



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 8 «ГАРМОНИЯ»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД  
НОВОРОССИЙСК

Коновалова А.В.

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ОСОБЫЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ  
ПОТРЕБНОСТИ, В УСЛОВИЯХ  
ТЕМНОЙ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ

Методические рекомендации

Новоросийск, 2022

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад комбинированного вида № 8 «Гармония»  
муниципального образования город Новороссийск**

Коновалова А.В.

**Коррекционно-развивающая деятельность  
с детьми, имеющими особые  
образовательные потребности,  
в условиях темной сенсорной комнаты**

*Методические рекомендации*

Новороссийск, 2022

УДК 372.2  
ББК 74.14

Коновалова А.В. Коррекционно-развивающая деятельность с детьми, имеющими особые образовательные потребности, в условиях темной сенсорной комнаты: методические рекомендации / А.В. Коновалова. Новороссийск, 2021. – 42 с.

Печатается по решению научно-методического совета МАДОУ детского сада комбинированного вида №8 «Гармония» МО город Новороссийск, протокол № 1 от 06.09.2021

Рецензент: **Шумилова Елена Аркадьевна**, д.п.н., профессор, заведующий кафедрой дефектологии и специальной психологии ФГБОУ ВО «КубГУ».

Методические рекомендации составлены с целью расширения профессиональных представлений, умений у педагогических работников (учителей-дефектологов, учителей-логопедов, педагогов-психологов, старших воспитателей, воспитателей инклюзивных групп, групп компенсирующей направленности) для коррекционно-развивающей работы в условиях темной сенсорной комнаты при возможности участия родителей (законных представителей). Данный методический продукт представлен структурированным содержанием, раскрывающим психолого-педагогический, материально-технический, методический аспекты применения (использования) сенсорного оборудования в работе с детьми, имеющими особые образовательные потребности, их родителями (законными представителями). Предлагается курс коррекционно-развивающих занятий, реализуемый в условиях темной сенсорной комнаты.

Данные методические рекомендации предназначены для групповой, индивидуальной коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста, имеющими особые образовательные потребности.

© МАДОУ детский сад №8 «Гармония» МО г. Новороссийск

© А.В. Коновалова

## Содержание

Введение.....	<b>5</b>
1. Материально-техническое обеспечение темной сенсорной комнаты.....	<b>7</b>
2. Психолого-педагогические аспекты деятельности с детьми, имеющими особые образовательные потребности, в темной сенсорной комнате.....	<b>9</b>
3. Особенности построения занятий в темной сенсорной комнате..	<b>10</b>
4. Курс коррекционно-развивающих занятий (конспекты) в темной сенсорной комнате.....	<b>12</b>
Список используемой литературы.....	<b>41</b>

## Введение

Секрет сенсорной комнаты заключается в сочетании разных стимулов. К ним относятся: свет и цвет, звуки (музыка), запахи, а также тактильные ощущения. Наборы стимулов объединяют в группы, в зависимости от рецепторов, на которые они воздействуют.

**Светостимуляция и цветостимуляция** - воздействуют на зрение. Мягкий свет – покой. Яркий свет – возбуждение. Кроме того, частицы света (фотоны) поддерживают ритм суточных колебаний, улучшают состояние иммунной системы. Используется терапия цветом, например, красный – стимуляция, оранжевый – восстановление, желтый – тонизирование и так далее.

**Звукостимуляция** – воздействует на слух. Может быть пассивной (человек слушает звуки или музыку) и активной (человек сам создает звуки или музыку). Спокойная мелодичная музыка, звуки природы – покой. Механические звуки, электронная музыка, произведения с разной силой тональности (произведения Моцарта), музыкальные произведения с быстрым темпом (вальсы) – возбуждение.

**Ароматстимуляция** – воздействует на обоняние. Приятные запахи – покой. Резкие запахи – возбуждение. Кроме того, эфирные масла обладают бактерицидными, противовирусными и противовоспалительными свойствами. Обязательно перед применением ароматстимуляции необходимо проконсультироваться с врачом, так как у некоторых категорий детей повышенная чувствительность к ароматам, что может вызвать не только аллергические реакции, но и активизировать запуск неврологической симптоматики.

**Тактильная стимуляция** – воздействуют на рецепторы кожи. Ощущения мягкости, тепла, нежности – покой. Покалывание, надавливание, вибрация – возбуждение. Использование приборов для массажа снимает мышечное напряжение и улучшает кровообращение.

В зависимости от задач, которые перед собой ставит педагог-психолог, другой педагогический работник – упражнения носят релаксационный и активирующий характер.

При пассивных занятиях практикуется метод релаксации, при этом используются плавные звуковые и музыкальные эффекты, ароматерапия, расслабляющий тактильный массаж, терапевтические словесные методы.

Активные занятия проводятся в игровой ситуации с сочетанием свето-, цвето-, звуко-стимуляции, используются танцевальные упражнения, подвижные, конструктивные игры, приёмы сказкотерапии, визуализации.

**Показаниями к включению занятий в интерактивной среде темной сенсорной комнаты в коррекционно-развивающий курс могут являться следующие психолого-педагогические заключения у детей с особыми образовательными потребностями:**

- задержка психомоторного и речевого развития;
- расстройство аутистического спектра;
- адаптационные расстройства;
- нарушение поведения.

