

Приложение №2
к АООП ООО ЗПР
МБОУ Мурзицкой СШ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Мурзицкая средняя школа

**Рабочая программа по психокоррекционным занятиям
для детей с задержкой психического развития (вариант 7.1)**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психокоррекционным занятиям составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Конвенция о правах ребенка ООН;
- Закон об образовании (ст. 9, 13, 14, 15, 32);
- Типовое положение о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для детей с ограниченными возможностями здоровья;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями на 29.06.2011)
- ПИСЬМО МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ 18 апреля 2008 г. N АФ-150/06 «СОЗДАНИИ УСЛОВИЙ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ДЕТЬМИ-ИНВАЛИДАМИ».

В документах, положенных в основу программы психокоррекционной работы понятие «**дети с ограниченными возможностями здоровья**» (в дальнейшем ОВЗ) - это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обуславливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь. Синонимами данного понятия могут выступать следующие определения таких детей: "дети с проблемами", "дети с особыми нуждами", "нетипичные дети", "дети с трудностями в обучении", "аномальные дети", "исключительные дети". Наличие того или иного дефекта (недостатка) не предопределяет неправильного, с точки зрения общества, развития. Таким образом, детьми с ограниченными возможностями здоровья можно считать детей с нарушением психофизического развития, нуждающихся в специальном (коррекционном) другие лишь сглаживаться, а некоторые только компенсироваться.

Содержание программы психокоррекционных занятий для учащихся с ОВЗ рассчитана на четыре года и включает в себя коррекцию отдельных сторон психической деятельности и личностной сферы, гармонизацию психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля.

Данная программа разработана с учётом особенностей контингента образовательного учреждения МБОУ Мурзицкая средняя школа.

Цель программы: обеспечение психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях общеобразовательного учреждения.

Задачи программы:

- своевременно выявлять детей с трудностями адаптации, обусловленными

ограниченными возможностями здоровья;

- определять особенности организации образовательного процесса для рассматриваемой категории детей в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка;
- способствовать созданию условий, способствующих освоению детьми с ОВЗ основной образовательной программы начального общего образования и их интеграции в образовательном учреждении;
- осуществлять индивидуально ориентированную психолого-медико-педагогическую помощь детям с ОВЗ с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);

Приёмы и методы работы:

- подготовка к позитивному восприятию учебных и бытовых трудностей через выполнение практических заданий, проведение коммуникативных и интеллектуальных игр, формирования навыка целевого наблюдения, организацию выставок личных и групповых достижений в связи с доминированием в жизни учащихся неблагоприятных социальных и психофизиологических факторов;
- использование опыта учебной и внеучебной деятельности учащегося;
- более глубокое внимание к функционированию механизмов воображения, ассоциативных и логических связей по причине искаженного их формирования.

Оценка уровня освоения учениками программы носит качественный характер и осуществляется посредством:

- наблюдение за учебной деятельностью учеников;
- различных видов тестирования;
- анализа самостоятельной работы.

Планируемые результаты освоения курса

1 класс

Учащийся научится:

- 1.Воображение: основным приёмам произвольного воображения.
- 2.Мышление: различать пространственно - временные параметры явлений и объектов.
- 3.Саморегуляция: находить способы ухода от влияния негативного настроения окружающих.
- 4.Взаимодействие с окружающим миром: понимать взаимосвязь природных процессов.

Учащийся получит возможность научиться:

- 1.Воображение, память: представлять образ явления и объекта.
- 2.Мышление: формулировать вопрос для выявления взаимосвязи явлений.
- 3.Саморегуляция: противостоять негативным эмоциям других.
- 4.Взаимодействие с окружающим миром: ценить живые системы.

Личностные результаты освоения предмета.

Успешная адаптация в роли ученика.

Осознание себя членом учебного коллектива.

Восприятие окружающего мира как среды добра и взаимопомощи.

Интерес к учебной деятельности и понимание смысла учения.

Критическая самооценка своего поведения.

Навыки сотрудничества сверстниками.

