

Г.В. Жаркова, Н.В. Пожидаева

Развитие коммуникативной компетентности старших дошкольников в сенсорной комнате*



В статье автор раскрывает основные принципы использования сенсорной комнаты в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: дошкольники, сенсорная комната, ведущая деятельность, общение.

Пояснительная записка

Счастливым, улыбающимся, умеющим общаться с окружающими людьми — наверное, вот таким хотят видеть все без исключения своего ребёнка. Очень важно в дошкольном возрасте сформировать умение конструктивно общаться, взаимодействовать со взрослыми и сверстниками.

Введение новых Федеральных государственных образовательных стандартов в дошкольном образовании (ФГОС ДО) обуславливает развитие необходимых коммуникативных способностей на протяжении всего дошкольного периода. В образовательной программе дошкольного образования появилась отдельная социально-коммуникативная образовательная область. Возникает вопрос: для чего?

С психологической точки зрения, ребёнок в детском саду должен учиться взаимодействовать с разными взрослыми и детьми, должен, согласно закону психического развития, научиться общаться, освоив разные позиции и роли в процессе общения, приобрести опыт совместной и коллективной деятельности. Все это строится на уже сложившейся индивидуальной деятельности ребёнка, которая предшествует коллективным видам деятельности и одновременно позволяет ассимилировать достижения коллективных видов деятельности.

На сегодняшний день ни у кого уже не возникает сомнений: чтобы добиться успеха в жизни, школе, работе, бизнесе, необходимо умение общаться, сохранять дружеские отношения, быть открытым и снисходительным, не зря бытует выражение: 100% успеха равно 80% коммуникации плюс 20% знаний — это очень важно.

* Основой для публикации послужил одноименный курс интерактивных психологических занятий, с полной версией которого (включающей, в том числе, описание всех 12 упражнений), можно ознакомиться, обратившись к автору по месту работы: 350072, г. Краснодар, ул. Зиповская, 9 «А», «Детский сад комбинированного вида №123», Жаркова Галина Валерьевна, тел: 8 (861) 257-04-42.

Жаркова Галина Валерьевна — педагог-психолог МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад комбинированного вида №123».

Пожидаева Наталия Владимировна — учитель-дефектолог (тифлопедагог) МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад комбинированного вида №123».



Старший дошкольный возраст характеризуется тем, что ведущей деятельностью становится общение, человек стремится познать себя и другого как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В 5–6 лет дошкольники совершают положительный нравственный выбор (преимущественно в воображаемом плане). Чаще начинают употреблять и более точные слова для обозначения моральных понятий — вежливый, честный, заботливый и др. В этом возрасте в поведении дошкольников формируется возможность саморегуляции, то есть дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так, они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т. п.).

Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. Дети начинают эмоционально переживать не только оценку своего поведения другими, но и соблюдение ими самими норм и правил, соответствие их поведения своим морально-нравственным представлениям. Всё это обусловлено возрастными особенностями, но играть умеют не все дети, договариваться тоже; существует недостаток в общении, коммуникации.

На этапе завершения дошкольного образования ребёнок должен уметь «...договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять чувства, в том числе чувство веры в себя, старание разрешать конфликты...».

Но всё же остаются дети, у которых эти навыки не сформированы на этапе завершения дошкольного образования. Всё это может привести к тому, что впо-

следствии у ребёнка могут быть трудности в адаптационном периоде, в учебной деятельности, взаимодействии со сверстниками и т. д.

Изучив разносторонне эту проблему, стоящую перед современными детьми, мы разработали курс интерактивных психологических занятий «Развитие коммуникативной компетентности старших дошкольников в сенсорной комнате». Основной целью этого курса является развитие коммуникативных способностей детей старшего дошкольного возраста через взаимодействие с использованием интерактивной среды сенсорной комнаты.

На основании всего вышесказанного можно сделать вывод, что если по данной проблеме проводить систематическую целенаправленную работу, то сформированные навыки коммуникативных способностей ребёнка дошкольного возраста обеспечат его успешную адаптацию в среде сверстников, позволят совершенствовать коммуникативную компетентность в процессе учебной деятельности при переходе к новой ступени образования.

