

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Кичменгско-Городецкая специальная (коррекционная) школа-интернат»

Рассмотрено на методическом
объединении

Протокол №2 от 12.09.2023 г.

Принято на педагогическом
совете

Протокол №5 от 14.09.2023г.



Утверждаю: _____

Директор школы – Т.Н.Бубнова

Приказ №102 от 14.09.2023 г.

Рабочая программа
коррекционно-развивающих занятий
в сенсорной комнате
«МИР ВОЛШЕБСТВА»
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
1доп.-4 классов

Составитель программы:

Еремеева Людмила Ивановна,

педагог-психолог

с. Кичменгский Городок

2023 год

1. Пояснительная записка.

На современном этапе развития общества главной целью воспитания детей с нарушением интеллекта является подготовка к самостоятельной жизни и деятельности в естественном социальном окружении, т.е. успешная интеграция в общество. Развитие и образование таких детей предусматривает создание для них специальной коррекционно-развивающей образовательной среды, обеспечивающей адекватные условия и равные с обычными детьми возможности для получения образования в пределах специальных образовательных стандартов, лечение и оздоровление.

Успешность физического, умственного и эстетического воспитания и развития в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т.е. от того, во-первых, насколько хорошо ребенок слышит, видит, осязает окружающее; во-вторых, насколько качественно он может оперировать этой информацией; в-третьих, насколько точно он эти знания может выразить в речи. Таким образом, сенсорное воспитание предполагает развитие всех видов восприятия ребенка (зрительного, слухового, тактильно-двигательного), на основе которого формируются полноценные представления о внешних свойствах предметов, их форме, величине, положении в пространстве, запахе и вкусе.

Сенсорное развитие играет огромную роль в психологическом и социальном становлении личности. Еще Л.С. Выготский обратил внимание на то, что в основе формирования и развития высших психических функций лежит сложный процесс интеграции внешнего мира во внутренний. Он придавал решающее значение процессу восприятия для развития речи, считая, что ребенок может говорить и мыслить только воспринимая: «Развитие восприятия различной модальности создает ту первичную базу, на которой начинает формироваться речь», а также психическое развитие и развитие интеллектуально-познавательной сферы [10].

Сенсорная комната представляет собой реальную возможность расширить жизненный опыт детей, обогатить их чувственный мир. Она используется как «энциклопедия стимулирующих ощущений» предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение.

Занятия в сенсорной комнате позволяют стимулировать зрительную, слуховую, тактильную модальность и использовать эту стимуляцию длительное время, поскольку в данных условиях используется массированный поток информации на каждый анализатор и восприятие становится более активным.

Такая активная стимуляция всех анализаторных систем приводит не только к повышению активности восприятия, но и к ускорению образования межа анализаторных связей. В отличие от традиционных методов педагогической коррекции, для которых характерно однообразие материала, в самом оборудовании сенсорной комнаты заложено разнообразие стимулов. Внимание ребенка привлекают различные вращающиеся, изменяющие цвет панели и приспособления для активного освоения новых ощущений, что стимулирует его познавательную деятельность и мотивацию.

Продуманное применение различных стимулов повышает эффективность занятий, создавая дополнительный потенциал для развития ребенка.

Цель программы:

Развитие психоэмоциональной устойчивости и способности к саморегуляции.

Задачи:

- обучение методам саморегуляции и самоконтроля;
- снятие психоэмоционального напряжения;
- формирование культуры межличностных отношений;
- повышение мотивации к самосовершенствованию.

Данная программа составлена на основе методических материалов Кальмовой С. Е., Орловой Л. Ф., Яворовской Т. В. «Сенсорная комната — волшебный мир здоровья».

1. Общая характеристика коррекционного курса

В сенсорной комнате происходит воздействие на три основных канала восприятия человеком окружающего мира — кинестетический, аудиальный и визуальный (тактильными ощущениями, звуком и цветом)

Работа в сенсорной комнате организуется в следующих направлениях:

- релаксационные тренинги для детей и взрослых, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции;
- использование стимулирующих упражнений, направленных на активацию и развитие у детей дошкольного возраста сенсорных функций: зрительного и слухового восприятия, осязания и пространственного восприятия;
- непосредственно общение, которое имеет огромное значение для общего психологического развития человека, развития его самооценки и становления как личности.

Этапы реализации программы:

Подготовительный — выявление детей, нуждающихся в психологической разгрузке.

Основной — реализация занятий по программе, включающих игры и упражнения, направленные на коррекцию эмоционально-личностной сферы ребенка, на улучшение взаимоотношений со сверстниками и взрослыми людьми. Сеансы релаксации, проводимые с использованием мягкого освещения, спокойной музыки или звуков природы, в зависимости от тематики комплекса.

Заключительный — диагностика результативности коррекционной работы.

Программа рассчитана на 15-25 занятий с периодичностью встреч один раз в неделю по 30-40 минут. Желательно участие воспитателя или педагога, который будет обеспечивать поддержку ребенку в период между занятиями, а также устранит психотравмирующие факторы. В сложных случаях возможно увеличение числа занятий до полной коррекции или проведение занятий индивидуально.

Количественный состав групп. Оптимальное количество участников 7 человек, включая взрослых.

Качественный состав группы. Дети и подростки. В группу подбираются дети, не имеющие противопоказаний для групповой работы.

Принципы комплектования группы и организации работы:

добровольное участие;

недирективность позиции взрослого;

учет психофизических особенностей детей;

индивидуализация, то есть актуализация максимума различий между участниками группы.

Оrientировочная структура занятия:

1. Ритуал приветствия. Разминка. Состоит из растяжки, упражнений на тренировку дыхания, глазодвигательных упражнений, упражнений на развитие мелкой моторики рук.

Цель: создание атмосферы доверия в группе, положительный настрой участников на работу.

