

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ ДС №37
«Дружная семейка»
Н.М. Проскурнина



Модульный стандарт *СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ*

I. Общие сведения

Сенсорная комната оборудована в соответствии с требованиями СанПиНа

Площадь кабинета, м ²	34.8 кв.м. (длина: 5.98 кв.м., ширина: 5.93 кв.м.)
Тип освещения	Искусственное, люминесцентные светильники типов: ЛПО 4x18
Ориентация окон учебных помещений	Восточная сторона горизонта

II. Оборудование кабинета

2.1 Технические средства (электрооборудование)			
№ п/п	Наименование	Мощность, Вт	Количество
1.	Миди HI – FI аудио система LG	55	1
2.	Безопасная пузырьковая колонна	10	1
3.	Зеркальный шар с мотором	6	1
4.	Прожектор направленного света	30	1
5.	Установка для ароматерапии	7	1
6.	Панно «Бесконечность»	15	1
7.	Звездная сетка	100	1
8.	Волшебная нить	100	1
9.	Фонтан водный	5	1
10.	Переливающиеся цветы (оптиковолоконные)	12	1
11.	Светильник «Пламя»	8	1
12.	Светильник «Уфо-диско»	6	1
2.2 Мебель			
№ п/п	Наименование	Артикул	Количество
1.	Мат напольный	268/2	2
2.	Мат напольный	268/4	1
3.	Мат настенный	269/1	2
4.	Сухой бассейн	271	1
5.	Детское зеркальное панно	417/1	2
6.	Мягкая платформа с угловым зеркалом	АП – 420	1
7.	Пуфик-кресло с гранулами	АП – 286	2
8.	Детская подушечка с гранулами	26/73	3
9.	Трапедия с гранулами	26723	2
10.	Уголок мягкой детской мебели	-	из 3-х деталей
11.	Детский стол	-	1
12.	Шкаф-полка для пособий	-	1
13.	Полка для светильника	-	3
14.	Модули мягкие	-	

III. Методическое обеспечение кабинета

3.1 Игровой дидактический материал		
№ п/п	Наименование	Количество

1.	Панно тактильное «Ежик»	1
2.	Аудиокассета «Релаксация»	9

IV. Каталог библиотеки кабинета

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Сенсорная комната (аннотация и методические рекомендации по использованию)	1

I. Общие положения

Сенсорная комната представляет собой помещение, оборудованное по стандартному или индивидуальному проекту, где ребенок или взрослый, пребывая в безопасной, комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении специалиста исследует окружающее. Сенсорная комната является мощным инструментом для расширения и развития мировоззрения, сенсорного и познавательного развития, проведения психологических консультаций.

Сенсорная комната используется как дополнительный инструмент терапии и повышает эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психологического и физического здоровья взрослых и детей дошкольного возраста.

II. Основные задачи

- 2.1. Организация образовательного процесса в соответствии с установленным режимом работы ДОУ.
- 2.2. Организация работы СК, направленной на повышение профессионального мастерства педагогов, на развитие творческого потенциала педагогического коллектива, на достижение оптимальных результатов образования, воспитания и развития дошкольников.
- 2.3. Разработка и внедрение программного обеспечения СК.

III. Функции

- 3.1. Планирование и организация изучения и внедрения в практику передового психологического опыта, новейших достижений педагогической, психологической, других специальных наук, а также новых психологических и педагогических технологий.
- 3.2. Разработка дидактических и методических материалов в соответствии с направлением работы СК.
- 3.3. Диагностика уровня обученности, обучаемости, развитости, развиваемости дошкольников.

IV. Обязанности и права

- 4.1. На руководителя СК возлагается организация образовательного процесса с дошкольниками; информирование педагогического коллектива, родителей о целях СК, программе ее деятельности.
- 4.2. Руководитель СК имеет право принимать участие в разработке управленческих решений, касающихся научно-методического обеспечения образовательного процесса СК.

V. Ответственность

- 5.1. Руководитель СК несет ответственность за несвоевременное и некачественное выполнение возложенных на него функций.
- 5.2. Руководитель СК несет ответственность за жизнь и здоровье дошкольников во время занятий в СК.

