**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
**Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области**
**Администрация Волховского муниципального района Ленинградской области**
**МОБУ “Волховская городская гимназия №3**
**имени Героя Советского Союза Александра Лукьянова”**

| | | |
|---|---|---|
| РАССМОТРЕНО | СОГЛАСОВАНОЁ | УТВЕРЖДЕНО |
| Протокол №1 | протокол №1 | приказ №394 |
| Педсовета | педсовета | |
| Секретарь Котова Л.Н. | зам.директора Бенькович Т.М. | директор Бенькович Д.Л |
| 31.08.2023 | 31.08.2023 | 01.09.2023 |

# Рабочая программа по работе с детьми с ОВЗ по нормализации психоэмоционального состояния с использованием интерактивного оборудования сенсорной комнаты

Разработчик: Белоус Р.А.

2023г.

**Аннотация к коррекционно-развивающей психолого-педагогической программе по работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья по нормализации психоэмоционального состояния с использованием интерактивного оборудования темной сенсорной комнаты**

Одной из технологий оказания психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья в гимназии является технология сенсорной коррекции, предполагающая организацию занятий с детьми в обогащенной мультисенсорной среде темной сенсорной комнаты.

Сенсорная комната - это организованная особым образом окружающая среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и вестибулярные рецепторы. В сенсорной комнате с помощью различных элементов создаётся ощущение комфорта и безопасности. Темная сенсорная комната, укомплектованная оборудованием, использование которого направлено на релаксацию или активизацию психической деятельности детей и взрослых, является одним из важнейших средств коррекции и реабилитации[4].

Программа предназначена для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста и включает 13 занятий. Режим занятий - один раз в неделю. Продолжительность каждого занятия – 15-30 минут, что определяется тяжестью состояния, индивидуальными и возрастными особенностями детей.

В соответствии с «Конвенцией о правах ребенка» (1989 г.) и «Всемирной декларацией об обеспечении выживания, защиты и развития детей» (1993 г.), каждому ребенку должно быть гарантировано право на развитие, воспитание и образование в соответствии с его индивидуальными возможностями. В настоящее время актуализируется внимание общества к проблемам образования и реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Именно эта, внутренне многообразная, категория детей служит своего рода социальным индикатором истинной доступности образования для населения в целом. Создание условий для реализации внутреннего потенциала каждого ребенка, оказание помощи в процессе интеграции в образовательную и социокультурную среду – важнейшая задача гуманного общества [2, 6, 8].

Данная программа имеет коррекционно-развивающий и профилактический характер.

Программа носит *коррекционный характер*, т.к. специальное оборудование сенсорной комнаты положительно влияет на эмоциональное состояние детей, стимулируя зрительные, слуховые анализаторы, мелкую моторику, активизирует речевые проявления.

Программа является *развивающим инструментом работы*, т.к. интерактивное оборудование возбуждает интерес детей, стимулирует их исследовательские действия, способствует развитию двигательной

активности, тактильной чувствительности, мелкой моторики. Спокойная, доброжелательная обстановка в сочетании с мощным положительным влиянием интерактивного оборудования способствует появлению у детей ощущения защищенности, спокойствия и уверенности в себе. Создаются условия для тренировки процессов торможения, необходимых при повышенной возбудимости и агрессивности, стимулируется интерес к познавательной деятельности детей.

Занятия по программе служат *профилактическим средством* отклоняющегося поведения детей. Опыт работы показывает, что занятия в сенсорной комнате способствуют повышению устойчивости детей к экстремальным ситуациям, улучшению концентрации их внимания, уменьшению эмоционального напряжения, нормализации тормозных процессов, что дает ребенку возможность управлять своим эмоциональным состоянием, подавлять вспышки раздражения и гнева.

Важное преимущество программы занятий в сенсорной комнате состоит в возможности проведения комплексной коррекционно-развивающей работы. На одном и том же занятии можно снизить эмоциональное напряжение, развивать мелкую моторику, используя игры, например с фиброоптическими волокнами, формировать устойчивость внимания при наблюдении за цветными пузырьками.