**Коррекционно-развивающие задачи, решаемые в условиях темной сенсорной комнате следующие:**

- \* стимулировать познавательную активность;
- \* развивать психические процессы: память, произвольное внимание, наглядно-действенное и образное мышление, восприятие, предпосылки воображения;
- \* развивать коммуникативные навыки;
- \* корректировать психоэмоциональное состояние: эмоциональное и мышечное напряжения, тревожность, негативизм, агрессивность.

Необходимо помнить о противопоказаниях для занятий в сенсорной комнате, которые составляют:

- глубокая умственная отсталость, эпилепсия, вирусные заболевания.

## 1. Материально-техническое обеспечение темной сенсорной комнаты

Комплекс оборудования, включаемый в оснащение темной сенсорной комнаты может быть отличным в разных дошкольных образовательных организациях. Однако, есть базовые интерактивные комбинации, которые чаще всего наличествуют в комнате и обеспечивают коррекционно-развивающий процесс учителя-дефектолога, других педагогических работников с ребенком, имеющим особые образовательные потребности. (см. табл.1.)

Таблица 1. – Оснащение темной сенсорной комнаты на базе МАДОУ детского сада комбинированного вида №8 «Гармония»

<i>№</i>	<i>Название</i>	<i>Описание оборудования</i>	<i>Назначение оборудования</i>
1	Интерактивное панно «Бесконечность»	Имитация светящегося тоннеля, уходящего в бесконечность	Для проведения релаксационных упражнений
2.	Детское панно «Кривое зеркало»	Изогнутое зеркало, сделано из небьющегося зеркального пластика	Предназначено для игр для коррекции эмоциональной сферы
3.	Пуфики - кресло	Мягкие модули, наполненные гранулами из пенополистирола	Предназначены для придания ребенку различных поз и частичной фиксации тела. Используется для релаксации
4.	Коврик массажный	Тактильная дорожка длиной 180 см. шириной 40см.	Эффективен для стимуляции тактильных ощущений
5.	Проектор «Звездное небо»	Компактный настенный прибор для создания эффекта звездного неба	Используется для развития воображения, концентрации внимания, развитии эмоциональной сферы. Применяется в ходе

			релаксационных упражнений, на занятиях по развитию фантазии и сказкотерапии
6.	Проектор	Прибор проецирующий на любую поверхность темной сенсорной комнаты	Восприятие светоэффектов развивает воображение. Используется для теневого театра
7.	Пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь»	Россыпь фиброоптических волокон, цвет которых постоянно меняется по всей длине	Волокна можно перебирать в руках, обматывать вокруг рук, исследовать их свойства. Позволяют концентрировать внимание, формируют представление о цвете. Занятия с ними способствуют развитию внимания, успокаивают.
8.	Фонтан водный настольный	Источник воды, которая стимулирует зрительные, тактильные и слуховые ощущения	Звук журчащей воды успокаивает. Используется во время релаксационных упражнений, тематических занятий. Способствует развитию сенсорно-перцептивных ощущений, воображения, концентрации внимания
9.	Магнитофон с набором CD-дисков	Техническое музыкальное оснащение темной сенсорной комнаты	Используется для музыкального сопровождения занятий
10	Панно «Звездное небо»	Настенное светящееся панно	Используется для обогащения сенсорного опыта, для развития тактильного восприятия, стимуляции зрительного анализатора, развития познавательной активности

## **2. Психолого-педагогические аспекты деятельности с детьми, имеющими особые образовательные потребности, в условиях темной сенсорной комнаты**

Занятия в темной сенсорной комнате проводятся как небольшими группами 4-6 человека, так и индивидуально. В связи с тем, что ограничений по возрасту нет, занятия одновременно проводятся с родителями (законными представителями) и детьми.

При некоторых заболеваниях, например, при детском церебральном параличе, нарушениях слуха и зрения, восприятие сенсорного потока депривировано. Именно в этих случаях требуется дополнительная сенсорная стимуляция, которую удобнее всего реализовывать в темной сенсорной комнате, оснащенной стимуляторами различного типа и воздействия.

В темной сенсорной комнате так же создаются условия для тренировки процессов торможения, необходимых при повышенной возбудимости и агрессивности ребенка. Поэтому занятия в сенсорной комнате очень показаны детям с проблемами в коммуникативной сфере и поведения, в том числе с расстройствами аутистического спектра (далее РАС). У детей с РАС отмечается положительная динамика после проведения цикла занятий в сенсорной комнате, заметно снижается ощущения тревоги и беспокойства, проявляется интерес к исследовательской деятельности и работе в группе, развивается двигательная функция, стимулируются все сенсорные процессы. На занятиях в темной сенсорной комнате специалисту удастся сформировать у ребенка умение понимать и принимать собственное эмоциональное состояние и эмоции другого человека.

### **3. Особенности построения коррекционно-развивающих занятий в темной сенсорной комнате**

Курс занятий в темной сенсорной комнате носит поэтапный характер реализации и включает:

**1. Ознакомительный этап.** Цель: знакомство с участниками, создание благоприятного психологического климата, установление контакта, повышение эмоционального фона у участников, создание доверительной обстановки взаимодействия (сотрудничества, партнерства).