VI. Взаимоотношения. Связи

- 6.1. Руководитель СК осуществляет взаимодействие с педагогическим коллективом, администрацией ДОУ, родителями, с учреждениями образования, детской поликлиникой, занимающимися научно-исследовательской и образовательной деятельностью в вопросе работы с детьми в сенсорной комнате.

VII. Условия обеспечения эффективной деятельности

сенсорной комнаты

Сенсорную комнату можно рассматривать как своеобразное поле взаимодействия педагога-психолога с детьми дошкольного возраста, их родителями и педагогами, в центре которого сосредоточены интересы прежде всего ребенка. Позиция «ребенок прежде всего» определяет акценты в работе сенсорной комнаты и ее обеспечение, условиями которого являются:

- Создание чувства безопасности, защищенности;
- Возрастное соответствие;
- Сочетание статичного и динамичного положения детей;
- Наглядность (активное использование предметной среды);
- Дифференцированный подход (учет индивидуальных особенностей).

VIII. Организационное обеспечение

Организационное обеспечение сенсорной комнаты предполагает подготовку ее оборудования в соответствии с задачами работы педагога психолога. Условно оборудование СК можно разделить на два функциональных блока:

- **Релаксационный** – в него входят мягкие покрытия, пуфики и подушечки, сухой бассейн с шариками, приборы, создающие рассеянный свет, установка для ароматерапии и библиотека релаксационной музыки. Ребенок или взрослый, лежа в бассейне или на мягких формах, может принять комфортную позу и расслабиться. Медленно проплывающий рассеянный свет, приятный запах в сочетании с успокаивающей музыкой создают атмосферу безопасности и спокойствия. При необходимости, дополнительно, в такой обстановке можно проводить психотерапевтическую работу со взрослым и ребенком.
- **Активационный** – в него входит все оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами, сенсорные панели для рук и ног, массажные мячики, мобайлы (подвешенные подвижные конструкции, игрушки) и т.д. Дополнительно в него можно включить сухой бассейн. Яркие светооптические эффекты привлекают, стимулируют и поддерживают внимание, создают радостную атмосферу праздника. Применение оборудования этого блока СК направлено на стимуляцию исследовательского интереса и двигательной активности.

Помимо общих организационных требований при создании СК следует руководствоваться специальными требованиями к помещению и материально-технической оснащенности СК.

Реализация в работе СК комплекса коррекционных, развивающих и восстановительных мероприятий предполагает проведение таких занятий в специально оборудованном помещении в соответствующих условиях и требованиями к техобеспечению и оснащению СК.

IX. Требования к материально-техническому оснащению сенсорной комнаты

9.1 Требования к помещению и интерьеру

Для СК должно быть отведено помещение или отдельная комната не менее 25 кв.м. с тем, чтобы в ней одновременно могли находиться 2-4 человека, деятельность которых должна поддерживаться рядом комфортных условий.

Температурный режим

Помещение должно быть теплым и в то же время хорошо проветриваемым. В зимнее время в связи с повышенной сухостью воздуха для его увлажнения и ионизации можно использовать кондиционер.

Звукоизоляция

Для изоляции от шумов коридора СК может быть оборудована двойной дверью, а для уменьшения шума от работы звуковоспроизводящей аппаратуры целесообразно обеспечить выносной пульт управления.

Во время занятий на входной двери необходимо вывесить предупреждение о соблюдении тишины. Необходима изоляция помещения от шума, вибрации и других неблагоприятных факторов. Максимальная громкость звучания записей – 30 дбц.

Освещенность и свет

Интенсивность освещения должна регулироваться в широком диапазоне (от яркого освещения до полного затемнения). Рекомендуется комбинированное освещение – сеансы релаксации проходят в полузатемненном помещении, что способствует релаксации и снятию напряжения.

Рекомендуется стены в СК покрасить в спокойные пастельные тона (белый, кремовый и т.д.), окна закрыть светонепроницаемым материалом (шторами, закрасить и т.д.).

Организация пространства

Для занятий релаксационными упражнениями необходимо мягкое покрытие пола: это важно для освоения так называемой «детской территории» в психологическом кабинете.

