

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №261 «Истоки»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
от 28.08.2016 №1

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего МАДОУ
«Детский сад №261 «Истоки»
от 28.08.2016 №49-осн.

Т.В. Бочкарева



Программа
обогащенной мультисенсорной среды сенсорной комнаты **«Я чувствую!»**
(приложение к программе оказания консультативной поддержки детям раннего
дошкольного возраста и родителям Лекотека)

Барнаул 2016 г.

1. Пояснительная записка

Доказано, что развитие психических функций ребенка, эмоциональной и интеллектуальной сферы напрямую зависит от сенсорного развития ребенка, то есть от развития восприятия. Мы воспринимаем окружающий мир и события, происходящие внутри нас при помощи органов чувств (глаз, ушей, кожных покровов, вкусовых рецепторов). Каждый из них реагирует на влияние окружающей среды и передает соответствующую информацию в центральную нервную систему (ЦНС). Сенсорный поток, поставляя информацию в ЦНС, является основным фактором, обеспечивающим созревание мозга ребенка, и предопределяет развитие его поведения и психики. Темная сенсорная комната, оснащенная стимуляторами различного типа.

Раннее детство – фундамент общего развития ребенка, стартовый период всех человеческих начал. Именно в ранние годы закладываются основы здоровья и интеллекта малыша.

Дети раннего возраста, поступающие в наш детский сад, не являются однородной группой. У 12 % детей встречается широкий спектр выраженных (либо латентных) нарушений развития, требующих как универсального подхода, так и специально разработанных методик.

Для таких детей характерно дезадаптивное поведение: неэффективность саморегуляции, конфликтность и слабая развитость коммуникативных умений, когнитивные искажения реальности, хронический эмоциональный дискомфорт, сниженная обучаемость, депривация. Также и у родителей, имеющих ребенка с нарушением развития или риском нарушения, имеются характерные эмоциональные проблемы, патологические паттерны внутрисемейного взаимодействия.

Поскольку ранний возраст является сензитивным для развития восприятия, мы сочли необходимым разработать программный продукт обогащенной мультисенсорной среды включающий:

- программу обогащенной мультисенсорной среды сенсорной комнаты «Я чувствую!»;
- специально оборудованную сенсорными стимуляторами (темной и светлой зоны) сенсорную комнату.

Сенсорная комната (СК) – это особым образом организованная среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и вестибулярные рецепторы. Это комната – «сказка», где всё журчит, звучит, переливается, манит, где ребенок чувствует себя комфортно и готов познавать окружающий мир. Специальное оборудование, установленное в СК, многофункционально, воздействует на все органы чувств человека.

Программа обогащенной мультисенсорной среды сенсорной комнаты «Я чувствую!» реализуется в группе раннего возраста и предполагает:

- развитие зрительно-моторной координации, ориентировочных реакций;
- активизация слуховых ориентировочных реакций
- развития тактильных ощущений
- развития эмоциональной сферы.
- развитие общей моторики

А так же формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме)

Продолжительность реализации программы:

Данный курс состоит из по 14 занятий длительностью 20 минут:

Занятия проводятся 1 раз в 2 недели. Продолжительность курса составляет 6 месяцев.

1.2. Цель: создание условий для социокультурной абилитации детей раннего возраста в условиях обогащенной мультисенсорной среды сенсорной комнаты «Я чувствую!»

Задачи:

- развитие зрительно-моторной координации, ориентировочных реакций;
- активизация слуховых ориентировочных реакций
- развития тактильных ощущений
- развития эмоциональной сферы.
- развитие общей моторики
- формированию доброжелательности, доброты, дружелюбия.

Состав детской группы – постоянный в течение текущего учебного года.

Оптимальное количество детей в группе – 6 человек.

Язык преподавания – русский.

1.3. Возрастные особенности детей 1,5-2 лет:

