

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №1 города Белогорск»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
Протокол № 1
«29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ ДС №1
Зорина Е.В. _____
Приказ № 177
«29» августа 2024 г.

**Дополнительная платная общеразвивающая программа
«Путешествие в волшебной комнате»
социально-гуманитарной направленности**

Направленность: социально-гуманитарная
Срок реализации программы: 9 месяцев
Возрастная категория: 2 - 7 лет
Форма обучения: очная
Уровень: ознакомительный

Автор: педагог-психолог
высшей квалификационной категории
Барановская Светлана Валентиновна

г. Белогорск, 2024 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|-----------------------------------|----|
| Пояснительная записка..... | 3 |
| Учебный план | 5 |
| Содержание Программы..... | 10 |
| Календарный учебный график | 29 |
| Условия реализации Программы..... | 29 |
| Список литературы..... | 30 |

1. Пояснительная записка

Дополнительная платная общеразвивающая программа «Путешествие в волшебной комнате» составлена на основе нормативных документов:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Устав МАДОУ ДС №1.

Актуальность программы состоит в том, что важно особым способом организовать работу, направленную на профилактику нарушений психологического здоровья детей, необходимое ребенку, и в настоящем и в будущем. Среди дошкольников посещающих дошкольное учреждение у некоторых отмечается эмоциональная незрелость, высокая возбудимость и лабильность нервной системы, наблюдаются аффективные вспышки, частые смены настроения, высокая утомляемость и т.д. Эмоции ребенка – сигнал взрослым о его состоянии. Смена видов деятельности с различной нагрузкой сосредотачивает внимание детей, дисциплинирует их, снимает напряжение. Программа представляет собой гибкую систему, позволяющую научить ребенка чувствовать свое тело, эмоции и владеть ими, получая от этого удовольствие и радость.

Распределение учебного материала можно считать условным.

Дополнительная платная программа «Путешествие в волшебной комнате» для детей 2-7 лет составлена с учетом индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста, направлена на охрану нервно-психического здоровья детей, осуществляемая специальными психолого-педагогическими средствами и методами.

Новизна программы:

программа обеспечивает развитие и коррекцию личности в процессе индивидуального психоэмоционального воспитания ребенка на основе его психофизиологических особенностей и природных задатков, способствует личной заинтересованности детей в самостоятельном достижении своих результатов, создает оптимальные условия (специфические для дошкольников) для реализации творческой активности. В МАДОУ ДС №1 города Белогорск оборудована сенсорная комната, особенностью которой являются интерактивное оборудование, «волшебные» и сказочные эффекты объемных предметов, света и звука, ощущений, нежных мелодий успокаивающей музыки. Занятия проводятся в специально оборудованной сенсорной комнате, что позволяет дольше поддерживать интерес детей и повышает эффективность развивающей работы.

Цель программы: сохранение и укрепление психофизического и эмоционального состояния здоровья с помощью мультисенсорной среды.

Задачи:

- профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- создание положительного эмоционального состояния;
- формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласование движений собственного тела;
- облегчение состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло;
- формирование адекватной самооценки, преодоление страхов и агрессии;
- развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом;
- развитие памяти, речи, воображения, оригинальности мышления.

Ожидаемые результаты:

- приобретение навыков произвольной саморегуляции;
- Снижение уровня тревожности, агрессивности;
- Формирование умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих, взаимодействовать в группе, достигать состояния расслабления.

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Характеристика воспитанников: программа разработана для детей дошкольного возраста (2-7 лет)

Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста

| Возраст | Особенности возраста | Цели и задачи для педагогов и родителей | Достижения |
|--|---|--|---|
| <p>От 2 до 3 лет <u>Ведущая деятельность</u> — игровая. Манипулятивные Поведение носит большей частью произвольный характер.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Много двигается, п.ч. через движение он развивается и познает свое тело, а также осваивает окружающее пространство. 2. Осваивает мелкие движения пальчиков через игры с мелкими предметами, п.ч. развитие мелкой моторики у детей напрямую связано с развитием мозга и речи. 3. Развивается речь. 4. Развитие восприятия, воображения, мышления, памяти. Через игру малыш осваивает окружающий мир, познает законы взаимодействия. 5. нуждается в помощи взрослого, если что-то не получается, т.к. в 2—3 года может реагировать на неудачи весьма аффективно: злиться, плакать, ругаться, бросать вещи. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать выстраивать отношения со взрослыми. 2. Предоставить ребенку возможность играть с мелким материалом: пуговицами, крупой, деталями конструктора, камушками, шишками, и другими различными по ощущениям предметами. 3. Предоставить возможность для самых разных игр, в основном с предметами. 4. Относиться к ребенку спокойно и дружелюбно к эмоциональным вспышкам. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Эмоциональное развитие. малыш начинает испытывать новые для себя эмоции, а также узнает о чувствах других людей. 2. Строит предложения из 2—3 слов, используя местоимения «я», «ты», «мое». С каждым месяцем он осваивает все больше слов и пользуется ими в речи. 3. Ребенок начинает подражать родителям в повседневных делах и осваивает навыки самообслуживания. |
| <p>От 3 до 4 лет <u>Ведущая потребность</u> — в общении, в уважении; в признании самостоятельности ребенка. <u>Ведущая деятельность</u> — игровая. Переход от манипулятивной иг-</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Кризис 3-х лет. Формирование «системы Я». 2. Развитие воображения через развитие функции замещения одного предмета другим. 3. Появление смысловой структуры сознания. 4. Ребенок добивается нового статуса, вследствие чего проявляет упрямство и негативизм. 5. Развитие происходит через общение. С взрослым общение становится внеситуативно-познавательным. 6. Удерживает внимание | <ol style="list-style-type: none"> 1. Помогать осваивать разные способы взаимодействия с взрослым и сверстником в игре и в повседневном общении. 2. Способствовать проявлению всех видов активности ребенка. 3. Формировать первые «нравственные эмоции»: хорошо-плохо. 4. Формировать умение действовать по правилам. 5. Формировать умение сопереживать, сочувствовать. Формировать эмоцио- | <ol style="list-style-type: none"> 1. Усвоение первичных нравственных норм. 2. Самооценка. 3. Появление элементов партнерского общения. |

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>ры к ролевой. <u>Ведущая функция</u> — восприятие</p> | <p>7-8 минут. 7. Может выполнять мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение. 8. При новой деятельности необходимо поэтапное объяснение (делай, как я).</p> | <p>нальную отзывчивость. 6. Способствовать формированию позитивной самооценки ребенка в процессе общения со взрослым.</p> | |
| <p>От 4 до 5 лет <u>Ведущая потребность</u> — познавательная активность; потребность в общении. <u>Ведущая деятельность</u> — сюжетно-ролевая игра. <u>Ведущая функция</u> — наглядно-образное мышление.</p> | <p>1. Речь начинает выполнять контролируемую функцию. 2. Усложняются волевые проявления (умение подчинять свое поведение правилам в игре). 3. Повышенная познавательная активность. 4. Продолжает сохраняться ситуативно-деловая форма общения со сверстником. 5. Интерес к другому ребенку как к своему отражению. Чаще видит в другом отрицательные черты. Происходит рефлексия своих поступков через реакцию другого ребенка. 6. Усложнение сюжетно-ролевой игры. 7. Появление осознанности собственных действий.</p> | <p>1. Создавать условия для развития творческого воображения. 2. Продолжать формировать умение подчинять свои действия правилам, усложняя деятельность через увеличение количества правил. 3. Создавать условия для проявления познавательной активности. 4. Способствовать проявлению эмоциональной отзывчивости. 5. Создавать условия для перехода детей от соучастия к сотрудничеству в разных видах деятельности.</p> | <p>1. Контролирующая функция речи. 2. Появление элементов творческого воображения в сюжетно-ролевой игре. 3. Появление элементов произвольности. 4. Появление внеситуативно-личностной формы общения с взрослым.</p> |
| <p>От 5 до 6 лет <u>Ведущая потребность</u> — потребность в общении; творческая активность. <u>Ведущая деятельность</u> — сюжетно-ролевая игра. <u>Ведущая функция</u> —</p> | <p>1. Проявление элементов произвольности всех психических процессов. 2. Общение с взрослым внеситуативно-личностное. 3. В общении со сверстником происходит переход от ситуативно-деловой формы к внеситуативно-деловой. 4. Проявление творческой активности во всех видах деятельности. Развитие фантазии.</p> | <p>1. Формировать элементы произвольности психических процессов у детей во всех видах деятельности. 2. Поддерживать и создавать условия для развития творческого потенциала ребенка. 3. Способствовать развитию эмпатийных проявлений. 4. Побуждать детей к проявлению инициативы и самостоятельности мышления во всех видах деятельности.</p> | <p>1. Предвосхищение результата деятельности. 2. Активная планирующая функция речи. 3. Внеситуативно-деловая форма общения со сверстником.</p> |

| | | | |
|---|--|--|---|
| воображение. | 5. Половая идентификация. | 5. Организовывать совместную деятельность с целью развития элементов сотрудничества. 6. Обучать детей умению планировать предстоящую деятельность. Использовать воображение как предпосылку развития у детей внутреннего плана действий и осуществлять внешний контроль посредством речи. | |
| От 6 до 7 лет <i>Ведущая потребность - общение.</i> <i>Ведущая деятельность — сюжетно-ролевая игра.</i> <i>Ведущая функция — воображение.</i> | 1. Проявление произвольности всех психических процессов. Но не сформирована учебная деятельность школьного типа. 2. Переход к младшему школьному возрасту. 3. Проявление кризиса 7 лет (капризы, паясничанье, демонстративное поведение). 4. Повышенная чувствительность. 5. Полное доверие взрослому, принятие точки зрения взрослого. Отношение к взрослому как к единственному источнику достоверного знания. 6. Ведущим продолжает оставаться наглядно-образное мышление. | 1. Способствовать формированию учебно-познавательного мотива. 2. Способствовать развитию мышления. 3. Формировать произвольность всех психических процессов. 4. Способствовать удержанию внутренней позиции ученика. 5. Способствовать формированию коммуникативных навыков сотрудничества в общении со сверстником. 6. Способствовать формированию самосознания и адекватной самооценки. 7. Способствовать формированию внутреннего плана действий через интериоризацию структуры деятельности. 8. Продолжать формировать этические представления. | 1. Внутренний план действий. 2. Произвольность всех психических процессов. 3. Возникновение соподчинения мотивов. 4. Самосознание. Обобщенное и внеситуативное отношение к себе. 5. Возникновение первой целостной картины мира. 6. Появление учебно-познавательного мотива. |

Объём и срок усвоения программы: общее количество часов – 31 час. Продолжительность программы: 9 месяцев.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: место проведения занятий – сенсорная комната. Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 15 -30 минут (в зависимости от возраста).