Учитывая специфику задач СК, она должна территориально включать несколько зон, каждая из которых имеет специфическое назначение и соответствующее оснащение:

Мягкая среда - обеспечивает уют, комфорт и безопасность. Главной целью ее использования является создание условий для релаксации и спокойного состояния. Поэтому, все изделия мягкой обстановки решены в спокойных тонах.

- 1 **Мат напольный** – нужен для создания мягкой поверхности, на которой ребенок или взрослый может лежать, сидеть или двигаться. В соответствии с размерами помещения или «мягкой зоны» определяется количество матов. Маты между собой соединяются при помощи липучек со стороны пола.
- 2 **Мат настенный** – крепится на стенку для того, чтобы максимально обезопасить человека, пребывающего в СК, от ударов и соприкосновения с твердыми и холодными поверхностями. Кроме того, его использование способствует созданию уюта и комфорта, выполняя роль «ковра» на стене.
- 3 **Пуфик-кресло с гранулами (Сплодж)** – это сидение, которое служит идеальной опорой для сидящего или лежащего человека, принимая форму тела. Сидя на пуфике можно расслабиться, слегка откинувшись назад, и наблюдать за происходящим вокруг. Можно лечь на живот, подмяв пуфик под себя, обнять его и расслабить мышцы спины. Поверхность способствует тактильной стимуляции соприкасающихся с ним частей тела. Гранулы, наполняющие пуфик, оказывают мягкое приятное воздействие, способствуя лучшему расслаблению за счет легкого точечного массажа.
- 4 **Трапедия с гранулами** – это подушка в форме небольшой горки, с помощью которой вы можете принять удобную позу, подложив ее под голову или ноги. Ее можно использовать и в качестве сидения. Гранулы, наполняющие трапедию, способствуют мягкой тактильной стимуляции.
- 5 **Детская подушечка с гранулами** – подушечка, наполненная полистирольными гранулами, легко может менять форму, ее приятно мять в руках и занятие с ней может надолго привлечь внимание. Использование подушечек в СК поможет принять человеку любое удобное положение.
- 6 **Сухой бассейн** – это бассейн прямоугольной (или округлой) формы с мягкими стенками, наполненный пластмассовыми шариками. Может использоваться как для релаксации, так и для активных игр. Лежа в бассейне, можно принять комфортную позу и расслабиться. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками, наполняющими его, дает возможность лучше чувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивающий глубокую мышечную релаксацию. Тело в бассейне все время имеет безопасную опору, что особенно важно для детей с двигательными нарушениями. В бассейне можно перемещаться или менять позу, не опасаясь упасть, стукнуться. Передвижение в подвижных шариках создает прекрасные

условия для развития координации движения в пространстве. Игры в бассейне эмоционально окрашены. Играя, можно растратить энергию, а затем – откинуться и расслабиться.

- 7 **Детское зеркальное панно** – безопасное зеркало из полимерного материала для создания оптического эффекта расширения пространства и усиления воздействия световых установок.

Мягкую среду можно дополнить одеялами, безопасными игрушками и предметами.

Зрительная и звуковая среда – спокойная музыка и медленно меняющиеся расплывчатые световые эффекты действуют на человека успокаивающе и расслабляюще. Яркие светооптические и звуковые эффекты привлекают и поддерживают внимание, используются для зрительной и слуховой стимуляции, стимуляции двигательной активности и исследовательского интереса.