**2. Коррекционно-развивающий этап.** Цель: коррекция и развитие познавательной, сенсорно-перцептивной, эмоционально-волевой сфер детей с особыми образовательными потребностями, оптимизация детско-родительского взаимодействия при условии включения родителей в занятия.

Данный этап включает занятия на развитие познавательной, зрительной, тактильной, слуховой и эмоционально-волевой сфер. Каждое занятие направлено на то, чтобы ребенок в игровой форме взаимодействовал с несколькими световыми приборами, для обогащения сенсорного опыта. В ходе занятий дети учатся контролировать свои эмоции, распознавать эмоциональное состояние других, развивают процессы саморегуляции.

Важным элементом каждого занятия являются упражнения, направленные на обучение навыкам расслабления, снятие мышечного напряжения. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии.

**3. Завершающий этап.** Цель: выявление динамики развития сенсорно-перцептивной и эмоционально-волевой сфер участников.

Каждое занятие состоит из трех частей: вводной, коррекционно-развивающей и заключительной.

**Вводная часть занятия** включает в себя ритуал приветствия, определение эмоционального благополучия детей в начале занятия, создание благоприятного психологического климата в группе.

**Коррекционно-развивающая часть занятия** может включать в себя *активизирующую, основную и релаксационную части*, которые состоят из функциональных, глазодвигательных, дыхательных, коммуникативных и т.п. упражнений и релаксации.

**Заключительная часть занятия** включает в себя подведение итогов, рефлексия (обратную связь), определение эмоционального благополучия детей в конце занятия, ритуал прощания.

**Продолжительность:** курс состоит из 14 занятий, не более 30 минут.

Оптимальное количество участников в группе составляет от 3 до 6 человек.

**Формы работы:** преимущественно групповые занятия. Занятия могут проводиться индивидуально, если ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт при других детях, взрослых

## **4. Курс коррекционно-развивающих занятий (конспекты)**

### **в темной сенсорной комнате**

Курс коррекционно-развивающих занятий в условиях темной сенсорной комнаты состоит из 14 занятий. Определены цели, задачи, занятие структурировано и представлено последовательностью реализуемых упражнений. Инструктивная информация для участников занятия подается от лица учителя-дефектолога, обозначается прямой речью (*например, У-д: «Мы с Вами...»*).

#### **1. Занятие «Морское путешествие»**

**Цель:** знакомство участников группы с темной сенсорной комнатой

**Задачи:**

- ввести детей и родителей в пространство темной сенсорной комнаты;
- познакомить участников с оборудованием и его назначением в темной сенсорной комнате;
- создавать положительный эмоциональный фон взаимодействия.

#### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Учитель-дефектолог (далее по тексту - У.-д.) предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У-д: «Мы с вами находимся в волшебной комнате, но она еще спит. Давайте её разбудим.» (участники группы хлопают в ладоши, педагог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают)

#### **1. Упражнение «Знакомство»**

У-д: «Давайте познакомимся с чудесами волшебной комнаты.»

Родители вместе с детьми знакомятся с сенсорным оборудованием (рассматривают, трогают, играют): звездный дождь, настенное панно, сфера.

Затем все рассаживаются на свои места

У.-д.: «Вы познакомились с чудесами волшебной комнаты, они Вам понравились, что самое интересное?» (дети отвечают вместе с родителями)

## **2. Упражнение «Море»**

У-д: «Давайте посидим тихо и прислушаемся...»

(Включается музыка «Шум моря»)

У-д: «Что вы слышите? Что это за звуки? Это море шумит? Какие морские обитатели Вам известны?»

(дети отвечают вместе с родителями)

Рыбки, медузы, дельфины, кальмары

У-д: «Давайте и мы на время превратимся в морских обитателей.

Станем рыбками – сложить две ладони вместе и имитировать ими движения плавающих рыбок

Медузами – соединить основания ладоней, шевелить пальцами, изображая движения медузы в воде

Кальмары- плавно двигать руками, изображая щупальца кальмаров

Дельфины – соединить руки, подражать движениям дельфинов в море.»

Молодцы, как замечательно у вас получились морские жители: рыбки, медузы, дельфины, кальмары.»

*Рефлексия*

## **3. Упражнение «Рыбки»**

У.-д.: «В нашей волшебной комнате тоже есть рыбки (раздает каждой паре по картонной рыбке на деревянной палочке). Вы вместе с мамами можете их оживить (включается проектор, направленный на стену, родители помогают детям расположить рыбок так, чтобы на освещенной стене появилась тень от рыбки).»

Педагог предлагает каждой паре поиграть с рыбками под музыку, сделать так, чтобы рыбки «плавали», взаимодействовали друг с другом.

## **3. Упражнение «Мы и море»**

У-д: «В теплом и добром море жили рыбки (называет имена детей), они любили плавать и играть друг с другом (педагог предлагает мамам помочь детям придумать сказку, что могло бы происходить с их рыбками)

Спасибо вам всем, что вы поиграли с нашими рыбками». (собирает рыбок)

*Рефлексия занятия*

#### **4. Упражнение «Огонек»**

У-д.: У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!». Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так. (Упражнение можно повторить несколько раз)

#### **5. Ритуал прощания**

У-д.: пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

### **2. Занятие «Звездочки»»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условия для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка.

**Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- благоприятствовать созданию бодрого настроения;
- развивать навыки саморегуляции, активизация двигательной активности;
- развивать произвольное внимание;
- снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение.

#### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Учитель-дефектолог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У-д: «Наша волшебная комната опять спит, давайте вспомним, как мы будим волшебную комнату.» (участники группы хлопают в ладоши, педагог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

### **1. Упражнение «Звездочка»** (выполняется с картонными звездами)

У-д: «Давайте посмотрим на звездочки на небе, как красиво они переливаются и меняют цвета.» (Педагог обращает внимание на панно «Звездное небо»)

Участники рассматривают панно, родители помогают детям расположиться на мягких матах, упражнение выполняется лежа .

У-д.: «Посмотри на небо. На небе очень много звезд. Представьте, что вы тоже звездочки и вам надо подружиться с другими звездами, чтобы с ними играть. (Фигуры звезд взрослый располагает на расстоянии таким образом, чтобы ребенок смог до них дотянуться левой/правой рукой/ногой, сделав определенное усилие.) Дотянись до звезды правой/левой рукой/ногой, не меняя положения тела».

*Рефлексия:*

### **2. Упражнение «Звездный театр»**

У-д: «Давайте посмотрим какие красивые тени получаются от наших звездочек. (Теневой театр, звучит музыка) Помогите нашим звездочкам красиво двигаться под музыку, возможно они хотят подружиться между собой.»

### **3 Упражнение «Полет»**

Ребенок полулежит на пуфике-кресле с гранулами, родитель располагается рядом

У-д: «Давайте посмотрим на звездное небо (взрослый жестом указывает на панно), теперь слушайте меня и постарайтесь представить то, о чем я буду говорить. Наступила ночь и на небе зажигаются маленькие и большие звездочки, которые медленно и плавно летят по небу. Представьте, что и вы тоже летите вместе со звездочками. Вы стали легкими, как перышко. Вам дышится легко и глубоко. Теплый ветерок обдувает ваше

лицо, руки, ноги (взрослый прикасается к называемым частям тела). Вам очень приятно и легко. Вы становитесь веселыми и сильными. Звездочки гаснут, наступает утро. Улыбнитесь и встаньте».

*Рефлексия занятия:*

#### **4. Упражнение «Огонек»**

У-д: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори! Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так. (Упражнение можно повторить несколько раз)

#### **Ритуал прощания**

У-д: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, психолог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

### **3. Занятие «Бал»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, обогащение восприятия и воображения, создание психологического комфорта, снижение психологического напряжения, активизация двигательной активности, формирование навыков саморегуляции.

#### **Задачи:**

- снижать уровень тревожности;
- развивать произвольное внимание;
- развивать пространственную ориентировку;
- развивать тактильное восприятие;
- формировать уверенность в себе.

#### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У-д: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим. (участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).»

### **1. Упражнение «Световой водопад»**

Участников приглашают рассмотреть оборудование «Световой водопад» и взаимодействовать со светящимися нитями.

У-д: «Это водопад из множества светящихся, переливающихся нитей. Давайте поиграем с ним: из переливающихся струй можно сделать фонтан, можно окунуться в водопад ребенок с помощью взрослого располагается под светящимися нитями, взрослый «осыпает» ребенка волокнами, как струями, Переворачивают волокна, делают светящиеся «фонтанчики».

### **3. Упражнение. «Бал»**

Звучит аудиозапись вальса.

У-д: «Мы с вами получили приглашение на праздник к морскому царю. Давайте попробуем превратиться в рыбку (русалочку, морскую звезду, ракушку и т.п.). Под звуки плавной музыки (лежа или стоя) потанцуем как обитатели морского дна».

### **4. Упражнение. «Театр теней»**

У-д: «Вы ведь помните, что в нашей волшебной комнате тоже есть рыбки (раздает каждой паре по картонной рыбке на деревянной палочке). Вы вместе с мамами можете их оживить (включается проектор, направленный на стену, родители помогают детям расположить рыбок так, чтобы на освещенной стене появилась тень от рыбок).

Вы так замечательно танцевали, что и рыбки решили тоже потанцевать.

*Рефлексия*

### **5. Упражнение «Лучики солнца»**

Ребенок лежит на напольном мягком покрытии, родитель находится рядом, звучит релаксационная музыка.

У-д: «Давайте представим, что мы лежим на мягком теплом песке. Лучики солнышка гладят по лицу, шее, рукам, ногам. (родители дотрагиваются до ног, рук и т.д. ребенка) Руки отдыхают, ноги отдыхают. Нам дышится легко и глубоко. Лучики солнца скользят по нашей коже. Вам очень приятно. Но пришла пора вставать, потянись и улыбнись».

*Рефлексия занятия:*

### **6. Упражнение «Огонек»**

У-д: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори! Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке.

А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

### ***Ритуал прощания***

У-д: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **4 занятие «Чудесный лучик»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условия для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждения и снижения тревожности.

### **Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- благоприятствовать созданию бодрого настроения;
- развивать навыки использования мимики и пантомимики;

- развивать навыки саморегуляции, активизация двигательной активности;
- развивать произвольное внимание;
- снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение.

### Ход занятия

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим. (участники группы хлопают в ладоши, педагог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

Дать время для спонтанной активности ребенка и взаимодействия с «чудесами» сенсорной комнаты

#### **1. Упражнение «Волшебный мячик»**

У.-д.: «На этом волшебном острове живет волшебный мячик (Педагог включает проектор со светящимся разноцветным шаром) мячик долго ждал Вас и хочет поиграть в пятнашки. Догоните мячик.»