2. Основная часть направлена на решение задач данной программы. В нее входят упражнения функциональные, когнитивные, коммуникативные и релаксация.

3. Заключительная часть. Подведение итогов, обратная связь (рефлексия занятия). Ритуал прощания.

Формы работы. При реализации программы используются когнитивно-поведенческие, игровые методы и арт-терапевтические техники психологической коррекции, большое внимание уделяется дыхательным упражнениям и обучению самомассажу, особенно на первом этапе занятий.

Требования к ведущему:

1. Психологическая компетентность (наличие психологического образования, опыта участия в тренингах и опыта ведущего групповой психологической работы).
2. Наличие знаний и опыта работы с детьми с неврозоподобным состоянием, постстрессовыми расстройствами, системными расстройствами.
3. Открытость в выражении чувств.

Кроме того, на занятии потребуются альбомы, краски, карандаши, фломастеры; бланки для диагностических процедур по числу участников.

Показания для детей:

Различные психоневрологические проблемы:

неврозы и неврозоподобные состояния;

интеллектуальные нарушения, в т.ч. умственная отсталость;

задержки психомоторного и речевого развития;

резидуально-органические поражения ЦНС с явлениями заикания, энуреза, энкопреза, тиков; аутизм;

адаптационные расстройства;

школьные проблемы;

необходимость проведения семейной психокоррекции.

Все формы детского церебрального паралича.

Двигательные нарушения другой этиологии.

Нарушения зрения, слуха, речи.

Занятий в сенсорной комнате показаны для всех возрастных категорий детей и подростков

Противопоказаниями для проведения сеансов в сенсорной комнате являются:

- глубокая умственная отсталость
- инфекционные заболевания.

Частичными противопоказаниями являются наличие у ребенка частых эпилептических припадков, в данном случае используются только релаксационные приёмы.

Осторожно следует подходить к занятиям с детьми, имеющими следующие проблемы:

Астенические проявления. Активная стимуляция людей с астеническим синдромом к разнообразной деятельности часто приводит к быстрому их утомлению, поэтому занятия с ними нужно заканчивать до того, как наступил спад активности. Индивидуальная продолжительность занятий в данном случае меньше, чем для людей с нормальной работоспособностью. Время наращивается от 7 до 15-20 минут.

Коммуникативные нарушения. Рекомендуются выявить наиболее «приятные» раздражители, создающие эмоциональный комфорт, и постараться ограничиться только ими.

Синдром гиперактивности, (двигательной расторможенности). Для занятий с такими детьми в тёмной сенсорной комнате необходимо регламентировано использовать аудиовизуальные и тактильные раздражители, необходимо снизить нагрузку на сенсорику, исключить элементы активной стимуляции.

Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии. Занятия с людьми страдающими данными заболеваниями, проводятся только после консультации с врачом- психоневрологом. Если врач допускает возможность её применения, то время пребывания в ней строго ограничено. Звуковые

и световые сигналы при этом не должны быть ритмичными. Необходимо отказаться от мелькающих эффектов и не использовать проекторы с мерцающим светом, например такие, как зеркальный шар, проектор «Нирвана», «Меркурий», «Брейнскан», Фиброоптический модуль «Грозная Тучка». Нельзя использовать мигающие световые приборы и ритмическую музыку, чтобы избежать ухудшения состояния.

Психоневрологические заболевания. Нежелательно проводить занятия с теми, кто проходит лечение различными психотропными препаратами

Нарушения зрения. Занятия с такими людьми требуют особого подхода. В этом случае опора делается на более сохранные слуховые анализаторы. Занятия в тёмной комнате с людьми с нарушением зрения требуют комплексного взаимодействия педагога-психолога и тифлопедагога.

Нарушение слуха. Поскольку система работы ориентирована на тактильное, зрительное и слуховое восприятие, людям с нарушением слуха трудно понимать без звукового сопровождения или словесного пояснения те или иные зрительные или тактильные эффекты. Музыкальное сопровождение занятий становится для глухих людей недоступно.

Тревожные дети. При работе с такими детьми нужно исключить резкие переходы от одного стимула к другому.

2. Ожидаемые результаты

Благодаря периодическому пребыванию в сенсорной комнате можно достигнуть следующих результатов:

- улучшение настроения;
- появление оптимистичного настроения, позитивного взгляда на мир;
- получение положительных эмоций;
- нормализация сна;
- снижение тревожности и беспокойства;
- уменьшение раздражительности и проявлений агрессии;
- отдых нервной системы, снижение излишней возбудимости;
- повышение иммунитета;
- ускорение восстановления поврежденных клеток и реабилитации после заболеваний;
- ускорение процессов мозговой активности;
- стимуляция познавательных процессов и двигательной активности.

Благодаря регулярным занятиям в сенсорной комнате у детей нормализуется психоэмоциональное состояние, ускоряются процессы развития восприятия и познания окружающего мира. Проводимые в такой обстановке психологические консультации и приемы психотерапии дают более ощутимый результат, чем аналогичные действия, происходящие в обыкновенном кабинете врача или психолога. Специалисты отмечают положительную динамику после занятий. Многие ученые также признают необходимость сенсорных комнат и их положительное влияние на развитие психики ребенка.

Сенсорная комната предоставляет неограниченные возможности в получении разнообразных зрительных, слуховых, тактильных стимулов, а также использования данной стимуляции длительное время. Сочетание данных стимулов оказывает на психическое, эмоциональное развитие ребенка расслабляющее, восстанавливающее и в то же время тонизирующее, стимулирующее, укрепляющее действие. На занятиях в сенсорной комнате задействован каждый анализатор, поэтому восприятие становится более активным.