Традиционно предлагаются занятия по разным направлениям, но в нашем образовательном учреждении есть уникальная среда — это сенсорная комната. Сенсорная комната расширяет варианты и эффективность психолого-педагогического воздействия на детей за счёт включения дополнительных возможностей. В свою очередь — это организованная особым способом интерактивная среда, позволяющая детям быть свободными, ощущать себя в безопасности.

Традиционные методы педагогической коррекции уже не актуальны, так как они отличаются однообразием материалов. Напротив, в оборудовании сенсорной комнаты заложено разнообразие стимулов, что повышает эффективность коррекционных занятий; создаёт дополнительные ресурсы для развития детей. Оптимальное комплексное воздействие на все органы чувств и нервную систему детей создаёт радостное настроение и ощущение полной безопасности — всё это позволяет говорить об уникальности и ценности сенсорной комнаты для всех.

Воздействие на мозг разнообразными стимулами через 15–20 минут пребывания в сенсорной комнате способствует достижению состояния релаксации, на фоне которой нормализуются многие функции человеческого организма.

В уютной, доверительной обстановке сенсорной комнаты у детей создаётся ощущение спокойствия, уверенности в себе, восстанавливается эмоциональный комфорт, снимается тревожность. Возможности сенсорной комнаты обеспечивают быстрое установление эмоционально-положительного контакта между ребёнком и взрослым. Каждый специалист при этом решает свои специфические задачи. Грамотно организованные занятия с использованием различных заданий, игровых упражнений, способствуют развитию коммуникативных способностей и возможностей.



Интерактивная среда сенсорной комнаты

Сенсорная комната — это особым образом организованная окружающая среда, наполненная различного рода стимуляторами, это специально-оборудованное помещение, которое условно называют интерактивной средой сенсорной комнаты. Стимуляторы воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и другие. Интерактивность (от англ. interaction — взаимодействие) — одна из значимых категорий психологии, информатики, социологии и других наук. Интерактивность — это способность получать информационные потоки из множества различных источников и реагировать на них, каким-либо действенным (конкретным, но не всегда однообразным) способом.

Впервые понятие «сенсорная комната» было введено М. Монтессори. В её педагогической системе, основанной на сенсорном воспитании, среда, в которой организуется работа с детьми, рассматривается как специально оборудованное помещение. Сама идея искусственной стимуляции сенсорного восприятия средствами специально созданной среды родилась в Голландии в конце 70-х годов прошлого века, а затем была развита в Великобритании.

Использование сенсорной комнаты основано на интегративной теории понимания человеческой психики — гуманистической психологии, в которой акцентируется поддержка и развитие внутренней природы человека, а не её сдерживание или подавление. Негативные и разрушающие аспекты поведения и психики людей являются, как правило, реакцией фрустрации на ограничения и препятствия, которые мешают развитию собственного «Я».

Внутренняя природа человека стремится к самореализации, самосовершенствованию и достижению физического и психического здоровья. Тенденция к самореализации и совершенству — база для психокоррекции, где центральным действующим лицом является сам человек. Если этой тенденции не препятствовать, а поддерживать и поощрять ее, она приводит к замечательным результатам.

Развитию собственного «Я» часто мешают внешние факторы. Окружающая среда навязывает человеку оценки и ожидания, поэтому ещё Л.С. Выготский обратил внимание на то, что в основе формирования и развития высших психических функций лежит сложный процесс интеграции внешнего мира во внутренний. Мы воспринимаем окружающий мир и события, происходящие внутри нас, при помощи органов чувств. Каждый из них реагирует на влияние окружающей среды и передаёт соответствующую информацию в ЦНС.

