

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска  
детский сад №17 «Ладушки»

**«Игры в сенсорной комнате».**

Подготовил:  
педагог-психолог Охременко А.А.

г. Нижневартовск

Сенсорная комната - это особым образом организованная окружающая среда, наполненная различного рода стимуляторами. Они воздействуют на органы зрения, обоняния, осязания. Сенсорная комната является мощным инструментом для расширения и становления мировоззрения ребенка, его сенсорного и познавательного развития.

**Сеансы в сенсорной комнате направлены на:**

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снятие негативных эмоций и состояний;
- снижение двигательного тонуса;
- снятие зрительного напряжения после лечения;
- формирование навыков саморегуляции;
- стимуляцию зрительных и тактильных ощущений;
- активацию различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
- развитие фантазии и воображения;
- развитие двигательной активности;
- создание психологического комфорта.

Противопоказаниями для проведения сеансов в Сенсорной комнате являются глубокая умственная отсталость, инфекционные заболевания. Частичными противопоказаниями являются наличие частых эпилептических припадков, в данном случае используются только релаксационные приёмы. При работе с детьми, имеющими неврологические нарушения, необходимо учитывать специальные рекомендации невропатолога. Так, например, при судорожной готовности и эписиндроме нельзя использовать мигающие световые приборы и ритмическую музыку, чтобы избежать ухудшения состояния.

При работе с гипервозбудимыми детьми необходимо снизить нагрузку на сенсорную систему, исключить элементы активной стимуляции. При работе с тревожными детьми нужно исключить резкие переходы от одного стимула к другому.

Методика работы с использованием оборудования сенсорной комнаты основана на поэтапном включении, синхронизации и усилении всех сенсорных потоков путем различных видов стимулирующего воздействия.

Основными целями занятий в сенсорной комнате являются стимулирование сенсорного развития детей; компенсация сенсорных впечатлений.

Занятия в сенсорной комнате начинаются с развития кожно-кинестетической чувствительности, так как она является базой для зрительного и слухового восприятия.

Следующим этапом развития детей являются занятия по развитию визуального и акустического восприятия. Все оборудование в сенсорной комнате используется многофункционально и направлено на развитие всех видов восприятия.

Чтобы эффективно использовать сенсорную комнату, на первом этапе дети должны подробно ознакомиться с ней, почувствовать себя в ней свободно. На это уходит 2-3 занятия в зависимости от уровня развития детей и их возраста. Знакомство с сенсорной комнатой начинается без включения сенсорных панелей, постепенно дети привыкают к новым материалам, ощущениям, поверхностям.

После того как дети освоятся в пространстве, поэтапно вводятся в действие элементы сенсорной комнаты. На втором этапе педагог показывает пример использования предметов, всячески поощряет попытки детей действовать самостоятельно, находить новое применение тому или иному объекту.

Занятие составляет 15-20 минут, во время которых детьми активно осваиваются новые

ощущения, что стимулирует их познавательную деятельность, затем проводится релаксация.

## **Оборудование сенсорной комнаты в ДОУ.**

### **Сухой бассейн**

**Сухой бассейн** (позволяет ребенку удовлетворить потребность в гармоничных движениях, стимулирует поисковую и творческую активность, снижает уровень психоэмоционального напряжения);

#### **«Игры с водой»**

И.п. ребенок стоит на коленях перед бассейном

**Упражнение № 1 «Разноцветные круги»** Предложить малышу опустить в «воду» правую руку и

«нарисовать» большие разноцветные круги (вращательные движения правой руки). То же самое проделать и левой рукой (3-4 раза)

**Упражнение № 2 «Солнышко»** Предложить опустить в «воду» обе руки и обеими «нарисовать» солнце (вращательные движения обеих рук одновременно) 3-4 раза.