Группу могут посещать до 10 человек. Занятия групповые.

Режим занятий и продолжительность: занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 15 -30 минут (в зависимости от возраста).

| Группа. | Продолжительность | количество в неделю | количество в год |
|------------------|-------------------|---------------------|------------------|
| Ранний возраст | 15 минут | 1 | 31 |
| Младшая | 15-20 минут | 1 | 31 |
| Средняя | 20 мин. | 1 | 31 |
| Старшая | 25 мин. | 1 | 31 |
| Подготовительная | 30 мин. | 1 | 31 |

Методы и приемы, технологии и средства реализации программы:

- Специальные упражнения для развития кожно-кинестетической (общей) чувствительности;
- медитативная сказка;
- аутотренинг с использованием записи звуков природы, релаксационной музыки;
- практико-ориентированная деятельность;
- сказкотерапия;
- цветотерапия;
- песочная терапия;
- комплекс упражнений для коррекции страхов, упражнений по релаксации.

Программа подразумевает применение элементов здоровьесберегающих технологий.

Принцип комплектования групп: занятия могут посещать и мальчики, и девочки. Группы формируются по возрастам: 2-3 лет, 4-5 лет, 6-7 лет.

Оценка уровня освоения программного материала: проходит в конце учебного года (май). Освоения детьми программного материала проходит с помощью применения методик и тестов.

Используемые методики:

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова)
2. Цветовой тест (М. Люшер).
3. Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич)

2. Учебный план

| № п/п | Названия разделов и тем | Количество часов | | | Формы аттестации / контроля |
|-------|-------------------------------------|------------------|--------|----------|-----------------------------|
| | | всего | теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие. Вводный инструктаж | 1 | 0,5 | 0,5 | Обучающее занятие, игра. |
| 2. | Цвета и формы | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| 3. | Мир звуков | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| 4. | Веселая песочница | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| 5. | Приветствие солнечных зайчиков | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 6. | Волшебное царство | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 7. | Знакомство с волшебной тучкой | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 8. | Знакомство с водой | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 9. | Живые рыбки | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 10. | Подводное царство | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |

| | | | | | |
|-----|---|----|-----|-----|------------|
| 11. | Живые пальчики | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 12. | Знакомство с тактильно-акустической панелью | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 13. | Путешествие в сказку | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 14. | Цветная радуга | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 15. | Солнечные зайчики | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 16. | Путешествие с солнечными зайчиками | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 17. | Сквозь звезды | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 18. | Геометрическая мозаика | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 19. | Веселые пальчики | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 20. | Веселые перемены | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 21. | Волшебный мир звуков | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 22. | Цветная пирамидка | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 23. | Это Я | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 24. | В гости к Веселинке | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение |
| 25. | Цветная история | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 26. | Песчинки и сказка | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| 27. | Давайте жить дружно | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение |
| | ИТОГО | 31 | | | |

4.Содержание программы

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной благодаря частым переключениям с одного вида деятельности на другой.

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1. Вводная

Цель вводной части занятия — настроить ребенка на совместную работу, установить эмоциональный контакт с ним. Основная процедура работы — приветствие.

Часть 2. Рабочая

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоциональ-

но-личностной и познавательной сфер ребенка. Сенсорная комната разделена на развивающие центры, в каждом центре дети занимаются 2-3 минуты индивидуально и самостоятельно, а педагог-психолог проверяет и помогает. Дети переходят из одного центра в другой. Основные процедуры:

- элементы сказкотерапии с импровизацией;
- игры на развитие навыков общения;
- игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
- рисование на песке и сенсорной панели.

Часть 3. Релаксация

Целью этой части является:

- упражнения на мышечную релаксацию, которые снижают уровень возбуждения, снимают напряжение;
- дыхательная гимнастика, которая действует успокаивающе на нервную систему;
- мимическая гимнастика, которая направлена на снятие общего напряжения.

Часть 4. Завершающая

Основной целью этой части занятия является создание у участника чувства принадлежности к процессу работы и закрепление положительных эмоций полученных на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой деятельности, например, создание рисунка.

| № | Тема занятия | Содержание занятия | |
|----|-------------------------------------|--|---|
| | | Цель | Материалы и оборудование |
| 1. | Вводное занятие. Вводный инструктаж | Познакомить детей с интерактивной средой темной сенсорной комнаты, сформировать заинтересованность к работе с оборудованием, установить доверие между психологом и детьми. | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 2. | Цвета и формы | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Сенсорные дорожки, пирамидка, проектор, напольные маты, Блоки Дьенеша. |
| 3. | Цвета и формы | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Сенсорные дорожки, пирамидка, проектор, напольные маты, Блоки Дьенеша. |
| 4. | Мир звуков | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма. | Сенсорные дорожки, пирамидка, проектор, напольные маты, Блоки Дьенеша. |
| 5. | Мир звуков | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма. | Сенсорные дорожки, пирамидка, проектор, напольные маты, Блоки Дьенеша. |
| 6. | Веселая песочница | Развитие тактильных ощущений, звуковосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 7. | Веселая песочница | Развитие тактильных ощущений, звуковосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |

| | | | |
|-----|---|---|---|
| 8. | Приветствие солнечных зайчиков | Развитие тактильных ощущений, звуковосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 9. | Волшебное царство | Расширить представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения. | Кубики, модели кругов, квадратов, плюшевая игрушка, корзинка, диски с легкой, радостной музыкой. |
| 10. | Знакомство с волшебной тучкой | Расширить представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения. | Кубики, модели кругов, квадратов, плюшевая игрушка, корзинка, диски с легкой, радостной музыкой. |
| 11. | Знакомство с водой | Продолжать расширять представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения. | Кубики, модели кругов, квадратов, плюшевая игрушка, корзинка, диски с легкой, радостной музыкой. |
| 12. | Живые рыбки | Развитие цветовосприятия, внимания, воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. | Цветная панель, напольные маты, пуфик-кресло, плюшевая игрушка, записи легкой музыки. |
| 13. | Подводное царство | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма. | Тактильная панель «Тучка», пуфик, напольные маты, проектор, |
| 14. | Живые пальчики | Коррекция внимания, развитие воображения, моторики, коммуникативных навыков. | Тактильная панель «Тучка», детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, проектор, плюшевая игрушка, музыкальный диск с записью океана, воды. |
| 15. | Знакомство с тактильно-акустической панелью | Коррекция внимания, развитие воображения, моторики, коммуникативных навыков. | Проектор, детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, модели рыбок, музыкальный диск с записью океана, воды. |
| 16. | Путешествие в сказку | Снятие эмоционального напряжения, коррекция внимания, развитие воображения. | Напольные маты, проектор, Тактильная панель «Тучка», детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, модели рыбок, музыкальный диск с записью океана, воды. |
| 17. | Цветная радуга | Развитие мелкой моторики, воображения, внимания; улучшение представлений об окружающем мире. | Куклы животных, одеваемые на пальцы, мягкие цветные модули, пуфик-кресло «Груша», напольные маты, проектор, музыкальный диск с записью легкой музыки, плюшевая игрушка. |
| 18. | Солнечные зайчики | Развитие слухового внимания, формирование чувства ритма, развитие мелкой моторики, коммуникативных навыков. | Тактильно-акустическая панель, шнуровки, шумовые инструменты, проектор |
| 19. | Путешествие с солнечными зайчиками | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма, снятие психоэмоцио- | Сенсорные дорожки, пирамидка, профессиональный источник света, пучок волоконно-оптических волокон «Тучка», фигурки животных, |

| | | | |
|-----|------------------------|---|--|
| | | нального напряжения. | напольные маты. |
| 20. | Сквозь звезды | Развитие цветовосприятия, внимания, воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. | Цветные модули, напольные маты, пуфики-кресло, « дождь», записи легкой музыки. |
| 21. | Геометрическая мозаика | Развитие цветовосприятия, коррекция внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела в пространстве, воображения, познавательной сферы, снятие психоэмоционального напряжения. | Напольные маты, модули разного цвета, профессиональный источник света, шарики-зайчики, музыкальный диск с записью звуков природы. |
| 22. | Веселые пальчики | Развитие цветовосприятия, коррекция внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела в пространстве, воображения, познавательной сферы, снятие психоэмоционального напряжения. | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 23. | Веселые перемены | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения. | Профессиональный источник света, напольные маты, пуфики-кресла «Груша», музыкальный центр, диск с записью легкой музыки, мягкая игрушка. |
| 24. | Волшебный мир звуков | Формирование представления о плоскостных формах, развитие активного внимания, воображения. | Панно «Цветовая музыкальная панель», плоскостные и объемные геометрические формы, цветные модули, профессиональный источник света, напольные маты. |
| 25. | Цветная пирамидка | Развитие мелкой моторики, воображения, внимания; улучшение представлений об окружающем мире. | Куклы животных, одеваемые на пальцы, мягкие цветные модули, пуфик-кресло «Груша», напольные маты, профессиональный источник света, музыкальный диск с записью легкой музыки, плюшевая игрушка. |
| 26. | Это Я | Развитие координации движений, ощущения образа тела, общей моторики, воображения. | Напольные маты, профессиональный источник света, диск с легкой музыкой, мягкая игрушка. |
| 27. | В гости к Веселинке | Активизация слухового внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела, формирование чувства ритма, развитие воображения. | «Цветовая музыкальная панель», шнуровки, шумовые инструменты, профессиональный источник света. |
| 28. | В гости к Веселинке | Активизация слухового внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела, формирование чувства ритма, развитие воображения. | «Цветовая музыкальная панель», шнуровки, шумовые инструменты, профессиональный источник света. |
| 29. | Цветная история | Продолжать развивать цвето- | Цветные модули, напольные маты, |

| | | | |
|------------------|---------------------|---|--|
| | | восприятие, коррекция внимания, развитие воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. | пуфик-кресло, записи легкой музыки. |
| 30. | Песчинки и сказка | Развитие тактильных ощущений, преодоление двигательного автоматизма, снятие психоэмоционального напряжения. | Сенсорные дорожки, пирамидка, профессиональный источник света, напольные маты, сухой бассейн с подсветкой. |
| 31. | Давайте жить дружно | Преодоление двигательного автоматизма, развитие координации движений, мимической и пантомимической выразительности. | Оборудование сенсорной комнаты, воздушные шары. |
| 32. | Моя сказка | Преодоление двигательного автоматизма, развитие координации движений, мимической и пантомимической выразительности. | Оборудование сенсорной комнаты, воздушные шары. |
| Итого: 32 | | | |

Ограничения и противопоказания к занятиям в темной сенсорной комнате.