Занятия в сенсорной комнате могут быть как основным, так и дополнительным методом коррекционно-развивающей работы, в зависимости от того, какая задача выдвигается на первый план. Например, при детском церебральном параличе для восстановления двигательной функции основным лечебным методом является лечебная физкультура, занятия же в сенсорной комнате дополняют их, помогая снять психоэмоциональное напряжение, уменьшить мышечную спастику. А вот при нарушениях зрительно-моторной координации, мелкой моторики занятия в сенсорной комнате становятся основным методом, а массаж — дополнительным.

Сенсорная комната используется

для релаксации детей с невротическими и психосоматическими расстройствами;

для стимуляции различных функций организма (слуха, зрения, осязания, обоняния, двигательных функций, речи) у детей с ДЦП, психическими нарушениями;

для проведения коррекционных занятий с детьми, имеющими различные сенсомоторные нарушения; коррекции игровой деятельности;

для решения школьных проблем (снятие стрессов в период адаптации, коррекция психических процессов и др.);

для мероприятий, направленных на улучшение психического и физического здоровья ребенка.

**Характеристика контингента детей – участников программы**

Дети с ограниченными возможностями здоровья – лица, имеющие физический и (или) психический недостатки, которые препятствуют

освоению образовательных программ без создания специальных условий для получения образования.

К детям с ограниченными возможностями здоровья относятся дети:

- с нарушением слуха;
- с нарушением зрения;
- с тяжелыми нарушениями речи;
- с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
- с задержкой психического развития;
- с нарушением интеллекта;
- а также с иными ограничениями в здоровье (с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, в т.ч. с ранним детским аутизмом, комплексными нарушениями).

В число детей с ограниченными возможностями здоровья входят и дети - инвалиды. Дети-инвалиды – лица, которые имеют нарушения здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленные заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающими необходимость его социальной защиты.

Как показывает статистика, практически все дети с ограниченными возможностями здоровья имеют нарушения эмоциональной сферы в структуре дефекта. Спектр эмоциональных нарушений у детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья может быть чрезвычайно вариативен: от тяжелых неврозоподобных и психопатоподобных нарушений на фоне органического поражения ЦНС, до эмоциональных расстройств в связи с наличием физического дефекта или ранней социальной и психической депривацией. Чувства и эмоции большинства детей с ограниченными возможностями здоровья недостаточно дифференцированы. Они часто не понимают своих чувств, не соотносят их с переживаниями других людей, плохо различают выражение лица другого человека, их собственная мимико-жестовая речь скована. Все это приводит к возникновению трудностей при решении самых простых жизненных вопросов, в общении с окружающими[2,7].

Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа составлена для всех категорий детей с ограниченными возможностями здоровья и направлена на нормализацию психоэмоционального состояния как сопутствующего нарушения у данной категории детей.

Программа проводится параллельно с коррекцией первичных нарушений у детей учителями-дефектологами, учителем-логопедом, специальными психологами. Участие детей в данной программе позволят овладеть ребёнку наиболее адаптивными способами эмоционального взаимодействия с окружающим.

Категории детей, занимающихся по программе, соответствуют требованиям контингента детей Типового положения об образовательном учреждении для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи (в ред. Постановлении Правительства РФ от 23.12.2002 №919). Все дети проходят психолого-медико-педагогическую комиссию, где

даются рекомендации по проведению коррекционно-развивающей работы, обсуждаются показания и противопоказания (на основании Правил приема детей в государственные образовательные учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи (приказ Департамента образования области 19 мая 2010 г. № 821)).

**Цель данной программы -** нормализация психоэмоционального состояния у детей младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

В зависимости от формы основной патологии и сопутствующих заболеваний занятия в сенсорной комнате направлены на решение следующих **задач:**

*коррекционные:*

- снижение мышечного и психоэмоционального напряжения (стабилизация эмоционально-волевой и личностной сферы).
- активация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
- стимуляция ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух);
- коррекция двигательных функций;
- формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, увидеть успехи других, оценить свои достоинства – при групповой работе);
- стимуляции эмоционального, речевого развития;
- обучение приемам саморегуляции.