**Упражнение № 3 «Радуга»** Предложить малышу «нарисовать» радугу (одновременные движения обеими руками слева направо и обратно)" 3-4 раза

**Упражнение № 4 «Полощем белье»** Предложить малышу «прополоскать белье». Опустив в бассейн правую руку, сделать движения в правую и левую сторону («полощет белье»), то же повторить левой рукой

**Упражнение № 5 «Шаловливые ручки»** Предложить малышу опустить в бассейн обе руки и совершает ими произвольные движения («ручки шалют»)

Укрепление мышц нижних конечностей, координация работы позвоночника, повышение опорности рук

#### **Игра «Часики»**

Ребенок сидит в центре бассейна, руки в упоре в бассейне, ноги вместе, вытянуты. «Стрелки» поворачиваются: вначале одна нога отводится в сторону, другая придвигается к ней, тело ребенка поворачивается вслед за ней. И так по кругу. Первый вариант – с опорой на руки; второй вариант – без опоры на руки

Массаж и укрепление мышц нижних конечностей

#### **Игра «Шаловливые ножки»**

Ребенок сидит на бортике бассейна, по сигналу он опускает в бассейн ноги и совершает ими произвольные движения в разные стороны

#### **Игра «Дельфин»**

Ребенок лежит в бассейне на животе, руки прижаты вдоль тела, голова приподнята; производятся движения ногами по типу плавания, отгребая шарики от себя ногами («хвостом»), затем выполняются движения ногами к себе

Способствовать массажу всего тела и развитию общей подвижности

#### **Игра «Пловец»**

И.п.: ребенок находится в положении лежа на животе

**Упражнение № 1** Руки выпрямлены, вытянуты вверх. Производятся движения руками по типу плавания, отгребая шарики от себя в стороны, затем выполняя те же движения к себе (4-5 раз)

**Упражнение № 2** Руки прижаты вдоль тела, голова приподнята. Производятся движения ногами по типу плавания, отгребая шарики от себя в стороны, затем выполняя те же движения к себе (4-5 раз)

**Упражнение № 3** Руки выпрямлены, вытянуты вверх. Производятся синхронные упражнения ногами и руками по типу плавания (4-5 раз)

### **Игра «Гусеница»**

Ребенок лежит в бассейне на животе, затем начинает совершать движения, словно «ползет» по бассейну (но не на четвереньках)

### **Игра «Хитрый котенок»**

Ребенок стоит на четвереньках в бассейне, затем, как котенок, крадется по бассейну (от одного края до другого, по кругу вдоль бортика), иногда он прячется в шарики (ребенок должен стремиться передать характер движений животного)

### **Игра «Золотая рыбка»**

В первом варианте ребенок лежит на животе, во втором варианте – на спине; руки выпрямлены, вытянуты вверх; производятся синхронные движения ногами и руками по типу плавания  
Массаж шейных мышц

### **Игра «Ныряем»**

И. п.: ноги на полу перед бассейном, руки в упоре в бассейне: достаем головой дно бассейна  
Массаж и координация работы позвоночника

### **Игра «Перекаты»**

И. п.: ребенок лежит на бортике бассейна, руки вытянуты: малыш скатывается с бортика в горизонтальном положении и перекатами добирается до противоположного бортика

Развитие динамической и статической координации

### **Игра «Не замочи руки»**

И. п.: обычная стойка в бассейне: - разное положение рук: а) на голове, б) за головой, в) за спиной, г) согнуты в локтевых суставах и обхвачены ладонками; - ребенок проходит из одного угла бассейна в другой, обходит бассейн по кругу

Развитие координации ножных мышц

### **Игра «Ловкие ноги»**

Ребенок сидит на бортике бассейна и старается ногами поднять шарик  
Развитие тактильных ощущений и мелкой моторики

### **Игра «Достань со дна бассейна»**

Прячем на дне бассейна один или несколько предметов и просим ребенка найти их. Усложнение: прячем более мелкие предметы

Развитие тактильной ориентировки и способности действовать по словесному указанию

### **Игра «Отгадай, где спрятано»**

Даем словесное указание ребенку, где найти предмет (на середине, в правой части бассейна и т. д.)  
Развитие ловкости рук