Ребенок в 1,5 -2 года должен уметь: ходить самостоятельно, нести что-то в руках, тянуть или что-то толкать; поднимать ногу на ступеньку; строить из 2-4 кубиков пирамидку; самостоятельно кушать; частично раздеваться без помощи взрослых; «подражать» действиям взрослых. Возрастные особенности детей 1,5 – 2 лет. Прямохождение, речевое общение и предметная деятельность — основные достижения данного возраста. Овладение речью — главное новообразование раннего возраста. Ребенок в 1,5 -2 года должен уметь: ходить самостоятельно; нести что-то в руках, тянуть или что-то толкать; поднимать ногу на ступеньку; строить из 2-4 кубиков пирамидку; самостоятельно кушать; частично раздеваться без помощи взрослых; «подражать» действиям взрослых (читать книгу, разговаривать по телефону; смотреть телевизор и т.д.) Как развивается ребенок 1,5 – 2 лет Дети научаются комбинировать слова, объединяя их в небольшие двух - трехсловные фразы, причем от таких фраз до целостных предложений они прогрессируют довольно быстро. Вторая половина второго года жизни ребенка характеризуется переходом к активной самостоятельной речи, направленной на управление поведением окружающих людей и на овладение собственным поведением; До 1,6—1,8 лет у ребенка развивается только понимание речи при еще весьма незначительном приросте активного словаря; На втором году жизни резко возрастает интерес ребенка к окружающему его миру. Ребенок все хочет узнать, потрогать, увидеть, услышать. Особенно его интересуют названия предметов и явлений, и он то и дело задает взрослым вопрос: «Что это?»; К двум годам нормально развивающийся ребенок понимает значения практически всех слов, относящихся к окружающим его предметам. Этому способствует постоянное и разнообразное общение взрослых с ребенком; К концу второго года жизни дети знают уже примерно 300 слов; Большинство детей к двухлетнему возрасту имеют четкое представление о назначении окружающих их предметов домашнего обихода и личной гигиены, правильно их используют; На втором году жизни ребенок воспроизводит действия взрослых с предметами, у него появляются предметные игры-подражания; К двум годам дети могут играть в элементарные логические и тематические игры, способны составлять план действий на сравнительно небольшой промежуток времени. Вам как его родителям важно: Разговаривайте со своим ребёнком. Дети, с которыми взрослые мало разговаривают, ограничиваясь только уходом за ними, резко отстают в развитии речи; Чётко и ясно проговаривайте свои слова. Ребёнок начинает осваивать речь, подражая речи взрослого, поэтому если вы сюсюкаете и коверкаете слова, именно такую речь и будет копировать ваш ребёнок; Развивайте мелкую моторику, ведь это способствует развитию речи.

2. Содержание деятельности

2.1. Методы и приемы проведения занятий

Занятие проходит в непринужденной обстановке.

Во время проведения занятия организуется показ, словесное объяснение, инструктаж.

При проведении каждого занятия основным методом является непосредственный показ предметов воспитателем.

Вспомогательная роль принадлежит словесному объяснению. Объяснения должны быть предельно краткими: каждое лишнее слово отвлекает малыша от зрительного восприятия.

После общего показа и объяснения воспитатель предлагает выполнить фрагмент из всего задания отдельно каждому ребенку, оказывая по мере необходимости дифференцированную помощь. При самостоятельном выполнении задания каждым ребенком педагог дает единичные указания, оказывает периодическую помощь и в отдельных случаях проводит систематическое индивидуальное обучение. На начальных этапах обучения воспитателем используется развернутая инструкция.

Используется самостоятельная и коллективная деятельность детей, исследование; Метод наблюдения, как основной – на занятиях, на прогулках, на участке.... У детей развивается наблюдательность, внимание, память.

Сенсорное развитие детей раннего возраста тесно связано с другими разделами программы воспитания и обучения детей .

Развитие эмоций, создание положительного настроения на занятии:

- психогимнастика;
- сюрпризные моменты.
- настольные, пальчиковые театры, театры «би-ба-бо»;
- «Чудесный мешочек»;
- «Волшебный сундучок».

Развития речи, расширение представлений и ориентировка в окружающем:

- артикуляционная гимнастика;
- стихи;
- потешки;
- сказки;
- загадки;
- дидактические игры на развитие слухового внимания, подражания звукам, словам, игры типа *лото*;
- пальчиковая гимнастика.

Развитие движений, гимнастика:

- игры, развивающие координацию движений;
- игры с мячами;
- физкультминутки;
- логоритмические упражнения;
- игры с цветными кеглями.

Формы организации:

- подгрупповая

2.2. Содержание образовательной деятельности с детьми

Развитие зрительно-моторной координации, ориентировочных реакций

Для этого по очереди используются пузырьковая колонна, зеркальный шар и другие световые стимулы, подвижные конструкции (мобайлы). Примерный ход занятия

(предложен сотрудниками Ухтинского дома ребёнка): Светоцветовой фон выключен. Взять ребёнка на руки, чтобы его тело располагалось вертикально. При необходимости осуществлять поддержку спины и головы ребёнка. Включить колонну и поднести к ней ребёнка так, чтобы он зафиксировал её взглядом. Медленно поворачивая ребёнка, следя за тем, чтобы ребёнок продолжал удерживать колонну в поле зрения. Через некоторое время упражнение повторить (возможно 3 - 4 повторения). Затем выключить колонну и включить зеркальный шар. Обратите внимание на раздел «Противопоказания»!

Активизация слуховых ориентировочных реакций.