Установка на здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты освоения предмета.

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы ее осуществления.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения.

Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты освоения предмета

Использование приобретенных психологических знаний для описания

пространственно - временные параметров явлений и объектов окружающего мира.

Овладение навыками использования ресурсов воображения для улучшения своего самочувствия и взаимоотношений с окружающими.

2 класс

Учащийся научится:

1. Воображение, память: приёмам нейтрализации действия механизма психической инерции.

2. Мышление: группировать объекты по их функциям.

3. Саморегуляция: способам создания позитивного настроения.

4. Взаимодействие с окружающим миром: понимать взаимосвязь личного и социального.

Учащийся получит возможность научиться:

1. Воображение: нейтрализовать действие механизма психической инерции.

2. Мышление: осуществлять системный подход в стандартных задачах.

3. Саморегуляция: поддерживать свои позитивные эмоции.

4. Взаимодействие с окружающим миром: устанавливать дружеские отношения.

Личностные результаты освоения предмета.

Устойчивая позиция ученика.

Осознание своей ответственности перед учебным коллективом.

Восприятие окружающего мира как среды возможностей.

Устойчивый интерес к учебной деятельности и наличие личностного смысла учения.

Рефлексивная самооценка, умение оценивать свои действия и управлять ими.

Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Установка на здоровый образ жизни, к работе на результат.

Метапредметные результаты освоения предмета.

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы ее осуществления.

Овладение способами выполнения заданий поискового характера.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам.

Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение.

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты освоения предмета

Использование приобретенных психологических знаний для описания и объяснения функциональной взаимосвязи объектов окружающего мира.

Овладение навыками использования ресурсов мышления, воображения для улучшения своего самочувствия и взаимоотношений с окружающими.

3 класс

Учащийся научится:

1. Воображение, память: 6 приёмам фантазирования.
2. Мышление: группировать объекты по признакам и свойствам.
3. Саморегуляция: способам мобилизации внутренних ресурсов.
4. Взаимодействие с окружающим миром: понимать взаимосвязь своих эмоций и отношение к нему других людей.

Учащийся получит возможность научиться:

1. Воображение, память: применять 6 приёмов фантазирования.
2. Мышление: устанавливать причинно-следственные связи в нестандартных ситуациях.
3. Саморегуляция: организовать себя на выполнение учебной цели.
4. Взаимодействие с окружающим миром: прогнозировать последствия конфликта.

Личностные результаты освоения предмета.

Стремление реализовать возможности своей роли учащегося.

Осознание своей ответственности в учебной деятельности перед самим собой.

Целостное восприятие окружающего мира.

Развитая мотивация учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий.

Рефлексивная самооценка, умение анализировать свои действия и управлять ими.

Готовность передачи навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Установка на здоровый образ жизни и активное противодействие пагубным привычкам.

Метапредметные результаты освоения предмета.

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы ее осуществления.

Овладение способами выполнения заданий творческого и поискового характера.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления причинно – следственных связей.

Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признать возможность

существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения.

Определение общей цели и путей ее достижения: умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты освоения предмета

Использование приобретенных психологических знаний для описания, объяснения и прогнозирования развития процессов окружающего мира.

Овладение навыками использования ресурсов мышления, воображения для улучшения своего самочувствия и взаимоотношений с окружающими.

4 класс

Учащийся научится:

1. Воображение, память: 4 метода фантазирования.
2. Мышление: закономерностям развития объекты во времени и по назначению.
3. Саморегуляция: способам нейтрализации негативных эмоций.
4. Взаимодействие с окружающим миром: понимать основные мотивы поступков окружающих.

Учащийся получит возможность научиться:

1. Воображение, память: применять 4 метода фантазирования.
2. Мышление: находить необходимые ресурсы для решения учебных задач.
3. Саморегуляция: сдерживать негативные эмоции.
4. Взаимодействие с окружающим миром: осуществлять профилактику конфликтов.

Личностные результаты освоения предмета.

Чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России.

Целостное восприятие окружающего мира.

