Сенсорная комната – это особым образом организованная окружающая среда, наполненная различного рода стимуляторами. Они воздействуют на

органы зрения, слуха, обоняния, осязания и др. Мягкая мебель спокойной цветовой гаммы, приглушенный свет, приятные ароматы, успокаивающая музыка – вот те характеристики сенсорной комнаты, которые помогают ребенку развить свои сенсорно-перцептивные способности, ощутить уют, комфорт, настроиться на позитивное восприятие и общение с окружающими его людьми.

Основные методы, используемые при работе с детьми в сенсорной комнате:

- разнообразные игры (коммуникативные, направленные на развитие познавательных процессов и сенсорно-интегративную коррекцию);
- сказкотерапия;
- элементы песочной терапии;
- элементы арт-терапии;
- релаксационные упражнения;
- элементы музыкотерапии.

Кроме того, для работы в сенсорной комнате можно использовать методики свето-, цвето-, звуко- и ароматерапии для воздействия на состояние ребенка через соответствующие органы чувств.

Возрастные особенности применения сенсорной комнаты

Ранний возраст

Сенсорная комната как среда для работы с детьми раннего возраста может быть использована в следующих целях:

- для развития у детей эмоциональных ощущений в комплексе с формированием сенсорно-перцептивных представлений о цвете, форме, звуке, движении и т. п.;
- для организации эмоционально насыщенного общения детей и родителей, практического игрового взаимодействия;
- для развития двигательной и познавательной активности, обогащения сенсорного и тактильного опыта;
- для возможности преодолеть страх новизны и самостоятельно обследовать окружающие предметы;
- для диагностики особенностей развития и выявления детей с ОПФР, требующими квалифицированной помощи;
- для проведения развивающих занятий на основе комплексного использования интерактивного оборудования сенсорной комнаты, направленных на развитие функций кинестетического, слухового, зрительного анализаторов, психических процессов, навыков невербального общения с окружающими.

Занятия проводятся в основном индивидуально, иногда в малых подгруппах. Поощряется присутствие на занятии близкого ребёнку человека (мамы) – это снижает тревожность малыша.

Количество занятий определяется индивидуально и зависит от динамики развития. Длительность занятий также подбирается индивидуально и зависит от особенностей адаптации ребёнка, его эмоциональных реакций.

Дошкольный возраст

Дошкольный возраст является сензитивным для развития восприятия, на его основе развиваются память, внимание, мышление. В основе формирования и развития высших психических функций лежит сложный процесс интеграции внешнего мира во внутренний. Развитие восприятия различной модальности создаёт ту первичную базу, на которой начинает формироваться речь. Поэтому очень важно при различных нарушениях особое внимание уделить развитию восприятия.

В период до 7 лет наиболее чувствителен к принятию различных ощущений и их обработке. Этот период наиболее благоприятен для упражнений по сенсорно-интеграционной коррекции.

Коррекционная работа в сенсорной комнате направлена на поэтапное включение и синхронизацию всех сенсорных потоков через стимуляцию различных органов чувств.

Программа динамической реабилитации детей с особенностями в развитии предусматривает различные виды стимулирующего воздействия. Особенно важно, чтобы ребенок активно участвовал в этом процессе, а занятия по освоению двигательных навыков, развитию мотивации, осознанных волевых усилий были посильными, усложнялись постепенно и доставляли ребёнку удовольствие. Для этого прежде всего необходимо подобрать модули (расслабляющего и активизирующего характера), которые создавали бы комфортную обстановку и вызывали положительные эмоционально – моторные реакции у ребёнка. В этой связи особенностью сенсорной комнаты являются «волшебные» и сказочные эффекты объемных предметов, света и звука, ощущений и ароматов, нежные звуки успокаивающей музыки. Различные мягкие модули: шары, ступеньки, колонны, бочки, «сухой бассейн» с подсветкой, заполненный цветными шариками, – способствуют освоению и совершенствованию двигательных навыков. Мягкое покрытие пола, пуфики, подушки оказывают приятное, расслабляющее действие, обеспечивают возможность удобной позы, мягкой поддержки.

Создание сенсорной комнаты и периодический, многократный (до 4 – 5 раз и более) режим пребывания ребёнка в этой комнате позволяют решать задачи его реабилитации.

ВИДЫ И ФОРМЫ РАБОТЫ В СЕНСОРНОЙ КОМНАТЕ

Наименование оборудования	Назначение	Виды и формы работы
Мягкое напольное и настенное покрытие	Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний. Развитие воображения. Развитие: – образа тела; – общей моторики; – пространственных представлений. Саморегуляция психического состояния.	Упражнения на релаксацию. Упражнения на воображение. Игры на снятие агрессивности.
Сухой бассейн	Снижение уровня психоэмоционального напряжения. Снижение двигательного тонуса. Регуляция мышечного напряжения. Развитие: – кинестетической и тактильной чувствительности; – образа тела; – пространственных восприятий и представлений; – проприоцептивной чувствительности. Коррекция уровня тревожности, агрессивности.	Игра «Море шариков». Имитация плавания. Игра на снятие агрессивности. Игровые упражнения по коррекции уровня тревожности. Упражнения на релаксацию. Сеансы психофизической разгрузки. Игры на воображение.

Напольные сенсорные дорожки	Развитие: – проприоцептивной чувствительности; – рецепторов стопы; – координации движений; – кинестетической чувствительности; – мыслительной деятельности; – речи, умения передавать ощущения, эмоции в речи; – произвольного внимания. Закаливание. Профилактика плоскостопия.	Игры – путешествия. Игры на воображение. Игры на коррекцию уровня сложности. Игра «Кто за кем?». Игра «Быстро – медленно».
Ребристый мостик	Развитие: – кинестетической и тактильной чувствительности; – рецепторов стопы; – вестибулярного аппарата; – коммуникативных навыков. Профилактика плоскостопия. Коррекция страхов.	Игра «Через речку». Игра «Быстро – медленно». Игра «Победи свой страх». Игра «Кто за кем?».
Балансировочная дорожка	Координация движений. Развитие: – вестибулярного аппарата; – умение передвигаться по ориентирам; – произвольного внимания, памяти.	Игра «Прогулка по четырём временам года». Игра «Четыре стихии». Игра «По следам». Игра «С кочки на кочку». Упражнение «Держи равновесие!».
Центр тактильности	Активизация развития познавательных процессов: мышления, внимания, памяти. Координация зрительных и тактильных анализаторов. Развитие: – мелкой моторики;	Тренинг творческих тактильных восприятий. Игра – занятие «Найди и покажи». Игра - занятие «Найди на ощупь».