*развивающие:*

- развитие произвольности и самоконтроля;
- развитие навыков их невербального общения с окружающими (приобретение навыков гибкого взаимодействия с использованием невербальных сигналов, стремление к диалогу);
- развитие эмоционально-выразительных движений;
- развитие умения чувствовать и понимать других;
- преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;
- повышение уровня самооценки, уверенности в себе;
- создание положительного эмоционального фона.

Пребывание в сенсорной комнате также способствует улучшению эмоционального состояния; снижению беспокойства и агрессивности; снятию нервного возбуждения и тревожности; нормализации сна; активизации мозговой деятельности; ускорению восстановительных процессов.

**Показаниям и к включению занятий** детей в темной сенсорной комнате могут являться:

- различные психоневрологические проблемы (неврозы и неврозоподобные состояния; задержки психомоторного и речевого

развития; резидуально-органические поражения ЦНС с явлениями заикания, энуреза, энкопреза, тиков и т. п.; аутизм; адаптационные расстройства; школьные проблемы;
- все формы детского церебрального паралича;
- нарушения зрения, слуха, речи;
- нарушения эмоционально-волевой сферы (тревожность, замкнутость);
- трудности в поведении (разные формы отклоняющегося поведения).

**Противопоказаниями для занятий в сенсорной** комнате являются инфекционные заболевания. Ограничивает использование интерактивного оборудования сенсорной комнаты наличие у детей или взрослых астенические проявления, синдром гиперактивности, эпилептический синдром или готовность к эпилепсии, глубокая и умеренная умственная отсталость, психоневрологические заболевания, лечение которых проходит с помощью психотропных препаратов[10].

В то же время в сенсорной комнате разнообразно представлено оборудование, применение которого не имеет противопоказаний. Это различная мягкая мебель, подушечки с гранулами, треугольное кресло с гранулами, сенсорная тропа, сухой душ, настенный ковер «Млечный путь» и многое другое.

Рекомендации по использованию оборудования темной сенсорной комнаты с отдельными категориями детей в темной сенсорной комнате представлены в приложении 1.

**Организационные условия проведения занятий**

Занятия по программе проводятся в течение учебного года. Начало занятий по программе определяется рекомендациями по включению ребенка в программу (например, в начале, середине коррекционно-развивающих занятий с другими специалистами). Программа включает 13 занятий. Режим занятий - один раз в неделю. Продолжительность каждого занятия–15-30 минут, что определяется тяжестью состояния, индивидуальными и возрастными особенностями детей.

Данная программа предназначена как для индивидуальной, так и для групповой формы работы с детьми.

Оптимальная наполняемость детей в группе 3-5. В группу подбираются дети, не имеющие противопоказаний для групповой работы. Количество одновременно занимающихся детей зависит от задач, стоящих перед педагогом-психологом, а также от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Наш опыт показал, что увеличение группы снижает эффективность работы.

В сложных случаях возможно увеличение числа занятий до полной коррекции или проведение занятий индивидуально.

**Научно-методическое обоснование используемых методов, приемов, техник**

Теоретико-методологической основой разработки программы стали фундаментальные положения физиологии, психофизиологии, специальной психологии и коррекционной педагогики об особенностях разных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья, о единстве законов развития нормально развивающегося и ребенка с отклонениями в развитии (Л. С. Выготский);комплексный подход к реабилитации детей-инвалидов (Л. О. Бадалян, Г. И. Белова, И. Ю. Левченко, Н. Н. Малофеев, И. И. Мамайчук, Е. М. Мастюкова, О. Г. Приходько, К. А. Семенова, Т. Г. Шамарин, Л. М. Шипицына); теория дизонтогенеза (Л.С. Выготский); принцип единства диагностики и коррекции развития (Л. С. Выготский, В. И. Лубовский, А. Р. Лурия); учение о зоне ближайшего развития ребенка Л.С. Выготского; учение о компенсации нарушенных функций (П. К. Анохин, Л. С. Выготский, В. И. Лубовский); принцип учета зон актуального и ближайшего развития (Л.С. Выготский); дифференцированный и личностно-ориентированный подход к коррекционно-развивающей работе с детьми (Л. С. Выготский, Т. А. Власова)[9, 10].