Развитая мотивация учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий, творческий подход к выполнению заданий.

Рефлексивная самооценка, умение анализировать свои действия и управлять ими.

Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Установка на здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, к работе на результат.

Метапредметные результаты освоения предмета.

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы ее осуществления.

Овладение способами выполнения заданий творческого и поискового характера.

Умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее выполнения, определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно –

следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям. Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения.

Определение общей цели и путей ее достижения: умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты освоения предмета

Использование приобретенных психологических знаний для описания и объяснения, окружающих предметов, процессов, явлений.

Овладение навыками использования ресурсов мышления, воображения для улучшения своего самочувствия и взаимоотношений с окружающими.

Для проведения занятий с детьми с ОВЗ в нашей школе используется сенсорная комната. Занятия в ней проводятся 2 раза в месяц, длительность занятия 20-25 минут.

Использование сенсорной комнаты в реабилитации детей с ОВЗ предусматривает различные виды стимулирующего воздействия. Особенно важно, чтобы ребенок активно участвовал в этом процессе, а занятия по освоению двигательных навыков, развитию мотивации, осознанных волевых усилий были посильными, постепенно усложнялись и доставляли ребенку удовольствие. Для этого прежде всего необходимы модули (расслабляющего и активизирующего характера), которые создавали бы комфортную обстановку и вызвали положительные эмоционально-моторные реакции у ребенка. Такие модули очень помогают снять тревожные проявления у детей с невротическими заболеваниями.

В этой связи, особенностью сенсорной комнаты являются «волшебные» и сказочные эффекты объемных предметов, света и звука, ощущений. Мягкие кресла, модули и сухой бассейн способствуют освоению и совершенствованию двигательных навыков. Напольное и настенное покрытие оказывают приятное расслабляющее воздействие, обеспечивают возможность удобной позы.

Периодическое и многократное посещение ребенком сенсорной комнаты позволяет решать многие задачи его реабилитации. На занятиях в темной сенсорной комнате применяются различные источники света и звуков. Поэтому перед началом основной работы необходимо познакомить ребенка с каждым прибором, научить концентрировать на нем свое внимание, выполнять определенные действия. Включение в занятие различных эффектов и прожекторов, воздействующих на восприятие, также требует постепенности и периодичности. Нельзя использовать большое количество интерактивных приборов одновременно, а также предлагать для одномоментного восприятия одинаковые по эффекту воздействия приборы. Необходимо гармонизировать сочетание эффектов, направленных на развитие или коррекцию различных ощущений.

Учитывая значительную интенсивность воздействия интерактивного оборудования на психику человека, использовать его в общеразвивающей, коррекционно-развивающей и психотерапевтической практике необходимо, выполняя все требования по охране безопасности жизнедеятельности и здоровья тех, кто в ней занимается.

Общие принципы работы в темной сенсорно комнате:

- Основу общеразвивающей, коррекционно-развивающей и психотерапевтической работы составляет баланс свободной самостоятельной деятельности ребенка и совместной деятельности с психологом.
- Психолог, работающий с ребенком, индивидуально привлекает его к деятельности без принуждения, опираясь на интерес ребенка к содержанию и форме занятий и активизируя его своим партнерским участием.

Дифференцированный подход реализуется в нескольких направлениях:

- при организации интерактивной среды для свободной самостоятельной деятельности, развития саморегуляции;
- в использовании гибких форм работы, соответствующих интересам и возможностям ребенка;
- в индивидуальном выборе времени для разных видов занятий в зависимости от возраста детей и режима их основной деятельности.

Основные цели и задачи работы в сенсорной комнате:

I. Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей:

- снятие психоэмоционального напряжения;
- саморегуляция и самоконтроль;
- умение управлять своим телом, дыханием;
- умение передавать свои ощущения в речи;
- умение расслабляться, освобождаться от напряжения;
- формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях;
- уверенность в себе.

II. Развитие коммуникативной сферы детей:

- эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
- формирование мотивации к общению и развитие коммуникативных навыков;
- преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).