Для этого используются различные музыкальные инструменты, погремушки, колокольчики. Важно, чтобы используемые инструменты имели звуки разной высоты и интенсивности. Для того чтобы ребёнок научился поворачивать голову к источнику звука, в начале используйте яркие звучащие игрушки. Расположите игрушку перед ребёнком, издавая звук, перемещайте её медленно в сторону. Обращайте внимание ребёнка на то, чтобы ребёнок поворачивал голову вслед за игрушкой. Если же он её потерял, то начните сначала. По мере того, как ребёнок начнёт обращать внимание на близкие звуки, постепенно увеличивайте расстояние между источником звука и ребёнком. Воспроизводите звук из разных мест комнаты.

Развитие тактильных ощущений.

Применяются предметы различной формы из разного материала. Если ребёнок не берёт предмет в руку, то аккуратно разожмите его кулачок и вложите ему игрушку, массажный валик или шарик. Возьмите руку малыша, слегка потрясите, расслабляя её. Погладьте открытой ладонью ребёнка разные предметы на тактильной панели (по очереди правой и левой рукой). Когда ребёнок начнёт брать предметы в обе руки, предлагайте ему шарики, поднесите его к колонне и помогите обнять её ладошками. Малыш почувствует лёгкую вибрацию, а пузырьки привлекут его внимание.

Развитие эмоциональной сферы.

На втором году непосредственное эмоциональное общение ребёнка со взрослым является ведущей линией его нервно-психического развития. Сенсорная комната позволяет обогатить ребёнка положительными эмоциями. Общайтесь с ребёнком ласково, улыбкой и нежным словом поощряйте выполнение им действий.

3. Материально-техническое и дидактическое обеспечение программы.

1. Зона сенсорного развития:

- материалы для развития зрения (набор Фребеля), для развития цветового зрения — коробки с цветными табличками;
- материалы для развития осязания (для различения на ощупь структуры поверхности - шершавые и гладкие доски для ощупывания, шероховатые таблички, ящик с тканью);
- материал для развития обоняния (арома-лампа, набор арома-масел));
- материал для развития слуха (шумящие цилиндры).
- оборудование для релаксации (фиброоптические волокна, пузырьковая панель, пузырьковая колонна, короткофокусный проектор + ноутбук, набор релаксирующего видео, напольный коврик «Звездное небо», сухой бассейн, мягкие кресла)

Развитие органов чувств у детей 1,5-2 лет идет очень интенсивно. Но нас интересуют не просто процессы сенсорного восприятия, но утончение восприятия. У ребенка до 5,5 лет очень велика потребность в действиях и деятельности, основанных на сенсорных впечатлениях, ребенок идет по пути сенсомоторного развития.

Значение сенсорного развития состоит в том, что оно

- является основой для интеллектуального развития;

- упорядочивает хаотичные представления ребенка, полученные при взаимодействии с внешним миром;
- развивает наблюдательность ;
- готовит к реальной жизни;
- позитивно влияет на эстетическое чувство;
- является основой для развития воображения;
- развивает внимание (как результат свободы выбора и авто дидактического характера материала);
- обеспечивает усвоение сенсорных эталонов;
- влияет на расширение словарного запаса ребенка;
- влияет на развитие зрительной, слуховой, моторной, образной и др. видов памяти.

Ожидаемые результаты:

Умения	Навыки	Потребности
<ul style="list-style-type: none"> • сопоставляет фигуры с проекциями • распознает основные цвета • различает звуки по громкости • различает звуки по высоте 	<ul style="list-style-type: none"> • ношение предметов • осуществление последовательного построения • алгоритмизация деятельности • работа по памяти 	<ul style="list-style-type: none"> • сформированная потребность в выборе материала • сформированная потребность в завершении работы • потребность с помощью контроля, заложенного в материале, проверить и оценить свои действия.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ

Месяц	2 неделя	4 неделя
Сентябрь	Диагностика Цель: Выявить детей с моторной расторможенностью, повышенным уровнем тревожности средствами наблюдения за детьми в игровой деятельности	
Октябрь	<p>Вводное. «Секреты волшебной комнаты»</p> <p>Познакомить обучающихся с оборудованием сенсорной комнаты: тропой здоровья, массажными мячиками, сухим бассейном, сухим душем, в т. д.</p> <p>Ознакомить с правилами использования данного оборудования.</p> <p>Продемонстрировать приёмы работы с данным оборудованием.</p> <p>Релаксация «Летняя ночь»</p>	<p>Игровые задания: «Танец рыбок».</p> <p>Использование сухого бассейна. Лёжа в бассейне, можно принять комфортную позу. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками, наполняющими его, даёт возможность лучше почувствовать своё тело и создаёт мягкий массажный эффект. В бассейне можно перемещаться или менять позу не опасаясь упасть, удариться.</p> <p>Передвижение в подвижных шариках создаёт прекрасные условия для развития координации движения в пространстве. Игры в бассейне эмоционально окрашены. Играя, можно растратить энергию, а затем откинуться на спину и расслабиться.</p> <p>Релаксация «Отдых на море».</p>
Ноябрь	<p>Игровые задания «Волшебный мостик».</p> <p>Прослушивание музыки.</p>	<p>Игровые задания: «Уходи, злость, уходи!».</p> <p>Игра с зеркальным шаром. Луч света, отражаясь от зеркального шара, подвешенного</p>