Сенсорный поток, поставляя информацию в центральную нервную систему, является основным фактором, обеспечивающим созревание мозга ребёнка, и предопределяет развитие его поведения и психики. Мозг активизируется через стимуляцию базовых органов — зрения, слуха, обоняния, осязания, вести-

булярных и других рецепторов. Кроме того, сенсорное восприятие часто имеет эмоциональную окраску, которую можно выразить парами слов: приятно — неприятно, комфортно — дискомфортно, прекрасно — безобразно.

Среда тёмной сенсорной комнаты позволяет создать эмоциональную обстановку положительной модальности, вызывает приятные, эстетически значимые ощущения, помогает преодолеть тревожные переживания, страхи, достичь состояния эмоционального комфорта. Все предметы, которые находятся в этой комнате, являются абсолютно безопасными при передвижении в полумраке. Здесь с помощью различного оборудования создаётся ощущение комфорта и безопасности, что способствует быстрому установлению тесного контакта между педагогами и детьми.

Спокойная цветовая гамма, мягкий свет, тихая нежная музыка — все это создаёт ощущение покоя, умиротворённости. В сенсорной комнате занятия проводятся под руководством психолога и учителя-дефектолога, но помимо этого интерактивная среда может с успехом использоваться и для саморелаксации.

Противопоказаниями к занятиям в сенсорной комнате являются инфекционные заболевания. Ограничивает использование интерактивного оборудования сенсорной комнаты наличие у детей или взрослых астенических проявлений, синдрома гиперреактивности, эпилептического синдрома или готовности к эпилепсии, умеренной и тяжёлой умственной отсталости, психоневрологических заболеваний, лечение которых проходит с помощью психотропных препаратов.

Характеристика сенсорной комнаты

В своём учреждении, изучив литературу по данному вопросу, мы создали с помощью родителей и сотрудников адаптированный вариант сенсорной





комнаты без приобретения дорогостоящего оборудования. Авторы выражают благодарность заведующей ДОУ, родителям и членам коллектива за работу по созданию оборудования сенсорной комнаты.

Сенсорная комната в МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад комбинированного вида №123» — это закрытое помещение без окон общей площадью 12 квадратных метров, оборудованное по специальному проекту. Оформление интерьера, цвет оборудования подбирались с учётом их психотерапевтического воздействия. Оборудование сенсорной комнаты соответствует современным требованиям медицины, психологии и социологии. Сенсорная комната каждый год обновляется. Сенсорная комната в нашем учреждении — это уютная, красивая сказочная комната с угловым таинственного леса, загадочным подводным царством, фантастическим поднебесьем. Необыкновенное её убранство благоприятно действует на психику ребёнка: лечит, развивает, очаровывает. Музыка и игра цвета в сочетании с движениями создают прекрасную возможность для развития двигательной активности и релаксации.

Условно комната поделена на два сюжетных мотива: «Волшебный лес» и «Морское дно». В соответствии с этим на стенах расположены фотообои «Лес» и «Море». На полу имеется мягкое покрытие «Зелёная травка». Освещение регулируется до полной темноты. В любое время года — комфортная температура, имеется вентиляция. К сюжетному мотиву «Морское дно» можно отнести: мерцающую сеть, мобайлы рыб, искусственные водоросли, игрушечные рыбки, морские звёзды, световое окно с морским сюжетом, тактильно-световую пузырьковую колонну, сухой бассейн. Сюжетный мотив «Волшебный лес» включает в себя: световое окно с изображением деревьев; поляну с мобайлами пчёл и насекомых; мягкий модуль «Дерево», мобайлы листьев, птиц; мягкие и пластиковые игрушки животных; искусственные цве-



ты. Тактильная среда представляет собой сухой бассейн, оптоволоконный пучок.

Зрительная и звуковая среда представлены: музыкальным центром, аудиотекой, зеркальным шаром с проектом направленного света; панно «Звёздное небо», «Бесконечность»; звукоактивным проектором светозффектов; мерцающей сеткой с контроллером, позволяющим зафиксировать любой свет.

Функциональные среды оборудования сенсорной комнаты по воздействию на центральную нервную систему делятся на две: релаксационную и активационную.