III. Развитие психических процессов и моторики детей:

- произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;

- память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое), умственные способности.

Оборудование сенсорной комнаты

- стол – мозаика;
- сухой бассейн с кнопками;
- балансировочная доска - лабиринт;
- тактильно-развивающая панель;
- фиброоптическая тактильная панель;
- фиброоптический модуль « молния»
- фиброоптический ковёр «млечный путь» настенный;
- интерактивная воздушнопузырьковая трубка «ручеек-2»;
- пуфик круглый;

Стол-мозаика. Игра в мозаику тренирует мелкую моторику рук, развивает воображение, художественный вкус и образное мышление. В процессе создания рисунка из мозаики ребенок воспитывает целенаправленность деятельности, внимательность и наблюдательность. Ребенок учится согласованности движений, тренирует усидчивость, развивает абстрактное и пространственное мышление.

Сухой бассейн с кнопками используется как для релаксации, так и для активных игр. Лежа в бассейне, ребенок может принять позу, которая соответствует состоянию его мышечного тонуса, и расслабиться. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Такое воздействие способствует снижению уровня психоэмоционального напряжения и коррекция уровня тревожности. В бассейне можно двигаться, менять положение тела, «плавать» в шариках. Такие действия способствуют развитию координации движений в пространстве. Если на бассейн направить источник меняющегося света, то в его лучах меняется и цвет шариков, что стимулирует зрительные ощущения и восприятия ребенка.

Балансировочная доска-лабиринт. Доску можно использовать, держа в руках и направляя шарик по отфрезерованному пазу. Либо балансировать руками, опираясь на доску, находящуюся на полу. Все это развивает внимание и учит держать равновесие.

Фиброоптическая тактильная панель предназначена для зрительной и тактильной стимуляции, развивает осязательные навыки и в то же время учит различать такие понятия как: теплый/холодный, мягкий/твердый, гладкий/шершавый, круглый/ квадратный.

Фиброоптический модуль «Молния». Модуль предназначен для релаксации, зрительной стимуляции.

Фиброоптический ковер «Млечный путь» предназначен для зрительной и тактильной стимуляции.

Интерактивная воздушнопузырьковая трубка «Ручеек-2» предназначена для создания в помещении декоративного эффекта, релаксации, развития навыков идентификации цветов у детей с ЗПР.

«Круглый пуфик» обеспечивает мягкую поддержку, принимая удобную для отдыхающего форму, дает чувство комфорта и защищенности, способствует снижению агрессивности, релаксации.

Структура занятия

- игровое задание на развитие психических процессов;
- релаксационное упражнение, позволяющее детям расслабиться, снять мышечное и психоэмоциональное напряжение;
- окончания занятия.

Содержание и тематическое планирование курса Психологические индивидуальные и групповые занятия.

Коррекционная психологическая работа направлена на коррекцию и развитие высших психических функций, развитие эмоционально-волевой и личностной сфер ребёнка и психокоррекцию его поведения.

Направления психокоррекционной работы:

- Стимуляция познавательной активности как средства формирования устойчивой познавательной мотивации;
- Развитие внимания (устойчивость, концентрация, повышение объема, переключение, самоконтроль);
- Развитие памяти (расширение объема, устойчивость, формирование приемов запоминания, развитие смысловой памяти);
- Развитие восприятия (пространственного, слухового, фонематического), пространственных и временных представлений, сенсомоторной координации;
- Формирование мыслительной деятельности: стимуляция мыслительной активности, формирование мыслительных операций (анализа, синтеза, выделения существенных признаков и закономерностей), развитие элементарного умозаключающего мышления и гибкости мыслительных процессов.
- Развитие речи и коррекция звукопроизношения (развитие артикуляционной моторики, развитие общей и мелкой моторики, развитие фонематического восприятия).
- Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков:
 - формирование способности управлять эмоциями, понимания чувств других людей;
 - гармонизация аффективной сферы;
 - профилактика и устранение встречающихся аффективных и негативистических проявлений и других отклонений в поведении;
 - предупреждение и преодоление негативных черт личности и формирующегося характера;

-развитие и тренировка механизмов, обеспечивающих адаптацию ребенка к новым социальным условиям;

-создание условий для развития самосознания и формирования адекватной самооценки;

-развитие социальных эмоций, развитие коммуникативных способностей (в том числе стимуляция коммуникативной активности, создание условий, обеспечивающих формирование полноценных эмоциональных и деловых контактов со взрослыми и сверстниками).