	<p>Положительные эмоциональные переживания во время звучания приятных слуху музыкальных произведений или звуков природы усиливают внимание, оказывают положительное влияние на центральную нервную систему. Спокойная музыка стимулирует интеллектуальную работу мозга человека и активизирует иммунную систему организма. Релаксация «Отдых в волшебном лесу».</p>	<p>к потолку, превращается в бесконечное множество «зайчиков», которые, словно маленькие звёздочки, плавно скользят по стенам, потолку и полу, меняя цвет. В сочетании со спокойной музыкой, эти блики создают ощущение сказки, героями которой становятся дети. Релаксация «Водопад».</p>
декабрь	<p>Игровые задания: «Обезьянки». Игра с безопасным оптоволоконным пучком «Звёздный дождь» – водопадом огромного числа тонких волокон, на концах которых то загораются, то гаснут «звёздочки». Волокна перебираются, держатся, обматываются вокруг рук, тела. Изменяющиеся цвета привлекают внимание и успокаивают. Релаксация «Радуга».</p>	<p>Занятие с аромалампой. Генератор запахов со звуками природы и ароматами – позволяет выбрать цвета подсветки шара: белый, зелёный, красный, жёлтый, тёмно-голубой, светло-голубой и фиолетовый. Одновременно можно выбрать звуки природы: сердцебиение, шум океана, шум фонтана, пение птиц, шум летней ночи, «белый» шум и шум весеннего дождя. В комплект входят 2 аромата, которые служат для снятия усталости и восстановления сил. Игра «Гусли-самогуды». Релаксация «Цветок».</p>
январь	<p>Игровые задания «Праздник на морском дне». Игра с сухим душем. Сухой душ – это шатёр из разноцветных атласных лент, закреплённых на подвесной горизонтальной платформе, которая внутри является зеркалом. Ленты спускаются вниз словно струи воды, их приятно трогать, перебирать в руках, проходить сквозь них, касаясь лицом. Разноцветные «струи» стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве. Релаксация «Я здоров!»</p>	<p>Игровые задания «У страха глаза велики». Занятие на сенсорной тропе для ног (тропа здоровья). Тропа для ног – это набор массажных дорожек, мешочки из тонкой, но прочной ткани с разными наполнителями. Разнообразие ощущений делает хождение по дорожке увлекательным для людей любого возраста. Ходьба по ней полезна для развития тактильного восприятия, координации и профилактики плоскостопия. Релаксация «Детство».</p>

<p>февраль</p>	<p>Игровые задания «Егоза». Игры с массажными подушечками и валиками. Подушечки и валики предназначены для стимуляции тактильной чувствительности. Разные по форме, упругости, фактуре поверхности мячи и валики обеспечивают детям широкий спектр разнообразных ощущений, которые можно получить, действуя с этими предметами самостоятельно или сосредоточиться на своих в то время, как специалист делает лёгкий массаж. Релаксация «Счастье».</p>	<p>Игровые задания «Выбиваем пыль». Занятие с массажной ребристой дорожкой для ног. Релаксация «Расслабляем мышцы рук».</p>
<p>Март</p>	<p>Игра «Фотограф». Игра с пузырьковой колонной. В прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной дистиллированной водой, поднимаются бесконечное число воздушных пузырьков. Пластмассовые рыбки, которые находятся внутри колонны, начинают двигаться, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз. Это завораживающее зрелище никого не оставит равнодушными. При прижатии к трубке, можно ощутить вибрацию. Релаксация «Расслабляем мышцы ног».</p>	<p>Игровые задания «Отгадай настроение». Упражнение с проектором «Цветовые пятна». Восприятие светозффектов, производимых данным прибором, развивает зрительное восприятие; воображение; снижает уровень тревожности; способствует психо-эмоциональному комфорту во время занятий и отдыха. Релаксация</p>
<p>Апрель</p>	<p>Игровые задания «Бубенчики». Игра с «Русской пирамидой». «Русская пирамида» - проекционный фильм, основное назначение – стимуляция двигательной и познавательной активности. Проекции 4-х картинок</p>	<p>Игра с панно «Кривое зеркало». «Кривое зеркало» сделано из небьющегося зеркального пластика. Создается искажение объёма и тела в зависимости от положения, что очень забавляет детей. Игра на внимание «Охотники племени сиу». Релаксация «На берегу моря»</p>

	мультиплицируются вращающейся зеркальной пирамидой. Пересекаясь, они динамично движутся по полу, по стенам, останавливаясь и меняя направление движения в такт со звуковыми импульсами (топанье, хлопки в ладоши), с музыкальным ритмом. Релаксация «Полёт над облаками, прогулка по лесу».	
май	Повторная диагностика	Определить уровень моторной расторможенности детей на конец года, уровень тревожности средствами наблюдения за детьми в игровой деятельности