На занятиях в темной сенсорной комнате применяются различные источники света, звуков, запахов. Поэтому перед началом основной работы необходимо познакомить детей с каждым прибором, научить концентрировать на нем внимание, выполнять необходимые определенные действия, принимать удобные для занятия позы и т.п. Включение прожекторов и введение в занятие различных эффектов, воздействующих на восприятие, требует постепенности и периодичности. Нельзя использовать большое количество интерактивных приборов одновременно, а также предлагать для одномоментного восприятия одинаковые по эффекту воздействия приборы. Противопоказания: обострение соматических и психических заболеваний, аллергическая и бронхиальная патология.

Первые занятия в программе направлены на ознакомление с сенсорной комнатой, с ее пространством, на овладение взаимодействием с материалами и оборудованием, находящимся в ней. На этом этапе решаются задачи создания атмосферы доверия и безопасности. Знакомство с интерактивным оборудованием проводится постепенно, предъявляя детям по одному прибору. Сначала они включаются 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". Затем выключают общее освещение и оставляют включенным только зеркальный шар, который вращается в луче направленного на него света.

Прежде всего, занятия в сенсорной комнате показаны детям чрезмерно утомляемым, эмоционально истощаемым, непоседливым, вспыльчивым, замкнутым, с нарушениями поведения, с задержками психического и речевого развития.

Дошкольный возраст имеет особую роль в психическом развитии ребенка, в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

В дошкольном возрасте закладываются основы будущей личности: формируется устойчивая структура мотивов; зарождаются новые социальные потребности; возникает новый (опосредованный) тип мотивации – основа произвольного поведения; ребенок усваивает определенную систему социальных ценностей, моральных норм и правил поведения в обществе.

Старший дошкольный возраст – самый чувствительный период для развития интеллектуальных творческих способностей детей. Именно тогда необходимо положить максимум усилий для развития восприятия, памяти, внимания, мышления и развития эмоциональной сферы детей.

Особую роль, роль двигателя развития ЦНС (центральной нервной системы), всех психических процессов и, в частности, речи, играет в данном, и даже более раннем возрасте, формирование, совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук.

Педагог-психолог, который занимается этими проблемами, должен помнить о том, что наиболее эффективной является, эмоционально приятная деятельность ребенка. Занятия проводятся в доброжелательной обстановке, в игровой форме, как самой приемлемой формы обучения детей дошкольного возраста. Поэтому каждое занятие превращается в своеобразную игру: путешествие, поход, экскурсии, сказки и т.п.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Поскольку дети любят смотреть одни и те же мультфильмы, читать одни и те же сказки по много раз, занятия с повторами становятся близкими и понятными для них. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер, как правило, они зависят от темы каждого занятия.

4. Календарный учебный график

Учебные недели: 35 недель.

Начало реализации: 19 сентября 2024 г., окончание реализации программы: 31 мая 2025 г.

Расписание занятий

| Дни недели | Время проведения |
|------------|------------------|
| Четверг | 15.20-17.00 |
| Пятница | 15.20-17.00 |

5. Условия реализации программы

Место проведения: сенсорная комната..

Оборудование: интерактивное оборудование сенсорной комнаты.

Средства обучения: ТСО, интерактивное оборудование, мягкие модули, конструктор, пазлы, дары Фребеля, мелкие игрушки и все, что расположено в сенсорной комнате.

| Форма занятий | Приемы и методы работы с детьми | Дидактический материал | Техническое оснащение занятий | Форма проведения итогов |
|--|--|---|--|------------------------------------|
| Индивидуально коррекционно-развивающее занятие | <ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения для развития кожно-кинестетической (общей) чувствительности; • медитативная сказка; • аутотренинг с использованием записи звуков природы, релаксационной музыки; • практико- | <ul style="list-style-type: none"> • Предметные игрушки; • сенсорные дидактические игры; • настольные дидактические игры | <ul style="list-style-type: none"> • Напольные детские сенсорные дорожки АЛ 415; • центр тактильности; • центр, развивающий активность; • центр спокойных игр; • аквалампа; • проектор направленного | Обратная связь (рефлексия занятия) |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | <p>ориентированная деятельность;</p> <ul style="list-style-type: none"> • сказкотерапия; • цветотерапия; • комплекс упражнений для коррекции страхов, упражнений по релаксации. | | <p>света;</p> <ul style="list-style-type: none"> • мягкие подушечки; • ультразвуковой распылитель для ароматерапии; • детский зеркальный уголок с пузырь. колонной; • сухой бассейн • набор рыбок для пузырьковой колонны; • тактильная настенная панель; • пучок фиброоптических волокон с боковым свечением, модель «Звездный дождь» | |
|--|--|--|---|--|

6. Виды и формы работы в сенсорной комнате

| Наименование Оборудования | Назначение | Виды и формы работы |
|--|---|---|
| Напольный фиброоптический ковер "Звездное небо" | <p>Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний. Развитие воображения. Развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • образа тела; • общей моторики; • пространственных представлений новых тактильных ощущений. <p>Саморегуляция психического состояния</p> | <p>Упражнения на релаксацию. Упражнения на воображение. Игры на снятие агрессивности.</p> |
| Пуфик-кресло с гранулами | <p>Тактильная стимуляция соприкасающихся с ним частей тела. Релаксация</p> | <p>Релаксационные упражнения</p> |

| | | |
|---|---|--|
| Кресло-трансформер «Кубик» | Реабилитация нервно-психического состояния. Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний. Саморегуляция психического состояния | Упражнение «Улыбка». Комплекс упражнений на релаксацию. Комплекс упражнений на воображение |
| Проектор «Меркурий» | Привлекает внимание. Завораживает. Релаксационное воздействие. Развитие фантазии и воображения | Упражнения на воображение, развитие познавательных процессов. |
| Зеркальное панно с волокнами «Тучка» | Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • зрительного восприятия; • ориентировки в пространстве. • Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов. Релаксация: воздействие зрительных образов | Сказкотерапия. Комплекс упражнений по релаксации. Упражнение «Солнечные зайчики». Игра «Путешествие к дождику». |
| Музыкальный центр и набор CD дисков | 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>Увлажнитель воздуха ультрозвуковой с функцией ароматизатора PNG-A 73</p> | <p>Развитие обоняния. Формирование умения дифференцировать запахи. Стабилизация психического состояния. Релаксация Снятие негативных эмоций и состояний. Развитие воображения. Реабилитация нервно-психического состояния. Релаксация. Саморегуляция и стабилизация психического состояния.</p> | <p>Упражнение на развитие воображения, обоняния</p> |
| <p>Детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной</p> | <p>Развитие зрительного восприятия. Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов</p> | <p>Сказкотерапия. Релаксация</p> |
| <p>Тактильная мягкая дорожка</p> | <p>Развитие тактильного восприятия, координации движений и профилактики плоскостопия</p> | <p>Комплекс упражнений направленных на развитие сенсорных эталонов, профилактики плоскостопия, снижение двигательного тонуса.</p> |
| <p>Набор Фребеля</p> | <p>Знакомство с геометрическими фигурами и телами, числами, умение сортировать, классифицировать, сравнивать, считать, складывать, составлять последовательно, вычитать.</p> | <p>Игры способствующие ускорению процесса развития у дошкольников простейших логических структур мышления и математических представлений, мелкой моторики.</p> |
| <p>Солевая лампа «Скала»</p> | <p>Естественный способ приглушить электромагнитные излучения, насытить воздух полезными элементами, увлажнить его до необходимого состояния, нормализуют микроклимат в помещении</p> | <p>Предотвратить появления аллергических реакций, а также избавиться от ряда заболеваний дыхательных путей. Релаксация</p> |
| <p>Интерактивный звуковой фонтан</p> | <p>эмоционального расслабления; вибрация колонны способствует развитию тактильных ощущений.</p> | <p>Игры на расслабление, снижение агрессивности Снятие негативных эмоций и состояний. Развитие воображения. Реабилитация нервно-психического состояния.</p> |

| | | |
|---|---|--|
| Настенное панно «Бесконечность» | Имитация светового тоннеля, уходящего в даль. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают. | Упражнения для развития концентрации внимания. Релаксация. |
| Модуль настенный Монтессори для развития стереогностического чувства | Работа с модулем способствует утончению стереогностического восприятия формы, развивает быстроту суждений и логику математического мышления. | Упражнения на развитие самостоятельности, логики, мелкой моторики, умению планировать свои действия; |
| Комплект музыкальных панелей | Снижение уровня психоэмоционального напряжения, двигательного тонуса. Регуляция и улучшение мышечного напряжения. Снятие негативных эмоций и состояний. Преодоление застенчивости. Активизация двигательной активности. Формирование навыков саморегуляции | Упражнение «Что я чувствую, когда слушаю музыку». На преодоление застенчивости. |

Информационно-методические условия реализации программы:

<http://festival.1september.ru/articles/591470/>

<http://www.psihologsite.ru/psikhologam/deyatelnost-psikhologa/organizatsionno-metodicheskaya-deyatelnost/kabinet-pedagoga-psikhologa/sensornaya-komnata>

http://psiholog442.blogspot.ru/2014/02/blog-post_27.html

http://www.docme.ru/doc/229555/konspekty-otdel_nyh-zanyatij-v-sensornoj-komnate

7.Календарно-тематическое планирование

| Дата проведения (по факту) | Тема занятия | Содержание занятия | |
|----------------------------|--|--|---|
| | | Цель | Материалы и оборудование |
| 19.09.2024 20.09.2024 | Вводное занятие. Вводный инструктаж | Познакомить детей с интерактивной средой темной сенсорной комнаты, сформировать заинтересованность к работе с оборудованием, установить доверие между психологом и детьми. | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 26.09.2024 27.09.2024 | Цвета и формы | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Сенсорные дорожки, пирамидка, проектор, напольные маты, Блоки Дьенеша. |

| | | | |
|--------------------------|--------------------------------|---|---|
| 03.10.2024 04.10.2024 | Цвета и формы | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма. | Сенсорные дорожки, пирамидка, проектор, напольные маты, Блоки Дьенеша. |
| 10.10.2024 11.10.2024 | Мир звуков | Развитие тактильных ощущений, звуковосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 17.10.2024 18.10.2024 | Мир звуков | Развитие тактильных ощущений, звуковосприятия, преодоление двигательного автоматизма | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 24.10.2024 25.10.2024 | Веселая песочница | Расширить представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения. | Кубики, модели кругов, квадратов, плюшевая игрушка, корзинка, диски с легкой, радостной музыкой. |
| 07.11.2024 08.11.2024 | Веселая песочница | Расширить представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения. | Кубики, модели кругов, квадратов, плюшевая игрушка, корзинка, диски с легкой, радостной музыкой. |
| 14.11.2024 15.11.2024 | Приветствие солнечных зайчиков | Продолжать расширять представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения. | Кубики, модели кругов, квадратов, плюшевая игрушка, корзинка, диски с легкой, радостной музыкой. |
| 21.11.2024 22.11.2024 | Волшебное царство | Развитие цветовосприятия, внимания, воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. | Цветная панель, напольные маты, пуфик-кресло, плюшевая игрушка, запись легкой музыки. |
| 28.11.2024 29.11.2024 | Знакомство с волшебной тучкой | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма. | Тактильная панель «Тучка», пуфик, напольные маты, проектор, |
| 05.12.2024 06.12.2024 | Знакомство с водой | Коррекция внимания, развитие воображения, моторики, коммуникативных навыков. | Тактильная панель «Тучка», детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, проектор, плюшевая игрушка, музыкальный диск с записью океана, воды. |
| 12.12.2024 13.12.2024 | Живые рыбки | Коррекция внимания, развитие воображения, моторики, коммуникативных навыков. | Проектор, детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, модели рыбок, музыкальный диск с записью океана, воды. |

| | | | |
|--------------------------|---|---|---|
| 09.01.2025 10.01.2025 | Подводное царство | Снятие эмоционального напряжения, коррекция внимания, развитие воображения. | Напольные маты, проектор, Тактильная панель «Тучка», детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, модели рыбок, музыкальный диск с записью океана, воды. |
| 16.01.2025 11.01.2025 | Живые пальчики | Развитие мелкой моторики, воображения, внимания; улучшение представлений об окружающем мире. | Куклы животных, одеваемые на пальцы, мягкие цветные модули, пуфик-кресло «Груша», напольные маты, проектор, музыкальный диск с записью легкой музыки, плюшевая игрушка. |
| 23.01.2025 24.01.2025 | Знакомство с тактильно-акустической панелью | Развитие слухового внимания, формирование чувства ритма, развитие мелкой моторики, коммуникативных навыков. | Тактильно-акустическая панель, шнуровки, шумовые инструменты, проектор |
| 30.01.2025 31.01.2025 | Путешествие в сказку | Развитие тактильных ощущений, цветовосприятия, преодоление двигательного автоматизма, снятие психоэмоционального напряжения. | Сенсорные дорожки, пирамидка, профессиональный источник света, пучок волоконно-оптических волокон «Тучка», фигурки животных, напольные маты. |
| 06.02.2025 07.02.2025 | Цветная радуга | Развитие цветовосприятия, внимания, воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. | Цветные модули, напольные маты, пуфики-кресло, «дождь», записи легкой музыки. |
| 13.02.2025 14.02.2025 | Солнечные зайчики | Развитие цветовосприятия, коррекция внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела в пространстве, воображения, познавательной сферы, снятие психоэмоционального напряжения. | Напольные маты, модули разного цвета, профессиональный источник света, шарики-зайчики, музыкальный диск с записью звуков природы. |
| 20.02.2025 21.02.2025 | Путешествие с солнечными зайчиками | Развитие цветовосприятия, коррекция внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела в пространстве, воображения, познавательной сферы, снятие психоэмоционального напряжения. | Оборудование сенсорной комнаты, музыкальные диски со звуками природы, создающие легкую радостную атмосферу. |
| 27.02.2025 28.02.2025 | Сквозь звезды | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения. | Профессиональный источник света, напольные маты, пуфики-кресла «Груша», музыкальный центр, диск с записью легкой музыки, мягкая игрушка. |
| 06.03.2025 | Геометрическая | Формирование представления о | Панно «Цветовая музы- |

| | | | |
|--------------------------|----------------------|--|--|
| 07.03.2025 | мозаика | плоскостных формах, развитие активного внимания, воображения. | кальная панель», плоскостные и объемные геометрические формы, цветные модули, профессиональный источник света, напольные маты. |
| 13.03.2025 14.03.2025 | Веселые пальчики | Развитие мелкой моторики, воображения, внимания; улучшение представлений об окружающем мире. | Куклы животных, одеваемые на пальцы, мягкие цветные модули, пуфик-кресло «Груша», напольные маты, профессиональный источник света, музыкальный диск с записью легкой музыки, плюшевая игрушка. |
| 20.03.2025 21.03.2025 | Веселые перемены | Развитие координации движений, ощущения образа тела, общей моторики, воображения. | Напольные маты, профессиональный источник света, диск с легкой музыкой, мягкая игрушка. |
| 27.03.2025 28.03.2025 | Волшебный мир звуков | Активизация слухового внимания, развитие координации движений, ощущений собственного тела, формирование чувства ритма, развитие воображения. | «Цветовая музыкальная панель», шнуровки, шумовые инструменты, профессиональный источник света. |
| 03.04.2025 04.04.2025 | Цветная пирамидка | Продолжать развивать цветовосприятие, коррекция внимания, развитие воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. | Цветные модули, напольные маты, пуфик-кресло, записи легкой музыки. |
| 10.04.2025 11.04.2025 | Это Я | Развитие тактильных ощущений, преодоление двигательного автоматизма, снятие психоэмоционального напряжения. | Сенсорные дорожки, пирамидка, профессиональный источник света, напольные маты, сухой бассейн с подсветкой. |
| 17.04.2025 18.04.2025 | В гости к Веселинке | Преодоление двигательного автоматизма, развитие координации движений, мимической и пантомимической выразительности. | Оборудование сенсорной комнаты, воздушные шары. |
| 24.04.2025 25.04.2025 | В гости к Веселинке | Преодоление двигательного автоматизма, развитие координации движений, мимической и пантомимической выразительности. | Оборудование сенсорной комнаты, воздушные шары. |
| 15.05.2025 16.05.2025 | Цветная история | Снятие эмоционального напряжения, развитие воображения. | Профессиональный источник света, напольные маты, пуфик-кресло «Груша», музыкальный центр, диск с записью легкой музыки, мягкая игрушка. |

| | | | |
|---------------------------|---------------------|---|---|
| 22.05.2025 23.05. 2025 | Песчинки и сказка | Развитие цветовосприятия, слухового внимания, преодоление двигательного автоматизма, развитие мимической и пантомимической выразительности. | «Цветовая музыкальная панель», звуки природы, профессиональный источник света, пузырьковая колонна. |
| 29.05.2025 30.05. 2025 | Давайте жить дружно | Формирование свободы выбора, преодоление двигательного автоматизма. | Оборудование сенсорной комнаты. |
| Итого: 31 | | | |

8. Список литературы

Для педагогов

1. Жевнерова В.Л. «Сенсорная комната – волшебный мир здоровья» - учебно-методическое пособие 2012г..
2. Титарь А.И. «Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате» .Практическое пособие для ДОУ. – М.: АРКТИ, 2008.
3. Психолого- педагогические программы сопровождения ФГОС НОО/ под общ. Ред. Щеголенковой.- Новокузнецк: МАОУ ДПО, 2012.- 364 с.
4. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. М.: АРКТИ, 2012

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1

Методики выявления психофизического и эмоционального состояния ребенка

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова)

Цель: Выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальные особенности эмоционального развития. Выявить возможности детей в воспроизведении основных эмоциональных состояний и их вербализации.

Стимульный материал: пиктограммы (схематическое изображение эмоций различной модальности), фотографии лиц взрослых и детей с различным эмоциональным выражением.

Детям показать изображения лиц людей, задача детей определить их настроение и назвать эмоцию. Предлагается определить такие эмоции, как радость, печаль, гнев, страх, презрение, отвращение, удивление, стыд, интерес, спокойствие.

Сначала детям предлагаются изображения (фотографии), по которым можно легко узнать эмоциональные состояния, затем схематические (пиктограммы) изображения эмоциональных состояний. Детям предлагается соотнести схематическое изображению эмоций с фотографическим. После того, как дети называли и соотносили эмоции, педагог предлагал каждому ребёнку изобразить разные эмоциональные состояния на своем лице.

Оценивалось восприятие экспрессивных признаков (мимических), понимание эмоционального содержания, идентификация эмоций, вербализация эмоций, воспроизведение эмоций (выразительность и произвольность), актуализация эмоционального опыта и эмоциональных представлений, индивидуальные эмоциональные особенности. Также оценивались виды педагогической помощи, которая потребовалась ребёнку: ориентировочная (о), содержательная (с), предметно–действенная (п-д).

Все данные заносились в протокол и оценивались в баллах.

1 – Высокий уровень развития эмоциональной сферы. Ребёнок правильно назвал все эмоциональные состояния, смог соотнести пиктограммы с фотографическими изображениями. Изобразил различные эмоциональные состояния. Помощи ребёнку не потребовалось.

0.5 – Средний уровень развития эмоциональной сферы. Ребенку потребовалась содержательная помощь. Ребёнок смог определить 4 – 6 эмоций, правильно назвал эти эмоции и смог их выразительно изобразить.

0 – Низкий уровень развития эмоциональной сферы. Потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно – действенная. Ребёнок смог правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

2. Цветовой тест (М. Люшер).