- Формирование произвольной регуляции деятельности и поведения (ставить и удерживать цель деятельности, планировать действия, определять и сохранять способ действий, использовать самоконтроль на всех этапах деятельности, осуществлять словесный отчет о процессе в результатах деятельности, оценивать процесс и результат деятельности)

Учебно-тематический план

| №п/п | Название раздела | Кол-во занятий |
|---------------|---|-------------------|
| 1 | Развитие управляемого образного мышления. Диагностика Развитие умений детей ориентироваться на листе бумаги, выполнять задания под диктовку, выполнять упражнения на ориентировку в пространстве. | 10 |
| 2 | Развитие причинно-следственного логического мышления. Развитие ориентировки в пространстве. Упражнения на снятие эмоционального напряжения. Развитие творческих способностей детей, умения составлять сказки и рассказы по заданным словам, способности находить ассоциации к словам. | 8 |
| 3 | Приемы и методы активизации воображения. Развитие произвольного внимания детей. Развитие слуховой памяти, фонематического слуха. Формирование сплоченности, дружеских взаимоотношений | 12 |
| 4 | Развитие функционального мышления. Бесконфликтное общение как основа нравственного отношения к окружающим. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. | 16 |
| 5 | Развитие системного мышления. Развитие психических функций. Развитие зрительной памяти, умения воспринимать предмет целиком и воспроизводить в памяти детали этого предмета. Диагностика | 18 |
| Итого: | | 68 занятий |

Игры и упражнения для развития мелкой моторики и тактильной чувствительности

Игра «Волшебный мешочек»

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

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

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

Упражнение «Найди пару»

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

Упражнение «Рыбаки и рыбки»

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

Упражнение «Поможем повару»

Детям предлагается помочь повару отсортировать горох от фасоли, находящиеся в одной емкости. Для этого им даются пустые лотки. Напоминаем, что работать нужно

обеими ручками. В ходе выполнения задания можно задавать вопросы, например: какие блюда можно приготовить из этих круп?

Сенсорные одеяло и коврик представляют собой сюжетное полотно, которое может быть выполнено в различных вариантах с акцентом на заданную тематику. На ткани создается сюжет, планируется каждый элемент, имеющий разную фактуру и расцветку, форму и различное назначение. Например, пуговицы, бусины разного размера, которые можно пришить на ткань; ленточки, петельки, шнуровки, молнии, кнопки; детали на липучках (их можно прикреплять в самых разных местах коврика, перемещая по нему, в зависимости от сюжетно-ролевой игры). Элементы сенсорного одеяла могут иметь разные варианты применения в зависимости от возраста и должны быть безопасными для детей. Сенсорные одеяла, коврики развивают разнообразные тактильные ощущения, цветовое восприятие, пространственную ориентировку, стимулируют развитие зрительной ориентации, воображение, способствуют изучению форм, цветов, времен года, частей тела, алфавита, цифр, чисел.

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

Упражнение «Художники»

На листе бумаги формата А4 изображен предмет, например яблоко. Нужно сначала на этой картинке с помощью шнура обвести контур яблока, затем на поверхности шероховатого или ворсистого материала (ковра, бархатной бумаги) по образцу также выложить контур изображенного предмета. Напомнить детям, что выполнять задание нужно обеими ручками. Затем дети отгадывают друг у друга полученные изображения. Также можно использовать для выкладывания контура изображений мелкие предметы — семена, плоды, пуговицы. Образцом может быть сам предмет, а не картинка.