Работа с родителями:

1. Анкетирование для родителей.
2. Консультации с родителями на темы:
 - «Развитие сенсорных способностей детей раннего возраста»,
 - «Дидактические игры как средство сенсорного развития детей раннего возраста»,
 - «Консультация для родителей «Психомоторное развитие детей раннего возраста»».
3. Тематический стенд для родителей.
4. Информирование родителей о ходе образовательного процесса: индивидуальные и групповые консультации, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, создание памяток.
5. Совместная деятельность: привлечение родителей к участию в выставках, конкурсах, к участию в детской исследовательской деятельности, к сбору информационного и наглядного материала.

Литература:

1. Браудо Т. Е. и др. Методическое пособие по использованию сенсорной комнаты// В сб. сенсорные комнаты «Снузли». – М.: ООО Фирма «Вариант», 2001.
2. Кук Дж. Раннее сенсорное развитие малышей. (Перевод с англ.)-М., 1997.
3. Широкова Г.А. Сенсомоторное развитие детей раннего возраста. Диагностика.
4. Игры. Упражнения/Широкова Г.А.Ростов н/Д.: Феникс, 2006.-256 е.- (Школа развития)
5. Развитие восприятия у детей . Цвет, форма, звук. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1997 г.
6. Лыкова, И. А. Дидактика в природе: Игры с цветом, сенсорное развитие. [Текст] / И.А.Лыкова. – М.: Издательство «Карапуз», 2006. – 19 с.
7. Воспитание сенсорной культуры ребенка от рождения до 6 лет. Книга для воспитателя детского сада /Л.А.Венгер, Э.Г.Пилюгина, Н.Б.Венгер/ Под ред. Л.А. Венгера. – М.: Просвещение, 1988.
8. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие /Под ред. В.Л.Женеврова, Л.Б.Баряевой, Ю.С.Галлямовой. –СПб.: ХОКА, 2007

Виды и формы работы в сенсорной комнате

Наименование оборудования	Назначение	Виды и формы работы
Мягкое напольное и настенное покрытие	<p>Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний.</p> <p>Развитие воображения Развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • образа тела; • общей моторики; • пространственных представлений. <p>Саморегуляция психического состояния</p>	<p>Упражнения на релаксацию.</p> <p>Упражнения на воображение.</p> <p>Игры на снятие агрессивности</p>
Сухой бассейн	<p>Снижение уровня психоэмоционального напряжения.</p> <p>Снижение двигательного тонуса.</p> <p>Регуляция мышечного напряжения.</p> <p>Развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • кинестетической и тактильной чувствительности; • образа тела; • пространственных восприятий и представлений; • проприоцептивной чувствительности. <p>Коррекция уровня тревожности, агрессивности</p>	<p>Игра «Море шариков».</p> <p>Имитация плавания.</p> <p>Игра на снятие агрессивности.</p> <p>Игровые упражнения по коррекции уровня тревожности.</p> <p>Упражнения на релаксацию.</p> <p>Сеансы психофизической разгрузки. Игры на воображение.</p>
Мягкий остров	<p>Реабилитация нервно-психического состояния.</p> <p>Релаксация.</p> <p>Снятие негативных эмоций и состояний.</p> <p>Саморегуляция психического состояния</p>	<p>Упражнение «Улыбка».</p> <p>Комплекс упражнений на релаксацию.</p> <p>Комплекс упражнений на воображение</p>
Проектор направленного света	<p>Обогащение восприимчивости и воображения</p> <p>Музыкотерапия.</p> <p>Светотерапия</p>	<p>Наблюдение, фиксирование внимания</p>
Зеркальный шар (проецирование специальных световых эффектов)	<p>Развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • зрительного восприятия; • ориентировки в пространстве. • Создание психологического комфорта. <p>Снижение уровня тревожности.</p> <p>Коррекция страхов.</p> <p>Релаксация: воздействие зрительных образов</p>	<p>Сказкотерапия.</p> <p>Комплекс упражнений по релаксации.</p> <p>Упражнение «Солнечные зайчики».</p> <p>Игра «Путешествие к звезде».</p> <p>Упражнение «Дискотека»</p>