### **Игра «Кто больше»**

Дать задание: набрать и удержать в руках как можно больше шариков

Развитие воображения и тактильных ощущений, умения обследовать предмет

### **Игра «Найди по описанию»**

Показать ребенку предметы, а затем разложить их на дне бассейна. Ребенок отыскивает указанный предмет. Усложнение: педагог не показывает предмет, который нужно найти, а дает его словесное описание; малыш не видит, куда прячется предмет

Чередование напряжения с расслаблением, регуляция дыхания, снижение психоэмоционального напряжения

### **Упражнение «Отдых»**

Ребенок лежит в бассейне на спине. Педагог предлагает ему представить, что он находится в

водеозера. Вода теплая, ласковая, вокруг спокойно и тихо, ребенку хорошо и приятно.

Взрослый предлагает ребенку послушать пение птиц

### **Упражнение «Расслабление»**

Ребенок лежит в бассейне на спине. Взрослый говорит ему: «Выпрями пальцы рук, потянись так, чтобы напряглись все мышцы тела, руки и ноги стали тяжелыми, как будто каменными (10-15 с). А теперь расслабься, отдохни – твое тело стало легким как перышко»

## **Интерактивная пузырьковая колонна**

**Интерактивная пузырьковая колонна** с мягкой платформой и двумя зеркалами (внутри колонны воздушные пузырьки, и разноцветные рыбки, работа воздушно-пузырьковой колонны успокаивает, умиротворяет, снимает стресс и напряжение, различные цвета и оттенки подсветки концентрируют внимание, развивают зрительную память и восприятие); Используется для стимуляции зрительных и тактильных ощущений. Безопасное угловое зеркало, помещенное за пузырьковой колонной, визуально увеличивает пространство, а мягкая платформа, окружающая колонну, позволяет удобно расположиться рядом и ощущать тактильно и зрительно ее благотворное воздействие: успокоиться, расслабиться, настроиться на позитивное взаимодействие с окружающей средой.

**Упражнение «Поймай взглядом»**

**Упражнение «Посчитаем пузырьки»**  
**Упражнение «Поймай пальчиком»**

## **Сухой душ**

**Сухой душ** (набор шелковых разноцветных лент, которые спускаются вниз, словно струи воды; их приятно трогать, перебирать в руках, сквозь них можно проходить, касаясь лицом; разноцветные

«струи» стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве; за «струями» лент можно спрятаться от внешнего мира);

Разноцветные «струи» стимулируют тактильные ощущения, способствуют развитию зрительного и тактильного восприятия пространства и себя в нем. За «струями» лент можно спрятаться от внешнего мира. Сухой душ может использоваться как «уголок уединения».

«Сухой душ», имитирующий разноцветные водные струи (душ), предназначен для создания положительного эмоционального настроения, усиления тактильной чувствительности. Изделие способствует развитию чувства цвета благодаря специальной подборке разноцветных лент. Ленты расположены по всей поверхности зеркала, как струи воды в душе, при отражении возникает эффект их «бесконечного продолжения» высоко вверх. Игры и занятия с использованием «Сухого душа» доставляют детям огромное удовольствие, формируют устойчивый интерес к самостоятельному решению сенсорных задач. Можно использовать для создания и сохранения позитивной установки.

## **Декоративно-развивающая панель "Времена года"**

95 листьев и цветов, входящих в комплект, предназначены для развития мелкой моторики, а также для изучения времен года. Изучая сезоны, попросите детей изобразить дерево зимой (сняв все листья), весной (надев цветы), летом (надев цветы и много листьев) и осенью (оставив листья только желтого и красного цвета).

## **Развивающий кубик**

Кубик предназначен для развития тактильных ощущений, мелкой моторики, воображения и зрительной стимуляции. Изделие представляет собой куб с пятью многофункциональными гранями, с яркими, разноцветными элементами различных размеров и форм. Форма изделия позволяет увлечь одновременно нескольких детей.