Цель: выявить особенности эмоционального развития, наличие тревожности и агрессивности.

Стимульный материал: набор карточек из 8 цветов: серого (0), темно-синего (1), сине-зеленого (2), оранжево – красный (3), светло – жёлтый (4), фиолетового (5), коричневого (6) и черного (7).

Метод проведения теста: Ребёнку предлагается выбрать из предложенного ряда цветовых карточек самый приятный для него в настоящий момент цвет, затем наиболее приятный из оставшихся – и так до последней карточки. Выбранные карточки педагог переворачивает. Педагог фиксирует в протокол все выбранные ребёнком карточки в позициях от 1 до 8.

Данный тест проводится 2 раза с промежутком 2-3 минуты.

Характеристика цветов (по Максусу Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

1) синий — символизирует спокойствие, удовлетворенность;

2) сине-зеленый — чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;

3) оранжево-красный — символизирует силу волевого усилия, наступательные тенденции, возбуждение;

4) светло-желтый — активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета: 5) фиолетовый; 6) коричневый, 7) черный, 8) серый. Символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям.

Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй — действительное.

Выполнение теста было оценено в баллах при соотнесении обоих выборов ребёнка:

1 – Основные цвета занимают первые 5 позиций. Отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний.

0.5 – Основные цвета занимают преимущественно первые позиции (1,2,3) дополнительные цвета подняты на 4, 5 позицию. При этом основные цвета не занимают позицию дальше 7. Наблюдается тревога, стресс невысокой степени.

0 – Основные цвета занимают преимущественно позиции с 5 – 8. Дополнительные цвета подняты на позиции с 1 – 5. Наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

3. Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич)

Цель: Выявить особенности эмоциональной сферы, наличие тревожности, негативных эмоциональных проявления, скрытых страхов.

Метод проведения теста: Детям предлагалось на чистом листе бумаги простым карандашом средней мягкости нарисовать животное, которого нет в природе. Детям даётся ин-

струкция, что нельзя рисовать животное, которое они видели в мультфильмах. Каждый ребёнок должен придумать своё животное. Дети должны придумать своему животному необычное имя и рассказать о нём.

Оценивалось расположение животного на листе бумаги, характер линий и их толщина, размер животного, наличие у него частей тела и их количество, положение головы относительно рисующего, наличие дополнительных частей тела, имя животного и рассказ о нём.

Во время проведения экспериментального задания экспериментатор заносил данные в протокол.

Выполнение задания оценивалось в баллах.

1 – Нарисовал вымышленное животное. Животное расположено в центре листа, животное среднего размера, характер линий ровный, нажим на карандаш средней силы, ребёнок составил полный рассказ, в котором не наблюдалось наличие скрытых страхов и негативных эмоциональных проявлений.

0.5 – Нарисовал вымышленное животное, но потребовалась помощь экспериментатора. Животное маленького размера расположено внизу листа или вверху. Наблюдается прерывистый характер линий, сильный нажим на карандаш. В рассказе о животном наблюдаются проявления скрытых страхов и агрессии.

0 – Отказался от выполнения задания, или не смог нарисовать несуществующее животное даже с помощью педагога. Проявил агрессивный настрой по отношению к заданию.

Приложение №2

ОБОРУДОВАНИЕ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ ВИДЫ И ФОРМЫ РАБОТЫ

| 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. |
| Мягкий остров | Реабилитация нервно психического состояния. Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний. Саморегуляция психического состояния. | Упражнение «Улыбка». Комплекс упражнений на релаксацию. Комплекс упражнений на воображение. |
| Звуковой фонтан | Развитие: • произвольного внимания; • восприятия; • мышления. Активизация положительных эмоций. | Игра «Путешествие к водопаду». Сказкотерапия. Музыкалотерапия. Игра «В сказочном лесу». Арттерапия. |

| | | |
|-------------------------------------|--|---|
| | Релаксация. Формирование навыков саморегуляции. | Упражнение «Будь внимателен!». Упражнение «Птички у водопада». |
| Центр тактильности | Активизация развития познавательных процессов: мышления, внимания, памяти. Координация зрительных и тактильных анализаторов. Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • мелкой моторики; • восприятия и воображения; • речи. | Тренинг творческих тактильных восприятий. Игра-занятие «Найди и покажи». Игра-занятие «Найди на ощупь». Упражнение «Опиши предмет». |
| Центр, развивающий активность | Стимуляция индивидуальной и групповой деятельности. Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • коммуникативных навыков; • мыслительной деятельности; • внимания; • мелкой моторики; • зрительной, слуховой и осязательной активности. • координации движений. | Игра с калейдоскопом. Игры со светящимся фонариком. Игры с песком. |
| Центр спокойных игр | Стимуляция зрительных и тактильных ощущений. Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • коммуникативных навыков; • познавательных процессов; • восприятия и воображения; • речи. | Игра «Найди и покажи твердые и мягкие поверхности». Игра «Найди и покажи гладкие, колючие и шероховатые предметы!». Игра «Опиши предмет». Игры творческих тактильных восприятий. |
| Аквалампа, звуковая, световая лампа | Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • визуального восприятия; • тактильного восприятия; • цветовосприятия. Активизация внимания. Релаксация в процессе идеомоторных движений и представления образов. | Сказкотерапия. Цветотерапия.. Упражнение «Танец шариков». Игра «Праздник на морском дне». Комплекс упражнений «Цвет». |
| Проектор направленного света | Обогащение восприимчивости и воображения. | Музыкотерапия. Светотерапия. Упражнение «Солнечные зайчики». Игра «Путешествие к звезде». Упражнение «Дискотека». |
| Кубик Эмоций | Создание положительного эмоционального состояния и психологического комфорта. Развитие коммуникативных | Игра «Приветствие». Игра «Помощь друзей». Комплекс упражнений по созданию положительных |

| | | |
|--|--|--|
| | навыков. | эмоций. Игра «Мое настроение». |
| Музыкальный центр и набор аудиодисков | 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. |
| Зеркало | Развитие: • мимики и пантомимики; • умения выражать различные эмоциональные состояния. Снижение нервно-психического и эмоционального напряжения. Формирование уверенности в себе. | Игра «Обезьянки». Игра «Клоуны». Игра «Отгадай настроение». Игра «Приветствие». Тренинг эмоциональных состояний |
| Мягкие подушечки | Развитие фантазии и воображения. Снижение уровня тревожности. Снижение уровня агрессивности. Формирование навыков саморегуляции | Игра «Уходи, злость, уходи!». Игра «Выбиваем пыль». Игра «Упрямая подушка». |
| 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; • твердости 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, куб, шар) + Дары Фребеля | Развитие: • познавательных процессов; • мелкой моторики; • произвольного внимания, памяти. Активизация мыслительной деятельности (анализа и синтеза). Стимуляция тактильных | Комплекс заданий на определение и сравнение: • формы геометрических тел; • вида материалов; • поверхности; • движения шара, куба, цилиндра, конуса. |

РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СЕНСОРНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Игры по снятию агрессивности

«Уходи, злость, уходи!»

Цель: учить выплескивать злость, гнев.

Ход игры:

Дети ложатся на спину на мягкое напольное покрытие. У каждого с обеих сторон подушки. Упражнение начинается и заканчивается по сигналу ведущего. По сигналу дети начинают бить ногами и руками по покрытию и подушкам с громким криком «Уходи, злость, уходи!».

Игра продолжается 3 минуты. Затем дети 3 минуты отдыхают.

«Выбиваем пыль, или Упрямая подушка»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Ход игры:

Детям предлагается выбить пыль из подушки; бить ее посильнее, чтобы лучше очистить.

Упражнения по развитию воображения

Цель: развитие творческого воображения, мышления, мимики, пантомимики.

Детям предлагают закрыть глаза, представить себе и показать:

а)- мягкий пушистый снег;

- теплое, ласковое солнце;

- холодный дождик;

- теплый дождик;

- холодный твердый лед;

б) они держат в руках:

- маленького пушистого котенка;

- ежика;

- беспомощного птенчика;

- горячий пирожок.

Сеансы психофизической разгрузки

Цели: снижение уровня психо-эмоционального напряжения; развитие релаксационного восприятия, глазомера.

| Из положения лежа | Из положения •сидя• |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Медленные перевороты со спины на живот, с живота на спину; - медленные движения вперед - назад; - спрятать в шариках руки (ноги); - спокойно лежать на спине (животе); - спокойно лежать в любой удобной позе. | <ul style="list-style-type: none"> - Передвигаться на ягодичках вперед - назад; - бросать шарики вперед - назад, вправо - влево; - кидать шарики в корзину. |

Игровые упражнения

по коррекции уровня тревожности

«Победи свой страх»

- прыжки на батуте на обеих ногах;

- ходьба по ребристому мостику.

«Мой страх исчезает с упражнением "Ха!"»

Цель: снижение тревожности; развитие мимики и пантомимики.

Ход упражнения

Чтение стихотворения «Счастливая ошибка».

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!

Педагоги: Когда чего-то боишься, надо страху громко говорить: «Ха!» - тогда он испугается вас. А делать это надо так: поднять руку вверх, глубоко вдохнуть, резко наклониться вперед, руки опустить и громко выдохнуть: «Ха!» Всем своим страхам, неудачам, печалям надо говорить: «Ха!» - и тогда они испугаются и отступят от вас.

«У страха глаза велики»

Цели: развитие мимики и пантомимики, воображения; снижение уровня тревожности.

Ход тренинга

- Ребята, представьте себе, что мы находимся в лесу и спокойно отдыхаем... Но что это?! Хрустнула ветка, вот еще одна... Кто это?! Нам стало страшно:

- мы сжались в комочек и застыли;
- брови подняли вверх, глаза широко раскрыли;
- рот приоткрыли;
- боимся пошевелиться и вздохнуть;
- 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!

Возьмите своих «котят» в руки. Погладьте их. Вот какие ласковые котятка! А мы думали, что это? Кого вы себе представляли?

Недаром говорят, что у страха глаза велики.

Игры на мягком напольном и настенном покрытии, мягком острове

«Камень – звезда»

Цель: учить напрягать, группировать мышцы и расслаблять их (лежа на спине).

Ход игры

По сигналу ведущего «Камень!» дети руками обхватывают ноги, согнутые в коленях, голову опускают к коленям. По сигналу «Звезда!» ребенок свободно раскидывает руки и ноги (повторить 3-4 раза).