- 1 **Музыкальный цент с набором кассет или CD дисков** – музыка является неотъемлемой частью СК. Положительные эмоциональные переживания во время звучания приятных слуху музыкальных произведений или звуков природы усиливают внимание, тонизируют центральную нервную систему. Спокойная музыка увеличивает интеллектуальную работу мозга человека и активизирует иммунную систему организма. Переходы от спокойной музыки к тонизирующей способствуют регуляции процессов возбуждения и торможения. Сочетание музыки и звуков природы идеально для релаксации. Поэтому в СК целесообразно использовать специальные записи, в которых музыка переплетена с шумом воды, ветра, пением птиц и т.п.
- 2 **Висящая система «Мелодичный звон» (музыка ветра)** – основным направлением использования в СК системы «Мелодичный звон» является звукотерапия. Приятные переливы нежных звуков действуют успокаивающе, способствуют релаксации. Кроме того эти звуки могут служить сигналом для перехода от одной деятельности к другой, тем самым способствуя переключению внимания и развитию процессов саморегуляции. В работе с детьми «Мелодичный звон» может использоваться для активизации самостоятельных действий ребенка, развития познавательного интереса, тренировки дыхания.
- 3 **Безопасная пузырьковая колонна с мягкой платформой и безопасным угловым зеркалом из 2-х частей** – в прозрачной колонне из прозрачного пластика, заполненной водой резвятся разноцветные фигурки, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз. Это завораживающее зрелище не оставит равнодушными ни детей ни взрослых. Если прижаться к трубке, можно ощутить нежную вибрацию. Для создания мягкого, удобного сиденья, пузырьковая колонна оснащается «мягкой платформой». А «безопасное угловое зеркало» создает неповторимый оптический эффект расширения пространства.
- 4 **Зеркальный шар с мотором, прожектор направленного света и световой фильтр** – луч света, отражаясь от зеркального шара, подвешенного к потолку, превращается в бесконечное множество «зайчиков», которые, словно маленькие звездочки, плавно скользят по стенам, потолку и полу, меняя цвет. В сочетании со спокойной музыкой, эти блики создают ощущение сказки, героем которой вы стали.
- 5 **Прибор динамической заливки света** – прибор (типа проектора), который создает на противоположной стене световое пятно с плавными переливами всевозможных изменяющихся красок и узоров. Волшебное зрелище, напоминающее северное сияние привлекает внимание, создает поэтическое настроение, способствует релаксации развитию фантазии.
- 6 **Безопасный оптиковолоконный пучок** – водопад огромного числа тонких волокон, на концах которых то гаснут, то загораются «звездочки». Волокна можно держать в руках и перебирать. Изменяющиеся цвета привлекают внимание и успокаивают.

- 7 **Звездная сетка с контроллером** – сеть, в которую вплетены лампочки. Она подвешивается к потолку горизонтально (как «Звездное небо») или вертикально (как разделительная штора). При помощи контроллера можно задавать режимы: от плавно мерцающего «неба» до бегущих огней. Прекрасное средство для коррекции психоэмоционального состояния и тренировки двигательного анализатора.
- 8 **Панно «Бесконечность»** - в выключенном состоянии представляет зеркало. После включения загораются лампочки и появляется оптический эффект светящегося круглого тоннеля, уходящего в бесконечность. Хорошее средство для зрительной стимуляции.
- 9 **Волшебная нить и контроллер к ней** – 10-ти метровая гибкая трубка, с цветными лампочками внутри. Свет путешествует внутри трубки. Скорость движения света можно регулировать при помощи ручки на контроллере, что создает бесконечно разные эффекты. Трубка абсолютно безопасна, ее можно сгибать в любом направлении, обвивать вокруг себя, сворачивать по спирали. Если трубку погрузить в сухой бассейн, то тогда шарики заиграют разными огоньками и вы сможете насладиться как бы купанием в цвете.
- 10 **Переливающиеся цветы** – светильник в виде букета цветов (на основе светооптических волокон) создают уют в СК. Включите его, и в затемненной комнате они вдруг «оживут» и начнут плавно переливаться, притягивая взор. Эффект мерцания с постоянным изменением цветов поражает красотой, привлекает внимание и успокаивает.
- 11 **Светильник «Уфо-диск»** - в темноте СК вращающийся диск с цветными окошками напоминает летящий в космосе космический корабль, загадочный и недостижимый. Его хорошо использовать для стимуляции зрения и движений.
- 12 **Светильник «Зеркальный шар»** - создает такие же эффекты в темной комнате, как и «зеркальный шар» с мотором и прожектором, но не подвешивается к потолку, а ставится на отдельный столик.
- 13 **Светильник «Кристаллическая лампа»** - шар, сделанный будто из горного хрусталя переливается разными цветами. И, создавая магическое ощущение, надолго приковывает внимание.
- 14 **Светильник «Пламя»** - светильник, имитирующий факел. Пламя костра с древних времен притягивало человека какой-то тайной. «Холодный огонь» светильника не только полностью имитирует пламя, но его еще можно и потрогать.
- 15 **Лампа «Вулкан»** - внутри этого необычного по форме светильника находится расплавленный воск. От общей массы вдруг отрывается шарик и плавно поднимается, затем медленно опускается и снова сливается с общей массой, образуя причудливые формы, которые напоминают бурлящую вулканическую лаву. Величавое движение голубых и зеленых шариков разного размера завораживает и вызывает разные фантазии.
- 16 **Светильник «Фонтан света»** - настольный светильник, представляющий из себя большой крутящийся пучок оптиковолоконных нитей. Рассыпающиеся в разные стороны нити напоминают фонтан или салют, создают радостное настроение и притягивают взор.