(из мягких модулей сделать посильные препятствия для развития общей моторики и координации движения)

*Рефлексия*

#### **2. Упражнение «Догони лучик»**

У.-д.: «Вы тоже можете поиграть друг с другом в догонялки, причем не сходя с места. Для этого Вам необходимо включить свои фонарики и направить на стену. А теперь пусть один лучик «убегает», а другой его «догоняет»

(повторить несколько раз)

*Рефлексия*

Понравилось ли тебе выполнять это упражнение?

Улучшилось ли твое настроение?

#### **3. Упражнение «Лучики солнца»**

Ребенок лежит на напольном мягком покрытии, родитель находится рядом, звучит релаксационная музыка.

У.-д.: «Давайте представим, что мы лежим на мягком теплом песке. Лучики солнышка гладят по лицу, шее, рукам, ногам. (родители дотрагиваются до ног, рук и т.д. ребенка) Руки отдыхают, ноги отдыхают. Нам дышится легко и глубоко. Лучики солнца скользят по нашей коже. Вам очень приятно. Но пришла пора вставать, потянись и улыбнись».

#### **4. Упражнение**

У.-д.: «Давайте еще раз включим наши фонарики. Давайте поиграем в такую игру – я говорю куда светить фонариком, а вы по моей команде светите (родители помогают детям) Поднимите фонарики вверх, а теперь влево, право, вверх, вниз...

*Рефлексия занятия:*

#### **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори! Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке.

А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

#### **Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

### **5. Занятие «Веселые человечки»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условия для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка.

**Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- благоприятствовать созданию бодрого настроения;
- развивать навыки использования мимики и пантомимики;
- развивать навыки саморегуляции, активизация двигательной активности;
- развивать произвольное внимание;
- развитие тактильных ощущений, мелкой моторики, самосознания, эмоционального мира детей;
- развивать фиксацию взора, концентрацию внимания.

### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим. (участники группы хлопают в ладоши, педагог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

Время для свободной активности ребенка

#### **1. Упражнение «Отдых на море»**

У.-д.: «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... Ваши руки отдыхают...Ваши ноги отдыхают.

Дышим легко...ровно...глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все ваше тело легко 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!

У.-д.: «Посмотрите друг на друга и улыбнитесь!»

## **2. Упражнение «Поймай звезду»**

Педагог обращает внимание детей на крутящийся и создающий разноцветные блики («мерцающие звезды») зеркальный шар: «Смотрите, как много звезд! Заметьте, одна звездочка улыбается вам. Вон она полетела. Давайте поймаем ее глазками, - она хочет с вами поиграть».

Дети ловят взглядом звездочку.

Дети ловят звездочки ладошками, весело бегают за ними, не отрывая ладошек от отражения звездочек.

*Рефлексия занятия*

У.-д.: «Удалось ли расслабиться, снять напряжение?»

Понравились ли упражнения на расслабление?

Какие упражнения можно использовать дома?»

## **3. Упражнение «Клоуны»**

Педагог старается развеселить ребенка с помощью мимики и жестов. Родитель повторяет движение за педагогом, еще раз показывая их ребенку. Ребенок повторяет движения за взрослыми.

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

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

*Рефлексия занятия:*

## **4. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и

сказать: «Раз, два, три – огонек гори!» Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так. (Упражнение можно повторить несколько раз)

### **Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по-очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **7. Занятие «Давай поиграем»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условия для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждения и снижения негативизма и агрессивности.

### **Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- благоприятствовать созданию бодрого настроения;
- развивать навыки использования мимики и пантомимики;
- развивать навыки саморегуляции, активизация двигательной активности;
- развивать произвольное внимание;
- снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение.

### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

#### **1. Упражнение «Найди»**

В бассейне прячется несколько предметов, задача для детей - их найти (родители помогают).» Можно выполнять упражнение на время, стараясь каждый раз улучшить результат.

## **2. Упражнение «Радуга»**

У.-д.: «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.»

## **3. Упражнение. «Догони лучик»**

У.-д.: «Давайте с вами поиграем в догонялки при помощи наших фонариков, вспомним как это делается. Для этого Вам необходимо включить свои фонарики и направить на стену. А теперь пусть один лучик «убегает», а другой его «догоняет»

(повторить несколько раз)

*Рефлексия занятия*

## **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори! Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке.

А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **8. Занятие «Отгадай настроение»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условия для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждения и снижения негативизма и агрессивности.

**Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- благоприятствовать созданию бодрого настроения;
- развивать навыки использования мимики и пантомимики;
- обучать способу выплеска злости и агрессии;
- развивать навыки саморегуляции, активизация двигательной активности;
- развивать произвольное внимание;
- снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение.

### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (участники группы хлопают в ладоши, педагог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

Дать время для спонтанной активности ребенка и взаимодействия с «чудесами» сенсорной комнаты

### **1. Упражнение «Поймай мячик»**

У.-д.: «Пришло время поиграть с нашим волшебным мячиком (ПС, включает проектор со светящимся разноцветным шаром) мячик долго ждал Вас и хочет поиграть в пятнашки. Догоните мячик.