Релаксационная среда включает такие элементы, как:

- комплект мягких модулей,
- мягкий остров,
- музыкальный центр,
- фотообои,
- тактильно-световая пузырьковая колонна.

Активационная среда включает следующие элементы:

- сухой бассейн,
- проектор направленного света,
- зеркальный шар,
- подвеска «Улыбашки»,
- напольные сенсорные дорожки.

Виды и формы работы в сенсорной комнате

Виды и формы работы в сенсорной комнате представлены в таблице.

Развитие коммуникативной компетентности старших дошкольников в сенсорной комнате

Цель программы: формирование необходимых коммуникативных способностей дошкольников для межличностных коммуникаций; знаний через овладение системой навыков, направленных на обеспечение активности познавательной деятельности, снятие телесных зажимов.

Основные задачи программы:

1. Выявление уровня развития коммуникативных способностей.
2. Формирование и коррекция нарушения в общении, развитие нравственных и коммуникативных качеств, снятие тревоги, создание чувства безопасности, защищённости.
3. Обучение способам выражения своих чувств, распознавание эмоций и состояний других людей через мимику, жесты, интонацию.
4. Развитие чувства эмпатии в коммуникативных контактах.

Методы и технологии, используемые в работе:

- метод игрового моделирования поведения;
- метод визуализации;
- методы телесно-ориентированной терапии;

- релаксационные методы;
- метод сказкотерапии;
- психогимнастика (автор М.И. Чистякова);
- технология обучения в сотрудничестве.

Занятия в сенсорной комнате строятся в игровой форме, чтобы дети чувствовали себя свободно, а психолог мог, учитывая эмоциональное состояние детей, менять ход занятий. Комплексное воздействие на все органы чувств и нервную систему, очарование «живой сказки», создающее радостное настроение и ощущение полной безопасности, — всё это позволяет говорить об уникальности и ценности сенсорной комнаты для детей и взрослых.

На занятиях применяются различные источники света, звуков, поэтому перед началом основной работы необходимо познакомить детей с каждым прибором, научить концентрировать на нём внимание, выполнять определённые действия, принимать удобные для занятия и наблюдения позы и т. д. Включение прожекторов и введение в занятие различных эффектов, воздействующих на восприятие, также требует постепенности и периодичности. Например, занятие с пузырьковой колонной, установленной на мягкой платформе, сопровождается спокойной мелодией, в то время, как другие проекторы одновременно не включаются, поскольку каждый из них в зависимости от сюжета занятия требует мелодии, соответствующей скорости световых эффектов.

Условия реализации программы

Срок реализации программы курса — 4 месяца (16 недель). Занятия проводятся один раз в неделю. Длительность: 25–30 минут.

Группы детей формируются по результатам наблюдений, запросу педагогов и родителей. Состав группы — 6–8 детей.

На начальном и завершающем этапах проводится диагностика уровня развития коммуникативных способностей детей. В конце проведения курса определяется результативность проводимых занятий.

12 занятий включают в себя этюды, игры, упражнения, сюжетную линию непосредственно в сенсорной комнате. Они разнообразны, доступны детям по содержанию.

Процесс проведения занятий предполагает гибкость и творчество. Настроение детей, их психологическое состояние в конкретные моменты могут стать причиной варьирования методов, приёмов и структуры занятий.

Алгоритм построения занятий

I часть — Ритуал начала занятия. Вход в сказочную атмосферу. Создание положительного настроения на занятие. Используются психологические приёмы с включением световых, цветовых, музыкальных стимулов; игровые приёмы; разминка в кругу, ритуал «вхождения» в сюжет.

II часть — Основная часть направлена на решение задач программы. Она включает упражнения с использованием тренажёров (не более 3–4), этюды, психологические упражнения, активизирующие и концентрирующие внимание и сенсорные процессы, игры-драматизации, элементы сказкотерапии, игротерапии, музыкотерапии. Ритуал возвращения из сказки или путешествия.