	– восприятия и воображения; – речи.	Упражнение «Опиши предмет».
Центр, развивающий активность	Стимуляция индивидуальной и групповой деятельности. Развитие: – коммуникативных навыков; – мыслительной деятельности; – внимания; – мелкой моторики; – зрительной, слуховой и осязательной активности; – координация движений.	Игра с калейдоскопом. Игры со светящимся браслетом. Игры с водными игрушками «Надень кольцо». Игры со звучащими игрушками.
Центр спокойных игр	Стимуляция зрительных и тактильных ощущений. Развитие: – коммуникативных навыков; – познавательных процессов; – восприятия и воображения; – речи.	Игра «Найди и покажи твёрдые и мягкие поверхности». Игра «Найди и покажи гладкие, колючие и шероховатые предметы». Игра «Какой предмет».
Аквалампа (световое и вибрационное воздействие)	Развитие: – зрительного восприятия; – тактильного восприятия; Активизация внимания. Релаксация.	Сказкотерапия. Цветотерапия. Упражнение «Танец шариков». Игра «Праздник на морском дне». Комплекс упражнений «Цвет»
Проектор направленного света	Обогащение восприимчивости и воображения.	Музыкотерапия. Светотерапия.
Зеркальный шар (проецирование специальных свето-эффектов)	Развитие: – зрительного восприятия; – ориентации в пространстве; Создание психологического	Сказкотерапия. Комплекс упражнений для коррекции страхов.

	комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов. Релаксация: воздействие зрительных образов.	Комплекс упражнений по релаксации. Упражнение «Солнечные зайчики». Игра «Путешествие к звезде».
Зеркало	Развитие: – мимики и пантомимики; – умение выражать различные эмоциональные состояния. Снижение нервно-психического и эмоционального напряжения. Формирование уверенности в себе.	Игра «Обезьянки». Игра «Клоуны». Игра «Отгадай настроение». Игра «Приветствие».
Мягкие подушечки (разной формы)	Развитие фантазии и воображения. Снижение уровня тревожности. Снижение уровня агрессивности. Формирование навыков саморегуляции.	Игра «Уходи злость». Игра «Выбиваем пыль». Игра «Упрямая подушка».
Аромонабор	Развитие обоняния. Формирование умения дифференцировать запахи. Стабилизация психического состояния. Релаксация.	Игры: «Мой любимый запах». «Ароматы цветов». Упражнение «Узнай запах».
Программа музыкального сопровождения.	Обогащение восприятия и воображения. Создание психологического комфорта. Релаксация. Снижение нервно-психического и эмоционального напряжения. Активизация двигательной активности. Формирование навыков саморегуляции.	Музыкальное фоновое сопровождение игр, упражнений, заданий, релаксации.

Набор тактильных шариков с поверхностью из разных материалов	Развитие: – познавательных процессов; – мелкой моторики. Активизация мышления и внимания. Стимуляция тактильных анализаторов. Стимулирующее и расслабляющее воздействие.	Комплекс заданий на определение: ·Разнообразия поверхностей; ·Твёрдости и мягкости; ·Видов материалов; ·Тепла и холода поверхностей; ·Веса; ·Скорости движения шариков по плоскости в зависимости от вида их поверхности и веса.
Набор геометрических тел (конус, цилиндр, шар)	Развитие: – познавательных процессов; – мелкой моторики; – произвольного внимания, памяти. Активизация мыслительной деятельности (анализа и синтеза). Стимуляция тактильных анализаторов.	Комплекс заданий на определение и сравнение: ·Формы геометрических тел; ·Вида материалов; ·Поверхности; ·Движение шара, куба, цилиндра.

В зависимости от задач, которые ставит перед собой специалист, организуя работу в интерактивной среде сенсорной комнаты, на занятиях может быть использовано оборудование комплексного применения, например, различные массажные мячи, игровой и дидактический материал и т. д.

Кроме того, степень эффективности сенсорной комнаты можно значительно усилить, применяя дополнительные материалы. В специальных сенсорных банках можно собрать разнообразную коллекцию визуальных, тактильных, звуковых и др. стимулов.

Банк зрительных ощущений: неоновые (светящиеся) палочки; карманные фонарики; цветные стёклышки, и камешки; бусы; пуговицы; калейдоскоп; фольга; елочные мишура и дождик; газовые и шелковые платки

различных цветов; разноцветные перья; мыльные пузыри; цветные прищепки; зеркальце.

Банк тактильных и двигательных ощущений: различные по форме и степени жесткости кисточки, щётки, губки; вибрирующие игрушки; массажные варежки; пемза; мячики из меха, с шипами, колючками и другой контрастной фактурой; тактильные мешочки с разными наполнителями рис, горох, пуговицы, кусочки поролона, шарики пенопласта; резиновые шары с сыпучими веществами: песок, мука, крахмала, крупа; перышки, рамочки с различной фактурой, «сухой аквариум».

Банк слуховых ощущений: погремушки; шумовые банки; звучащие коробочки; свистки; колокольчики; музыкально-дидактические игры.

Банк обонятельных ощущений: флакончики с запахами; пакетики со специями; тряпичные куклы, набитые сухими травами.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ СЕНСОМОТОРИКИ

Игры и упражнения для развития мелкой моторики и тактильной чувствительности

Игра «Волшебный мешочек»



В непрозрачный мешочек кладут предметы разной величины, формы, фактуры (небольшие игрушки, геометрические фигуры и др.). Ребенку предлагают, закрыв глаза, на ощупь найти любой предмет, определить его свойства по ощущениям, из какого материала он изготовлен (например, из стекла, пластмассы, дерева, железа), назвать его. Сначала наводящие вопросы задает педагог, а затем, когда игра усвоена, – спрашивают дети. Вопросы могут быть следующего характера: «Предмет легкий или тяжелый, гладкий или шероховатый, мягкий или твердый, пушистый или гладкий?», «Утонет в воде или нет?» Можно использовать элементы исследовательской деятельности на занятиях. Проверить свойства предметов можно с помощью установления их сходства и различия, использовать, например, весы, емкость с водой.

Другой вариант игры с волшебным мешочком, когда внутри его могут находиться разные наполнители: фасоль, горох, гречка, пшено, рис, манка, песок, орехи, косточки от вишни или фиников, мелкие камешки, пуговицы, а также различные предметы. Воспитатель называет предмет, а дети должны на ощупь найти и достать его.