Дополнить зрительную и звуковую среду можно маленькими зеркальцами и маленькими фонариками для создания «солнечных зайчиков», вентилятором и различными мобайлами (подвесными игрушками), подвешенными на некотором расстоянии от вентилятора, кассетами с записями классической музыки, музыкальными инструментами.

Тактильная среда – позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учит различать различные свойства предметов и улучшает зрительно-моторную координацию.

- 1 **Сухой душ** – шатер из разноцветных атласных лент, закрепленных на подвесной горизонтальной платформе. Ленты спускаются вниз словно струи воды, их приятно трогать, перебирать в руках, проходить сквозь них, касаясь лицом. Разноцветные «струи» стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве. За «струями» можно спрятаться от внешнего мира, что особенно подходит для аутичных детей.
- 2 **Игровое тактильное панно «Ежик»** - сенсорная панель для рук, представляет собой панно из ковролина и съемных деталей. Детали различны по цвету, форме, материалу. Они дают возможность получения разнообразных ощущений, способствуя развитию тактильной чувствительности и восприятия в целом. Вы можете легко придумать игровой сюжет, что важно для занятий с детьми дошкольного возраста. Ощупывая детали, ребенок учится различать разные свойства предметов: теплый – холодный, мягкий – жесткий, круглый – квадратный, деревянный, пластмассовый и т.п. Все элементы, в том числе голова и лапки ежика, крепятся к основной панели с помощью липучек. Это позволяет менять местами съемные детали.
- 3 **Сенсорная тропа для ног** – это дорожка из ковролина, на которой с помощью липучек закрепляются разные по фактуре «кочки»: мешочки из тонкой, но прочной ткани с разными наполнителями. Разнообразие ощущений делает хождение по дорожке увлекательным для любого возраста. Ходьба по ней полезна для развития тактильного восприятия, координации и профилактики плоскостопия. Для получения лучших ощущений, рекомендуем ходить по дорожке босиком или в тонких носках.
- 4 **Массажные мячи и валики** – предназначены для стимуляции тактильной чувствительности. Разные по форме, упругости, фактуре поверхности мяча и валики обеспечат вам широкий спектр разнообразных ощущений, которые вы можете получить, действуя с этими предметами самостоятельно или сосредоточиться на своих ощущениях в то время, как специалист делает легкий массаж.
- 5 **Фонтан водный** – водные процедуры рекомендуются при лечении многих заболеваний и психических расстройств. Звук журчащей воды успокаивает, а прохладные струи оказывают стимулирующее воздействие на кожу. Поэтому в СК обязательно должны присутствовать процедуры с водой.

Тактильную среду можно дополнить небольшим бассейном с водой, мягкой мебелью и различными дидактическими играми и пособиями для развития мелкой моторики: «чудесными ящичками» и баночками с различными наполнителями, музыкально-шумовыми игрушками, куклами, материалами Монтессори и т.д.

Среда запахов (воздушная) – в основе лечения запахами (ароматерапии) лежит принцип воздействия на организм человека из натуральных эфирных масел, которые применялись для лечения и профилактики заболеваний с древнейших времен. Практически все натуральные эфирные масла обладают ярко выраженными бактерицидными, антисептическими, противовирусными и противовоспалительными свойствами, положительно действуют на нервную систему, психоэмоциональное состояние, стимулируют процессы саморегуляции и иммунитета, улучшают работу всех систем организма.

