ГБУ АО «Новодвинский детский дом-интернат для детей с серьёзными нарушениями в интеллектуальном развитии»

Программа коррекционно-развивающих занятий

«Снятие мышечного и психоэмоционального напряжения с использованием интерактивной среды сенсорной комнаты у детей с ТМНР»

Составитель: Учитель-дефектолог Смирнова Ж.Н.

Новодвинск, 2021

**Цель:** Снятие мышечного и психоэмоционального напряжения с использованием интерактивной среды сенсорной комнаты у детей с ТМНР в условиях стационарного дома учреждения.

**Задачи:**

1. Создать условия для снятия мышечного и психоэмоционального напряжения детей с ТМНР с использованием интерактивной среды сенсорной комнаты.
2. Стимуляция сенсорных процессов;
3. Создание положительного эмоционального фона и помощь в преодолении нарушений в эмоционально-волевой сфере;
4. Создание условий и формирования у детей мотивации к взаимодействию и общению;
5. Стимуляция собственной игровой, коммуникативной, речевой, познавательной активности ребенка;
6. Развитие координаций движений в пространстве;
7. Развитие произвольной регуляции поведения;
8. Формирования у ребенка образа «Я» через игровое взаимодействия с детьми и взрослым.
9. Облегчение социальной адаптации.
10. Повышение мотивации к деятельности.

**Актуальность.**

Развитию эмоциональной сферы педагоги, психологи (Е. Худенко, О. Приходько, А. С. Выгодский, С. Я. Рубенштейн, К.Изард, Найджлер, Рендал и другие) и другие специалисты придают огромное значение, так как эмоциональное развитие тесно связано с развитием воли, речи, сенсорного восприятия, что является важным в развитии детей раннего возраста. Специально организованная предметно – развивающая среда может помочь в развитии эмоционально – волевой сферы детей раннего возраста. Общепризнанным фактом является то, что успешность влияния развивающей среды на ребенка обусловлена его активностью в этой среде. Среда должна быть организована таким образом, чтобы она побуждала детей взаимодействовать с её различными элементами, повышала функциональную активность ребёнка, давала разнообразные, меняющиеся впечатления. Таким многофункциональным комплексом, использование которого способно значительно оптимизировать развитие ребенка, обогатить развивающую среду дома ребенка является темная сенсорная комната.

Дети, живущие в детских домах начинают отставать от своих сверстников, живущих в семьях в нервно-психическом развитии, и в том числе, и в эмоциональном. Это отставание приобретает на каждой возрастной ступени качественное своеобразие и с трудом компенсируется в ходе взросления ребёнка в условиях таких учреждений.

У детей с нарушениями развития большинство психических функций формируются с запозданием, в том числе и навык общения. Развитие общения у ребенка имеющего, какие либо отклонения, качественно отличается от развития его в норме. «Особому ребенку» трудно установить эмоциональный контакт с окружающими его людьми.

Эффективность использования сенсорной комнаты заключается в том, что в отличие от традиционных методов в педагогической психологии в самом оборудовании в сенсорной комнаты заложено разнообразие различного рода стимуляторов, применение которых создает дополнительный потенциал для развития ребенка.

Уже первый опыт использования педагогами сенсорной комнаты показал, какой мощный развивающий, лечебный, профилактический и коррекционный потенциал содержит ее оборудование. Сенсорная комната - это маленький рай, где все светится, звучит, журчит, переливается, манит, ненавязчиво успокаивает, а если нужно, мотивирует к активной деятельности. Яркость, привлекательность, красочность, необычность оборудования обеспечивает быстрое установление эмоционально положительного контакта между ребенком и педагогом, повышает уровень доверия к взрослому, погружает ребенка в атмосферу игры, пробуждает позитивную мотивационную настроенность на активное выполнение той или иной задачи.

**Содержание программы**

Особенности и принципы работы в сенсорной комнаты.

1. Занятие проводится в мини - группе (2 ребёнка) или индивидуально.
2. Перед началом занятия обыграть его название. («Сегодня мы с тобой пойдем в волшебный лес»);
3. Соблюдать ритуал вхождения в сенсорную комнату.
4. На занятии должен обыгрываться какой-либо один сюжет.
5. Важен физический контакт с ребёнком (обнять его в трудной ситуации, прижать)
6. Иногда ребёнок приходит на занятие обиженным, расторможенным. Для снятия эмоционального напряжения следует дать ему возможность выплеснуть энергию («Кулачки сжимаем», «Клубочек», «Расслабляйся и не кусайся»)
7. Особое внимание необходимо уделять упражнениям, развивающим межполушарные взаимосвязи. (Одновременные движения правой и левой руками, ритмические игры)
8. Активизируя различные сенсорные системы ребёнка, можно научить его управлять своей мимикой («Делай как я», «Лимон»,игры на подражание);
9. Занятие заканчивается ритуалом выхода из сенсорной комнаты.

В связи с тем, что в нашем учреждении темная сенсорная комната (ТСК) занимает небольшое помещение, но достаточно хорошо оснащена интерактивным оборудованием. Перед нами встала проблема, как построить систему игр-занятий с детьми с ТМНР воспитывающихся в детском доме-интернате, имеющих особые потребности.

Исходя из выше сказанного была разработана система занятий.

В зависимости от проблематики и возраста детей используются разные приёмы и методы работы в сенсорной комнате.