Методологической базой занятий в интерактивной среде темной сенсорной комнаты, научным фундаментом коррекционно-развивающей и реабилитационной работы с детьми стала гуманистическая психология. Самостоятельность ребенка в безопасном пространстве темной сенсорной комнаты дает ему возможность свободного выбора и формирует опыт стрессоустойчивого поведения. Активное сенсорное воздействие интерактивного оборудования позволяет проводить коррекционные мероприятия в щадящих и комфортных условиях. Интерактивное оборудование темной сенсорной комнаты позволяет решать главную задачу программы и сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья - гармонизацию психоэмоционального состояния.

Среда сенсорной комнаты определяется как интерактивная среда. Интерактивность (от англ. interaction – взаимодействие) – понятие, описывающее характер взаимодействия между объектами. Интерактивность применительно к сенсорной комнате - это новый вид виртуальной реальности. Взаимодействуя с интерактивным оборудованием, ребенок «погружается» в ирреальной пространство. Например, в сухом бассейне создается эффект «плавания» в цветной воде и т.п.

Сенсорный поток, поставляя информацию в центральную нервную систему, является основным фактором, воздействующим на мозг ребенка. Мозг активизируется через стимуляцию базовых органов – зрения, слуха, обоняния, осязания, вестибулярных и других рецепторов. При некоторых заболеваниях, например при детском церебральном параличе, нарушениях слуха и зрения, сенсорный поток депривирован. В этом случае необходима дополнительная сенсорная стимуляция, которую удобней всего реализовать в темной сенсорной комнате, оснащенной стимуляторами различного типа.

При этом основой комнаты релаксации является свет, так как более 90%информации человек получает через глаза, и именно через воздействие специального света можно добиться наиболее полной релаксации, психологической разгрузки и восстановления сил человека. Свет

определенного цвета воздействует сразу на физическом и психологическом уровнях, гармонизирует состояние человека, способствует созданию чувства комфорта и уверенности, придает силы, исцеляет[10].

Спокойная, красивая музыка и необычные звуки, используемые на занятиях в сенсорной комнате обладают терапевтическим эффектом.

Оборудование сенсорной комнаты можно разделить на два функциональных блока:

1. Релаксационный - в него входят мягкие покрытия, пуфики и подушечки, напольные и настенные маты, сухой бассейн с безопасными зеркалами, приборы, создающие рассеянный свет, мобайлы (подвешенные подвижные конструкции, игрушки), библиотека релаксационной музыки. Ребенок лежа на мягких формах, может принять комфортную позу и расслабиться. Медленно проплывающий рассеянный свет в сочетании с успокаивающей музыкой создают атмосферу безопасности и спокойствия. При необходимости, дополнительно, в такой обстановке можно проводить психотерапевтическую работу с обучающимся.
2. Активационный - в него входит все оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами, сенсорные панели для рук и ног, массажные мячики, мобайлы (подвешенные подвижные конструкции, игрушки) и т.д. Яркие светооптические эффекты привлекают, стимулируют и поддерживают внимание, создают радостную атмосферу праздника. Применение оборудования этого блока СК направлено на стимуляцию исследовательского интереса и двигательной активности[4,5].

Некоторые специалисты придерживаются следующего разделения Сенсорной комнаты на блоки, в зависимости от чувств на которые воздействует оборудование:

– мягкая среда - обеспечивает уют, комфорт и безопасность. Главной её целью является создание условий для релаксации и спокойного состояния. Поэтому, все изделия мягкой обстановки решены в спокойных тонах.
– зрительная и звуковая среда - спокойная музыка и медленно меняющиеся расплывчатые световые эффекты действуют на человека успокаивающе и расслабляюще. Яркие светооптические и звуковые эффекты привлекают и поддерживают внимание, используются для зрительной и слуховой стимуляции, стимуляции двигательной активности и исследовательского интереса.
– тактильная среда - позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учит различать свойства предметов и улучшает зрительно-моторную координацию.
– среда запахов (воздушная) - в основе лечения запахами (ароматерапии) лежит принцип воздействия на организм человека натуральных эфирных масел, которые применялись для лечения и профилактики заболеваний с древнейших времен. Практически все натуральные эфирные масла обладают ярко выраженными бактерицидными, антисептическими, антивирусными и противовоспалительными свойствами, положительно действуют на нервную систему, психоэмоциональное состояние,

стимулируют процессы саморегуляции и иммунитета, улучшают работу всех систем организма[11].