Игры в волшебный мешочек могут быть тематическими. Для этого в него можно положить разные предметы по определенной тематике. Например, на Новый год – шишки, маленькие пластмассовые елочные игрушки, каштаны, ребристые грецкие орехи, гладкие желуди, конфетки; при изучении овощей и фруктов – небольших размеров редис, морковку, яблоко, картофель, лук, огурец и т.п.

Упражнение «Найди пару»

Детям предлагается по образцу, изображенному на картинке, найти такой же предмет в волшебном мешочке на ощупь. Предметы могут быть разными, например, набор геометрических фигур разной формы, величины и цвета или игрушки небольших по размеру животных, пуговицы разных форм и размеров.

Упражнение «Рыбаки и рыбки»

Для этого упражнения необходимы различные пуговицы. Представив, что дети отправляются на рыбалку на необычное Пуговичное озеро, им предлагается вообразить себя рыбаками, а пуговицы – разными разноцветными рыбками. Рыбакам нужно «выловить рыбок», которые им понравились, и рассказать о них (какие они – большие или маленькие, круглые или квадратные, гладкие или шероховатые). Затем всем детям свой «улов» нужно положить в ведро и, закрыв глаза, на ощупь найти свои «рыбки».



Упражнение «Поможем повару»

Детям предлагается помочь повару отсортировать горох от фасоли, находящиеся в одной емкости. Для этого им даются пустые лотки. Напоминаем, что работать нужно обеими ручками. В ходе выполнения задания можно задавать вопросы, например: какие блюда можно приготовить из этих круп?

Для развития мелкой моторики, формирования навыка координированных движений правой или левой руки можно использовать работу с различными по толщине нитками, шнурами.

Упражнение «Художники»

На листе бумаги формата А4 изображен предмет, например яблоко. Нужно сначала на этой картинке с помощью шнура обвести контур яблока, затем на поверхности шероховатого или ворсистого материала (ковра, бархатной бумаги) по образцу также выложить контур изображенного предмета. Напомнить детям, что выполнять задание нужно обеими ручками. Затем дети отгадывают друг у друга полученные изображения. Также можно

использовать для выкладывания контура изображений мелкие предметы – семена, плоды, пуговицы. Образцом может быть сам предмет, а не картинка.

Упражнение «Шнуровка»

Для выполнения этого задания необходимы разные геометрические фигуры (треугольники, квадраты, прямоугольники, овалы, круги), изготовленные из дерева для шнуровки, и фигура-шнуровка «Домик». Следует продевать шнурочки в отверстия на предметах.

Из двух треугольников нужно составить квадрат, соединив их с помощью шнура. Можно задать вопрос: «Какие нужно взять треугольники, чтобы получился квадрат?» Далее, на фигуре домика, используя разные геометрические фигуры, заполняют его недостающими деталями с помощью шнуровки (прикрепить геометрические фигуры, чтобы получился домик с окнами, дверьми, крышей, трубой).



Предлагаем другие варианты заданий с использованием шнуровки. На фигуре машины прикрепить детали из геометрических фигур с помощью шнуровки. Продеть разные по цвету шнурки в отверстия на машине так, чтобы получились разные геометрические фигуры. На фигуре-шнуровке «Ежик» нужно прикрепить шнурком геометрические фигуры так, чтобы получился грибок, яблоко, груша. Во время проведения упражнений детям загадываются загадки.

Упражнение «Настроение в тесте»

Способствует развитию мелкой моторики, а также творческого воображения. Из муки, соли и воды замешивается соленое тесто, из которого детям предлагается слепить любую фигурку, по настроению, что нравится. Например, животное или цветочек. Выполнять задание можно в крышках от коробок.

Упражнение «Составь буквы, цифры»

В сенсорной комнате на напольном покрытии можно использовать цветные шарики для составления цифр, букв, слов. Задание выполняется каждым ребенком индивидуально. В корзинку (коробочку) кладутся разноцветные шарики из сухого бассейна. Детям предлагается составить из них несколько цифр, букв и слов. Затем дети отгадывают друг у друга полученные изображения. Для этого задания также используются и разноцветные пластмассовые крышечки.

Подвижные упражнения игрового характера

Такие упражнения способствуют тренировке мелких мышц кисти рук и выработке координированных движений. Кроме того, выполнение заданий в

группах способствует развитию умения работать в команде, доверять друг другу, воспитывают чувства взаимопомощи, взаимовыручки, вырабатывает групповой дух команды.

Упражнение «Передай мяч друг другу»



Дети делятся на две команды. Участники каждой команды садятся на мягкое ковровое покрытие на небольшом расстоянии друг за другом. Перед первым игроком находятся две корзины: одна с набором шариков (красного, синего, зеленого, желтого цвета) из сухого бассейна, другая – пустая, в которую он должен их положить.

Первый игрок по команде берет из корзины любой из шариков и передает его с помощью поднятых вверх рук назад второму, второй – следующему за ним игроку, и так до тех пор, пока шарик не окажется в руках у последнего. Затем последний игрок должен передать шарик вперед, пока шар не окажется у первого игрока, который кладет его в пустую корзину. Эстафета продолжается до тех пор, пока все шарики не окажутся в другой корзине.

Упражнение «Набери шарики»

Каждой паре детей нужно по команде набрать как можно больше шариков определенного цвета в свою коробку, на сторонах которой из цветной бумаги наклеены кружки данного цвета. Цвет шариков выбирается в игровой форме. Время выполнения задания определяет педагог. При проведении такого рода заданий необходимо вначале объяснить детям: в игре они развивают свои пальчики, чтобы лучше рисовать, писать. И во время игры нужно уважительно относиться друг к другу. Можно дать детям иной вариант задания – собирать только маленькие шарики, находящиеся в сухом бассейне. После проведения игры дети с педагогом подсчитывают количество шариков, определяя победителей. Затем состав групп можно поменять.

Упражнение «Секрет»

В сухом бассейне спрятано несколько предметов, их нужно найти. Детям предлагается зайти в сухой бассейн и найти спрятанные среди шариков предметы.

Упражнение «Ловкость»

Упражнение выполняется сидя, находясь в сухом бассейне. Нужно положить один шарик между двумя ладонями и катать его то в одну, то в другую сторону так, чтобы он не упал. Это задание можно выполнять и с

двумя шариками. Далее попросить детей назвать все предметы, находящиеся в комнате, такого же цвета, как их шарики.

Упражнение «Лесная дорожка»

Упражнение выполняется на напольной сенсорной дорожке, состоящей из разных модулей.