(из мягких модулей сделать посильные препятствия для развития общей моторики и координации движения)

### **2. Упражнение «Отгадай настроение»**

Педагог показывает разное настроение (Веселое, грустное и.т.д.), просит ребенка и родителя повторить. Обсуждают с ребенком и родителем, разные эмоции, когда они появляются

### **3. Упражнение «Уходи, злость, уходи!»**

У.-д.: «Давайте сегодня на занятии попробуем прогнать одно из своих плохих настроений – злость.»

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

У.-д.: «Молодцы, справились с заданием. Но есть один секрет: злость надо не только прогнать, надо научиться не пускать ее. Для этого мы с вами выполним следующее упражнение.

### **4. Упражнение «Рыбки»**

Звуковое сопровождение упражнения: «Журчание воды». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие, родители располагаются рядом.

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

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

*Рефлексия занятия*

### **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!»

Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

### **6. Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **9. Занятие «Отдых на море»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условий для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждение и снижение тревожности.

## **Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- создание бодрого настроения;
- развитие произвольного внимания;
- развитие умения передавать свои ощущения в словесной форме;
- стимуляция анализаторов подошв ног, профилактика плоскостопия;
- развитие творческого воображения, зрительного восприятия;
- снижение уровня тревожности;
- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения.

## **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

У.-д.: «Комната наша волшебная и в ней есть волшебная дорожка.»

### **1. Упражнение «Волшебная дорожка»**

У.-д.: «Сейчас я предлагаю каждому участнику пройти по этой дорожке, постоять на каждой ее подушечке и сказать, что же чувствуют ваши ноги, приятно ли стоять в том или ином месте.»

После того, как пройдут все участники, можно повторять это упражнение, изменяя темп.

### **2. Упражнение «Звездное небо»**

У.-д.: «Ребята, вот мы с вами походили по волшебной дорожке, а сейчас я предлагаю вам продолжить наше путешествие. Представьте, что по этой дорожке мы вышли на поляну. Но вы так долго шли, что добрались до нее только к вечеру. На небе появляются первые звездочки. Взгляните на небо, на что же похожи эти звезды? Может они складываются в какие-нибудь

узоры или фигуры? Молодцы. Как много узоров и фигур вы смогли назвать. Но пока мы сидели на поляне, наступила ночь. Где-то кричит филин, может волк воет, ветки хрустят.»

### **3. Упражнение «У страха глаза велики»**

У.-д.: «Давайте попробуем сейчас показать, как мы себя ведем, когда наступила ночь. Но что это?! Хрустнула ветка, еще одна! Кто это?! Нам стало страшно:

- мы сжались в комочек и застали;
- брови подняли вверх, глаза широко раскрыли;
- рот приоткрыли;
- боимся пошевелиться и вздохнуть;
- голову втянули в плечи, глаза закрыли.
- ой, как страшно!»

У.-д.: «Но у нас с вами есть фонарики давайте их включим – становится совсем не страшно. Давайте попробуем сами немного напугать друг друга... Ну что, давайте возвращаться обратно. Проходите по нашей волшебной дорожке. Остановитесь. Слышите, где-то море шумит. Может, сходим и посмотрим на него.»

### **4. Упражнение «Отдых на море»**

Звуковое сопровождение упражнения: «Шум прибоя». Участники ложатся на мягкое напольное покрытие или в кресла-трансформер.

У.-д.: «Ложитесь удобно, так, то бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы находимся на берегу огромного синего моря. Мы лежим на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно... Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят вас по лицу, ручкам, ножкам, по животу... Дышим глубоко, ровно, легко... Теплый ласковый ветерок обдувает все тело легкой свежестью. Нам тепло и приятно...

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

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали,

Хорошо вам отдыхать? Но уже пора вставать!

Подтянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Ну что, наше время подходит к концу. Давайте заканчивать наше путешествие и возвращаться домой.

*Рефлексия занятия*

У.-д.: «Удалось ли расслабиться, снять напряжение?

Понравились ли упражнения на расслабление?

Какие упражнения можно использовать дома»

### **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!»

Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке.

А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так. (Упражнение можно повторить несколько раз)

### **6. Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, психолог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **10. Занятие «Сказка»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условий для коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка, обогащение восприятия и воображения, формирование навыков саморегуляции.

**Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- активизировать бодрое и приподнятое настроение;

- развивать двигательную активность;
- развивать произвольное внимание;
- снижать эмоциональное напряжение;
- развивать умение управлять своим телом, дыханием;
- развивать воображения, речи.

### Ход занятия

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

#### **1. Упражнение «Егоза»**

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

#### **2 Упражнение «Курочка ряба».**

Теневой театр – совместное с родителями проигрывание сказки «Курочка Ряба» (с использованием бубна)

*Рефлексия*

#### **3. Упражнение. Театр теней своими руками.**

У.-д.: «Давайте посмотрим какие интересные тени можно сделать нашими руками. Давайте все вместе пофантазируем и посмотрим, что может у нас с вами получиться.»

*Рефлексия*

#### **4. Упражнение «Волшебная ночь»**

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

У.-д.: «Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Наступает чудесная волшебная ночь. На темном небе

зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по темному небу. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: личико, руки, ноги, спину... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым и послушным... Дышим глубоко, ровно, легко...