Установка для ароматерапии – предназначена для проведения собственно сеансов ароматерапии и для комплексного воздействия на организм человека. В комплект входят три вида масел. Дополнительно можно приобрести другие эфирные масла и книгу по ароматерапии. Для каждого человека масла подбираются индивидуально в зависимости от решаемых задач.

9.2 Требования к применению музыкальных средств

В качестве одного из психологических средств воздействия во время занятий в СК применяются специально подобранные музыкальные программы, влияние которых характеризуется многоплановыми изменениями функционального состояния организма.

Музыка оказывает на человека своеобразное действие: так, варьируя музыкальный фон, можно управлять работоспособностью человека или усиливать релаксацию.

Тихая мелодичная музыка обладает седативным действием и нормализует функции сердечно-сосудистой системы, напротив, музыкальные отрывки с более резкими звуковыми переходами повышают ее функцию.

Ритмичная музыка вызывает повышение тонуса скелетной мускулатуры по механизму акустико-моторного рефлекса, усиливает поток импульсов, которые подобно моторно-воицеральным рефлексам оказывают благотворное влияние на деятельность внутренних органов и систем.

Музыка в СК должна быть субдоминантным раздражителем, который можно регулировать по силе и времени звучания. Максимальная громкость звучания не должна превышать уровня 30 дцб, а общая продолжительность звучания – от 15 до 30 минут.

Музыкальные программы по характеру произведений должны четко соотноситься с возрастными, психологическими особенностями детей и взрослых, сопровождать каждый этап оптимизации состояния взрослого и ребенка, способствуя снятию эффектов утомления и психэмоциональной напряженности.

При составлении музыкальных программ, сопровождающих занятие, необходимо помнить о том, что подбор музыкальных произведений должен осуществляться педагогом-психологом индивидуально в соответствии с собственным стилем и методикой ведения занятий; соотношение ритма произносимых формул самовнушения с ритмом звучащей музыки, совпадение начала и окончания каждой формулы с началом и окончанием музыкальной фразы является обязательным условием. Важно, чтобы формулы для определенного упражнения вместе с завершением музыкального отрывка. Музыка звучит всегда тише голоса педагога-психолога и служит ему музыкальным фоном. Для этих целей необходимо подбирать обычно не слишком эмоционально насыщенную музыку.

В качестве произведений, сопровождающих занятия, не следует использовать модные шлягеры, широко известные и популярные классические произведения, так как в этом случае музыка может ассоциироваться с каким-то личностно значимыми событиями и отвлекать от выполнения упражнений, центрировать внимание на собственных ощущениях.

Х. Организация занятий в сенсорной комнате

Формы работы в СК могут быть различными.

Занятия должны проводиться подгруппами по 2-4 человека или индивидуально. Фронтальные занятия исключаются.

После посещения СК ребенок должен ощущать покой и отдых, даже если занятия были направлены на развитие определенных когнитивных процессов, тем более если была поставлена четко определенная цель: нормализация психоэмоционального состояния.

Занятия должны проводиться в форме игры. Здесь важно задействовать эмоциональный фактор, который обеспечит большую продуктивность за минимальное время. Учеными установлено, что состояние релаксации наступает через 10-20 минут пребывания в СК, а это значит, что появляется реальная возможность сократить время на восстановление сил и работоспособности.

Игры для умственно отсталых детей – это игры без победителей, которые просто приносят радость, доставляют удовольствие, увлекательные, но и в то же время тренирующие социальные способности и, поэтому, требующие от детей определенных усилий, проявления умения, которые потребуются им для повседневного преодоления жизненных трудностей. Длительность игр зависит от индивидуальных особенностей.

При работе с людьми, имеющими неврологические нарушения, необходимо учитывать специальные рекомендации невропатолога. Так, например, при судорожной готовности и эписиндроме нельзя использовать мигающие световые приборы, чтобы избежать ухудшения состояния.

В СК можно проводить занятия по релаксации и со здоровыми детьми. Занятия в СК с помощью релаксационных состояний (мышечных расслаблений) помогут вывести человека из такого состояния и вернуть ему возможность активного, практического управления ходом своей жизни. Занятия по саморегуляции проводятся под музыкально-шумовое сопровождение в затемненной комнате. Длительность занятий не должна превышать 40-45 минут.