Педагог: Представьте себе, что мы находимся в волшебном лесу и идем по лесной дорожке. Идти нужно не спеша, друг за другом, чтобы не сбиться с пути. Слушаем пение птиц в лесу и журчание ручейка. На нашей дорожке встречаются разные камешки. Вы чувствуете их? Эта разноцветная волшебная дорожка дает нам силы. Назовите ее цвета. По лесной тропинке мы с вами пришли на опушку леса.

Упражнение «На реке»

Из модулей тактильной дорожки (подушечек с разными наполнителями) на полу составляется дорожка, по которой дети будут ходить.

Педагог: Представим, что это камешки в реке. Нужно вставать на них осторожно и нельзя наступать в другое место – там вода. По этим камешкам нужно выйти на другой берег.

Упражнения на снятие эмоционального напряжения

Упражнение «Кубик эмоций»

Дети располагаются по кругу на мягком напольном покрытии. Педагог объясняет, что дети будут играть с кубиком, на каждой стороне которого изображено лицо, отражающее какое-нибудь настроение, эмоцию. Дети должны бросать друг другу кубик и при этом изображать настроение с помощью мимики, соответствующей выпавшему на кубике выражению лица. Перед началом игры каждый ребенок должен взять кубик в руки и внимательно рассмотреть картинки на его сторонах.



Упражнение «Заплетаем косу»



В этом упражнении используются фибeroптические волокна, меняющие цвет по всей длине, напоминая разноцветный водопад. Выполнять упражнения можно стоя, сидя, лежа. Например, перебирая волокна по одному, ребенок должен продолжить фразу «Я самый...», говоря о своих хороших качествах, либо придумывая желаемые.

Другой пример упражнения. На каждое волокно нужно придумать ласковое имя для себя. Можно, перебирая волокна, заплетать из них косы.

Релаксационные упражнения (проводятся под музыкальное сопровождение)

Упражнение «В море»

Находящемуся в сухом бассейне ребенку предлагается представить, что он плавает в море сначала на животе, затем на спине, на боку, гребет руками. Он должен имитировать движения. Затем спокойно полежать на волнах, закрыв глаза, и представить себе, что спокойно покачивается на волнах. Во время упражнения звучит релаксационная музыка «Океан».

Упражнение «Рыбки»

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие или в сухой бассейн.

Педагог: Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали. Закройте глазки. Представьте, что вы – маленькие разноцветные рыбки, плавающие в море, мягко шевеля своими плавничками и хвостиками.



Вы плаваете и видите вокруг других разноцветных рыбок, которые вам улыбаются; вы видите водоросли, разноцветные камешки, лежащие на дне. Вам хорошо и спокойно. Вы решили отдохнуть. Вы представляете, как плавно опускаетесь на мягкий теплый песочек на самое дно моря. Вам хорошо и приятно лежать на морском дне. Вы чувствуете, что набрались сил и хорошенько отдохнули. Поэтому быстренько поднимаетесь на поверхность моря, где видны лучики солнца. Теперь можно открыть глазки и улыбнуться солнышку.

Упражнение «На берегу моря»

Педагог: Закройте глазки. Постарайтесь представить, что вы оказались летом на берегу моря. Вы лежите на теплом песочке, а сверху ласково греет солнышко. Вам тепло и приятно лежать. Вы чувствуете, как солнышко ласково посылает вам свои теплые лучики. Один лучик солнца нежно коснулся вашего личика и подарил вам улыбку. Второй лучик солнышка нежно коснулся ваших ручек и подарил вам ловкость. Третий лучик солнышка коснулся вашего туловища и подарил вам гибкость. А еще один лучик солнца нежно коснулся ваших ножек и подарил вам силу. У вас хорошее настроение, вы отдохнули, откройте глазки.

Упражнение «Летняя ночь»

Педагог: А теперь вы летите на ковре-самолете и оказываетесь на берегу моря.

Звучит спокойная мелодия. Детям предлагается лечь на мягкое напольное покрытие поудобнее, чтобы ручки и ножки отдыхали, и закрыть глазки.

Начинается волшебный сон. Представьте себе, что наступила чудесная летняя ночь, вы лежите на мягком теплом песочке у моря и смотрите на небо. Вы видите, как зажигаются яркие звездочки и медленно-медленно плывут по синему небу. Вам тепло и приятно лежать на песочке. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Дышите ровно и легко. Но ночь подходит к концу, гаснут на небе звезды, и наступает утро. Вы видите, как в небе появляется солнышко, оно ласково греет вас, и настроение становится веселым. Вы отдохнули и полны сил. Теперь откройте глазки и с хорошим настроением улыбнитесь друг другу.

Упражнения на развитие визуализации

Упражнение «Золотые рыбки»



Дети устраиваются около воздушно-пузырьковой колонны с рыбками. Они внимательно рассматривают происходящее в ней – как меняется цвет воды, движутся пузырьки и плавают разноцветные рыбки, шевеля хвостиками. Детям предлагается сосчитать плавающих рыбок, выбрать понравившуюся, дать ей имя и следить глазками за подъемом и опусканием разноцветных рыбок – какая рыбка в воде выше поднимется. Затем прикоснуться ладошками к пузырьковой колонне, рассказать о своих ощущениях. Закрыв глазки, дети должны назвать все цвета воды, которые они видели. Далее нужно попросить детей подумать и рассказать, что бы они сделали, если бы стали золотой рыбкой? Какие бы хотели исполнить желания?

Дыхательные игры и упражнения

Игра «Воздушный шар»

Дети стоят на мягком напольном покрытии по кругу, взявшись за руки. Воспитатель. Представьте ребята, что мы с вами огромный воздушный шар, который, находясь в небе, то поднимается высоко (мы делаем вдох), то опускается вниз (мы делаем выдох). Когда делаем вдох, поднимаем руки вверх, представляя, что наш шар поднимается вверх, когда делаем выдох, опускаем руки, представляя, что наш шар опускается вниз, на землю.

Движения повторяются несколько раз.

Упражнение «Лев спит»

Дети садятся или ложатся на мягкое напольное покрытие на воображаемой поляне, на которой спит лев. Детям предлагается рассказать о льве, какой он сильный, спокойный, уверенный.

Педагог: Лев лежит и ровно дышит. Давайте и мы с вами будем дышать, как лев, спокойно. А вот лев просыпается и потягивается. Давайте и мы с вами, как лев, тоже потянемся. Мы учимся быть спокойными и уверенными, как лев.

В зависимости от особенностей нарушений, занятия в сенсорной комнате могут отличаться по сложности и насыщенности. Среда сенсорной комнаты – одно из важнейших средств коррекции и реабилитации в процессе психологического сопровождения детей с особенностями психофизического развития с учетом применения современных технологий.