Дети учатся понимать и принимать эмоциональное состояние, свое и окружающих, приобретают навыки произвольной саморегуляции, снижается тревожность, восстанавливается психологический статус и формируется умение действовать в группе.

Оценка эффективности работы. Эффективность работы отслеживается по данным психологической диагностики, проводимой перед началом курса реабилитации и по завершении занятий, по результатам анкетирования педагогов (экспертная оценка), наблюдений за воспитанниками на каждом занятии.

3. Содержание учебного предмета, коррекционного курса.

Содержание развивающих занятий зависит от актуальных психических и психологических потребностей ребенка, подростка, обусловленных возрастным периодом

Младший школьный возраст (7-11 лет)

- адаптации;
- развитие высших психических функций (мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения);
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие познавательного интереса, мотивации к обучению;
- развитие способности к произвольной регуляции деятельности (снижение импульсивности, неусидчивости, развитие концентрации внимания);
- повышение стрессоустойчивости;
- снятие психоэмоционального напряжения.

Подростковый возраст (12-14 лет).

Занятия с данной возрастной группой направлены на решение следующих психологических проблем:

- адаптации;
 - повышенная агрессивность, склонность к разрушительным действиям.
- резкие и немотивированные колебания настроения;
- чрезмерная робость, застенчивость, ранимость или повышенная обидчивость;
 - снятие мышечного и психоэмоционального напряжения.

Показаниями для взрослых к включению в занятия в сенсорной комнате могут являться:

- различные психологические проблемы: депрессивные состояния, неврозы, стрессы;
- нарушения зрения, слуха, речи;
- нарушение двигательных функций;
- различные соматические заболевания, сопровождающиеся снижением психоэмоционального состояния и повышенной тревожностью.

4. Календарно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

1 дополнительный класс

№п.п.	Тема занятия.	Цели и задачи.	Упражнения и методики.
1.	«Знакомство с сенсорной комнатой»	-познакомить с СК; -объяснить правила поведения в ней	«Знакомство. Как тебя зовут?» «Речевка».

2.	«И еще раз познакомимся»	-развитие зрительно-моторой координации; -развитие воображения.	«Комплименты» Игра «-кленовый листочек»
3.	«Как правильно нужно здороваться»	- развитие внимания, исследовательского интереса; -создание благоприятного эмоционального настроения.	«Волшебный клубочек» Беседа.
4.	«Моя любимая игрушка»	-развивать умение слушать друг друга; - релаксация и развитие воображения	Игра «Порхание бабочки» «Круг друзей»
5.	«Эстафета дружбы»	-учить представлять себя коллективу; - релаксация и развитие воображения.	Игра «тихое озеро» Игра «Назови себя»
6.	«Помощь друзей»	-развитие психических процессов; - создание положительного эмоционального настроения.	Игра. Упр. «Море из шариков»
7.	«Давайте представим...»	- формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях; - развитие уверенности в себе; -саморегуляция психического состояния.	Игра «Веселая зарядка» Релаксация. Сказкотерапия.
8.	«Будем внимательными»	- развитие психических процессов; -обучение умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения.	Упр. «Танец шарика» Игра «Опиши предмет»
9.	«Волшебные слова»	- развитие толерантного отношения; - отработать качества позитивного общения.	Упр. «Давайте поздороваемся» Игра «Магазин вежливых слов»
10.	«Путешествие по джунглям»	- развитие психических процессов;	Пазлы «Джунгли» Игра «Скажи какой?»

		- формирование навыков саморегуляции.	
11.	«Космическое путешествие»	- развитие общей моторики тела; - развитие эмоциональной сферы(коррекция страхов, агрессивности, тревожности)	Дыхательная гимнастика. Тактильная дорожка. Релаксация.
12.	«Космос»	- н о р м а л и з а ц и я эмоционально-волевой сферы; - снятие эмоционального и мышечного напряжения.	«Звездный дождь» Игра «Найди звезду глазами».
13.	Эколого-психологический тренинг «Жизнь камней»	- развитие исследовательских умений; - развитие психических процессов.	Игра «Чудесный мешочек» Психогимнастика.
14.	«Разноцветный букет»	- учить взаимодействовать друг с другом, получая от этого радость и удовольствие. -развитие эмоционально-выразительных движений.	Игра «Изобрази явление» «Самый-самый»
15.	«Все мы разные»	-повышение уверенности в себе, развитие умения говорить о своих сильных сторонах; - повышение внутригруппового доверия. Ознакомление со способами восстановления эмоционального равновесия.	Игра в философов. Я не такой, как все, и все мы разные. Мой портрет в лучах солнца. Рефлексия занятия.
16.	. «Учись управлять собой»	-обучение элементам аутотренинга, самостоятельному расслаблению организма, повышению сплоченности группы	Солнышко и тучка. Аутотренинг. Рисунок дерева. Поменяться местами. Рефлексия занятия.
17.	«Я один такой на свете»	-обучение применению мимики и жестов в обыденной жизни, развитие умения находить положительные стороны в	Рассказ о себе. Комплименты. Вопрос о тебе.

		людях.	Мое настроение. Игра – танец. Рефлексия занятия.
18.	«Диалог добра и зла»	-развитие умения различать проявления добра и зла, снятие психоэмоционального напряжения, установление телесного контакта, обучение приемам релаксации.	Диалог добра и зла. Письмо. Массаж на снятие стресса. Рефлексия занятия.
19.	«Покажи себя со стороны»	-обучение определению положительных и отрицательных черт характера, передачи настроения других людей. - ф о р м и р о в а н и е эмоциональной устойчивости.	Комплименты. Сказка о Маугли. Пантомима. Что я люблю. Кем я себя ощущаю. Ночь и день в джунглях. Танец – игра. Рефлексия занятия.
20.	«Мой мир»	-помочь детям научиться бережно и внимательно относиться к себе и принимать себя.	Я люблю себя. День рождения. Дарю улыбку. Пианино. Колечко, колечко. Рефлексия занятия.
21.	«Доброе тепло».	-обучение детей выражению своего настроения через движение, развитие симпатии друг к другу.	Хрустальный шар. Барометр настроения. Ласковое имя. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Иди ко мне. Поддержка. Доброе тепло.
22.	« Помоги себе сам!»	-развитие уверенности во взаимоотношениях друг с другом, обучение	Березка. Сорви яблоко.