Набор СД- дисков	<p>Обогащение восприятия и воображения. Создание психологического комфорта. Релаксация: воздействие слуховых образов. Снижение нервно-психического и эмоционального напряжения. Активизация двигательной активности. Формирование навыков саморегуляции Музыкальное фоновое сопровождение игр, упражнений, заданий, релаксации</p>	
Ароманабор	<p>Развитие обоняния. Формирование умения дифференцировать запахи. Стабилизация психического состояния. Релаксация</p>	Упражнение «Узнай запах»
Кресло-мат с гранулами	<p>Тактильная стимуляция соприкасающихся с ним частей тела. Релаксация</p>	Релаксационные упражнения
Панно «Звездное небо»	<p>Привлекает внимание. Завораживает. Релаксационное воздействие. Развитие фантазии и воображения</p>	Упражнения на воображение
Оптическое волоконный пучок «Водопад света» с гребнем	<p>Привлекает внимание. Завораживает. Релаксационное воздействие. Развитие фантазии и воображения</p>	<p>Можно держать в руках, перебирать, обматывать вокруг тела, лежать на волокнах. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают. Упражнения для развития мелкой моторики. Релаксация</p>
Пузырьковые колонны	<p>Развитие зрительного восприятия. Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов Сказкотерапия. Релаксация</p>	Наблюдение за пузырьками, упражнения на внимание

Развивающие игры и упражнения с использованием оборудования сенсорной комнаты

Ритуал начала занятия

«Приветствие волшебных шариков»

- Посмотри, как наши волшебные шарики улыбаются нам. Они очень рады, что мы пришли к ним в гости. Давай улыбнемся им и поприветствуем, помашем им рукой и скажем: «Здравствуйте!»

Ритуал окончания занятия

«Прощание с волшебными шариками»

- Посмотри, наши волшебные шарики улыбаются, им очень понравилось, как мы с тобой занимались. Они рады, что мы пришли к ним в гости. Давай улыбнемся шарикам, помашем им рукой и попрощаемся: «До свидания!»

Игровые задания на развитие психических процессов

Цветотерапия (аквалампа, «цветовые пятна», зеркальный шар с разноцветной световой пушкой)

Цель: стимулировать и развивать умение ребенка соотносить цвет с настроением, развивать мышление и воображение.

1. ребенок говорит, какое настроение у него вызывает тот или иной цвет воды.
2. ребенок рассказывает о том, как изменилось его настроение после наблюдения за всеми цветами воды.

Сказкотерапия (аквалампа, «цветовые пятна», «звездное небо»)

Цель: развивать речь, воображение, мышление, умение соотносить цвет с настроением.

1. ребенок сочиняет сказку о приключениях основываясь на увиденном.
2. ребенок придумывает историю о том, как меняется характер героев в зависимости от цвета.

Танец пузырьков (воздушно-пузырьковая панель)

Цель: развивать произвольное внимание, воображение.

Ребенок внимательно наблюдает за плавными движениями пузырьков в воде, а потом старается передать похожие движения.

Праздник на морском дне (воздушно-пузырьковая колонна)

Цель: создание радостного настроения, развитие воображения.

Дети наблюдают за изменениями цвета воды и движениями пузырьков. Психолог обращает их внимание на то, что цвета воды яркие, красочные, веселые – на морском дне праздник, и такое же радостное, веселое настроение должно быть у них. Затем детям предлагают потанцевать под музыку и показать, как веселятся рыбки.

Обезьянки (зеркало)

Цель: развивать произвольное внимание, формировать умение подражать, создать хорошее настроение.

Дети смотрятся в зеркало, ведущий корчит рожицу, остальные – «обезьянки» - повторяют. Кто лучше повторит, тот становится ведущим. В роли ведущего должны побывать все дети.

Клоуны (зеркало)

Цель: создание бодрого настроения, развитие мимики и пантомимики.

Ведущий – «клоун» - старается развеселить ребенка с помощью мимики и жестов.

Ребенок повторяет движение за ним:

- указательным пальцем нажимает на кончик носа;
- растягивает уголки губ;
- ладонью одной руки машет из-за головы, другой – чешет нос;
- показывает длинный нос, с помощью ладоней;
- изображает смешную мордочку обезьянки.

«Клоун» сообщает, что увидел, как ребенок может веселиться и радоваться.

Отгадай настроение (зеркало)

Цель: развитие мимики и пантомимики, умения отражать и угадывать настроение.

Ребенку даются карточки с изображениями лиц детей с разным настроением. Ребенок показывает настроение, изображенное на карточке, а психолог угадывает его.

Фантазируем (с использованием оптоволоконной лампы).

Фантазируем (с использованием цветowych пятен).

Фантазируем (с использованием панно/ковра «звездное небо»).

Фантазируем (с использованием аквалампы).

Цель: развитие творческого воображения, зрительного восприятия, концентрации внимания.

Психолог с ребенком наблюдают за объектом, делятся полученными впечатлениями, а затем совместно придумывают сказку или историю на основе полученных впечатлений.

Под дождем (Фиброоптическое волокно)

Цель: стимуляция зрительных и тактильных ощущений, снятие нервно-психического и эмоционального напряжения.

Ребенку предлагается представить что это волшебный дождь, который смывает все страхи, обиды и переживания. Под сухим душем кладется подушка, что бы ребенок мог пофантазировать, сидя на ней

Море (сухой бассейн)

Цель: развитие пространственных восприятий и ощущений, воображения.