«Улыбка»

Цель: создание бодрого, радостного настроения.

Ход игры

Дети стоят (сидят) в кругу. Им предлагают передать улыбку рядом стоящему (сидящему) ребенку; при этом они смотрят в глаза друг другу. Начинает игру ведущий.

«Дыши и думай»

Цель: развитие образа тела, воображения.

Ход игры

Дети лежат на спине. Им предлагают сделать глубокий вдох, поднять голову; на выдохе опустить голову и подумать о чем-нибудь хорошем, улыбнуться.

Игры на напольных сенсорных дорожках

(Ходьба босиком)

«Быстро – медленно»

Цели: развивать внимание, умение передавать свои ощущения в словесной форме; стимуля-

ция анализаторов подошвы ног.

Ход игры

1. Дети босиком медленно (быстро) идут по дорожкам и на каждом квадрате говорят о том, что ощущают их ноги.
2. Выполняют аналогичные задания по сигналу ведущего, изменяя темп.

«Кто за кем?»

Цели: развитие внимания, речи; профилактика плоскостопия.

Ход игры

Ребенку предлагают в начале дорожки назвать свое имя, а остальные дети по очереди называют его имя ласково.

Игра по развитию внимания и речи

Дети медленно идут по дорожкам друг за другом, внимательно смотрят себе под ноги и говорят о том, что ощущают их ноги.

Игры на ребристом мостике (сенсорная дорожка)

«Через речку»

Цель: развитие координации движений, вестибулярного аппарата. ,

Ход игры

Детям предлагают пройти «через речку по мостику».

«Победи свой страх»

Цели: развивать умение ходить по ограниченной поверхности; коррекция уровня тревожности.

Ход игры

Дети друг за другом проходят «по мостику».

У звукового фонтана, цветовой трубы.

«Путешествие к водопаду»

Цель: развитие воображения, связной речи.

Ход игры

Детям предлагают представить, что они - путешественники и остановились у волшебного водопада. Дети по очереди описывают то, что они видят рядом с водопадом.

«В сказочном лесу»

Цель: развитие воображения, связной речи.

Ход игры

Детям предлагается представить, что они гуляют по волшебному лесу, рядом - водопад. Дети рассказывают о красоте леса и о том, кто мог бы жить в этом лесу.

«Птички у водопада»

Цели: развитие внимания, умения соотносить щебет птиц с их размером.

Ход игры

Дети внимательно рассматривают птичек у водопада. Затем они слушают аудиозапись голосов птиц, и говорят, какой голос подошел бы той или иной птичке.

«Будь внимателен!»

Цели: развитие слухового восприятия, внимания, умения дифференцировать звуки и соотносить их со звуками природы.

Ход игры

Детям предлагают внимательно слушать в аудиозаписи: шум воды, пение птиц, шум леса. После прослушивания каждой записи они по очереди подходят и дотрагиваются до объекта природы, который может производить тот или иной звук (лес, водопад, птицы на фотообоях).

Музыкотерапия

Цели: развитие слухового восприятия, воображения; создание эмоционального настроения.

При проведении игр у растения-фонтана можно использовать аудиозаписи (как фоновое звучание): «Голоса леса», «Звуки природы», «Голоса птиц».

Сказкотерапия

Цель: развитие воображения, фантазии, речи.

У растения-фонтана детям предлагается:

- сочинить (каждому) сказку об обитателях волшебного леса; - коллективно сочинять сказки;
- сочинять конец сказки.

Арттерапия

Цель: развитие мимики, пантомимики и воображения.

Разыгрывание этюдов (по очереди):

- изображать (без слов) животных или птиц, живущих в волшебном лесу; остальные отгадывают, кого изобразил ребенок;
- изображать животных и птиц по заданию взрослого.

В центре тактильности (Бизиборды)

Тренинг творческих тактильных восприятий

Цель: развивать тактильные ощущения, внимание, память, мышление, умение соотносить ощущения с речью.

Детям предлагают:

- ощупать указательным пальцем все 10 полосок;
- найти полоски: мягкие, жесткие, колючие, гладкие, шероховатые, меховые, кожаные, бумажные, металлические, деревянные;
- показать полоски с поверхностью, похожей на поверхность шкур сказочных животных; одежду сказочных героев; поверхность гор, травы;
- ощупывать полоски и говорить, на что похожа их поверхность; - ощупывать полоски с закрытыми глазами и говорить, на что похожа их поверхность.

«Найди и покажи»

Цель: учить дифференцировать тактильные ощущения.

Ребенку предлагают показать поверхность: ковра; полотенца; меха животных; металла; дерева; камня.

«Найди на ощупь»

Цель: учить дифференцировать тактильные ощущения.

Аналогична игре «Найди и покажи», только при выполнении заданий ребенку завязывают глаза.

В центре, развивающем активность

Игры с предметами и игрушками, находящимися на панели:

- калейдоскопом;
- звучащими игрушками;
- светящимися игрушками;
- маленькими игрушками.

В центре спокойных игр

«Найди и покажи твердые и мягкие поверхности»

Цели: учить на ощупь ощущать твердые и мягкие поверхности; развивать внимание.

Ребенок ощупывает все поверхности предметов на панели и говорит, какие из них твердые, а какие - мягкие.

«Найди и покажи гладкие, колючие и шероховатые предметы»

Цели: учить на ощупь находить предметы с разной поверхностью.

Ребенок ощупывает предметы и называет, какие из них гладкие, какие - колючие, какие - шероховатые.

«Опиши предмет»

Цели: учить передавать в словесной форме свои тактильные ощущения; развивать внимание, мышление.

Ребенок с завязанными глазами ощупывает игрушку на панели и описывает, какая она на ощупь, ее форму.

«Угадай предмет»

Цели: учить передавать в словесной форме свои тактильные ощущения; развивать внимание, мышление.

Один ребенок описывает предметы, другой - угадывает, что он описал.

Аквалампа

Сказкотерапия

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

1. Каждый ребенок сочиняет сказку о приключениях на волшебном дне моря.
2. Каждый ребенок придумывает историю о том, как меняется характер злого героя сказки в связи с изменением цвета воды на морском дне.

Цветотерапия

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

Упражнение «Танец шариков» (под музыку Д. Кабалева «Вальс»)

Цель: развивать произвольное внимание, воображение.

Дети наблюдают за движениями шариков, а потом стараются передать эти движения в танце.

Игра «Праздник на морском дне» (под музыку А. Хачатуряна «Вечерняя сказка»)

Цели: создание радостного настроения; развитие воображения.

Дети наблюдают за изменением цвета воды и движениями шариков. Взрослый 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.

Упражнения «Цвет»

Цель: развивать произвольное внимание.

1. Назвать все цвета шариков.
2. Наблюдать за шариком определенного цвета.
3. Наблюдать за изменением цвета воды и называть цвет воды шепотом (громко).

Использование проектора направленного света

Шар вращается под лучом проектора, создавая сказочные светозащиты.

Музыкотерапия

Музыка используется как звуковой фон при проведении «Сказкотерапии» (см. «У растения-фонтана», «Аквалампа»), при релаксации, игры «Дискоотека» и других игровых упражнениях.

Упражнение «Солнечные зайчики»

Цели: создание положительного эмоционального настроения; развитие воображения.

Детям предлагают представить, что зеркальный шар - это солнце, которое посылает нам солнечных зайчиков. Зайчики «гладят» детей по лицу, рукам и ногам.

Игра «Путешествие к звезде»

Цель: развитие воображения, фантазии.

Детям предлагают представить, что они - космонавты, летят в ракете к далекой звезде (зеркальный шар). У них есть командир, который ведет космический корабль.

Упражнение «Дискоотека»

Цель: создание радостного, веселого настроения.

Звучит современная веселая музыка, дети танцуют.

Игры с подвеской «Веселки»

Цель: создание положительного эмоционального настроения.

«Приветствием (предлагается автором как ритуал начала занятий):

- 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!»).

«Помощь друзьям»:

- Ребята, если у вас плохое настроение, вам грустно, вспомните о своих друзьях и позовите их на помощь. А потом улыбнитесь друг другу так, как вам улыбаются наши «веселки», - и вам сразу станет весело.

«Прощание с веселками» (предлагается как ритуал окончания занятия):

- Ребята, давайте улыбнемся «веселкам» и попрощаемся ними. До свидания! Вспоминайте наших «веселок» и улыбайтесь как они, - и тогда у вас всегда будет хорошее настроение.

Музыкальный центр

Набор аудиодисков

1. Голоса природы:

- шум моря;
- «песни» моря;
- голоса леса;
- звуки природных явлений;
- голоса птиц.

2. Исцеление цветом (Хромотерапия)

3. Современная эстрадная и детская музыка.

У зеркала

«Обезьянки»

Цель: формировать умение подражать.

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

«Клоуны»

Цели: создание бодрого настроения; развитие мимики и пантомимики.

Ведущий – «клоун» - старается развеселить детей с помощью мимики и жестов. Дети повторяют движения за ним:

- указательным пальцем нажимают на кончик носа; - растягивают уголки губ;
- ладонью одной руки машут из-за головы, другой - чешут нос; - показывают длинный нос, как у Буратино, с помощью ладоней; - изображают смешную мордочку обезьянки. «Клоун» сообщает, что увидел, как ребята могут веселиться, какие они дружные и веселые.

«Отгадай настроение»

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

Детям раздают маленькие карточки с изображениями лиц детей с разным настроением. Играющие по очереди показывают настроение, изображенное на карточке. Остальные отгадывают, что это за настроение.

«Приветствие»

Цель: развитие мимики, воображения.

Детям предлагается придумать приветствие без слов и изобразить его, глядя в зеркало. Дети поочередно приветствуют друг друга, а остальные повторяют их движения и мимику.

Мягкие подушечки

Игры по коррекции агрессивного поведения.

Игры с набором «Узнай звук»

«Узнай звук»

Цель: развивать слуховое внимание, умение различать звучание предметов из разных материалов.

Детям предлагают прослушать звучание баночки с разными наполнителями: гаечками, песком, горохом, деревяшками, рисом, кльчи и т.п.

После прослушивания звучания каждой баночки открывают и показывают, что внутри. После 2 прослушиваний снова предлагают слушать звучание и отгадывать, что внутри каждой баночки.