ПРИМЕРНЫЕ КОНСПЕКТЫ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ В СЕНСОРНОЙ КОМНАТЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОПФР

Все приведенные занятия имеют следующую структуру: ритуал начала занятия; релаксация, которая позволяет детям расслабиться и снять мышечное напряжение; ритуал окончания занятия.

Занятие № 1

«Знакомство с волшебной комнатой»

Цели:

- развивать когнитивную сферу детей;
- активизировать произвольное внимание, умственные способности;
- развивать проприоцептивную и тактильную чувствительность, мелкую моторику;
- развивать зрительно-моторную и слухо-моторную координацию;
- развивать органы чувств и вестибулярный аппарат;
- закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи;
- развивать коммуникативные навыки;
- формировать умение расслабляться в процессе представлений образов;
- формировать навыки саморегуляции.

Материалы и оборудование: напольные тактильные дорожки; сухой бассейн; балансировочная доска; смайлики-веселки; пузырьковая колонна; растение-фонтан; запутанные спиральки; центр тактильности; центр

спокойных игр; центр, развивающий активность; проектор направленного света; зеркальный шар; легкие квадраты; мягкое напольное покрытие; музыкальный диск.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие»:

- Ребята, наши «веселки» улыбаются нам. Они очень рады, что мы пришли к ним в гости. Улыбнитесь им и весело их поприветствуйте, помашите рукой и скажите: «Здравствуй!»

2. - А теперь мы с вами отправимся в путешествие... Начнется оно вот с этого большого водопада. (*Рассматриваем пейзаж в ноутбуке*) Посмотрите, как падает вода с вершины горы, как сверкает она и рассыпается на разноцветные брызги. А рядом еще один водопад - маленький (*растение-фонтан*). Подойдите к нему поближе и послушайте, как журчит вода, сбегая по уступам горы. (*Слушают шум воды.*)

- А какие маленькие яркие птички живут в нашем лесу,- как звонко они щебечут! (*Звучит аудиозапись «Голоса леса».*)

- Пригревает солнышко, стало жарко. Давайте снимем обувь и пойдем в лес по тропинке босиком. (*Ходьба по сенсорной напольной дорожке.*) Идти будем друг за другом, чтобы не сбиться с пути. Наш путь начинается с этой большой зеленой полянки, затем - по дну лесного озера, по камешкам... - и дальше в лес по тропинке, по мостику. (*По ходу педагог-психолог спрашивает детей об их ощущениях.*)

- А теперь мы пойдем по волшебному лесу, где времена года сменяют друг друга каждые несколько шагов. Идти надо след в след, чтобы не оступиться и не упасть в воду. Руки расставьте в стороны. Смотрите внимательно, по какому времени года вы проходите, и называйте его.

3.- Теперь надевайте обувь и переходите на эту разноцветную полянку. (*Звучит спокойная фоновая музыка.*)

- Двое ребят будут играть с игрушками на этой панели (*центр, развивающий активность*), а двое – скатывать шарики по этой спиральке: один кидает шарик, а другой ловит его на выходе. Слушайте внимательно, где находится шарик, чтобы не упустить его. Делайте это поочередно.

- Подойдите к этой спиральке. Кидайте шар, внимательно за ним наблюдайте и ловите на выходе (*запутанная спиралька, цветик-семицветик*). (*Через несколько минут дети меняются местами.*)

4. - Ребята, тот из вас, кто поиграл на этой полянке, может переходить на следующую.

5.- А кто будет рассматривать драгоценные материалы в нашем сундучке?

6.- А по лабиринтам попутешествовать кто хочет?

(По ходу игры педагог-психолог спрашивает об ощущениях, предлагает меняться местами.)

7.- Ребята, вот еще один сундучок! Давайте посмотрим, что в нем находятся.
(Открывает.)

- Что это?

- Правильно, это квадратики из разной ткани. Выбирайте, кому какой нравится. Подбросьте свои платочки как можно выше; понаблюдайте, как они падают вниз.

- А сейчас надо не просто подбросить платочки, но и постараться, чтобы они подольше не опускались на пол. Для этого надо дуть на них – вот так! *(Показ.)*
(Далее педагог предлагает подбросить платочки несколько раз. Включает пузырьковую колонну.)

8.- Подойдите поближе, посмотрите: какая интересная лампа! А что же там плавает?

- Какого цвета рыбки?

(Предлагает каждому понаблюдать за рыбкой определенного цвета.)

- Обратите внимание, как изменяется цвет воды. Какой цвет воды вам нравится больше?

9.- Целый день мы путешествовали с вами по волшебному лесу! Наступает ночь, пора отдохнуть. Отдыхать мы будем на этой большой поляне. Располагайтесь на ней *(мягкое напольное покрытие)*. А кто-то может и на этом островке *(мягкий островок)*.

(Звучит релаксационная музыка.)

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь. *(Включает проектор, направляет его на зеркальный шар.)*

- Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лоб, лицо, шею, живот, спину, руки, ноги... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, послушным.

Дышится легко и свободно. Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко.

Дышится легко, ровно, глубоко.

- Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным.

Потянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

10. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками».

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и попрощаемся с ними: «До свидания!»

Вспоминайте наших «веселок» и улыбайтесь, как они, – и тогда у вас всегда будет хорошее настроение.

Занятие № 2

«Цвета и настроение»

Цели:

- создание бодрого, оптимистичного настроения; – активизация пассивных детей;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие умения передавать ощущения в вербальной форме;
- развитие когнитивной сферы: внимания, памяти, мышления;
- закрепление знаний цветового спектра;
- цветотерапия;
- стимулирование воображения.

Материалы и оборудование: напольные тактильные дорожки; центр, развивающий активность; сухой душ; пузырьковая колонна; мягкое напольное покрытие; «веселки».

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия:

- Ребята, наши «веселки» приветствуют нас. Давайте улыбнемся им так же, как они нам, и пожелаем «веселкам» и всем людям здоровья. Каким словом мы это говорим?

- «Здравствуйте!»

2. - А сейчас мы пройдем по нашим лесным дорожкам. Не забывайте говорить о том, что чувствуют ваши ножки. *(Звучит спокойная, тихая музыка.)*

3.- Выходим вот на эту зеленую полянку. Вы будете играть игрушками, которые здесь находятся *(центр, развивающий активность)*.

- Вот эта трубка называется *калейдоскоп*. Каждый из вас, играя с ним, будет мне рассказывать, что интересное он видит: какие фигуры, какого цвета.

4.- А сейчас давайте подойдем к этому цветному водопаду. (*Сухой душ.*)
Слушайте меня внимательно: я буду говорить, кто с какой стороны будет проходить под водопадом.

