



# КОНСУЛЬТАНТ

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ  
ВЕСТНИК БРЕСТСКОГО ОБЛАСТНОГО  
ЦЕНТРА КОРРЕКЦИОННО-  
РАЗВИВАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ И  
РЕАБИЛИТАЦИИ

«Формирование сенсорных представлений у  
детей раннего возраста с особенностями  
психофизического развития»

Февраль 2022

Уважаемые коллеги!

Предлагаем Вашему вниманию материалы, по итогам областного семинара-практикума «Формирование сенсорных представлений у детей раннего возраста с ОПФР», представленные учителями-дефектологами и педагогами-психологами ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»

В информационно-методическом вестнике «Консультант» предложен теоретический и практический материал по формированию сенсорных представлений у детей раннего возраста. Мастер-класс для педагогов по управлению эмоциональным состоянием в условиях сенсорной комнаты. Представлены фотографии пособий и фрагменты видеозанятий по формированию сенсорных представлений у детей раннего возраста.

Данный материал носит рекомендательный характер.

Желаем Вам успехов в работе!

Рецензент:

Жук Т.В., директор ГУО «Брестский областной ЦКРОиР»,  
учитель-дефектолог высшей квалификационной категории

Ответственные за выпуск:

Пикалова О.С., заместитель директора по УВР, учитель-дефектолог  
первой квалификационной категории

Микулич О.Г., учитель-дефектолог

Хотько А.А., педагог-психолог второй квалификационной категории

Оформление и компьютерная вёрстка:

Сай В.С., программист

Маркович Е.Е., секретарь

Контактный телефон: 8 (0162) 29 15 09

## Оглавление

1. Сенсорное развитие детей раннего возраста с ОПФР посредством дидактических игр и упражнений..... 4
2. Сенсорная комната как инструмент реабилитации детей с особенностями психофизического развития раннего возраста..... 19
3. Мастер-класс «Перезагрузка: стратегическое управление эмоциональным состоянием педагога в условиях сенсорной комнаты..... 31
4. Подборка пособий по сенсорному развитию для детей раннего возраста..... 39

## **Сенсорное развитие детей раннего возраста с ОПФР посредством дидактических игр и упражнений**

*Турко С.Н., учитель-дефектолог ГУО  
«Берёзовский районный центр  
коррекционно-развивающего  
обучения и реабилитации»*

В настоящее время идеи раннего развития становятся все более популярными. Прогрессивные специалисты и родители малышей от рождения до 3 лет сходятся во мнении, что чем раньше начать всесторонние занятия с ребенком, тем успешнее и быстрее он развивается. Можно говорить и о том, что, создавая развивающую среду для малыша, мы даем ему шанс реализовать потенциал, данный ему от рождения!

Тем не менее, далеко не все знают, что же подразумевает под собой раннее развитие и путают его с ранним обучением (в этом случае взрослые стремятся уже в раннем возрасте познакомить малыша с буквами и цифрами, научить читать и считать, начать изучение иностранного языка).

Для всестороннего раннего развития детей до трех лет в ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» созданы все условия: функционирует массажный кабинет, зал ЛФК, кабинет ранней комплексной помощи, сенсорная комната.



В кабинетах создана адаптивная образовательная среда в соответствии с санитарными нормами применительно к детям в возрасте до трёх лет, которая обеспечивает разнообразный сенсорный опыт, активность в движении, игре, предметно-практической деятельности.

Занимаясь с детьми раннего возраста, основное внимание уделяется сенсорному развитию, развитию речи, знакомству с окружающим миром, развитию движений и мелкой моторики. Все занятия проводятся в единственно доступной для ребенка пониманию форме – форме игры. Однако и игра не должна утомлять малыша, иначе он быстро утратит к ней интерес. Достаточно 10-15, а в некоторых случаях и 5-7 минут для того, чтобы ребенок вынес из занятия что-то полезное для себя.