		самомассажу головы.	Ласковые слова. Гроза. Доброе животное. Самомассаж.
23.	«Счастье»	-развитие положительного эмоционального фона в группе, развитие внимания, памяти.	Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Эстафета хороших известий. Березка. Опишите друг друга. Коровы, собаки, кошки.
24.	«Потаенные места»	-развитие навыков наблюдения и самонаблюдения, снятие психоэмоционального напряжения.	Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Ласковые слова. Сказкотерапия. Постукивающий массаж.
25.	«Учись самовыражаться»	-научить осознавать свои эмоциональные состояния и мотивы поведения, самоопределение настроения.	Мне нравится... Ласковые слова. Волшебная котомка. Работа с красками. Рисуночные техники.
26.	«Школа жизни»	-развивать чувство принадлежности к группе, положительного эмоционального фона. -коррекция страхов и тревожности.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Ласковые слова. Гроза. Постукивающий массаж.
27.	«Все самое интересное»	-развитие психологической комфортности в группе участников, навыков самосознания, самоопределения.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Интервью. Кого не хватает. Тух-тиби-дух.

			Акулы и матросы.
28.	«Саморазвитие»	-развитие положительной самооценки друг к другу, коррекция эмоционально – личностной сферы ребенка.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Ласковые слова. Мне нравится... Подарок.Зеркала. Маски. Зоопарк. Мы охотимся на льва.
29.	«Что такое хорошо?»	-развитие коммуникативных навыков, обучение самомассажу рук.	Эстафета хороших новостей. Самоуважение. Охотник и заяц. Самомассаж. Доброе тепло. Костер дружбы.
30.	«Все кончается, а мы – остаемся!».	-подведение итогов работы группы. Закрепление положительных эмоций от работы на занятиях.	Барометр настроения. Подари камешек. Слушаем тишину. Тень. Снятие телесного напряжения. Разговор с деревом. Щепки на реке. Дружеские объятия.

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Цели занятия	Используемое оборудование
<i>Ознакомительный этап</i>			
1.	«Давайте познакомимся»	диагностика зрительного, слухового, тактильного восприятия, состояния эмоционально-волевой сферы перед началом занятий по программе	оборудование для проведения диагностики, бланки методик
2.	«Здравствуй, Волшебная комната»	знакомство детей с интерактивной средой темной сенсорной комнаты, формирование заинтересованности детей к работе с оборудованием, установление	сухой душ, сенсорная тропа, пузырьковая колонна, пучок фиброоптических волокон

		доверия между психологом и детьми	
Коррекционно-развивающий этап			
<i>Тактильный блок</i>			
3-4	«Мягкий мир»	развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, фантазии и конструктивных умений, снятие психоэмоционального напряжения	цветные мягкие модули, кресло-шар,
5-6	«Цветные шарики»	развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, развитие координации движений, снятие эмоционального и мышечного напряжения	сухой бассейн, игрушки
7-8	«Вслед за воздушным шаром»	развитие тактильных и кинестетических ощущений, расширение словарного запаса, снятие эмоционального напряжения	изображения персонажей сказочной истории (шарик, мальчик и др.), кресло-шар, «волшебный» ящик с набором игрушек, зеркальный шар с мотором
<i>Зрительный блок</i>			
9	«Волшебные превращения»	развитие зрительного восприятия, внимания и сосредоточения, двигательной активности детей, развитие коммуникативных навыков снятие психоэмоционального напряжения	проектор
10-11	«Веселое настроение»	коррекция и развитие зрительного и цветовосприятия, внимания, памяти, произвольной саморегуляции, снятие психоэмоционального напряжения	сухой душ, игрушки, зеркальный шар с мотором и профессиональным источником света
12-13	«Цвета радуги»	коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора и обогащение словарного запаса, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей, развитие умения выражать свои эмоции	предметы для демонстрации сказочной истории (изображение радуги, кисть, разноцветные предметы, мягкая игрушка — заяц), зеркальный шар с мотором и профессиональным источником света, сухой душ
<i>Слуховой блок</i>			
14-15	«Чудесные шары»	коррекция и развитие слухового и зрительного восприятия, цветовосприятия, создание благоприятного эмоционального климата, развитие мышления и воображения, расширение активного словаря детей	профессиональный генератор запахов со звуками природы и ароматами, радужные звучащие блоки
16-17	«Музыкальная шкатулка»	коррекция и развитие зрительного и слухового восприятия, сенсомоторных навыков, развитие внимания, расширение словарного запаса, снятие эмоционального и мышечного напряжения	набор музыкальных игрушек, набор «Узнай звук»