- Какого цвета струйки воды? Выходя из-под водопада, вы будете говорить мне, какое у вас настроение и что вы чувствовали под струйками воды.

5.- Подойдите к цветному аквариуму. Какого цвета рыбок вы там видите? Каждый из вас будет наблюдать за своей рыбкой (*пузырьковая колонна*).

(*Психолог называет имя ребенка и цвет рыбки, за которой он будет наблюдать.*)

- Ребята, вы видите, что вода меняет свой цвет. Вы будете называть одним словом цвет воды: *синий, красный, зеленый, желтый*.

6. Релаксация «Радуга» (лежа на мягком покрытии):

- На экране вы видите цвета радуги: *а) на экране - голубой цвет*. Это мягкий, успокаивающий цвет.

Он похож на воду в реке или озере. Голубой цвет и у неба. Он освежает вас, как купание в жару;

б) красный цвет дает нам энергию и тепло. От красного цвета нам становится теплее даже в холод. От красного цвета веселее и радостнее на душе;

в) желтый цвет приносит нам радость и улыбку. Он согревает, как солнышко. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение;

г) зеленый цвет - цвет природы. Если мы больны и нам не по себе, зеленый цвет помогает нам чувствовать себя лучше.

Какой цвет вам понравился больше?

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 3

«Помощь друзей»

Цели:

- развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления;
- развитие тактильных, слуховых и зрительных анализаторов;
- развитие умения передавать ощущения в вербальной форме;
- стимуляция поисковой и творческой активности;
- создание положительного эмоционального настроения.

Материалы и оборудование: «веселки»; растение-фонтан; центр спокойных игр; двойная спиралька; центр тактильности; сухой бассейн; игра «Легкие квадраты».

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие».

2. - Ребята, представьте себе, что у вас грустное настроение. Какое у вас при этом выражение лица? Покажите!

- Посмотрите в зеркало: какие у вас грустные лица! Давайте попробуем поднять друг другу настроение. Давайте скажем каждому что в нем нам нравится. Говорить будем по очереди, и каждый услышит о себе что-нибудь хорошее. (*Игра «Комплименты».*)

- Ну что, улучшилось ваше настроение? Давайте поприветствуем наших «веселок» и улыбнемся им так же, как они улыбаются нам.

3.- Подойдите к волшебному замку (*растение-фонтан*). Внимательно посмотрите на замок и природу вокруг него. Как вы думаете, кто живет в замке?

- Твой герой злой или добрый?

- А что нужно сделать, чтобы он стал добрее?

- Посмотрите на водопад, который сбегает с гор. Давайте послушаем шум воды. (*Слушают шум воды.*)

4.- Переходим на зеленую полянку. Тут вы можете поиграть с этими спиральками. (*Двойная и одинарная спиральки.*) Внимательно наблюдайте и слушайте, где находится шарик, и ловите его на выходе.

5.- Давайте внимательно посмотрим вот на эту панель (*центр спокойных игр*). По очереди ощупайте игрушки и скажите, какая игрушка на ощупь вам нравится больше остальных, а какая - не нравится и почему.

6. Упражнение «Море из шариков» (*сухой бассейн*):

- А сейчас мы будем плавать в море из шариков. Давайте все перевернемся на животик и поплывем.

- А теперь перевернемся на спинку. Продолжаем плыть.

- А теперь спокойно полежим на волнах. Закройте глаза и представьте себе, что вы спокойно покачиваетесь на волнах моря...

(*4-5 минут.*)

- Вот и закончилась наша игра.

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 4

«Веселые задания»

Цели:

- развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания;
- развитие конструкторских способностей;
- продолжение развития глазомера;
- развитие координации «глаз - рука»;
- закрепление знания цветов спектра;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие воображения.

Материалы и оборудование: игры «Собери квадрат», «Надень кольцо»; пузырьковая колонна; мягкое напольное покрытие; напольные тактильные квадраты; подвеска «веселки».

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».
 2. - Ребята, мы сейчас пройдем по нашим лесным тропинкам. Сегодня мы будем называть цвет дорожки, по которой проходим. (*Напольные сенсорные дорожки.*)
 - 3.- Подойдите к этому столу Мы будем из частей собирать вот такой квадрат. Будьте внимательны – и у вас все получится. Игра называется «Собери квадрат».
 - 4.- Теперь поиграем вот с этими игрушками. Игра называется «Надень кольцо». Когда вы надеваете кольцо, то говорите, какого оно цвета. Посмотрим, кто у нас самый меткий, кто быстрее других наденет все кольца (*Большая пирамида*).
 - 5.- Мы поиграем в игру «Найди цвет», Я буду показывать цвет, например красный, а вы - искать в этой комнате все предметы красного цвета. И так мы будем искать и называть все цвета.
 - 6.- Теперь ложитесь на наш мягкий диван, повернитесь лицом к волшебному аквариуму и наблюдайте за тем, как в нем меняется вода. Как только вода сменит цвет, вы называете его.
 - 7.- Перевернитесь все на спинку, лягте поудобнее, закройте глаза и слушайте мой голос.
- Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте – на берегу моря. Чудесный летний день! Голубое небо, теплое солнце... Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все ваше тело: лоб, лицо, спину, живот, ручки и ножки. Вы чувствуете, как тело

становится легким, сильным, послушным. Вам тепло и приятно. Лучики солнышка ласкают наше тело. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться.

Мы открываем глаза – мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день.

8. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 5

«Давайте представим...»

Цели:

- формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях;
- продолжение обучения умению определять свое настроение;
- обучение способам поднятия настроения;
- развитие смелости и уверенности в себе, преодоление робости;
- саморегуляция психического состояния.

Материалы и оборудование: зеркало; колпаки клоунов; мягкое напольное покрытие; пузырьковая колонна.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».

2.- Давайте представим, что мы с вами – обезьянки. Подойдите к зеркалу и покажите мне без слов: веселую обезьянку, грустную, плачущую, смеющуюся, поющую, радостную.

- Ну, как? Улучшилось у вас настроение? Покажите свое настроение.

3. Далее психолог читает стихотворение:

Бывают чувства у зверей,

У рыбок, птичек и людей.

Влияет, без сомнения,

На всех нас настроение.

Кто веселится?

Кто грустит?

Кто испугался?

Кто сердит?

Рассеет все сомнения

Хорошее настроение.

4.- А сейчас мы с вами окажемся в цирке. Выйдем на эту зеленую поляну и станем клоунами. Становимся парами, лицом друг к другу Клоуны справа будут

веселыми. Изобразите это настроение на своем лице. А теперь веселые будут стараться развеселить грустных так, чтобы они заулыбались и всем стало весело.