Упражнение «Ножницы потерялись»

Для выполнения этого задания необходимо изобразить на листе бумаги какой-нибудь предмет. Детям дается задание — аккуратно без ножниц, с помощью рук, отрывая кусочки бумаги, «вырезать» по контуру этот силуэт. Другой вариант задания можно выполнять с опорой на контур и без него. Из листа бумаги, на котором нет изображения предмета, ребенку нужно придумать его и с помощью рук отрывать кусочки бумаги, чтобы получился задуманный силуэт. Дети отгадывают друг у друга полученные изображения.

Упражнение «Шнуровка»

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

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

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

Упражнение «Настроение в тесте»

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

Упражнение «Составь буквы, цифры»

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

Подвижные упражнения игрового характера

Такие упражнения способствуют тренировке мелких мышц кисти рук и выработке координированных движений. Кроме того, выполнение заданий в группах способствует развитию умения работать в команде, доверять друг другу, воспитывают чувства взаимопомощи, взаимовыручки, вырабатывает групповой дух команды.

Упражнение «Передай мяч друг другу»

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

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

Упражнение «Набери шарики»

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

подсчитывают количество шариков, определяя победителей. Затем состав групп можно поменять.

Упражнение «Секрет»

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

Упражнение «Часики»

Дети находятся в сухом бассейне на достаточном расстоянии друг от друга. Лежа на спине, нужно ухватить ступнями и поднять один шарик как можно выше. Далее нужно захватить между ступнями шарик и, подняв ноги, отклонить их вправо и влево. После ребенок ложится на живот и также должен ухватить ступнями шарик и поднять его вверх. Можно менять наклон ног, имитируя стрелку часов, показывающую время.

Упражнение «Ловкость»

Упражнение выполняется сидя, находясь в сухом бассейне. Нужно положить один шарик между двумя ладонями и катать его то в одну, то в другую сторону так, чтобы он не упал. Это задание можно выполнять и с двумя шариками. Далее попросить детей назвать все предметы, находящиеся в комнате, такого же цвета, как их шарик.

Упражнение «Лесная дорожка»

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

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

Упражнение «Ушки зайчика»

Детям предлагается сесть или полулечь на мягкое покрытие, вытянуть ножки, руками опереться сбоку или сзади.

Воспитатель предлагает представить, что ступни — это ушки зайчика, нужно пошевелить ими, как делают зайчики. Посмотреть, у кого какого цвета ушки. Дети называют цвет, исходя из цвета их носочков.

Воспитатель. Представим, что зайчик услышал какие-то звуки и наострил свои ушки. *(Показывает движения по образцу. Носочки ступней направлены вверх.)* Зайчик испугался, задрожал, и его ушки тоже задрожали.

Дети совершают ступнями легкие движения вправо-влево.

А затем зайчик стал убежать.

Обе ступни ног наклоняют асинхронно то вперед, то назад, например, правая ступня вперед, левая назад и т.д.

Зайчик все быстрее бежит.

Увеличивают скорость движения.

И спрятался.

Ступни нагибают вперед к полу и кладут друг на друга, затем меняют их местами.

Упражнение «На реке»

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

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

Упражнение «Лабиринт»

Детям дается задание — сделать лабиринт из шариков. Для этого на мягкое напольное покрытие кладутся на достаточном расстоянии друг от друга цветные шарики из сухого бассейна в две дорожки так, чтобы получился лабиринт. Детям предлагается пройти по нему аккуратно, не заходя за границы. Можно разыграть сюжетно-ролевую игру, попросив ребят представить себя в образе каких-либо героев сказок. Упражнение надо проводить как индивидуально, так и в командах в форме соревнования.

Упражнения на снятие эмоционального напряжения

Упражнение «Кубик эмоций»

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

Упражнение «Волшебное зеркало»

Для выполнения данного упражнения используется панно «Бесконечность». Лучше проводить его индивидуально. Вначале ребенок садится или ложится напротив панно и вглядывается в бесконечность. Ему предлагается представить, что он смотрит в волшебное зеркало. В нем можно увидеть все, что придумаем, нужно смотреть сначала на ближайший светящийся круг, а затем на следующий отдаленный круг, как бы все отдаляясь в бесконечность. Затем постараться представить себе, что он находится в будущем, и рассказать о том, каким стал, чем занимается. Или же представить себя каким-либо героем сказки, придумать и рассказать историю этого героя.