18	«Звонкие нотки»	коррекция и развитие слухового восприятия, различения звуков на слух, звуковой дифференциации, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения	радужные звучащие блоки, набор музыкальных игрушек «Музыкальная шкатулка», «волшебная палочка», подвесная система «Мелодичный звон»
<i>Блок коррекции и развития эмоционально-волевой сферы</i>			
19-20	«Звездный дождь»	снятие эмоционального и мышечного напряжения, создание благоприятного психологического настроения, развитие тактильных ощущений, развитие зрительного и тактильного восприятия, расслабление	пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь», игрушки
21	«Светящийся аквариум»	развитие произвольной саморегуляции, развитие внимания, мышления, воображения, развитие двигательной активности, чувства ритма, снятие психоэмоционального напряжения	детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, игрушки
22	«На лепестке цветка»	создание положительного эмоционального фона, коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора, снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение тревожности, повышение самооценки, развитие произвольной саморегуляции.	изображения цветов по количеству детей, массажные ролики по количеству детей, изображения для демонстрации сказки, магнитная доска с магнитами, разноцветные шифоновые платки, проектор Меркурий, профессиональный генератор цветов со звуками природы и ароматами
23-25	«Азбука эмоций»	снятие психоэмоционального напряжения, расширение кругозора и активного словаря, обогащение представлений о мире эмоций и развитие умения выражать свои эмоции, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей.	набор развивающих карточек «Азбука развития эмоций ребёнка» (автор М.Лебедева), зеркальный уголок, пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь»
26-27	«Давайте радоваться!»	знакомство со способами управления и регуляции настроения, совершенствование умения распознавать свое настроение, уметь рассказывать о нем, развитие коммуникативных навыков, доброжелательности	массажный коврик со следочками, сухой душ, массажные ролики, изображения грустных и веселых людей для демонстрации сказочной истории, зеркальный уголок, прибор динамической заливки цветом, зеркальный шар с мотором и профессиональным источником света, мяч-«гигант»
<i>Завершающий этап</i>			
28	«Путешествие по волнам»	снятие эмоционального напряжения, развитие общей и мелкой моторики, развитие восприятия разнообразных свойств и предметов, интеграция, полученных в ходе занятий по программе знаний и умений.	детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, бассейн с водой и набором игрушек
29-30	«Наши успехи»	диагностика зрительного, слухового,	оборудование для проведения

		тактильного восприятия, состояния эмоционально-волевой сферы после окончания занятий по программе, выявление динамики.	диагностики, бланки методик
--	--	--	-----------------------------

2 класс

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов	Коррекционная работа	Наименование упражнений, форм работы.
1		«Знакомство»	1	Ознакомление с работой в группе, знакомство участников друг с другом, преодоление барьеров перед общением друг с другом, снятие психоэмоционального напряжения.	Вступительное слово. Знакомство. Цветок – имя. Шалтай – Болтай. Два друга. Релаксация «Игра с песком у моря».
2		«Все мы разные»	1	Повышение уверенности в себе, развитие умения говорить о своих сильных сторонах, повышение внутригруппового доверия. Ознакомление со способами восстановления эмоционального равновесия.	Я умею. Способы восстановления эмоционального равновесия. Игра в философов. Я не такой, как все, и все мы разные. Мой портрет в лучах солнца. Рефлексия занятия.
3		«Учись управлять собой»	1	Обучение элементам аутотренинга, самостоятельному расслаблению организма, повышение сплоченности группы.	Рефлексия предыдущего занятия. Солнышко и тучка. Аутотренинг. Рисунок дерева. Поменяться местами. Рефлексия занятия.
4		«Я один такой на свете»	1	Обучение применению мимики и жестов в обыденной жизни, развитие умения находить положительные стороны в людях.	Рефлексия предыдущего занятия. Рассказ о себе. Compliments. Подарки. Вопрос о тебе. Мое настроение. Игра – танец. Рефлексия занятия.
5-6		«Диалог добра и зла»	1	Развитие умения различать проявления добра и зла, снятие психоэмоционального напряжения, установление телесного контакта, обучение приемам релаксации.	Рефлексия предыдущего занятия. Конспиратор. Диалог добра и зла. Письмо. Массаж на снятие стресса. Рефлексия занятия.
7		«Покажи себя со	1	Обучение определению	Рефлексия

		стороны»		положительных и отрицательных черт характера, передачи настроения других людей.	предыдущего занятия. Комплименты. Сказка о Маугли. Пантомима. Что я люблю. Кем я себя ощущаю. Ночь и день в джунглях. Танец – игра. Рефлексия занятия.
8-9		«Играем вместе»	1	Обучение детей работе в группе, ознакомление с правилами взаимопомощи.	Рефлексия предыдущего занятия. Что я не люблю. Учитель Балуг. Совместный рисунок. Игра – танец. Рефлексия занятия.
10		«Мой мир»	1	Помочь детям научиться бережно и внимательно относиться к себе и принимать себя.	Рефлексия предыдущего занятия. Я люблю себя. Психогигиена. День рождения. Дарю улыбку. Пианино. Колечко, колечко. Рефлексия занятия.
11		«Дыхание жизни»	1	Определение симпатии детей по отношению друг к другу. Обучение гимнастики соединения движения с дыханием.	Паровозик. Река. Ученый. Дыхательная гимнастика. Доброе тепло.
12-13		«Доброе тепло».	1	Обучение детей выражению своего настроения через движение, развитие симпатии друг к другу.	Хрустальный шар. Барометр настроения. Ласковое имя. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Уходи. Тух-тиби-дух. Иди ко мне. Поддержка. Доброе тепло.
14		«Мы – самые лучшие!»	1	Развитие сплоченности коллектива, дружеских чувств по отношению к участникам группы.	Барометр настроения. Что я люблю делать. Ласковое имя. Мне нравится. Барометр настроения. Стул любви. Царевна Несмеяна. Доброе тепло.
15-		« Помоги себе	1	Развитие уверенности во	Березка.