В зависимости от проблематики и возраста занимающихся используеются **разные приемы и методы работы** в интерактивной среде сенсорной комнаты.

*Релаксационные упражнения* - один из способов преодоления внутреннего напряжения, основанный на более или менее сознательном расслаблении мышц[4].Обучая детей методам релаксации, мы помогаем им снять внутреннее мышечное напряжение, успокоиться и тем самым привести нервную систему и психику в нормальное состояние. Цель релаксационный упражнений - освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук, ног. Релаксационные техники используются со специально подобранной музыкой. Примеры использования релаксационных упражнений представлены в приложениях 2,3.

*Дыхательные техники.* Дыхательные упражнения успокаивают и способствуют концентрации внимания, стимулирующие упражнения не только повышают энергетический потенциал, но и обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают внимание, произвольность движений, успокаивают и уравновешивают. Дыхательные упражнения стимулируют движения диафрагмы, улучшают осанку, кровообращение, гармонизируют деятельность дыхательной, нервной и сердечно-сосудистых систем[5].

*Музыкотерапия, активное слушание музыкальных произведений*. Многогранность влияния музыки поможет подготовить ребенка к учебе, активизировать психические процессы и познавательную деятельность, сформировать нужный эмоциональный настрой, помочь расслабиться и отдохнуть. Музыка на занятиях дает возможность проводить обучение с учетом психофизиологии ребенка, интенсивно развивать головной мозг, активизировать компенсаторные механизмы, обеспечивает полисенсорную стимуляцию познавательной деятельности ребенка[1,13].

Музыкальный материал для занятий в интерактивной среде темной сенсорной комнаты можно составить из произведений классической музыки в соответствии с возрастными особенностями.

Например, возможен следующий вариант использования классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния обучающихся:

- для уменьшения чувства тревоги и неуверенности: Ф. Шопен «Мазурка», «Прелюдии»; И. Штраус «Вальсы»;
- для уменьшения раздражительности: И. С. Бах «Кантата 2»; Л. Бетховен «Лунная соната» (ч. 1);
- для общего успокоения**:** И. Брамс «Колыбельная»; Ф. Шуберт «Аве Мария»;
- для снятия симптомов тревожности: Б. Барток «Соната для фортепиано»; А. Брукнер «Месса ля-минор»;
- для уменьшения эмоционального напряжения: Ф. Лист «Венгерская рапсодия» (ч. 1); А. Хачатурян «Сюита “Маскарад”»;

– для поднятия общего жизненного тонуса, улучшения самочувствия, активности: Л. Бетховен «Увертюра “Эгмонд”»; Ф. Лист «Венгерская рапсодия» (ч. 2).
– для уменьшения скрытой агрессии: И. С. Бах «Итальянский концерт»; Й. Гайдн «Симфония».

*Коммуникативные упражнения.* Беседы с детьми по итогам прослушивания музыки, воображаемых образов стимулируют речевую активность, развивают воображение, навыки сотрудничества [12,14].

*Когнитивные (кинезиологические) упражнения*, направленные на развитие межполушарного взаимодействия. Под их влиянием в организме происходят положительные структурные изменения: совершенствуется регулирующая и координирующая функция нервной системы, гармонизируется работа головного мозга. Постепенно от занятия к занятию повышается сложность этих упражнений и увеличивается время их выполнения. Например, И. п.: сидя на полу. Дети смотрят на пузырьковую колонну с рыбками. Психолог обращает внимание на смену цвета воды. Детям предлагается мысленно заполнить свое тело каким-либо цветом (красным, синим, зеленым) по их выбору. Необходимо обратить их внимание на то, что цвет должен быть ярким и чистым. Можно сконцентрироваться на сходстве или различии цветов, тогда их можно представить более четкими. Для каждого цвета можно подобрать позу, которая поможет визуализировать цвет[4, 12,14].

*Массаж.* Это один из видов пассивной гимнастики[9]. Он оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышает тонус. Существуют следующие приемы массажа: поглаживание, растирание, разминание, выжимание, активные и пассивные движения. Хорошую результативность показывает использование мячиков-ежиков.

