Коррекционно-развивающие занятие в сенсорной комнате для детей с ОВЗ «Космическое путешествие».

*МБОУ «Агинская средняя*

*общеобразовательная школа №1»*

*педагог – психолог: Василевская С.Н.*

Пояснительная записка.

Конспект группового коррекционно-развивающего занятия в сенсорной комнате для детей с ОВЗ (легкая степень умственной отсталости), разработан с учетам рекомендаций ПМПК и результатами изучения ПМПк (развитие произвольной регуляции, коммуникативных умений, навыков социального взаимодействия, коррекции и развития эмоционально – личностной сферы). На основе программы коррекционно-развивающих и психопрофилактических занятий в сенсорной комнате *«Волшебства и хорошего настроения».*

Использование сенсорной комнаты в работе с детьми с ОВЗ предусматривает различные виды стимулирующего воздействия. Особенно важно, чтобы ребенок активно участвовал в этом процессе, а занятия по освоению двигательных навыков, развитию мотивации, осознанных волевых усилий были посильными, постепенно усложнялись и доставляли ребенку удовольствие. Сенсорная комната помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность, используется метод релаксации.

Самым важным и уникальным, моей **работы в сенсорной комнате**, является то, что независимо от направлений **работы** и планируемых результатов, сложности нарушения **развития или поведения,** наши занятия позволяют повысить функциональные и адаптивные возможности организма и активизировать индивидуальный ресурс каждого ребенка, создавая тем самым возможность успешной интеграции в социуме. **Все оборудование комнаты в той или иной мере является автодидактическим материалом, позволяющим формировать познавательные функции, обогащать представления детей, об окружающем предметном и природном мире.**

Эффективность сенсорной комнаты отслеживается по данным входящей и выходящей психодиагностики (методика Люшера), по результатам наблюдений педагога-психолога за учащимися. Положительным результатом являетсяприобретение навыков произвольной саморегуляции, снижение тревожности, сформированность умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих, умение взаимодействовать в группе.

# Конспект коррекционно-развивающего занятия

# ТЕМА: «Космическое путешествие».

**Цель:** сохранение и укрепление психофизиологического и эмоционального здоровья учащихся с помощью мультисенсорной среды сенсорной комнаты.

**Задачи**:

- профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;

-создание положительного эмоционального настроя;

- формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласованности движений собственного тела;

- облегчение состояния тревожности;

- развитие внимания, достижение эффекта релаксации;

- развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом.

**Музыкальное сопровождение:** набор СD для релаксации.

**Используемое оборудования:**  воздушно - пузырьковая трубка, комплект зеркальных панелей;  фонтан водный (настольный);  кривое зеркало; зеркальный шар   + источник света к зеркальному шару с лампой ; настенное интерактивное панно   «Бесконечность»;  сухой бассейн; сенсорная тропа; тактильна дорожка; набор для массажа «Су-Джок»; сухой душ;кинетический песок; панно «Звездное небо».

**Категория участников:**  группа детей с ОВЗ 9-10 лет (легкая степень умственной отсталости), количество 8 человек.

**Ход занятия**.

**I. Организационный момент. Настрой на занятие.** Звучит спокойная музыка. Добрый день! Очень рада видеть вас в нашей комнате *«Волшебства и хорошего настроения».* Предлагаю всем встать в круг.

1. **Упражнение «Давайте поздороваемся»**  Участники по сигналу психолога начинают хаотично двигаться по залу и здороваться со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок – здороваемся за руку;

- 2 хлопка – здороваемся плечами;

- 3 хлопка – здороваемся спинами

*Психолог:* - Я хочу, что бы мы подарили друг другу улыбку. В этом нам поможет наш волшебный шар. Я передаю шар и дарю свою улыбку, вы передаете шар другому и дарите свою улыбку. С таким позитивным настроем мы и начнём занятие. Прошу всех присесть.