16		сам!»		взаимоотношениях друг с другом, обучение самомассажу головы.	Сорви яблоко. Ласковые слова. Нет! Гроза. Доброе животное. Самомассаж.
17-18		«Счастье»	1	Развитие положительного эмоционального фона в группе, развитие внимания, памяти.	Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Эстафета хороших известий. Березка. Прочисти мозги. Опишите друг друга. Коровы, собаки, кошки. Три лица. Доброе тепло. Костер дружбы.
19		«Что такое хорошо?»	1	Развитие коммуникативных навыков, обучение самомассажу рук.	Эстафета хороших новостей. Самоуважение. Охотник и заяц. Самомассаж. Доброе тепло. Костер дружбы.
20		«Потаенные места»	1	Развитие навыков наблюдения и самонаблюдения, снятие психоэмоционального напряжения.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Ласковые слова. Волшебная котомка. Иван да Данила. Ночной поезд. Постукивающий массаж. Тряпичная кукла и солдат. Доброе тепло. Костер дружбы.
21		«Учись самовыражаться»	1	Научить осознавать свои эмоциональные состояния и мотивы поведения, самоопределение настроения.	Мне нравится... Ласковые слова. Волшебная котомка. Барометр настроения. Цветопись настроения. Краски. Доброе тепло. Костер дружбы.
22-23		«Мы живем среди людей»	1	Развитие позитивного сотрудничества детей, обучение приемам релаксации.	Эстафета хороших новостей. Посылай и воспринимай уверенность.

					Уходи. Иди ко мне. Гроза. Распустившийся бутон.
24-25		«Школа жизни»	1	Продолжать развивать чувство принадлежности к группе, положительного эмоционального фона.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Ласковые слова. Одюдюка. Гроза. Постукивающий массаж. Распустившийся бутон. Доброе тепло.
26		«Все самое интересное»	1	Развитие психологической комфортности в группе участников, навыков самосознания, самоопределения.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Интервью. Кого не хватает. Тух-тиби-дух. Акулы и матросы. Уходи. Иди ко мне. Доброе тепло.
27-28		«Мое настроение»	1	Развитие умения понимать свое эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей.	Скажи, что хочешь. Коробка переживаний. Волшебная подушка. Разбуди дух. Цветочный дождь. Я сильный – я слабый. Скучно – скучно... Аплодисменты по кругу. Спасибо за приятный день.
29		«Саморазвитие»	1	Развитие положительной самооценки друг к другу, коррекция эмоционально – личностной сферы ребенка.	Барометр настроения. Ласковые руки – добрый взгляд – приятная улыбка. Ласковые слова. Мне нравится... Подарок. Зеркала. Маски. Зоопарк. Иностранец. Мы охотимся на льва. Доброе тепло.
30		«Все кончается, а мы –»	1	Подведение итогов работы группы. Закрепление	Барометр настроения. Подари камешек.

		остаемся!».		положительных эмоций от работы на занятиях.	Барометр настроения. Слушаем тишину. Тень. Снятие телесного напряжения. Разговор с деревом. Щепки на реке. Дружеские объятия.
--	--	-------------	--	---	---

3 класс

№ занятия	Тема	План проведения
1	Новая встреча с Сенсорной комнатой	- Ритуал приветствия - Сказкотерапия «Или вдаль, или себя жаль» (аудио) - Релаксация «Летняя ночь» - Ритуал прощания
2	Морское путешествие	- Ритуал приветствия - «Морской праздник» - Релаксация «На море» - Ритуал прощания
3	Таинственный остров	- Ритуал приветствия - «Сжимаем в кулачке», «Наматывание» - Релаксация «Летняя ночь» - Ритуал прощания
4 -5	Сказочное превращение	- Ритуал приветствия - Сказкотерапия «Волшебный лабиринт» (аудио) - Релаксация «Солнечные зайчики» - Ритуал прощания
6-7	Водопад	- Ритуал приветствия - «Уходи, злость, уходи!» - Релаксация «Водопад» - Ритуал прощания
8	Дождливый день	- Ритуал приветствия - «Под дождем», «Найди предмет» - Релаксация «Радуга» - Ритуал прощания
9-10	Лесные приключения	- Ритуал приветствия - «Волшебный мостик» - Релаксация «Отдых в волшебном лесу» - Ритуал прощания

11-12	Лесные приключения	- Ритуал приветствия - Сказкотерапия «На воздушном шаре» (аудио) - Релаксация «Отдых в волшебном лесу» - Ритуал прощания
13-14	Настроение	- Ритуал приветствия - «Егоза», «Разложи камушки» - Релаксация «Солнечные зайчики» - Ритуал прощания
15-16	Школа эмоций	- Ритуал приветствия
		- Рисование на прозрачном мольберте - Релаксация «Водопад» - Ритуал прощания
17	Путешествие в лето	- Ритуал приветствия - «Егоза», «Заплетем косичку» - Релаксация «Летняя ночь» - Ритуал прощания
18	Путешествие в лес	- Ритуал приветствия - «Узелки», «Найди предмет» - Релаксация «Летняя ночь» - Ритуал прощания
19	Космическое путешествие	- Ритуал приветствия - «Звездочеты» - Релаксация «Слушай свое дыхание» - Ритуал прощания
20-21	Космическое путешествие	- Ритуал приветствия - «Слушай свое дыхание» - Релаксация «Летняя ночь» - Ритуал прощания
22-23	В гостях у сказки	- Ритуал приветствия - Сказкотерапия «Гуси-лебеди» (аудио) - Релаксация «Облачко» - Ритуал прощания
24	Волшебный свет	- Ритуал приветствия - «Характер ощущений», «Факир» - Релаксация «Волшебный сон» - Ритуал прощания
25-26	Моя фантазия	- Ритуал приветствия - «Угадай, что это» - Релаксация «Факир» - Ритуал прощания

27-28	В гости к сказке	- Ритуал приветствия - Сказкотерапия «Емеля и Баба Яга» (аудио) - Релаксация «Водопад» - Ритуал прощания
29	Морское приключение	- Ритуал приветствия - «Посчитаем рыбок», «Тесто» - Релаксация «Облачко» - Ритуал прощания
30	Разноцветные сны	- Ритуал приветствия - «Мерцающие звездочки», - Релаксация «Баю, бай» - Ритуал прощания