III часть — Ритуал окончания занятия. Подведение итогов, обратная связь; закрепление психологического положительного настроения. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности; рефлексия.

Учебно-тематический план

1. Таинственная комната.

Цель: познакомить с сенсорной комнатой (правилами поведения и безопасности); развивать коммуникативные навыки; активизировать произвольное внимание, умственные способности; закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи.

2. Космическое путешествие.

Цель: формирование коммуникативных навыков; расширение представления детей о космосе; развитие воображения и внимания.

3. Путешествие друзей в мир цвета и настроения.

Цель: создание бодрого и оптимистичного настроения; активизация пассивных детей и снятие эмоционального напряжения; развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; цветотерапия.

4. «Волшебная» комната для друзей.

Цель: создание мотивационной базы для следующих занятий; развитие внимания и воображения; снижение уровня тревожности.

5. Времена года — Осень.

Цель: формирование коммуникативных навыков; развитие тактильной чувствительности, цветового восприятия; развитие чувства эмпатии.

6. Путешествие в «сказочный лес».

Цель: развитие невербального общения, зрительного восприятия и внимания

7. Сказочное озеро.

Цель: формирование коммуникативных навыков, снижение уровня психо-эмоционального состояния; развитие чувства эмпатии, воображения, зрительного восприятия.

8. Путешествие к ручейку.

Цель: формирование коммуникативных способностей; развитие творческого воображения и внимания.

9. Времена года — Зима.

Цель: формирование коммуникативных способностей, нормализация эмоционально-волевой сферы; закрепление знаний детей о зиме как времени года;



Наименование оборудования	Назначение	Виды и формы работы
1. Мягкое напольное покрытие.	Релаксация, снятие негативных эмоций и состояний; развитие воображения. Развитие образа тела, общей моторики, пространственных представлений. Саморегуляция психического состояния.	Упражнения на релаксацию и воображение. Игры на снятие агрессивности.
2. Мягкий остров.	Реабилитация нервно-психического состояния. Саморегуляция психического состояния.	Наблюдение и отдых. Комплекс упражнений на релаксацию. Комплекс упражнений на воображение.
3. Сухой бассейн.	Удовлетворение потребности в гармоничных движениях, стимулирование поисковой и творческой активности; снижение уровня психоэмоционального напряжения. Развитие кинестетической и тактильной чувствительности, образа тела, пространственных восприятий и представлений, проприоцептивной чувствительности. Коррекция уровня тревожности и агрессивности.	Игра «Море шариков»; имитация плавания; игры на снятие агрессивности; развитие воображения; коррекция уровня тревожности; релаксация.
4. Панно «Млечный путь».	Привлекает внимание. Завораживает. Релаксационное воздействие. Развитие фантазии и воображения.	Упражнения на воображение, рассматривание «звёздного неба», определение цвета огоньков.
5. Оптоволоконный пучок.	Можно держать в руках, перебирать, обматывать вокруг тела, лежать на волокнах. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают.	Упражнения для развития мелкой моторики, описание своих ощущений при перебирании волокон руками; релаксация.
6. Пузырьковая колонна.	Развитие зрительного восприятия. Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов.	Сказкотерапия, релаксация; упражнения «Найди такую же рыбку», «Море пузырьков»; наблюдение за сменой цветности фона.
7. Зеркальный серебряный шар.	Создание «волшебной» атмосферы — эффект плавающих по всей комнате световых пятен. Развитие зрительного восприятия; воображения. Релаксация.	Сказкотерапия. Комплекс упражнений по релаксации. Упражнение «Светлячки». Игра «Путешествие в космос». Упражнение «Дискотека».
8. Бесконечность.	Создание положительного настроения. Сенсорное развитие, релаксация.	Упражнение «Найди такой же огонёк»; наблюдение за движением «бесконечности» вовнутрь и наружу.
9. Проектор цветовых эффектов.	Создание психологического комфорта; обогащение восприимчивости и воображения.	Сказкотерапия, музыкотерапия.
10. Музыкальный центр и набор аудиокассет или CD-дисков.	Обогащение восприятия и воображения; создание психологического комфорта; воздействие слуховых образов; снижение нервно-психического и эмоционального напряжения; активизация двигательной активности.	Музыкальное фоновое сопровождение игр, упражнений, заданий, релаксации.
11. Цветочная поляна.	Развитие сенсорных чувств, цветоощущений и тактильной чувствительности.	Упражнения на сравнение признаков, поиск признаков по заданию.