**II. Вхождение в тему занятия. Принятие правил работы в группе.**

*Психолог:* - Занятие сегодня у нас - путешествие-исследование. В детстве я мечтала полететь в космос и сегодня появилась такая возможность посмотреть на нашу красавицу – Землю и погулять на другой планете. Но чтобы совершить полет мне нужна команда - экипаж *(для полета я приглашаю участников).* Возьмите любой звезду, какая вам нравится, и напишите, как к вам обращаться, прикрепите себе. Перед полётом я должна познакомить вас с правилами настоящего космонавта:

*-* *Слушай внимательно, не отвлекайся.*

*- Говори спокойно.*

*- Не нарушай дисциплину.*

*- Выполняй команды своего командира* (т.е. меня).

**III. Работа по теме занятия.**

**1)Упражнение «Качества настоящего космонавта».**

*Психолог:* - Скажите какими качествами характера должен обладать настоящий космонавт? (*Внимательный, сильный, смелый, надежный, веселый, активный, справедливый, любознательный, общительный, вежливый* и др.) **Вывод:** Самое главное в космосе – быть в команде, поддерживать, помогать и выручать друг друга. Эти качества пригодятся нам и сегодня.

**2)Упражнение «Полет»** *Психолог:* **-** Посмотрите на наше звездное небо, что вы видите (*звездное небо*), эти звезды нам помогут в нашем путешествии. Ну а теперь пора на старт. Встаньте в круг, возьмитесь за руки, это наша ракета, считаем: 10, 9, 8,7,6,5,4,3,2,1,0 – старт, поднимаем руки (*все издают звук «У-у-у-у» и раскачивают руками. Педагог-психолог выполняет движения вместе с детьми.) Выключается свет, включается легкая музыка, «Зеркальный шар».*

**3)Упражнение «Невесомость» (под музыку).**

*Психолог:* **-** Отлично! Мы в полёте, и сейчас у нас всех состояние невесомости. Невесомость – это такое состояние, когда и космонавты, и вещи ничего не весят и плавают, как рыбки в аквариуме. Встаньте и попробуйте полетать: медленно, плавно, красиво, под музыку. Участники изображают разные позы в состоянии невесомости. *Педагог-психолог следит за выразительностью движений, «летает» вместе.* А сейчас давайте все вместе подлетим к иллюминатору *(панно Бесконечность»).* Посмотрите сюда и представьте, что там, где-то далеко, видна наша планета. Вы видите её? Какая она? Какого она цвета? Видно ли на ней горы, моря, города? А людей? (*Участники рассказывают о том, что увидели*).

*Психолог:* - А теперь все встанем в круг, беремся за руки. Команде корабля приготовиться к посадке! (*Все становятся в круг, берутся за руки, поднимают руки вверх.)* Начинаем считать 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10… Посадка! Руки опускаем со звуком «У-у-у». Прилетели, ура! (*Дети выражают свои эмоцию . Звучит музыка, можно включить свет.)*

*Психолог:* **-** Итак, мы на планете «Волшебной звезды» но не спешите, ведь она нам незнакома и здесь нас могут подстерегать опасности. Будьте осторожны! Помогайте друг другу! Приготовимся покинуть ракету! *(Педагог-психолог и дети «выходят» из ракеты по мостику. Педагог-психолог даёт чёткие указания детям, помогает, тем, у кого не получается):* - Идём по мостику на носочках, держим равновесие, спинка ровная, руки в стороны (*тактильная дорожка различным наполнителем*). *Педагог-психолог предлагает детям пофантазировать:* Давайте осмотримся. Посмотрите сколько интересного на планете «Волшебной звезды»!(*Дети исследуют планету*).

**4)Сухой бассейн.** *Психолог:* - Посмотрите, мы с вами оказались перед необычным бассейном (*сухой бассейн*), но в нем есть секретики (*маленькие космические планеты*). По очереди ныряем в него и ищем по одному предмету. ( *Достают массажные мячики)* Молодцы! Присаживайтесь. Давайте посмотрим, что же за секретики вы нашли? ( *Это маленькие планеты).Психолог.*А для чего они нужны? (Для массажа.) *Психолог:* Верно. Слегка надавливая, прокатываем их между ладошками. (*Все выполняют)* А теперь я предлагаю встать в тесный кружок и повернуться в левую сторону. Дотроньтесь мячиком до спины того, кто стоит впереди вас. Прокатываем мяч по всей спине. *(Участники выполняют), а теперь повернитесь вправо.* Приятно делать массаж? Замечательно, давайте сложим мячики в корзину.