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

*Рефлексия занятия*

### **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори! Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

### **6. Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свиданье волшебная комната»»

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **11. Занятие «Рыбки»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условий для развития эмоционально-волевой сферы ребенка.

**Задачи:**

- создавать атмосферу для положительного настроения;
- развитие навыка саморегуляции, активизация двигательной активности;
- развитие произвольного внимания;
- снижение эмоционального напряжения;

- развивать умение управлять своим телом, дыханием;
- развитие воображения, речи.

### Ход занятия

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (Участники группы хлопают в ладоши, педагог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

#### **1. Упражнение «Море»**

У.-д.: «Давайте посидим тихо и послушаем шум моря. Давайте вспоминать, кто же живет в морских глубинах: рыбки, медузы, дельфины, кальмары.

Давайте и мы на время превратимся в морских обитателей

Станем рыбками – сложить две ладони вместе и имитировать ими движения плавающих рыбок

Медузами – соединить основания ладоней, шевелить пальцами, изображая движения медузы в воде

Кальмары- плавно двигать руками, изображая щупальца кальмаров

Дельфины – соединить руки, подражать движениям дельфинов в море.

Молодцы, как замечательно у вас получились морские жители: рыбки, медузы, дельфины, кальмары.»

*Рефлексия*

#### **3 Упражнение «Танец рыбок»**

У.-д.: «Вы ведь знаете, что в нашей волшебной комнате тоже есть рыбки (раздает каждой паре по картонной рыбке на деревянной палочке). Вы вместе с мамами можете их оживить.» (включается проектор, направленный на стену, родители помогают детям расположить рыбок так, чтобы на освещенной стене появилась тень от рыбки).

Педагог предлагает каждой паре поиграть с рыбками под музыку, сделать так, чтобы рыбки «плавали», взаимодействовали друг с другом.

У.-д.: «В теплом и добром море жили рыбки (называет имена детей), они любили плавать и играть друг с другом (психолог предлагает мамам помочь детям придумать сказку, что могло бы происходить с их рыбками)

Спасибо вам всем, что вы поиграли с нашими рыбками». (собирает рыбок)

*Рефлексия занятия*

### **3. Игровые задания «Егоза»**

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

### **4. Упражнение на релаксацию**

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

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

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

*Рефлексия занятия*

### **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!»

Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

## **6.Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, психолог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **12. Занятие «Волшебный цветок»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условий для развития эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждение и снижение тревожности, оптимизация взаимодействия.

### **Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- активизировать бодрое и приподнятое настроение;
- развивать двигательную активность;
- развивать произвольное внимание;
- снижать эмоциональное напряжение;
- развивать умение управлять своим телом, дыханием;
- развивать воображения, речи.

### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Психолог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключают).

### **1. Упражнение «Волшебный цветок»**

У.-д.: «Сегодня к нам в гости пришел «волшебный цветочек». Он очень необычный, он может менять цвет и очень любит, чтобы с ним играли. Давайте с ним поиграем. На него можно дуть, его можно погладить, к нему можно осторожно притронуться. А давайте теперь с ним и поиграем.»

## **2. Упражнение «Фонарики»**

У.-д.: «Сейчас вам надо будет направлять свет от фонариков на те предметы, которые я буду называть...» ( дети по очереди становятся ведущими)

У.-д.: «Теперь ваши фонарики могут поиграть в «салочки» друг с другом.»

*Рефлексия*

## **3. Упражнение «Солнечные зайчики» (релаксация)**

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

У.-д.: «Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами отдыхаем на лесной полянке.

Мы лежим на мягкой теплой траве, а с неба нам улыбается солнышко. Оно посылает нам свое тепло и ласково касается лучиками. А вместе с лучиками к

нам прилетели озорные солнечные зайчики. Один зайчик прыгнул нам прямо на носик, он дарит нам радость и улыбку. Давайте очень аккуратно погладим

его, чтобы не испугать зайчика. С носика зайчик прыгнул на щечку и подарил нам тепло и спокойствие, погладьте его тихонечко. Зайчику

нравятся наши прикосновения. Он посидел еще немного на щеке и прыгнул нам на животик. Вы понравились солнечному зайчику, и он подарил нам

свою ловкость и силу. Давайте поблагодарим зайчика и нежно погладим его.

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

*Рефлексия*

## **4. Упражнение «Световой водопад»**

Участников приглашают рассмотреть оборудование «Световой водопад» и взаимодействовать со светящимися нитями.

У.-д.: «Это водопад из множества светящихся, переливающихся нитей. Давайте поиграем с ним: из переливающихся струй можно сделать фонтан,

можно окунуться в водопад ребенок с помощью взрослого располагается под светящимися нитями, взрослый «осыпает» ребенка волокнами, как струями,

Переворачивают волокна, делают светящиеся «фонтанчики.»»

## **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!» Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, педагог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **13. Занятие «Прогулка по сказочному лесу»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условий для развития эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждение и снижение тревожности, оптимизация взаимодействия.

**Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- активизировать бодрое и приподнятое настроение;
- развивать двигательную активность;
- развивать произвольное внимание;
- снижать эмоциональное напряжение;
- развивать воображение, речь.

### **Ход занятия**

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим. (участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по

очереди оборудование, фонарики выключают). Нам с Вами предстоит прогулка по сказочному лесу.»