Ребенок лежит в сухом бассейне. Ему предлагается представить, что он плавает в море на спине (на животе, на боку и т.д.). Ребенок имитирует движения, придумывает рассказ.

Волшебный мостик (сенсорная дорожка)

Цель: развитие внимания, умения передавать свои ощущения в словесной форме; стимуляция анализаторов подошв ног, профилактика плоскостопия.

Ребенку предлагается идти по дорожке и на каждой подушечке, остановившись, сказать о том, что ощущают его ножки.

Выполняет аналогичные задания по сигналу ведущего, изменяя темп.

Сказочный цветок (зеркальный шар, световая разноцветная пушка)

Цель: развитие восприятия, артикуляционного аппарата, воображения.

Ребенок наблюдает за тем, как изменяются цвета, называет их. Для каждого цвета, с помощью психолога, придумывает волшебную историю. В конце упражнения ребенку предлагается побыть сказочным ветерком, который погладит цветок своим дуновением (ребенок с разной силой и темпом дует на волокна лампы).

Музыкотерапия

Цель: обогащение восприятия и воображения, создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, активизация двигательной активности, формирование навыков саморегуляции.

Ребенку предлагается внимательно послушать музыку (звуки, в зависимости от цели занятия), прокомментировать свои ощущения, выразить их в движении.

Упражнения на снятие агрессии

Уходи, злость, уходи!

Цель: учить выплескивать агрессию, гнев.

Ребенок ложится на мягкое напольное покрытие (сухой бассейн). Упражнение начинается и заканчивается по сигналу ведущего. По сигналу ребенок начинает бить ногами и руками по покрытию с громким криком «уйди, злость, уйди!!!». Упражнение длится около 4 минут, после чего ребенок должен отдохнуть еще 3-4 минуты.

Выбиваем пыль

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Ребенку предлагается выбить пыль из подушки, но так как она очень упрямая, бить надо очень сильно. После упражнения ребенок в течении минуты спокойно сидит или лежит, восстанавливая дыхание.

Егоза

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Ребенку разрешается в течение 3 минут вести себя на мягком напольном покрытии (или в сухом бассейне) так, как он хочет (прыгать, крутиться, вертеться и т.д.). После упражнения ребенок в течении минуты спокойно сидит или лежит, восстанавливая дыхание.

Упражнения по коррекции уровня тревожности

Ха!

Цель: снижение тревожности; развитие мимики и пантомимики.

Чтение стихотворения: Меня напугал так сильно страх

В потемках у ворот,

Что я в испуге крикнул: Ах!

Совсем наоборот:

Я крикнул: ХА!

И мигом страх забился под забор,

Он струсил сам!

И слово Ах я позабыл с тех пор!

Психолог говорит: когда чего-то боишься, надо страху громко говорить ХА! – тогда он испугается вас. А делать это надо так: поднять вверх руки, глубоко вдохнуть, резко наклониться вперед, руки опустить и громко выдохнуть ХА!!!

У страха глаза велики

Цель: снижение тревожности; развитие мимики и пантомимики, воображения.

- Представь, что мы с тобой находимся в лесу и спокойно отдыхаем... Но что это?!

Хрустнула ветка, еще одна! Кто это?! Нам стало страшно:

- мы сжались в комочек и застали;
- брови подняли вверх, глаза широко раскрыли;
- рот приоткрыли;
- боимся пошевелиться и вдохнуть;
- голову втянули в плечи, глаза закрыли.

- Ой, как страшно! Что это за огромный зверь?! И вдруг у своих ног мы услышали: «Мяу» Один глаз открыли, - а это котенок! Давай возьмем его в руки, погладим. Смотри какой он ласковый, и совсем не страшный!

Страх совсем не страшный (зеркало)

Цель: снижение тревожности; развитие мимики и пантомимики, воображения.

Ребенку предлагается с помощью мимики и пантомимики показать свой страх. Посмотри в зеркало, какой он твой страх, а теперь давай его напугаем (ребенок с психологом показываю перед зеркалом страшные-страшные рожицы).

Упражнения для релаксации

Летняя ночь (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Ночная симфония». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по темному небу. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: личико, руки, ноги, спину... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым и послушным... Дышим глубоко, ровно, легко...

Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится веселым и жизнерадостным. Мы полны сил и энергии...

Отдых на море (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Шум прибоя». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы находимся на берегу огромного синего моря. Мы лежим на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно...

Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят вас по лицу, ручкам, ножкам, по животу... Дышим глубоко, ровно, легко... Теплый ласковый ветерок обдувает все тело легкой свежестью. Нам тепло и приятно...

Лучики теплого солнышка скользят по нашей коже, приятно согревая ее. Мы спокойно отдыхаем и засыпаем... Дышим глубоко, ровно, легко...