5.- Теперь клоуны поиграют в игру «Веселая зарядка».

(Звучит бодрая, веселая музыка. Психолог моделирует ситуацию, а дети изображают соответствующие действия.) - Для того чтобы машина заработала, надо завести мотор.

- Спящий человек похож на выключенную машину.

- Тело устает за день, и ему нужен отдых.

- Но впереди новый день и много интересны к дел и приключений. Надо подготовить себя к ним: включить, «завести» свое тело. Давайте все дружно попрыгаем!

- Каждый из вас – хозяин своего тела. Вы – проснувшиеся кошечки, вытягиваете то передние, то задние лапки.

- А теперь вы – упавшие на спину божьи коровки. Удастся ли вам перевернуться на живот без посторонней помощи?

- А сейчас вдохнем поглубже и превратимся в воздушные шарик. Еще чуть-чуть – и полетит!

- Тянемся вверх, как жирафы.

- Попрыгаем, как кенгуру, чтобы стать такими же ловкими и сильными.

- А теперь мы – матрешки. Покачаемся из стороны в сторону.

- А ну-ка запустим самолет! Крутим пропеллер изо всех сил. - Ребята, вы получили большой заряд бодрости и уверенности в себе на весь день. До скорой встречи!

6. Ритуал окончания занятия.

Занятие № 6

«Будьте внимательны!»

Цели:

- продолжение развития психических процессов: произвольного внимания, его устойчивости и переключаемости; памяти, воображения, восприятия;
- формирование умения соотносить речевую форму описания предметов с графической;
- развитие тактильного восприятия рецепторов стопы и рук, умения передавать свои ощущения в связной речи;
- развитие координации «глаз-рука»;

- продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения.

Материалы и оборудование: напольные тактильные квадраты; центр спокойных игр; балансировочная доска; пузырьковая колонна; игра «Легкие квадраты»; напольное мягкое покрытие.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия. Приветствие «веселок».

2.- Ребята, давайте пройдем по нашим лесным тропинкам.

Идем медленно, не спеша, слушаем пение птиц, журчание ручейка в лесу.

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

3.- Выходим с вами на полянку. *(Центр спокойных игр.)*

- Посмотрите внимательно вот на эту панель, на игрушки и предметы, которые на ней расположены. Каждый из вас выберет себе предмет и скажет, что он выбрал. Остальные должны описать какой это предмет.

4.- А сейчас мы с вами будем переходить через пропасть по волшебным канатам. Я каждому назову цвет каната, по которому он будет перебираться на противоположную сторону пропасти.

Воспитатель поощряет тех, кто быстрее выполнил задание.

5.- Продолжим мы свой путь через этот волшебный лес, где через каждые 4 шага времена года сменяются. Идти надо по тем стопам, которые нарисованы, и называть времена года, по которым вы проходите. Не забудьте о том, что спинка должна быть прямой, а руки разведены в стороны.

6.- А теперь, ребята, ложитесь на наш мягкий пол. Мы будем наблюдать за рыбками в волшебной лампе. Каждый выбирает свой цвет рыбки и наблюдает за ней. *(Упражнение «Танец шарика».)*

7. Ритуал окончания занятия. Прощание с «веселками»:

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и скажем им: «До свидания!»

Занятие № 7

«Прогулка по волшебному лесу»

Цели:

- развивать мыслительную деятельность, произвольное внимание, память, воображение, восприятие;
- формировать умение передавать свои ощущения в речи;
- развивать проприоцептивную и кинестетическую чувствительность;
- способствовать развитию вестибулярного аппарата и координации движений;

- учить саморегуляции психического состояния, релаксации;
- продолжать формировать знания о здоровом образе жизни;
- воспитывать эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку.

Материалы и оборудование: центр тактильности; напольные тактильные дорожки; маленький бассейн с водой; ребристый мостик; балансировочная доска; мягкое напольное покрытие; зеркальный шар; проектор.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия:

- Давайте поздороваемся с нашими «веселками», улыбнемся им так же, как они нам, и скажем им: «Здравствуйте!»

2.- Ребята, сегодня мы с вами будем путешествовать по волшебному лесу.

А теперь подойдем к этой зеленой поляне и послушаем щебет птиц в волшебном лесу.

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

3.- Теперь мы с вами пойдем по лесным тропинкам. Идти мы будем медленно, внимательно смотреть под ноги, и будем говорить о том, что ощущают ножки. Наш путь начинается вот от этого лесного озера. Идем друг за другом, не мешая друг другу.

4.- В конце тропинки мы выходим на мостик, проходим по нему и переходим в волшебные времена года, где через каждые 4 шага времена года сменяют друг друга. Идти надо только по следам, чтобы не утонуть в бурной реке. Проходя, мы называем то время года, в котором оказались.

5.- А на этой поляне мы будем рассматривать, ощупывать игрушки и рассказывать, какие они на ощупь.

- Какие игрушки вам больше всего понравилась и почему?

- А какие – не понравилась? Почему?

6. Упражнение «Найди и покажи игрушку»:

- Ребята, я сейчас буду говорить, с какой поверхностью игрушку вам надо найти. А вы будете мне ее показывать. *(Твердую, мягкую, холодную, пушистую, гладкую.)*

7.- А теперь мы с вами вышли к водопаду. Давайте послушаем его шум и понаблюдаем за струями воды, которые, весело журча, сбегает вниз.

(Звучит аудиозапись «Голоса воды».)

- Давайте теперь отдохнем рядом с водопадом.

Чудесный летний день! Голубое небо, ласковое, теплое солнце... Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение бодрости и свежести охватывает все ваше тело: лоб, лицо, спину, живот,

руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным.

Ветерок обдувает все ваше *тело* легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно.

Мы спокойно отдыхаем, отдыхаем и засыпаем... Дышится легко, ровно, глубоко...

Мы открываем глаза, просыпаемся, как кошечки: хочется встать, потянуться и двигаться.

Улыбнитесь друг другу и вставайте. Настроение у нас бодрое и жизнерадостное.

- Вот тут заканчивается наша прогулка по волшебному лесу. Улыбнитесь «веселкам» и попрощайтесь с ними.

8. Ритуал окончания занятия.