### **1. Упражнение «Сенсорная тропинка»**

У.-д.: «Давайте для начала в него попадем. Проходите по нашей тропинке и скажите, какие животные могут гулять по таким кочкам.»

### **2. Упражнение «Зайчик» (включается дополнительное освещение)**

По полу разложены цветочки из бумаги.

У.-д.: «Давайте попрыгает на двух ножках, как зайчик, на цветочки по моей команде (справа, слева, вперед, назад, указание цвета)».

### **3. Упражнение «Птицы»**

У.-д.: «В нашем чудесном лесу живут не только звери, но и птицы. Давайте вспомним какие чудесные тени мы можем делать на волшебной стене нашими руками. Давайте на немного превратимся в птиц...»

### **4. Упражнение «Полет к звездам»**

Дети располагаются в креслах-трансформерах или на мягком напольном покрытии.

У.-д.: «Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами летим к звездам... Они становятся все ближе, и мы с вами видим какие они большие и красивые. Звезды приветствуют нас своим сиянием. Почувствуйте, как вам хорошо и тепло. Мы купаемся в лучах звездного света и нам становится очень радостно. Дышим легко и спокойно.» (музыкальное сопровождение «Лесные звуки»).

*Рефлексия занятия*

### **5. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!» Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить

огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

## **6. Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

Участники группы включают фонарики, психолог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.

Занятие окончено.

## **14. Занятие «Наша сказка»**

**Цель:** стимуляция познавательной активности, создание условий для развития эмоционально-волевой сферы ребенка, предупреждение и снижение тревожности, оптимизация взаимодействия.

### **Задачи:**

- создавать условия для познавательной активности;
- активизировать бодрое и приподнятое настроение;
- развивать двигательную активность;
- развивать произвольное внимание;
- снижать эмоциональное напряжение;
- развивать воображение, речь.

Участники группы входят в темную сенсорную комнату с включенными фонариками (один фонарик на диаду). Педагог предлагает сесть в кружок на подушки - трансформеры.

У.-д.: «Наша волшебная комната как всегда спит, давайте её разбудим.» (Участники группы хлопают в ладоши, психолог в это время включает по очереди оборудование, фонарики выключаются. Время для спонтанной активности)

### **1. Упражнение. Сочинение сказки**

К вам пришли ваши старые знакомые картонные рыбки и очень просят, чтоб вы их оживили. Сегодня вам предстоит не просто играть с ними, а придумать историю – что случилось с вашими рыбками прямо сейчас.

### **2. Упражнение на релаксацию**

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие.

У.-д.: «Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами разноцветные рыбки и плаваем в теплой воде, мягко шевеля плавничками и хвостиками. Мы плаваем над самым дном моря и видим красивые водоросли, разноцветные камешки на дне, других рыбок. Они радуются нам и улыбаются. Нам хорошо и спокойно. А теперь отдохнем и опустимся на мягкий теплый песок на дне моря. Нам хорошо и приятно лежать на морском дне. Мы отлично отдохнули и поднимаемся на поверхность моря. Улыбнитесь солнышку и с улыбкой откройте глаза. Пусть улыбка останется с вами на весь день!»

### **3. Упражнение «Огонек»**

У.-д.: «У нас с вами осталось одно очень важное дело. Мы не зажгли волшебный огонек. Для этого нам нужно хлопнуть три раза в ладоши и сказать: «Раз, два, три – огонек гори!» Какой красивый огонек, какие необыкновенные тени он оставляет на потолке. А теперь нужно погасить огонек – для этого достаточно на него дунуть – вот так.» (Упражнение можно повторить несколько раз)

*Рефлексия занятия*

### **4. Ритуал прощания**

У.-д.: «Пришло время прощаться с волшебной комнатой. Давайте возьмемся за руки и скажем «До свидания, волшебная комната».

(Участники группы включают фонарики, психолог по очереди выключает сенсорное оборудование, затем включается свет.)

### Список используемой литературы

1. Брусиловский Л.С. Музыкакотерапия // Руководство по психотерапии, Питер, 2009.
2. Денисова ОА. Комплексное многоуровневое психолого-педагогическое пространство как условие социокультурной интеграции лиц с сенсорными нарушениями: дисс... д-ра пед.наук/ О.А. Денисова. – М., 2007.
3. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – М.: АРКТИ, 2006.
4. Комната психологической разгрузки (из опыта работы детско-подросткового отделения психоневрологического интерната № 10) Сост. Горошенкова Н.В., - СПб, 2000.
5. Кушев А.К. Организация службы психолого-педагогического и медико-социального сопровождения на муниципальном уровне // Воспитание и обучение. - 2005. - №1.
6. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2001. – 220 с.
7. Приходько О.Г., Белякова Ю.Ю. Полифункциональная среда сенсорной комнаты как средство коррекционно-развивающей работы с детьми с двигательной патологией // Логопед в детском саду. - 2007. - № 7.- С.36-39.
8. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. В.Л.Жевнерова, Л.Б.Баряевой. Ю.С.Галлямовой.- СПб.,2007.
9. Сенсорные комнаты «Снузлин». Сборник статей и методических рекомендаций. - М., 2001.
10. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате. - М. 2008.

11. Хватова М.В. Влияние пролонгированного музыкального воздействия на развитие функций мозга ребёнка. Автореферат, - Тамбов, 1996.