Упражнение «Заплетаем косу»

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

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

Релаксационные упражнения (проводятся под музыкальное сопровождение)

Упражнение «В море»

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

Упражнение «Рыбки»

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие или в сухой бассейн.

Воспитатель. Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали. Закройте глазки. Представьте, что вы — маленькие разноцветные рыбки, плавающие в море, мягко шевеля своими плавничками и хвостиками. Вы плаваете и видите вокруг других разноцветных рыбок, которые вам улыбаются; вы видите водоросли, разноцветные камешки, лежащие на дне. Вам хорошо и спокойно. Вы решили отдохнуть. Вы представляете, как плавно опускаетесь на мягкий теплый песочек на самое дно моря. Вам хорошо и приятно лежать на морском дне. Вы чувствуете, что набрались сил и хорошенько отдохнули. Поэтому быстренько поднимаетесь на поверхность моря, где видны лучики солнца. Теперь можно открыть глазки и улыбнуться солнышку.

Упражнение «На берегу моря»

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

Упражнение «Водопад»

Для этого упражнения используется интерактивное панно «Водопад». Рассматривая пейзаж на картине, дети наблюдают за «падающей водой», рассыпающимися разноцветными брызгами, слушают ее журчание, пение птиц. Они должны представить, что каждый находится в каком-нибудь месте под водопадом. Затем детям предлагается лечь поудобнее на мягкое напольное покрытие, закрыть глазки и представить себе, что, как и на картине, каждый стоит под небольшим водопадом.

Воспитатель. Вода в нем чистая и теплая. Вам тепло и очень приятно находиться под водопадом. Вы чувствуете, как струйки воды стекают на волосы, лицо и мягко струятся по всему телу. Давайте немного постоим под водопадом и послушаем его шум. Представьте, что вместе с водой уплывают от вас все неприятности и огорчения, а остается только хорошее. Вы чувствуете, как набираетесь сил, бодрости, становитесь уверенными, у вас хорошее настроение. Вы чувствуете себя бодрыми, веселыми и полными сил. С хорошим настроением откройте глазки и улыбнитесь друг другу.

Упражнение «Летняя ночь»

Воспитатель. А теперь вы летите на ковче-самолете и оказываетесь на берегу моря.

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

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

Упражнения на развитие визуализации

Упражнение «Золотые рыбки»

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

Упражнение «Нарисуй свое имя»

Закрыв глаза, дети должны представить перед собой чистый листок бумаги. Мысленно на нем написать свое имя, мысленно взять карандаш, например синего цвета, и раскрасить им свое имя. Затем стереть его и вновь взять любого цвета карандаш и написать свое имя. Открыть глаза и рассказать, кто каким цветом нарисовал свое имя.

Упражнение «Творчество»

Дети сидят на мягком напольном покрытии, закрыв глаза. Напоминаем, что во время этой игры никто не разговаривает. Детям предлагается представить мысленно любой предмет (мячик, елочку, рыбку и т.п.). Далее нужно постараться также мысленно изменить размер этого предмета (увеличить и уменьшить его), изменить его форму (например, сжать как гармошку). Потом предлагается мысленно взять цветные карандаши и аккуратно раскрасить этот предмет в какой-нибудь цвет.

Упражнение «Космос»

Во время выполнения упражнения используется оптический проектор «Солнечный», с помощью которого проецируется изображение со слайдового колеса и создается визуальный спецэффект вселенной. Вместе с детьми нужно рассматривать меняющиеся образы и попросить детей пофантазировать на космическую тему.

Дыхательные игры и упражнения

Игра «Воздушный шар»

Дети стоят на мягком напольном покрытии по кругу, взявшись за руки.

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

Движения повторяются несколько раз.

Упражнение «Лев спит»

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

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

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