Использование в коррекционно-развивающей работе разных приемов и техник помогает решить задачи формирования у детей с ограниченными возможностями здоровья положительных эмоций, снятия психомышечного напряжения.

Все перечисленные приемы повторяются на каждом занятии, может меняться и усложняться содержание упражнений. При этом используются разные возможности интерактивного оборудования.

Гарантия прав участников программы обеспечивается соблюдением ряда принципов.

**Принципы реализации программы**

1. Программа проводится с *учетом индивидуальных особенностей развития ребенка*, индивидуальной коррекционно-развивающей программы.
2. *Принцип единства диагностики и коррекции.* До проведения занятий в темной сенсорной комнате педагог-психолог должен иметь сведения об особенностях каждого ребенка, а также его медицинских показаниях и противопоказаниях. Такие сведения можно получить с помощью разных методов диагностик: наблюдения, проективных методик, социометрической пробы, педагогической диагностики и т. д. Сбор анамнестических данных и выявление актуального уровня развития познавательной сферы, особенностей эмоционально-волевой сферы

ребенка и зоны его ближайшего развития важен для правильного подбора оборудования. Полученные диагностические данные после проведения коррекционной работы позволят определить результативность занятий, спрогнозировать дальнейшую работу в интерактивной среде темной сенсорной комнаты.

3. При реализации программы соблюдаются *принципы последовательности и постепенности введения интерактивного оборудования*. Дидактические игрушки ярких, привлекательных цветов вызывают у ребенка желание совершать различные действия: приближение, прикосновение, захват, раскачивание, исследование и т. д.

**Материально-техническое обеспечение программы**

Сенсорная комната — это помещение, оснащенное специально подобранным высококачественным оборудованием.

Для проведения релаксационный мероприятий собрана подборка дисков с релаксационными мелодиями, звуками живой природы.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

- сформированность умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих;
- развитие двигательных способностей, сознательного управления движениями (для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- приобретение навыков произвольной саморегуляции;
- развитие активного словаря;
- снижение тревожности.

**Методы определения результативности программы**

Эффективность работы отслеживается по данным психологической диагностики, проводимой перед началом занятий и по их завершении, по результатам анкетирования родителей (законных представителей), наблюдений за детьми на каждом занятии.

*Качественные показатели эффективности реализации программы:*

- снижение уровня тревожности;
- способность воспитанников к саморегуляции;
- обогащение эмоционального фона.

*Количественные показатели эффективности реализации программы* отражаются через следующие диагностические методики:

- цветовой тест М.Люшера,
- методика измерения самооценки В.Г. Щур «Лесенка»,
- методика изучения тревожности Прихожан (для детей школьного возраста),
- методика экспресс-диагностики самоидентичности «Дерево» (интерпретация разработана Пономаренко Л.П.).

## Календарно-тематический план

| № п/п | Сроки | Неделя | Вид занятия | Наименование темы, название занятия | Кол-во часов |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Сентябрь | 1 неделя | Практическое занятие | Волшебное путешествие | 1 |
| 2. | | 3 неделя | Практическое занятие | Звездный день | 1 |
| 3. | Октябрь | 1 неделя | Практическое занятие | Морское путешествие | 1 |
| 4. | | 3 неделя | Практическое занятие | Давайте представим | 1 |
| 5. | Ноябрь | 2 неделя | Практическое занятие | Какой Я | 1 |
| 6. | | 4 неделя | Практическое занятие | Веселые человечки | 1 |
| 7. | Декабрь | 2 неделя | Практическое занятие | Узнай себя | 1 |
| 8. | | 4 неделя | Практическое занятие | Журчание воды | 1 |
| 9. | Январь | 3 неделя | Практическое занятие | Отдых на море | 1 |
| 10. | Февраль | 1 неделя | Практическое занятие | Летняя ночь | 1 |
| 11. | | 3 неделя | Практическое занятие | Рыбки | 1 |
| 12. | Март | 1 неделя | Практическое занятие | Прогулка по сказочному лесу | 2 |
| 13. | | 3 неделя | Практическое занятие | | |

