Петров Артур Александрович – педагог – психолог

Коррекционное занятие в сенсорной комнате

**«Путешествие в волшебную комнату»**

**Цель занятия:** обучение детей способам релаксации; снижение беспокойства и агрессивности; снятие нервного возбуждения и тревожности; активизация мозговой деятельности.

**Задачи:**

1. снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, достижение состояния релаксации и душевного равновесия;
2. активация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
3. стимуляция ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух и т. д);
4. развитие двигательных функций;
5. устранение агрессивности и других форм нарушения поведения детей;
6. создание положительного эмоционального фона.

***Участники:*** ученики 1-ых классов

***Время проведения:*** 45 минут

***Материалы и оборудование:***напольные тактильные дорож­ки; сухой бассейн; сухой душ, пузырьковые колонны с рыбками; световая трубка «фонтан света»; проектор направленного света; зеркаль­ный шар; мягкое напольное покрытие; CD-диск,

***Ход занятия***

1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие»:

- Ребята, наши «веселки» улыбаются нам. Они очень рады, что мы пришли к ним в гости. Улыбнитесь им и весело их попри­ветствуйте, помашите рукой и скажите: «3дравствуйте!»

2.- А теперь мы с вами отправимся в путешествие... Начнется оно вот с этого небольшого водопада *(световой фонтан).* Подойдите к нему поближе и послушайте, как журчит вода, сбегая по уступам горы. *(Слушают шум вод*ы*.)*

*-* А какие маленькие яркие птички живут в нашем лесу,- как звонко они щебечут! *(Звучит аудиозаnись «Голоса леса».)*

*3.-* Пригревает солнышко, стало жарко. Давайте снимем обувь и пойдем в лес по тропинке босиком. *(Ходьба no сенсорным наnоль­ным дорожкам.)* Идти будем друг за другом, чтобы не сбиться с пути. Наш путь начинается с этой большой зеленой полянки, затем - по дну лесного озерка, по камешкам... - и дальше в лес по тропинке, по мостику. *(По ходу восnитатель сnрашивает детей об их ощущениях.)*

*-* Что чувствуют ваши ножки?

- А теперь мы пойдем по волшебному лесу, где времена года сменяют друг друга каждые несколько шагов. Идти надо след в след, чтобы не оступиться и не упасть в воду. Руки расставьте в стороны. Смотрите внимательно, по какому времени года вы про­ходите, и называйте его.

*(Звучит сnокойная фоновая музыка.)*

*4.(Включает пузырьковые колонны с рыбками.)*

- Подойдите поближе, посмотрите: какой интересный аквариум! Называется он *трио с рыбками*.

- Какого цвета рыбки?

*(Предлагает каждому понаблюдать за рыбкой определенного цвета.)*

*-* Обратите внимание**,** как изменяется цвет воды. Какой цвет воды вам нравится больше?

- Приложите ладошки правой руки к стеклу. Что чувствуют ваши ладошки? *(Дети говорят о своих ощущениях.)*

- А сейчас давайте подойдем к этому цветному водопаду.

*5.(Сухой душ.)* Слушайте меня внимательно: я буду говорить, кто какой стороны будет проходить под водопадом.

- Какого цвета струйки воды? Выходя из-под водопада, вы будете говорить мне, какое у вас настроение и что вы чувствовали под струйками воды.

6. Упражнение «Море из шариков» *(сухой бассейн):*

*-* А сейчас мы будем плавать в море из шариков. Давайте все перевернемся на животик и поплывем.

- А теперь перевернемся на спинку. Продолжаем плыть.

- А теперь спокойно полежим на волнах. Закройте глаза и представьте себе, что вы спокойно покачиваетесь на волнах моря...

*(4-5 минут.)*

*-* Вот и закончилась наша игра.

7.- Целый день мы путешествовали с вами по волшебному лесу! Наступает ночь, пора отдохнуть. Отдыхать мы будем на этой боль­шой поляне. Располагайтесь на ней *(мягкое наnольное покрытие).* А кто-то может и на этом островке *(мягкий островок).*

*(3вучит релаксационная муз*ык*а.)*

*-* Ложитесь поудобнее, расслабьтесь. *(Включает nроектор, наnравляет его на зеркальный шар.)*

*-* Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажига­ются яркие звездочки. Вы чувствуете себя абсолютно спокой­ными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лоб, лицо, шею, живот, спину, руки, ноги... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, по­слушным.

Дышится легко и свободно. Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко.

Дышится легко, ровно, глубоко.

- Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным.

Потянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощу­щение на весь день.

8. Ритуал окончания занятия.

- Ребята, давайте улыбнемся нашей волшебной комнате и попрощаемся с ней: «До свидания!»

Вспоминайте наше увлекательное путешествие и почувствуйте радостное настроение в ее завершении - и тогда у вас всегда будет хорошее настроение.