«Любимый звук»

Цель: развивать слуховое внимание и умение дифференцировать звуки.

Ребенку предлагают прослушать разные звуки и определить любимый звук, а затем выделить его из 10 разнообразных звуков.

Ароманабор

«Учимся узнавать запахи»

Цель: учить различать по запаху:

- овощи: лук, свеклу, огурец, чеснок, петрушку;
- фрукты: лимон, апельсин, яблоко, грушу;
- цветы: розу, ромашку, лилию.

«Ароматы цветов»

Цель: учить различать по запаху цветы.

Детям предлагают узнать разные цветы по запаху.

«Мой любимый запах»

Цель: учить выделять свой любимый запах.

Детям предлагают выделить из запахов овощей, фруктов, цветов твой любимый запах и назвать, какому предмету он принадлежит.

Игры «В сказочном лесу», «Путешествие к водопаду», «Путешествие в лес» (см. «У фонтана»).

Комплекс заданий с набором Дары Фребеля.

Комплекс заданий с набором геометрических тел (конус, цилиндр, куб, шар)

Цель: развивать логическое мышление, внимание, память, восприятие.

1. Дети обследуют геометрические фигуры, рассматривают их, ощупывают, определяют и называют:

- форму геометрических тел;
- вид материала, из которого они изготовлены (*дерево*);
- поверхность (гладкая).

2. Сравнивают движения шара, куба, цилиндра, конуса по плоскости; делают вывод о том, что скорость движения предмета зависит от формы его поверхности.

РЕЛАКСАЦИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СЕНСОРНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Цели предлагаемых видов релаксации - мышечное расслаб, ленив, снятие эмоционального напряжения.

При проведении релаксации желательно использовать зеркальный шар и аудиозаписи.

Дети располагаются на мягком напольном покрытии и мягком «острове».

Летняя ночь

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь.

Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по темному небу Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лицо, спину руки и ноги... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, послушным...

Дышим легко... ровно... глубоко... (*2 раза*)

- Ласковый ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышим легко... ровно... глубоко...

Гаснут звезды. Наступает утро. Настроение становится бодрим и жизнерадостным. Мы полны сил и энергии...

Постарайтесь сохранить ощущение бодрости и радости на весь день.

Отдых на море

- Представьте себе, что вы находитесь на берегу огромного синего моря. Вы лежите на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно...

Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят вас по лицу, шее, рукам, ногам - по всему телу... Наши руки отдыхают... Ваши ноги отдыхают.

Дышим легко... ровно... глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все ваше тело легкой свежестью. Вам тепло и приятно...

Лучики солнышка скользят по вашей коже, приятно согревая ее. Вы спокойно отдыхаете и... засыпаете. Дышим легко... ровно... глубоко...

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали.

Хорошо вам отдыхать?

Но уже пора вставать!

Подтянуться, улыбнуться,

Всем открыть глаза и встать!

Отдых в волшебном лесу

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь и закройте глаза. Представьте себе, что вы находитесь в лесу, отдыхаете на мягкой зеленой траве. Вокруг вас много деревьев, кустарников. Растут яркие, разноцветные, очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Вы слышите пение птиц, шорохи травинок, шелест листьев деревьев. Дышим легко... ровно... глубоко... Вам хорошо и спокойно.

Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

Водопад

- Сядьте поудобнее, Представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Вода чистая и теплая. Вам тепло и приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, рукам и ногам. Они стекают и продолжают свой бег дальше.

Постойте немного под водопадом - пусть вода омоет ваше лицо и тело, унесет прочь все страхи и неприятности. Пусть все ваши беды уплывут вместе с водой.

Ваши страхи, беды смыла и унесла с собой вода. Чистая теплая вода омыла вас.

Возьмите хорошее настроение с собой на весь день.

Радуга

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь и закройте глаза.

Представьте себе, что вы лежите на мягкой зеленой траве. Над вами голубое небо, а на небе яркая разноцветная радуга. Радуга блестит, переливается всеми цветами и передает вам свое настроение. Вы видите красный и оранжевый цвет.

Красный цвет дает вам тепло и силу. Вы становитесь сильнее, вам тепло и приятно.

Желтый цвет приносит радость. Солнышко тоже желтого цвета, лучики солнца вас гладят, и вы улыбаетесь.

Зеленый цвет - это цвет травы, листьев. Вам хорошо и спокойно.

Голубой и синий - цвета неба и воды. Голубой - мягкий и успокаивающий, освежающий, как вода в жару.

Запомните ощущения, которые приносил вам каждый цвет радуги, - пусть настроение у вас сегодня будет таким же разноцветным, как радуга.

Рыбки

- Представьте себе, что вы - разноцветные рыбки и плаваете в теплой воде, мягко шевелите плавниками и хвостиком. Вы плывете над самым дном моря и видите красивые водоросли, разноцветные камешки на дне, других разноцветных рыбок. Вам хорошо и спокойно. Вы решили отдохнуть и опускаетесь на мягкий теплый песок на дне. Вы спокойно отдыхаете, отдыхают ваши плавники и хвостик. Вам хорошо и приятно лежать на морском дне...

Вы отдохнули и поднимаетесь на поверхность моря. Улыбнитесь солнышку и с улыбкой откройте глаза. Пусть улыбка не покидает вас весь день!

Волшебный сон

Ложитесь поудобнее, закройте глаза. Начинается волшебный сон. Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, (2 раза)

Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко.
Наши руки отдыхают...
Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают, засыпают... (2 раза)
Шея не напряжена
И расслаблена...
Губы чуть приоткрываются,
Все чудесно расслабляется.(2 раза)
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!

Приложение №4

КОНСПЕКТЫ ОТДЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В СЕНСОРНОЙ КОМНАТЕ

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

Игровые задания являются одновременно и развивающими, и терапевтическими: они развивают психические процессы и формируют психологически здорового ребенка.

Занятие № 1

«Знакомство с волшебной комнатой»

Цели:

- развивать когнитивную сферу детей;
- активизировать произвольное внимание, умственные способности;
- развивать проприоцептивную и тактильную чувствительность, мелкую моторику;
- формировать умение соотносить 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 идеомоторных движений и представлений образов;
- формировать навыки саморегуляции.

Материалы и оборудование: напольные тактильные дорожки; сухой бассейн; балансировочная доска; мячики-веселки; аквалампа; растение-фонтан; куб «Твизлер»; запутанные спиральки; центр тактильности; центр спокойных игр; центр, развивающий активность; проектор направленного света; зеркальный шар; легкие квадраты; мягкое напольное покрытие; аудиокассета.

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: «Здравствуйте!»

2.- А теперь мы с вами отправимся в путешествие... Начнется оно вот с этого большого водопада. (Рассматриваем пейзаж на фотообоях.) Посмотрите, как падает вода с вершины горы, как сверкает она и рассыпается на разноцветные брызги. А рядом еще один водопад - ма-

ленький (*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 енимем обувь и пойдем в лес по тропинке босиком. (*Ходьба по сенсорным напольным дорожкам.*) 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 воспитатель спрашивает детей об их ощущениях.*)

- Что чувствуют ваши ножки?

- 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*). (*Через несколько минут дети меняются местами.*)

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

5.- Кто хочет поиграть с игрушками на этой панели? Пожалуйста! А кто будет рассматривать драгоценные материалы в нашем сундучке?

6.- А по лабиринтам попутешествовать кто хочет?

(*По ходу игры воспитатель 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 аквалампу.*)

8.- Подойдите поближе, посмотрите: какая интересная лампа! Называется она *аквалампа* - значит, *водяная лампа*. А что же там плавает?

- Какого цвета шарики?

(*Предлагает каждому понаблюдать за шариком определенного цвета.*)

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

- Приложите ладошки правой руки к стеклу Что чувствуют ваши ладошки? (*Дети говорят о своих ощущениях.*)

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; аквалампа; 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?

- «Здравствуй!»

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.

- Посмотрите вот на этот браслет. Какого цвета огоньки на нем сверкают? Возьмите кружочки такого же цвета из коробки. Запомните, какой огонек зажигается первым, какой - вторым, какой - третьим. Покажите их мне в той последовательности, в какой они зажигаются (*браслет с цветными лампочками*).

4.- А сейчас давайте подойдем к этому цветному водопаду.

(*Сухой душ.*) Слушайте меня внимательно: я буду говорить, кто 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 шарики вы там видите? Каждый из вас будет наблюдать за своим шариком (*аквалампа*).

(*Психолог называет имя ребенка и цвет шарика, за которым 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):

- Закройте глаза. Представьте себе, что у вас перед глазами экран. На экране вы видите цвета радуги, которые вам нравятся. 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 почувствовать себя лучше.

- А теперь откройте глаза. О чем вы думали, когда смотрели на голубой, красный, желтый и зеленый цвета? Заметили ли вы, что разные цвета влияют на настроение?

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

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

Занятие № 3

«Помощь друзьям»

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: подвеска «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 дружно 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

«Хорошее настроение»

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»; аквалампа; 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 (*водяные игрушки*).
 - 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; аквалампа.

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, удивленную, плачущую, смеющуюся, испуганную, 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 человечек 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 шарики. 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; умственных способностей; 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; куб «Твизлер»; балансировочная доска; аквалампа; 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, но не говорит, что он выбрал. Остальные должны догадаться по описанию, что это, и назвать предмет. *(Игра «Опиши 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 диван. Мы будем наблюдать за шариками в волшебной лампе. Каждый выбирает свой цвет шарика и наблюдает за ним. *(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: «Здравствуй!»

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

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

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

3.- Теперь мы с вами пойдем по лесным тропинкам. Идти мы будем медленно, внимательно гляди 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 па ощупь.

- Поверхность каких игрушек вам больше всего понравилась и почему?

- А какие - не понравилась? Почему?

- На что похожа поверхность этих игрушек?

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, скользкую, гладкую.*)

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

Занятие № 8

«У страха глаза велики»

Цели:

- продолжать работу по дестабилизации и разрушению патологических стереотипов (повышенного уровня тревожности и страхов, чувства напряжения), раскрепощению детей;

- развивать у них смелость и уверенность в себе;

- развивать вербальные и невербальные формы проявления эмоций, мимику и пантомимику, мелкую моторику.