Литература

1. Алябьева Е. А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений. – М.: ТЦ Сфера, 2004.
2. Ананьева Т.В. Комплексная психологическая поддержка детей старшего дошкольного возраста. Конспекты занятий. – СПб.: ООО Издательство Детство-пресс, 2014.
3. Барсукова О. В., Гавриш Е. Н. Использование полифункциональной среды сенсорной комнаты в работе педагога-психолога с детьми раннего и младшего дошкольного возраста // Вопросы дошкольной педагогики. – 2015. – №3.
4. Баряева Л.Б., Мурашов В.В., Фаткулов А.Т. Материалы для комплектации и составления паспорта «Темной сенсорной комнаты». – СПб.: Изд-во РГПУ им.А.И.Герцена, 2011.
5. Баряева Л.Б., Галлямова Ю.С. и др. Игра и игрушка: инновационная среда развития ребенка: Учебно-методическое пособие. - СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011.
6. Домилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ/ Т.А. Домилина, В.Я. Зендгенидзе, Н.М. Степина. – 4-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2008.
7. Кальмова С. Е., Орлова Л. Ф., Яворовская Т. В. Сенсорная комната - волшебный мир здоровья. 2006 г.
8. Раченко Т., Каракулова О. Игры в «сухом бассейне». – журнал «Обруч», № 4-2002г.
9. Самойлович Е.Р., Богун О.В. Игры и упражнения для проведения в темной сенсорной комнате. – Справочник педагога-психолога. Детский сад. № 11-2014г.
10. Сиротюк А.С. Воспитание ребенка в инклюзивной среде. Методика, диагностика. – М.: ТЦ Сфера, 2014.
11. Темная сенсорная комната – мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. В. Л. Жевнерова, Л. Б. Баряевой, Ю. С. Галлямовой. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011.
12. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате. 2008г
13. Янчук М.В. Игротренинги с использованием сенсорных модулей. Старшая и подготовительная группы. – Волгоград: Учитель, 2013.

Содержание

Введение.....	3
Сенсорная комната – как средство сенсомоторного развития.....	4
Общие принципы организации занятий в сенсорной комнате.....	7
Основные направления работы сенсорной комнаты.....	8
Виды и формы работы в сенсорной комнате.....	11
Игры и упражнения, направленные на развитие сенсомоторики.....	16
Примерные конспекты коррекционно-развивающих занятий в сенсорной комнате для детей с ОПФР.....	23
Литература.....	35

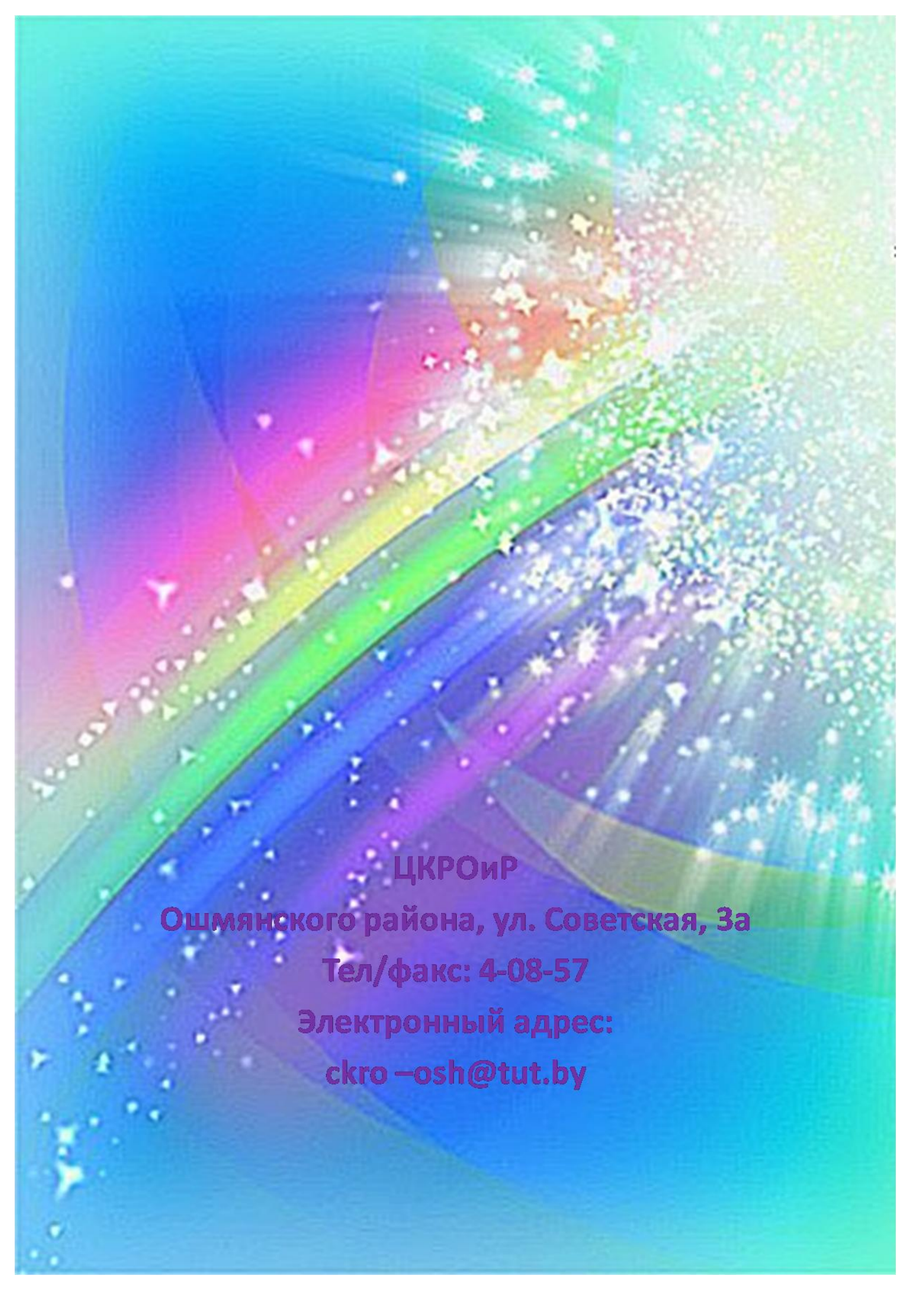
Учебно-методическое пособие

Волшебство сенсорной комнаты

А в т о р – с о с т а в и т е л ь: Юшковская Татьяна Владимировна

Ответственный за выпуск Т.В.Юшковская
Компьютерный набор Т.В.Юшковская
Верстка Т.В.Юшковская

ЦКРОиР Ошмянского района
230103, г.Ошмяны, ул.Советская, 3а



ЦКРОиР

Ошмянского района, ул. Советская, 3а

Тел/факс: 4-08-57

Электронный адрес:

ckro –osh@tut.by