Наименование оборудования	Назначение	Виды и формы работы
12. Напольные дидактические игрушки-тренажёры «Осьминожек» и «Дерево».	Развитие мелкой моторики рук, ловкости пальцев, зрительно-моторной координации, познавательных способностей, расширения кругозора.	Игры на шнуровку ботинок, открывание и закрывание ранца и т. д.
13. Подвеска «Улыбашки».	Создание положительного эмоционального настроения.	Упражнение «Приветствие». Комплекс упражнений по созданию положительных эмоций. Игра «Прощание с улыбашками».
14. Фотообои «Лес», «Морское дно».	Создание эмоционального комфорта (преобладание зелёных и голубых тонов, которые положительно влияют на психику ребёнка).	Сюжетные линии в занятиях.
15. Напольные сенсорные дорожки.	Развитие проприоцептивной чувствительности; рецепторов стопы; координации движений; кинестетической чувствительности; мыслительной деятельности; речи, умения передавать ощущения, эмоции в речи; произвольного внимания. Профилактика плоскостопия.	Игры-путешествия. Игры на воображение. Игры на коррекцию уровня тревожности.

Виды и формы работы в сенсорной комнате

развитие речи, зрительного восприятия, внимания, творческого воображения и общей моторики.

10. Время года — Весна.

Цель: нормализация эмоционально-волевой сферы; развитие речи, зрительного восприятия, творческого воображения, памяти. Обобщение и закрепление знаний о весне, развитие умения входить в игровую ситуацию, действовать в воображаемом плане, использовать предметы-заместители

11. Помощь друзьям.

Цель: развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; стимуляция поисковой и творческой активности; развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления; коммуникативных качеств.

12. Путешествие на остров.

Цель: коррекция психоэмоционального состояния детей; снижение уровня агрессивности и тревожности, повышение настроения; развитие умения передавать ощущения в вербальной форме.

Занятие №1. «Таинственная комната»

Цель занятия:

1. Познакомить с сенсорной комнатой (правилами поведения и безопасности).
2. Развивать коммуникативные навыки.
3. Активизировать произвольное внимание, умственные способности.

4. Закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи.

Материалы и оборудование:

- «улыбашки» (смайлики, развешанные по сенсорной комнате);
- колокольчик;
- оборудование «Сухой бассейн»;
- тренажёр проектор направленного света и зеркальный шар;
- лёгкие квадраты с изображением времён года — 9 штук;
- картинки с изображениями лиц детей с разным настроением;
- мягкое напольное покрытие;
- музыкальный центр с дисками.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия.

Игра «Приветствие»

Психолог: Ребята, в этой комнате живут разные сказки, чудеса. Посмотрите, пожалуйста, внимательно вокруг. Кто и что увидел необычного? (Ответы детей.) Да! Это «улыбашки», они очень рады нас видеть. Улыбнитесь им, помашите рукой и скажите «Здравствуйте!».

Психолог: Слышите, зазвенел колокольчик? Сейчас мы с вами произнесём «волшебные» слова: «Раз, два, три, четыре, пять — покружись и в волшебном мире окажись!» (Дети хлопают в ладоши и кружатся.)



2. Основная часть.

Психолог: Наше путешествие с вами начинается с волшебного леса (рассматриваем пейзаж на фото-обоях). Посмотрите, какой красивый олень смотрит на нас, как много деревьев вокруг?

— Мама-белочка с бельчатами улыбается нам и приглашает послушать голоса птиц, которые летают в лесу. Посмотрите, какие яркие и красивые (слушают звуки леса и голоса птиц).