Материалы и оборудование: картинки с изображениями Бабы Яги, собаки, волка, паука, змеи; фломастеры; бумага; пуховые варежки; аудиозапись «Голоса природы»; корзинка.

Ход занятия

1. Рассказ С.А. Фонькина «Как побороть страх»:

На свете много страшных вещей: темные длинные коридоры и подозрительные собаки с большими клыками; волки, прячущиеся в густом лесу; пауки с длинными мохнатыми лапами; ядовитые и кусачие змеи; грохочущий над головой гром и сверкающая молния.

А Баба-Яга из сказок? Того и гляди переберется в дом или влетит в открытое окно, когда никого из взрослых нету дома.

Но на самом деле - это только кажется. В темных углах нет ничего интересного - там только пыль.. Подумай: откуда там чему-нибудь взяться, если дом закрыт на плотные замки?

Собаки никогда не нападают на маленьких детей. А если собака сидит и сторожит что-нибудь, не подходи к ней - она на работе.

Волки давно сал-си прячутся от людей в дальних лесах. Их даже берут под охрану Подумай: откуда волк появится в городе?

Пауки, кроме мук, никого не обижают. Змеи при виде человека стараются удрать восвояси. Подумай, если тип не будешь хватать змею за хвост или грозить ей палкой, зачем ей вступать в борьбу с великаном-человеком?

Гром - просто громкий звук. Разве звук может причинить вред? Баба-Яга живет только в сказках. Ей никуда не выбраться из книжки. Подумай! Если ты не будешь бояться, то победишь все страхи - все до одного?

(*Детям предлагается встать и заглянуть в темные углы, чтобы удостовериться, что там никого нет.*)

2.- Ребята, вспомните, как ведут себя собаки по отношению к человеку, если их не дразнят?

- Правильно, собака - друг и помощник человека.

- А как вы думаете, сможет ли волк жить в городе? А почему - нет?

- Кого пытался обидеть паук в «Мухе-Цокотухе»? А человека паук может обидеть?

(Дети сравнивают вместе с психологом величину паука и человека.)

- Ребята, но есть и ядовитые пауки. Их надо опасаться, и не надо ходить в лесу босиком.

- А в каких сказках живет Баба-Яга? Назовите их. Кто ее все время побеждает?

- Вот видите, ребята, человек - самый умный, и он может победить любое существо, пусть не всегда силой, но умом - обязательно.

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

- Ребята, подойдите ко мне, закройте глаза. Давайте представим себе, что мы находимся в лесу: ветерок шумит в листве деревьев, журчит ручеек, щебечут птицы. Мы присели на полянке.

Как хорошо, радостно и спокойно отдыхать: Но что это? Вот хрустнула ветка, вот еще одна... Кто это? Как страшно нам стало!

Мы сжались в комочек и застыли.

Брови подняли вверх, глаза широко раскрыли.

Рот приоткрыли.

Боимся пошевелиться и вздохнуть.

Голову втянули в плечи, глаза закрыли.

Ой, страшно!!! Что же это за огромный зверь?..

И вдруг у своих ног мы услышали: «Мяу!». Один глаз открыли, - а это котенок!

Второй глаз открыли.

Возьмите своих «котят» в руки. *(Дети берут пуховые варежки.)* - Ребята, расскажите о своих «котятках». Какие они? - Вот видите, ребята, какие «котятка» ласковые. А мы-то думали, что это?.. Кого вы себе представляли?

- А на самом деле это были маленькие котятка. Вот поэтому в народе и говорят. «У страха глаза велики». Послушайте, как об этом говорится в стихотворении В. Кудрявцева «Страх».

У страха глаза велики,

У страха не зубы - клыки,

У страха, как бочка, живот.

У страха желание есть –

Схватить, укусить, даже съесть!

Трусишка придумает страх

И жалобно ахает «Ах!»

А я ничего не боюсь:

Придумаю страх - и смеюсь!

- Вы сейчас, наверное, вспомнили свои страхи. Давайте посадим котят в корзину и нарисуем свой самый большой страх. *(Дети рисуют фломастерами.)*

(Во время работы звучит музыка, вёдется тихая беседа индивидуально с каждым ребенком о том, что он рисует, какого цвета у него страх.)

- А теперь возьмите в руки свой страх и разорвите его на самые маленькие кусочки.

(Дети разрывают рисунки приемом отщипывания.)

- Соберите свой страх в ладошки и подойдите ко мне. Посмотрите на свои ладошки: видите, что осталось от вашего страха? Он сам испугался!

- Раскройте свои ладошки, сдуйте свой страх - пусть разлетится!

- Еще подумайте. Посмотрите, во что превратился ваш страх. Сможете ли вы его найти?

- Нет, не стало вашего страха.

- Послушайте, что случилось с Димой в стихотворении «Счастливая ошибка»:

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!

- Ребята, слово «Ха!» надо запомнить и всегда говорить его страху, чтобы он сам вас боялся.

А теперь мы все вместе скажем громко своему страху «Ха!». Поднимите вверх руки, вдохните глубоко, наклонитесь вперед, опустите руки и выдохните: «Ха!».

- Не забывайте слово «Ха!». И всем своим страхам, неудачам, печалям говорите его. Давайте еще раз скажем «Ха!» своему страху - пусть он уйдет навсегда.

Занятие № 9

«Путешествие на необитаемый остров»

Цели:

- учить ориентироваться в пространстве комнаты с помощью плана;
- закреплять умение анализировать элементарную контурную схему «Лабиринт»;
- формировать умение соотносить речевую форму описания предметов с графической;
- закреплять приемы моделирования;
- закреплять знания о здоровом образе жизни, безопасном поведении;
- развивать тактильное восприятие рецепторов стопы и рук, умение передавать свои ощущения в связной речи;
- продолжать развивать психические процессы: произвольное внимание, его устойчивость и переключаемость; умственные способности, элементы логического мышления; память, воображение, восприятие; саморегуляцию, внутреннюю раскрепощенность; умение управлять своим телом, дыханием, освобождаться от стрессов и перенапряжения;
- воспитывать коллективизм, эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку.

Материалы и оборудование: тактильные напольные дорожки; центр тактильности; карта; лабиринты; карточки с изображениями видов транспорта; игрушка «Лев»; растение-фонтан; дерево; мозаика.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия.

2.- Ребята, сегодня мы с вами - путешественники-кладоискатели: будем искать клад на необитаемом острове. Искать мы его будем вот по этому плану.

3. - Добираться на остров мы будем на разных видах транспорта. Я сейчас вам раздам билеты, на которых изображено средство передвижения. А вы, пожалуйста, подумайте, как его описать, и постарайтесь сделать это так, чтобы остальные ребята смогли отгадать, что изображено на вашем билете. (*Игра «Опиши предмет».*)

Картинки-билеты: самолет, легковая машина, поезд, лошадь, корабль, автобус.

4.- Вот мы и прибыли на необитаемый остров. А почему он называется необитаемым? Как вы думаете? Что нам нужно обязательно помнить и знать, чтобы выжить на таком острове?.. (*Быть всем вместе. Помогать друг другу. Заботиться друг о друге. Не есть незнакомые растения, ягоды, грибы. Опасаться диких зверей, змей, насекомых, крокодилов, незнакомых людей. Быть осторожными при переходе болот и рек.*)

5.- У меня есть план острова, и на нем обозначено место, где зарыт клад. Давайте внимательно рассмотрим план. В самом начале плана лабиринты, по которым мы должны пройти. Но сначала вы обозначьте свой путь через эти лабиринты и расскажите, какие опасности нас ожидают.

(Раздает листочки со схемами лабиринта.)

6.- Ребята, тот, кто первым «пройдет» по своему лабиринту на плане, тот пойдет впереди.

- А теперь мы с вами пойдем по настоящему лабиринту Давайте посмотрим по карте... Наш путь начинается с воды, а во*г тропинка, по которой мы должны идти. Будьте осторожны! Помогайте друг другу - ведь по обеим сторонам пропасть. Запомните, двигаться надо небольшими шагами, не спеша. А теперь снимите обувь: по лабиринту мы пойдем босиком.

Во время продвижения воспитатель задает детям вопросы:

- Что сейчас чувствуют твои ножки? *(Твердо, колко, мягко, тепло, прохладно, щекотно.)*

После прохождения лабиринта дети надевают обувь.

- Посмотрим по карте, куда мы должны двигаться дальше... Правильно, вот к этому кусту. Осторожно, ребята, там кто-то притаился... Кто же это? Лев!

Вы его боитесь? А давайте все вместе испугаем льва, чтобы он убежал. Мы превращаемся во львов. *(Асана «Лев».)* Рычим очень громко! Еще раз! Смотрите, лев убежал - испугался нас.

7.- Вы, наверное, устали и проголодались. Сейчас мы с вами сделаем привал. Где мы можем остановиться - посмотрите по карте. Может, на этой полянке, возле красивого водопада? Какой он красивый, как сбегает вода по его уступам, как журчит! Какие красивые растения вокруг!

(Звучит аудиозапись «Голоса леса».)

- Давайте отдохнем. Лягте поудобнее, закройте глаза и слушайте мой голос.

Представьте себе, что вы в лесу в прекрасный летний день. Вокруг вас много красивых растений, ярких разноцветных цветов. Вы чувствуете себя совершенно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все тело: лоб, лицо, спину, живот, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным - хочется встать и двигаться.

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

8.- Хорошо отдохнули? Но все, наверное, проголодались. Что же мы приготовим на обед?

- На первое? *(Игра «Поварята» - моделирование из мозаики.)*

- На второе? *(Моделирование «Каша» - из мозаики.)*

- Посмотрим на карту. До клада у нас осталось совсем немного. Как вы думаете, где же тут может лежать клад?

- Да, я тоже думаю, что под деревом.

- Посмотрите, какое красивое дерево! Давайте покажем, какое оно. *(Асана «Дерево».)*

- А теперь давайте поищем клад. Вот он. Открываем крышку сундука. Что же там лежит? Ребята, посмотрите: это полоски драгоценных старинных металлов. Кому какая полоска больше нравится? Покажите полоску, которая вам нравится больше. Пощупайте ее и расскажите, какая она, что видят ваши глазки и что чувствуют ваши пальчики.

- Клад вы забираете с собой в группу *(Центр тахтильности.)*

- Вот и закончилось наше необычное путешествие.

9. Ритуал окончания занятия.