4 класс

№	Дата занятия		Тема занятия	Ко л- во ча со в	Примеч ания
1. –2.			Первичная диагностика	2	
3-4.			Вводное. «Секреты волшебной комнаты»	1	
5-6.			«Отдых на море»	1	
7.			«Отдых в волшебном лесу»	1	
8-9.			«Водопад»	1	
10.			«Радуга»	1	
11.			«Гармония»	1	
12-13.			«Волшебный сон»	1	
14.			«Я здоров!»	1	
15-16.			«Детство»	1	
17-18.			«Счастье»	1	
19-20.			«Расслабляем мышцы рук»	2	
21.			«Аутогенная тренировка №1»	1	
22.			«Аутогенная тренировка №2».	1	
23-24.			«Полёт над облаками, прогулка по лесу».	1	
25.			«Стройное устойчивое дерево»	1	
26.			«На берегу моря»	1	
27.			«Цветок»	1	
28.			«Перекрытие реальностей»	1	
29. – 30.			Вторичная диагностика	6	

5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Оборудование сенсорной комнаты условно можно разделить на три функциональных блока:

Релаксационный блок:

Пуфик-кресло с гранулами — удобное сидение, наполненное полистирольными гранулами, которые служат идеальной опорой для сидящего или лежащего человека, принимая форму в соответствии с изгибами тела. Сидя или лежа на пуфике можно расслабиться и наблюдать за происходящим вокруг. Можно лечь на живот, подмяв пуфик под себя, обнять его и расслабить мышцы спины. Поверхность пуфика способствует тактильной стимуляции соприкасающихся с ним частей тела. Легкие полистирольные гранулы, наполняющие его, оказывают мягкое приятное воздействие, способствуя лучшему расслаблению за счет легкого точечного массажа. Кроме того, воздушное пространство между гранулами обеспечивает хорошую вентиляцию и сухое тепло, ласково окутывающее тело.

Музыкальное кресло-подушка — удобное сидение, наполненное полистирольными гранулами, благодаря которым в нем удобно сидеть и лежать. Встроенные в кресло колонки от музыкального центра создают вибрацию, как бы проникающую в тело. Музыка в сочетании с приятной вибрацией, исходящей из глубин кресла, обладает огромным терапевтическим эффектом, расслабляет напряженные мышцы, успокаивает, снижает тревожность и нормализует циркуляцию крови. Кресло предоставляет идеальную возможность почувствовать массаж всем телом. Уровень вибрации можно регулировать по усмотрению специалиста через регулятор громкости. В комплекте с музыкальным креслом-подушкой поставляется музыкальный центр.

Детское складное кресло-трансформер — компактный кубик при раскрытии превращается в удобное кресло с изгибами, повторяющими форму тела.

Сухой бассейн — бассейн может быть прямоугольным, квадратным, круглым или угловым, с мягкими стенками; бассейн наполнен пластмассовыми полупрозрачными шариками; используется как для релаксации, так и для активных игр. Лежа в бассейне, ребенок может принять ту индивидуальную позу, которая соответствует состоянию его мышечного тонуса, и расслабиться. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками, наполняющими бассейн, дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Тело ребенка, находящегося в бассейне все время имеет безопасную опору, что особенно важно для детей с двигательными нарушениями. В бассейне можно двигаться, менять положение. Это развивает и укрепляет опорно-двигательный аппарат. Двигательные действия в окружении подвижных шариков создают прекрасные условия для развития координации движений. Перемещения и игры в сухом бассейне эмоционально окрашены; ребенок сначала тратит энергию, а затем, откинувшись на спину, может расслабиться, успокоиться.

Сухой душ

Шелковые ленты спускаются вниз, словно струи воды; их приятно трогать, перебирать в руках, сквозь них можно проходить, касаясь лицом. Основанием сухого душа служит безопасное пластиковое зеркало. Разноцветные «струи» стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве. Зайдя внутрь можно посмотреть вверх и увидеть себя. За «струями» лент можно спрятаться от внешнего мира, что особенно подходит для аутичных детей.

Активизирующий блок оборудование со светооптическими эффектами:

Мягкая платформа с угловым зеркалом и пузырьковая колонна — в прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной дистиллированной водой, поднимаются бесконечное число воздушных пузырьков. Если в колонну запустить пластмассовых рыбок или шарики, то они начинают резвиться, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то опускаются вниз. Это завораживающее зрелище не оставит равнодушными ни детей, ни взрослых. Если прижать ладони к трубке, можно ощутить нежную вибрацию. Для создания мягкого, удобного сиденья, пузырьковая колонна оснащается мягкой платформой. А безопасное угловое акриловое зеркало создает неповторимый оптический эффект расширения пространства.

Детское панно «Звездное небо»— светоптические волокна, вплетенные в черную легкую ткань, завораживают эффектом мерцания. В темной комнате на стене то загораются, то гаснут разноцветные звездочки. Мягкую, теплую на ощупь поверхность ковра приятно трогать. Ковер используется для развития творческого воображения, побуждения к фантазированию, созданию новых тактильных ощущений. Поставляется в комплекте с источником света, который желательно закрепить на стене.

Зеркальный шар — является идеальным оборудованием для любой сенсорной комнаты. Если узкий луч света от прожектора, направить на зеркальный шар, подвешенный к потолку, то по стенам и полу плавно заскользит бесконечное множество бликов, «солнечных зайчиков». В сочетании со спокойной музыкой, эти блики создают ощущение сказки, героями которой стали дети.

Звездный дождь, тучка— пучок из светоптических волокон, изменяющий цвет по всей длине волокна. Изменяющиеся цвета обладают успокаивающим эффектом и в то же время активизируют познавательный опыт детей, концентрируют внимание. Чрезвычайно эффективен для детей со слабым зрением. Поставляется вместе с источником света.