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали,

Хорошо вам отдыхать? Но уже пора встать!

Подтянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Отдых в волшебном лесу (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами находимся в лесу, отдыхаем на мягкой зеленой травке. Вокруг нас много деревьев и кустарников. Растут разноцветные, яркие и очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Мы слышим пение птичек, шорох травинок, шелест листочков на деревьях.

Дышим глубоко, ровно, легко...

Теперь открывайте глазки, улыбнитесь друг другу и постарайтесь запомнить все, что видели в волшебном лесу.

Водопад (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Журчание воды». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Сядьте удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте себе, что мы с вами находимся под небольшим водопадом. Вода в нем чистая

и теплая. Вам тепло и очень приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, ручкам и ножкам. Вода стекает и продолжает свой бег дальше. Давайте немного посидим под водопадом и представим, что вместе с водой от нас уплывают все страхи, грусть и неприятности. А мы остаемся сидеть чистыми, бодрыми, веселыми и полными сил. Мы благодарны водичке за то, что она омыла нас. Открывайте глазки и улыбнитесь друг другу.

Радуга (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами лежим на мягкой зеленой травке. Над нами чистое голубое небо, а на небе яркая разноцветная радуга. Радуга блестит, переливается всеми цветами и дарит нам свое настроение. Давайте посмотрим на ее цвета.

Красный и оранжевый дают нам тепло и силу. Мы становимся сильнее, нам тепло и приятно. Желтый цвет дарит нам радость. Солнышко тоже желтого цвета, его лучики гладят нас, и мы улыбаемся. Зеленый цвет – это цвет травы и листьев. Нам хорошо и спокойно. Голубой и синий – цвета неба и воды, мягкие и освежающие, как вода в жару.

А теперь открывайте глазки и вставайте. Давайте протянем ручки к нашей радуге и запоем все ощущения, которые она нам подарила.

Полет к звездам (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Шум прибоя». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами летим к звездам... Они становятся все ближе, и мы с вами видим какие они большие и красивые. Звезды приветствуют нас своим сиянием. Почувствуйте как вам хорошо и тепло. Мы купаемся в лучах звездного света и нам становится очень радостно. Дышим легко и спокойно .

Открывайте глазки и улыбнитесь друг другу.

Сердечки (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Стук сердца». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Послушайте ребята, что вы слышите? Тук-тук, тук-тук... Это тихонько бьются наши сердечки. Положите руку на грудь и почувствуйте... Тук-тук, тук-тук...

Наши сердца полны добра и любви. Тук-тук, тук-тук... Мы слушаем как стучат наши сердца, и нам становится хорошо и спокойно. Радость наполняет наши сердца с каждым ударом. Дышим легко и спокойно.

Откройте глазки и улыбнитесь друг другу.

Рыбки (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения: «Журчание воды». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами разноцветные рыбки и плаваем в теплой воде, мягко шевеля плавничками и хвостиками. Мы плаваем над самым дном моря и видим красивые водоросли, разноцветные камешки на дне, других рыбок. Они радуются нам и улыбаются. Нам хорошо и спокойно. А теперь отдохнем и опустимся на мягкий теплый песок на дне моря. Нам хорошо и приятно лежать на морском дне.

Мы отлично отдохнули и поднимаемся на поверхность моря. Улыбнитесь солнышку и с улыбкой откройте глаза. Пусть улыбка останется с вами на весь день!

Волшебный сон (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения «Ночная симфония». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки.

Начинается волшебный сон.

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, (2раза)

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наи ручки отдыхают...

Ножки тоже отдыхают...

Отдыхают, засыпают... (2раза)

Шея не напряжена

И расслаблена...

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляется. (2раза)

Дышится легко, ровно, глубоко.

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но уже пора вставать!

Крепче кулачки сжимаем

И повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

Солнечные зайчики (релаксатор)

Звуковое сопровождение упражнения «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки.

Представьте, что мы с вами отдыхаем на лесной полянке. Мы лежим на мягкой теплой траве, а с неба нам улыбается солнышко. Оно посылает нам свое тепло и ласково касается лучиками. А вместе с лучиками к нам прилетели озорные солнечные зайчики. Один зайчик прыгнул нам прямо на носик, он дарит нам радость и улыбку. Давайте очень аккуратно погладим его, чтобы не испугать зайчика. С носика зайчик прыгнул на щечку и подарил нам тепло и спокойствие, погладьте его тихонечко. Зайчику нравятся наши прикосновения. Он посидел еще немного на щеке и прыгнул нам на животик. Вы понравились солнечному зайчику и он подарил нам свою ловкость и силу. Давайте поблагодарим зайчика и нежно погладим его.

Пришло время прощаться с солнечными зайчиками, помашите им рукой, откройте глазки и улыбнитесь друг другу.