## **Тактильная дорожка**

Тактильная дорожка (для развития чувствительности, тренировки навыков ходьбы и массажа ног, укрепления голеностопного сустава и предотвращения появления продольного и поперечного плоскостопия; способствует развитию координации движений); Обучение обследованию объектов; развитие тактильной чувствительности и мелкой моторики

**Упражнение «Обследование»**

Обратить внимание ребенка на то, что все «кочки» на тропинке разные. Показать малышу, как нужно обследовать «кочки»: сначала – одним пальчиком, затем – ладонью, потом – пальчиками другой руки и т.д. При обследовании объектов взрослый называет их свойства

Развитие тактильного восприятия, координации. Профилактика плоскостопия

### **Игра «Волшебная тропа»**

Ребенок идет по сенсорной тропе – «кочкам», отмечая, какие они: мягкие, колючие и т.д.

Развитие тактильного восприятия, памяти, воображения

### **Игра «Чей домик»**

Предложить ребенку обследовать каждую «кочку» на тропинке (количество кочек от двух-трех до пяти штук) и запомнить какая она. Затем ребенок должен по речевой инструкции – разместить игрушки (куклу, мишку, зайку) в домики. Например: «Посади куклу в круглый дом с большими шариками. Посади зайку в квадратный колючий домик зеленого цвета»

Развитие координации движений, внимания

### **Игра «Змейка»**

Расположить «кочки» на тропинке примерно на расстоянии 20 см. друг от друга.

Предложить ребенку пройти по тропинке, обходя «кочки»

### **Панно «Кривое зеркало»**

"Кривое зеркало" - это важная составляющая сенсорной комнаты.

"Кривое зеркало" искажает все вокруг порой до неузнаваемости, вносит в игру и занятие элемент необычности, неожиданности, сказочности. Отражение в "кривом зеркале" усиливает эффект других приборов, оно стимулирует зрительные ощущения.

Цель: создание положительного эмоционального состояния.

Детям предлагается представить себя в комнате смеха.

Кривые зеркала помогают разрядить отрицательные эмоции и зарядиться положительными, произвольная двигательная активность помогает снять мышечное напряжение.

### **Панно «Бесконечность»**

Панно бесконечность

В выключенном состоянии представляет зеркало. После включения загораются лампочки и появляется оптический эффект светящегося тоннеля, уходящего в бесконечность.

Назначение – зрительная стимуляция, развитие воображения, релаксация.

### **Волшебная нить с контроллером**

По гибкой пластмассовой трубке, с цветными лампочками внутри, путешествует цвет. Скорость движения огоньков по трубке и их количество можно задать при помощи контроллера.

Волшебная нить абсолютно безопасна, её можно сгибать в любом направлении, обвивать вокруг себя, сворачивать по спирали.

### **Игровое тактильное панно «Ёжик»**

Помогает различать свойства предмета, их цвет и форму, осваивать различные виды захвата кистью. Развивает зрительно-моторную координацию, тактильную чувствительность пальцев.

### **Тактильные ячейки**

Развивают навыки идентификации и исследования через прикосновения. Можно использовать игры «Найди такой же», «достань нужную игрушку, фигуру»

### **Зеркальное панно с фиброоптическими нитями и Облаком**

Водопад волокон, изменяющий свой цвет вдоль волокна. Совершенно безопасные волокна можно перебирать, держать, обнимать. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают, хорошо концентрируют внимание.

### **Игра «Помоги Мишке»**

Обратить внимание ребенка на грустного Мишку. Сказать, что он забыл, какого цвета у него нити и предложить ему помощь.

Усложнение: нахождение нитей определенного цвета и счет.

Развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета; развитие тактильных ощущений, мелкой моторики

### **Упражнение «Дорожка из кулачков»**

Обратить внимание ребенка на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Можно сравнить длинные нити с дорожками и предложить по этой дорожке погулять: обхватив волокно кулачком правой руки, сверху приставить кулачок левой руки, затем снова кулачок правой руки и т.д., пока не закончится «дорожка»

### **Упражнение «Наматывание»**

Обратить внимание ребенка на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Затем предложить познакомиться со свойствами волокон. Наматывая их на пальцы, говоря: «Волокна мягкие, поэтому они гнутся, их можно наматывать. Например, на пальчик».

Малыш вместе со взрослым наматывает волокно на пальчик; на несколько пальчиков; на ладонь; на руку и т.д.

Взрослый постоянно комментирует свои действия

### **Упражнение «Жгутики»**

Обратить внимание ребенка на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.).

Обратиться к малышу: «Волокна мягкие, поэтому их можно сгибать. Давай сделаем из волокон жгутики»

Развитие умения различать и называть цвета; развитие зрительной памяти

Дополнительные атрибуты: контуры знакомых предметов

### **Игра «Узнай по контуру»**

Обратить внимание ребенка на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.).

Сказать, что нитей много и они похожи на занавеску, за которой находится окошко (зеркало). Если посмотреть в

«окно», можно увидеть много интересного.

Предварительно на зеркало наклеить изображения и контуры знакомых предметов (на одну игру не более трех изображений).

Предложить рассматривать и отгадывать изображения предметов не раздвигая

нити Развитие умения различать и называть цвета; упражнение в счете

### **Игра «Давай посчитаем»**

Обратить внимание ребенка на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.).

Дать малышу возможность обследовать их. Затем предложить назвать цвет светящихся волокон и

посчитать их Развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета; развитие тактильных ощущений, мелкой моторики

Дополнительные атрибуты: прищепки, соответствующие цвету нитей

### **Игра с прищепками**

Обратить внимание ребенка на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.). Дать малышу возможность обследовать их. Сказать, что из волокон можно сделать ежика (забор, елочку и др.). Предложить взять прищепку и закрепить её на светящейся нити.

Усложнение: закреплять прищепки заданного цвета на соответствующих волокнах

### **Лабиринт «Дерево»**

На развитие координации и умения взаимодействовать обеими руками одновременно.

Необходимо провести шарик по линии мимо отверстий так, чтобы он не упал

### **Дидактическая игра "Стол-мозаика"**

Крышка стола диаметром 70 см снабжена отверстиями для крепления мозаики.

Используя 72 идущих в комплекте фишки-шарика четырех цветов (18 красных, 18 желтых, 18 зеленых, 18 синих), малыши смогут складывать узоры по образцу или работать самостоятельно, проявив всю свою фантазию.

Игры с мозаиками развивают художественный вкус, воображение и образное мышление, тренируют мелкую моторику и ловкость пальчиков, делают малышей более внимательными и усидчивыми. Развитие: зрительного восприятия; ориентировки в пространстве.

Упражнение «Выложи по цветам» Упражнение «Выложи рисунок»

### **Проектор направленного света**

**Зеркальный шар (проецирование специальных световых эффектов) (развивает воображение, способствует релаксации)**

Развитие: зрительного восприятия; ориентировки в пространстве.

Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности.

Релаксация: воздействие зрительных образов. Используются комплексы упражнений на

релаксацию.

В каждом возрасте перед сенсорным воспитанием стоят свои задачи, формируется определенное звено сенсорного опыта. Дети младшего и среднего дошкольного возраста предпочитают подвижные игры. Они склонны к подражанию, поэтому будут стремиться повторять действия и движения взрослого, им трудно долго сидеть без движения, трудно удерживать внимание, им сложно надолго оставаться в статичном состоянии. К тому же дети младшего и среднего дошкольного возраста легко перевозбуждаются. Мягкая среда и отсутствие опасных предметов в сенсорной комнате дают ребенку ощущение безопасности при передвижении, а значит, развивают самостоятельность, навыки общения, способствуют совершенствованию активных двигательных навыков, овладению схемой тела, зрительно-моторной координацией.