Световой стол для рисования пескомпланшет изготовлен из высокотехнологичного пластика белого цвета. Светодиодная подсветка встроенная. Цвет подсветки – белый. Столешница со съемными ножками изготовлена из ламинированного дерева белого цвета. Кварцевый разноцветный песок в комплекте

Проектор Светоэффектов проектор состоит из несущего электромеханического блока и двух вращающихся во встречных направлениях барабанов-формообразователей с прорезями и светофильтрами. Прорези расположены как на боковой поверхности барабанов, так и на торцевой, благодаря чему световым эффектом охвачено все помещение: потолок, стены, пол. Проектор способен создать целое световое шоу в сенсорной комнате. Световой эффект заключается в движении разноцветных "языков пламени" по всем окружающим поверхностям одновременно, и в непрерывном расходящемся движении изогнутых многолучевых звезд на полу. В проекторе установлена сложная механика, благодаря которой разноцветные "языки пламени" двигаются по помещению, появляясь в разных местах и поднимаются к потолку. Вся механическая система приводится в действие микродвигателем.

Интерактивный световой столик «Малыш мультикolor» - две рабочие поверхности: световой стол для рисования песком и поверхность для рисования пальчиками. При прикосновении загорается светодиод, можно рисовать пальчиком. Светодиоды гаснут, образуя шлейф. Светодиоды меняют цвет: красный, синий, желтый, зеленый. Поверхности разделены отсеком для рисования песочком.

Домашний планетарий. В наборе три диска - карта звездного неба, созвездия и карта космоса в виде на Луну и Землю. Опция падающей звезды. Функция вращения, имитирующая звездное небо либо Северного, либо Южного полушария.

Общеоздоровительный блок состоит из набора мягких модулей и модулей для развития моторики

Собираемый Осьминог. Модульный конструктор выполнен в виде пуфа «Осьминожки». Мягкое основание можно использовать как удобное сидение. Глазки, веселая улыбка и все «щупальца» съемные (на липучках). Необходимо собрать Осьминожку.

Стол с бусинами "Мозайка". Увлекательный многофункциональный стол - игра для любознательных ребятшек. Обучение счету, обучение цветам, развитие мелкой моторики, развитие творческих способностей, усидчивости, воображения.

Тактильная панель № 1 «Акустическая». Различные звуковые и тактильные элементы: ксилофон 12 тонов, бубен, колокольчики, элемент из акрилового зеркала, объемные деревянные элементы в виде зверушек и геометрических фигур, шнуровка, элементы из напольного покрытия 4-х видов, металл рифленый, бочки-перевертыши деревянные.

Настенный модуль «Движение по прорези». Для развития запястья путем движения по различным прорезям на панели.

Игровая панель "Дерево". Выполнена из фанеры. Необходимо довести шарик, находящийся в кольце, по контуру "дерева", не попав в отверстия-ловушки. Управление кольцом с шариком осуществляется с помощью двух нитей. В игре может участвовать одновременно два ребенка, согласовывая свои действия друг с другом. В комплекте входят два шарика.

Дидактический стол с набором игрушек. В комплекте набор игрушек для развивающих занятий с детьми.: кубики, пирамидки, грибки, стаканчики, счеты, логический круг, фигуры, бусы, головоломки, змейка, конструктор, лабиринт и др.

Музыкальный игровой стол Круглый стол для игровой деятельности детей и развития их звукового восприятия. 100х100см. В комплекте набор музыкальных игрушек (электронная клавиатура, игровая панель с формами

Пирамидка квадратная. Пирамидка круглая мягкие модули круглой и квадратной формы разных цветов. Для развития сенсорных эталонов, общей моторики.

Игровой набор "Клоун" Мягкий игровой тоннель состоит из трёх тоннелей, соединенных между собой липами, лицевой декоративной части и мягкого мата. Предназначен для игр детей, тренировки вестибулярного аппарата, физических занятий с детьми.

Сенсорный осьминог Дидактический игровой модуль «Осьминог» изготовлен из яркой разноцветной экокожи. Основание - пуфик, наполненный пенополистирольными гранулами, щупальца поролоновые. На поверхности модуля закреплены разноцветные фигуры и детали: пуговицы, застежки, шнуровки, пряжки, липучки, геометрические фигуры, фрукты-овощи, цветы.

Мягкая мебель-маты "Малышок" Состав комплекта: 1 диван 110*50*40см, два кресла 60*50*40см и один пуфик- стол 50*50*40см. Каждый элемент может использоваться как предмет мебели или раскладываться в мат.

Оборудование сенсорной комнаты активизирует работу базовых чувств — зрения, слуха, обоняния, осязания, вестибулярных и других рецепторов, развивает саморегуляцию процессов возбуждения и торможения. Самостоятельность ребенка в безопасном пространстве сенсорной комнаты ставит его в ситуации свободного выбора и формирует опыт стрессоустойчивого поведения. Активное использование сенсорной комнаты позволяет проводить корректирующие мероприятия в щадящих и комфортных для ребенка условиях. При этом ребенок постоянно испытывает ощущение успеха.

Следует отметить, что при организации занятий в сенсорной комнате педагог- психолог может дополнительно использовать любое другое оборудование и материалы в соответствии с целями и задачами занятия.

Литература:

1. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: Союз, 1997.
2. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика ума. — М., 1993.
3. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер, 2000.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. СПб.: Речь, 2001
5. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. — М., 1993.
6. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000.
7. Матюшкин А.М. Творческий потенциал одаренности: структура и развитие// Психология сегодня. Т. 2. Вып. 1. М., 1996.
8. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. — М., 2002.
9. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 1995.