Приложение 4

## Перечень оборудования сенсорной комнаты

| | Название | Описание | Область применения |
|---|---|---|---|
| 1 | Детское складное кресло «Трансформер» | Удобное кресло с изгибами, повторяющими форму тела. | Кресло позволяет принять комфортную для расслабления позу, отдохнуть и спокойно понаблюдать за происходящим вокруг. Чаще применяется в релаксационных напряжениях. |
| 2 | Пуфик-кресло с гранулами | Пуфик набит пенополистерольными гранулами. | Позволяет снять излишнюю напряженность, успокоиться, принять удобную для наблюдения позу. Поверхность пуфика способствует тактильной стимуляции соприкасающихся с ним частей тела. Легкие пенополистерольные гранулы оказывают мягкое приятное воздействие и способствуют лучшему расслаблению за счет легкого точечного массажа. Кроме того, воздушное пространство между гранулами обеспечивает вентиляцию и сухое тепло. |
| 3 | Зеркальный шар с мотором (цветной, белый) | При одновременной работе данных приборов возникает эффект бесконечного множества бликов, напоминающих падающий снег или «солнечных зайчиков». В сочетании со спокойной музыкой эти блики создают ощущения сказки, героями которой становятся те, кто находится в сенсорной комнате. Дополнительный эффект создается при автоматической смене цвета луча, направленного на зеркальный шар. | Прибор активно используется в процессе проведения релаксационных упражнений, а также занятий по фантастическим сказочным сюжетам, стимулируя зрительное восприятие, развивая воображение, концентрируя внимание на движущихся бликах. |
| 4 | Фиброоптический душ | Основанием сухого душа служит безопасное пластиковое зеркало, к которому прикреплены фиброоптические волокна. | Волокна спускаются вниз, словно струи воды, их приятно трогать, перебирать в руках, сквозь них можно проходить, касаясь лицом. Зайдя внутрь можно посмотреть вверх и увидеть себя. За «струями» волокон можно спрятаться от внешнего мира, что особенно подходит для аутичных детей. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | Разноцветные «струи» стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве. |
| 6 | Сенсорная тропа для ног | Напольное покрытие с мягкими мешочками. Мешочки забитыми различными по структуре материалами (начиная от крупных шариков и заканчивая мелким песком). | Способствует развитию рецепторов стопы, тактильного восприятия, координации движений, стимулирует работу внутренних органов.<br>Может использоваться как ритуал вхождения и выхода из сенсорной комнаты, или как отдельное оборудование на занятии. |
| 7 | Фиброоптическая трубка | Детский уголок с фиброоптической колонной. Волокна меняют свой цвет. | Такая колонна – основной и неотъемлемый элемент темной сенсорной комнаты. Она эффективна для стимуляции зрительных и тактильных ощущений. Мягкая платформа, окружающая колонну, позволяет удобно расположиться рядом и ощущать тактильно и зрительно ее благотворное терапевтическое воздействие: успокоиться, расслабиться, настроиться на позитивное взаимодействие с окружающей средой. |
| 8 | Настенный ковер «Звездное небо» | Большое настенное панно с мерцающими звездами на фоне темного неба. В ворс темной ткани вплетены оптические волокна. Кончик нити торчит из ковра. | При взаимодействии с панно у ребенка возникает ощущение, будто бы он дотрагивается рукою до звезд.<br>Панно и ковер находят применение в развивающей и коррекционной работе для стимуляции тактильно-визуальных ощущений, пространственных представлений и ориентировок, развития восприятия, воображения, внимания, а также снижения уровня психоэмоционального и мышечного напряжения. |
| 10 | Интерактивная световая панель | Декоративный световой модуль на базе оптического волокна. Интерактивный пульт управления, позволяющий ведущему или пациенту вживую управлять светоэффектом. | В комплексе с музыкальным сопровождением, чаще используется в релаксационных упражнениях. Способствует снижению уровня тревожности и развитию визуальных и тактильных ощущений. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 12 | Световой стол для рисования песком | Стол с матовой стеклянной столешницей, подсвеченной снизу. | На столе можно рисовать песком. Используется на тематических занятиях по сказочным сюжетам. Способствует развитию визуальных и тактильных ощущений. Активизирует внимание, снимает напряжение. |