— Здесь притаилась семья ежей, посмотрите, они что-то спрятали в свои иголки.

— Сейчас мы с вами пойдём по «таинственному» лесу, зелёной травке. Что вы чувствуете, ступая на траву? (Ответы детей: «колючая», «приятно» и т. д.) Встаньте друг за другом, мы отправляемся в путь по дорожке, на которой времена года сменяют друг друга каждые несколько шагов. Обратите внимание на то, по какому времени года вы проходите, и называйте его (квадраты с изображением времён года — 9 штук).

— Мы с вами оказались у воды, это лесное озеро. Хотите поплавать? (Ответы детей.)

Оборудование «Сухой бассейн»

Игра «Море шариков»

Цель: развитие пространственного восприятия и ощущений, воображения.

Дети лежат в сухом бассейне. Им предлагают представить, что они плавают в озере, лёжа на спине (на животе). Дети имитируют движения плавания.

— Ребята, выходите из воды, отряхнитесь, давайте поиграем в игру «Отгадай настроение».

Игра «Отгадай настроение»

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

Детям раздадут маленькие картинки с изображениями лиц детей с разным настроением. Играющие по очереди показывают настроение, изображённое на картинке. Остальные отгадывают, что это за настроение.

Психолог: Мы долго с вами путешествовали по «волшебному» лесу! Наступает ночь, пора и нам отдохнуть. Располагайтесь на большой зелёной полянке, а кто-то может и на этом островке (мягкий островок) — Звучит релаксационная музыка.

Тренажёр «Зеркальный шар», на него направляется проектор.

Психолог: Ложитесь на траву и постарайтесь найти для себя удобное положение, расслабьтесь.

— Наступает чудесная тёплая ночь. На тёмном небе зажигаются яркие звёздочки. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла охватывает все ваше тело: лоб, лицо, шею, живот, спину, руки, ноги и т. д. Вы чувствуете, как тело становится лёгким и послушным. Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно,

глубоко (2 раза). Ветерок обдувает ваше тело лёгкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным. Потянитесь, улыбнитесь и откройте глаза, осторожно встаньте. Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

3. Ритуал окончания занятия.

Психолог: Звенит колокольчик, ребята, пора возвращаться. Произнесём вместе «волшебные» слова и окажемся дома — в детском саду:

«Волшебному» лесу помашем рукой
Ведь нас колокольчик уводит домой.
Но мы в это место вернёмся не раз,
Когда колокольчиком вызовут нас.

4. Рефлексия.

- Понравилось вам наше путешествие в «волшебный» лес? Почему?
- Попрощайтесь с «улыбашками», помашите им рукой и скажите «До встречи!».

Занятие №2. «Космическое путешествие»

Цель занятия:

1. Формирование коммуникативных навыков.
2. Расширение представления детей о космосе.
3. Развитие воображения и внимания.

Материалы и оборудование:

- «улыбашки»;
- колокольчик;
- тренажёр «Бесконечность»;
- тренажёр «Зеркальный шар»;
- панно «Звёздное небо»;
- панно «Световое окно — Зона леса» (на нём находится изображение Солнца);
- музыкальный центр с дисками.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия.

Психолог: Ребята, помните, что в этой «волшебной» комнате могут происходить необычные чудеса и превращения? (Ответы детей.)

— Ребята, посмотрите друг на друга и улыбнитесь, помашите рукой «улыбашкам» и скажите «Здравствуйте!».

Какой сегодня чудный день!
Прогоним мы тоску и лень.
Руками потрясли.
Вот мы здоровы и бодры.

— Сейчас мы с вами произнесём «волшебные» слова: «Раз, два, три, четыре, пять — покружись и в космосе окажись!» (дети хлопают в ладоши и кружатся.)

2. Основная часть.

Упражнение «На космическом корабле» (тренажёры «Бесконечность» и «Зеркальный шар»).