**5)Сухой душ.** *(Звучит мелодия со звуком журчания воды).*

*Психолог:* - Посмотрите, какой перед нами водопад. Вы любите купаться? Тогда давайте подойдем поближе к водопаду. Рассмотрите его внимательно. Сколько в нём цветов? Сегодня мы с вами преодолели нелёгкий путь и немного устали. Давайте смоем с себя усталость в струях этого водопада. Войдите в водопад, представьте, что вы стоите под струйками прохладной воды. Почувствуйте, как вода проходит сквозь вас и уносит с собой всё ненужное и плохое. Вы только посмотрите, звездочки разлетелись так далеко, что даже плавают в струйках водопада. Нужно их тоже собрать, пока их не унесло течением.Кому из вас удалось представить настоящий водопад? Смогли ли вы почувствовать воду? Вам понравилось купаться в нашем водопаде? Что вы чувствовали, когда купались?

**6)Сенсорная дорожка** *Психолог:* - Ребята, посмотрите здесь тропинка. Тропинка необычная, из летающих тарелок идти по ней нужно очень осторожно, запомнить цвет квадрата, свои ощущения. *(Проходят по сенсорной дорожке, на пути – пузырьковая колонна).*Расскажите свои ощущения, вам было приятно, где вы себя чувствовали не комфортно, а какие ощущения были на красном, зеленом квадрате, давайте проверим.

**7)Пузырьковая колонна.** *Психолог*: -Смотрите, какой необычный фонтан с пузырьками! Назовите, на что он больше всего похож? Поймайте взглядом один пузырек и проследите за ним. Прикоснитесь к колонне и скажите, что вы чувствуете? (*Тепло-холод, гладкая-шершавая, вибрация*). Сколько пузырьков? Какого они цвета?(*Синие, жёлтые, красные и т. д*.)

**8)Кривое зеркало.** *Психолог*: - Посмотрите, кто-то обронил зеркало. Ребята, а что в нём не так? Да оно кривое. А как вы думаете, с какой планеты? Да с планеты Кривых Зеркал и оно умеет забирать всё плохое, печальное, злое. Покажите самое ужасное настроение на лице и пусть этот ужас зеркало возьмёт себе. Что вы чувствуете сейчас? (*Дети изображают негативные эмоции перед кривым зеркалом*.)

**9)Работа с кинетическим песком.** *Психолог:***-** А теперь давайте пройдем к волшебному столу (*с кинетическим песком*) и посмотрим, что это (*космический песок*)? Давайте попробуем его на ощупь, какой он, что чувствуете, какие эмоции испытываете, когда берете его в руки? А сейчас я предлагаю вам нарисовать что-то из своего настроения, чтобы получилось одно большое настроение. (*Рисуют, лепят на столе.)*

**10)Ритуал возвращения**. ***Психолог:*** **-**  К сожалению, наше путешествие, заканчивается. Приходит время возвращаться домой на Землю. Там нас давно уже ждут наши друзья. Мы возьмем с собой все это: доброту, радость и чистоту. Мы поделимся ими с людьми на своей планете Земля. (*Панно звездное небо)* Звезды указывают нам дорогу домой. Светят ярко. Становимся в круг, берёмся за руки. Поднимаем руки, делаем вдох *(взлетаем),* летим, держимся за руки, опускаем и делаем выдох. Приземлились! Включается свет, выключается звездное небо и музыка. Наше путешествие закончилось. Мы вернулись на свою планету Земля, в родную школу!

**Рефлексия.** *Психолог:* - Скажите, на какую планету мы совершили полет, что вам понравилось больше всего? А сейчас я вам предлагаю определить своё настроение после нашего путешествия. Сегодня настроение у меня изображено на воздушных шарах. Выберите то настроение, какое у вас сейчас. (*Дети определяют собственное настроение*). Спасибо за занятие.