В ходе проведенной работы были разработаны: годовое планирование развивающих игр в ТСК и помесячное планирование игр-занятий в ТСК, план занятий, конспекты занятий и подобраны игры специально для сенсорной комнаты, карта особенностей поведения, коммуникаций, игры детей в ТСК. Чтобы отследить динамику разработаны примерные уровни сформированности поведения, коммуникации, игры у детей раннего возраста в ТСК.

Для игр-занятий был составлен классификатор игр, включающий:

* Психокоррекционные игры и упражнения с использованием интерактивного оборудования в ТСК;
* Психокоррекционные игры и упражнения без использования интерактивного оборудования в ТСК;
* Варианты игр и упражнений в сухом бассейне;
* Занятия с помощью тактильного панно.

**Структура занятия:**

В сенсорной комнате используется метод релаксации (от лат. relaxatio – «облегчение», «расслабление»). Детей охватывает общее состояние покоя, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением, наступающим в результате произвольных усилий, а свето-, цвето-, звуко- и ароматерапия воздействуют на состояние человека через соответствующие органы чувств.

Занятия проводятся в основном индивидуально, иногда в малых подгруппах (2 ребенка). Количество занятий определяется индивидуально и зависит от динамики развития. Длительность занятий также подбирается индивидуально (от 10 минут до 25) и зависит от особенностей адаптации, возраста ребёнка, его эмоциональных реакций. Перед началом занятий проводится диагностика (наблюдение), в ходе которой выявляется наиболее отстающая сфера развития, на которую и направляется основное стимулирующее действие.

I.Ритуал начала занятия (РНЗ) (свеча, фонарик, шишка и т. п.)

Включает в себя приветствие: Здравствуй, Маша вот моя рука…, Игра с платком: «Ветер по морю гуляет», либо сенсорные игры: звуки, цвета, запахи, мыльные пузыри, волшебный мешочек, зеркальце, с платком (музыкальные инструменты, погремушки, звучащие шарики, колокольчики; природный материал: шишки, ракушки, камушки, орехи; Монтессори-материалы: «шумящие коробочки», «коробочки с запахами, «ткани».

II. Основная часть занятия ( игры)

2.1. Ритмические игры: «Шла большая черепаха», «Два кота»; «Свинка Нилла», «Надувала кошка шар».

2.2.Игры на подражание: «Лунь плывет», «Рыбка плавала в пруду», «Как на горке..», «Дождь идет…», «Сижу – сижу на камушке»

2.3. Игры по правилам: «Цирк», «Чей ботинок?», «Лови мяч».

2.4. Упражнения на мышечное расслабление: «В поле гуляли трое гуляк…», «Старый пень», «Еду, еду к бабе к деду».

2.5 Релаксация (цветотерапия, музыкотерапия, звукотерапия, ароматерапия, мышечная релаксация) (Психокоррекционные игры и упражнения с использованием интерактивного оборудования в ТСК)

III. Ритуал окончания занятия (РОЗ) прощание( металлофон, колокольчик, волшебные слова: «мы играли, мы играли ни кого не обижали, но теперь пришла пора всем сказать : пока, пока», и т. п.

Последовательность упражнений предполагает чередование деятельностей, смену психофизиологического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике и др. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому. Количество не превышает 2-3 игр и упражнений.

**Оборудование сенсорной комнаты.**

1. Интерактивная световая панель «Разноцветная гроза» - прибор прикрепленный к потолку со светящимися волокнами для стимуляции тактильно-визуальных ощущений, восприятия.
2. Зеркальные панели 2шт из пластика.
3. Игровой комплекс «Синий эльф» (сумка)- набор предметов для развития общей и мелкой моторики
4. Колесо светоэффектов для проецирования на поверхность изображения (бабочки, облака, на природе, в зоопарке и т.д. Стимулирует воображение, концентрирует внимание
5. Колонна пузырьковая с мягкой платформой с подсветкой. Пластиковая колонна, наполненная водой с рыбками. Стимулирует зрительные и тактильные ощущения
6. Мат напольный- мягкое напольное покрытие для развития моторики
7. Музыкальное кресло подушка. Кресло с гранулами и вставленными динамиками от музыкального центра. Расслабляет напряженные мышцы, успокаивает, снижает тревожность.
8. Музыкальный центр «Самсунг»
9. Набор универсальный спортивно-игровой - набор спортивных предметов в сумке для развития общей и мелкой моторики
10. Напольная ширма для кукольного театра
11. Прибор для создания световых эффектов «Зебра 100» для подсветки зеркальных шаров световым лучом.
12. Проектор «Солнечный 100» для создания успокаивающего эффекта с ротатором колес для проецирования на стену цветного изображения.
13. Пуфик –кресло с гранулами для релаксации. 1 шт.
14. Пучок фиброоптических волокон с боковым точечным свечением. В пучке 150 светящихся фиброволокон длиной 2 метра для зрительной и тактильной стимуляции и релаксации.
15. Световой проектор «Жар птица». Проектор с прозрачным многогранником круглой формы для создания цветных бликов на стене, потолке для релаксации и стимуляции восприятия.
16. Зеркальный шар с приводом. Прибор для создания бликов от зеркал для релаксации и зрительной стимуляции.
17. Ковровое покрытие. Напольное покрытие для занятий на полу.
18. Панно «Бесконечность» для зрительной стимуляции и релаксации. Размер 32х32х6 зеркальное панно с лампочками.
19. Светильник «Пламя» для зрительной и тактильной стимуляции и релаксации в виде горящего костра
20. Фонтан комнатный с подсветкой. Предназначен для релаксации.
21. Кресло-груша детское. Кресло с полимерными гранулами для релаксации.