Психолог: Ребята, представьте себя на космическом корабле, посмотрите в иллюминатор и представьте, что там, где-то далеко, видна наша планета (обязательное условие: смотрим на ближайший круг, а затем на отдалённый).

— Друзья, мы с вами попали в космос, а значит, нас ждёт космическое путешествие!

Включается спокойная музыка (релаксация).

— Звезды вокруг нас. Представьте, что мы тоже звёздочки и нам надо подружиться с другими звёздами, чтобы с ними поиграть.

— Потянемся лучиком правой руки, лучиком левой руки. Потянемся лучиком правой ноги, левой ноги.

Диалоговое общение о Солнце (тренажёр «Световое окно — Зона леса», на котором находится изображение Солнца).

Психолог: Пока мы с вами наблюдали за звёздами, приблизились к солнцу. Давайте присядем и наблюдаем за ним.

— Солнце, какое оно? (Ответы детей.)

— Подлетать к Солнцу нельзя. А вы знаете, почему? (Ответы детей.)

— Давайте отлетим немного (дети встают и изображают полёт.)

Релаксация «Звёздный дождь», панно «Звёздное небо», включается спокойная музыка.

Психолог: Пока мы летели, попали мы под звёздный дождь. Давайте ощутим звёздные потоки. Вы чувствуете, как звёздный дождь наполняет вас космической энергией? Вам уютно, приятно и тепло.

— Мы пролетели звёздный дождь.

3. Ритуал окончания занятия.

Психолог: Вам понравилось наше космическое путешествие? Звенит колокольчик, а значит, пришло время возвращаться на планету Земля, в детский сад. Включаем моторы, говорим вместе «волшебные» слова:

Космосу помашем рукой,
Ведь нас колокольчик уводит домой.
Но мы в это место вернёмся не раз,
Когда колокольчиком вызовут нас.

4. Рефлексия.

Обсуждение с детьми, что больше всего понравилось на сегодняшнем занятии, хвалим каждого ребёнка.

— Ребята, попрощайтесь с «улыбашками», помажьте им рукой и скажите «До встречи!».

ЛИТЕРАТУРА:

1. Кириченко Ю.А. Коррекция игровой деятельности в сенсорной комнате // Сенсорные комнаты «Снузлин» (сборник статей и методических рекомендаций). — М.: ООО Фирма «Вариант», 2001. — С. 58.
2. Когут А.А. К вопросу диагностики развития коммуникативной деятельности старших дошкольников // Человек и образование. — 2012. — №4 (33).
3. Коррекционно-развивающие программы с использованием специального оборудования для детей и подростков: Методическое пособие / Под общей ред. Е.Е. Чепурных. — М. — Ярославль: Центр «Ресурс», 2002.
4. Лисина М.И. Формирование личности ребёнка в общении. — СПб: Питер, 2009.
5. Пожидаева Н.В. Курс занятий в сенсорной комнате для детей с ОВЗ: Программа и методические рекомендации. — Краснодар, 2014.
6. Полникова Н. Особенности развития коммуникативной деятельности детей дошкольного возраста. — 2013. — [Электронный ресурс] URL: <http://познавательный.рф/all/osobenosti-razvitiya-komunikativnoi-deyatelnosti-deti-doshkolnogo-vozrasta.html>
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». — [Электронный ресурс] URL: <http://base.garant.ru/70512244/#ixzz30lqAiGLM>
8. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Под ред. И.В. Дубровиной. — М.: ИЦ «Академия», 1998. — 160 с.
9. Сенсорная комната: Аннотация и методические рекомендации по использованию. — СПб. — [Электронный ресурс] URL: http://www.rialstar.ru/sens_room.php
10. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под общей ред. В.Л. Жевнерова, Л.Б. Баряевой, Ю.С. Галлямовой. — Ч. 1: Темная сенсорная комната. — СПб: ХОКА, 2007.
11. Справочник педагога-психолога // Детский сад. — 2012. — №05. — С. 65–77.
12. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. — М.: АРКТИ, 2008.
13. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М.: Просвещение, 1990. — 128 с.