С детьми раннего возраста учителем-дефектологом проводятся в неделю два занятия по развитию речи и два занятия по сенсорному развитию, педагог-психолог проводит два раза в неделю занятия по социально-эмоциональному развитию и два занятия по обучению родителей эффективным навыкам взаимодействия с детьми. Так как каждое занятие у специалиста условно можно поделить на два. Ребенок пришел на занятие с родителем к учителю-дефектологу на сенсорное развитие и развитие речи, к педагогу-психологу - на социально-эмоциональное развитие и обучение родителей эффективным навыкам взаимодействия с детьми.

В раннем возрасте предметный мир вызывает у малыша наибольший интерес. И взрослые должны помочь ему обеспечить полноценную сенсорную среду. Какие условия необходимы для полноценного сенсорного развития ребенка? Прежде всего, нужно предоставить для восприятия как можно больше разнообразных сенсорных впечатлений. Для этого необходимо предлагать для игры разнообразные развивающие игрушки и игры, позволять малышу использовать для игры самые разные предметы и материалы, разрешать ребенку экспериментировать с ними, а также специально организовывать развивающие ситуации.



Кроме этого, надо обучать малыша целенаправленным действиям с предметами — осматриванию, ощупыванию, опробыванию и др. Организуя сенсорные игры, мы также помогаем ребенку увидеть красоту и многообразие окружающего мира.

Дидактические игры и упражнения помогают ребенку узнать, как устроен окружающий мир и расширить его кругозор. Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что ведущей формой сенсорного воспитания являются дидактические игры, а сенсорное развитие ребенка — это и есть развитие его восприятия.

Восприятие — это непосредственное, чувственное отражение действительности в сознании, способность воспринимать, различать и усваивать явления внешнего мира. На основе восприятия при помощи речи формируются представления, которые постепенно накапливаются и складываются в систему представлений о мире вокруг.

Восприятие происходит при непосредственном участии органов чувств — это глаза, уши, чувствительные рецепторы кожи, слизистой рта и носа. Но наличие органов чувств — это лишь предпосылки для восприятия окружающего мира. Чтобы сенсорное развитие происходило полноценно, необходима тренировка органов чувств с самого рождения.

Сенсорные ощущения в зависимости от органа чувств, который их воспринимает можно разделить:

- *зрительные ощущения*
- *слуховые ощущения*
- *осязательные ощущения*
- *обонятельные ощущения*
- *вкусовые ощущения*

Восприятие на всем протяжении раннего возраста тесно связано с предметными действиями. Рассмотрим более подробно способы действий ребенка с предметами:

*Хаотические действия* — ребенок действует с предметом независимо от его функции — стучит, хватает и бросает, тянет в рот и т.п. Такие действия присущи в норме младенцам, а в случае особенного развития могут присутствовать у детей дошкольного возраста с нарушениями интеллекта, зрения и слуха, у аутичных детей.

*Метод проб и ошибок* — ребенок осуществляет в ходе исследования предмета большое число проб, фиксируя правильные действия и отбрасывая ошибочные варианты.

*Практическое примеривание* — перцептивный способ ориентировки (происходящий во внутреннем плане) — ребенок сравнивает свойства предметов при непосредственной их близости и действует в соответствии с результатами примеривания.

*Зрительное соотнесение* — перцептивный способ ориентировки (происходящий во внутреннем плане) — ребенок сравнивает свойства предметов на расстоянии при помощи зрения.

### **Сенсорное развитие ребенка первого года жизни (период младенчества)**

Маленький ребенок, начиная открывать мир, впитывает в себя потоки сенсорной информации: он с удовольствием разглядывает яркие цветные предметы и игрушки, ощупывает их и тянет в рот, гремит металлическими крышками и шуршит полиэтиленовыми пакетиками... Ему все интересно, малыш невероятно пытлив и любознателен, каждая мелочь имеет значение. Как только малыш получает возможность передвигаться в пространстве (начинает ползать, а затем и ходить), он тут же старается расширить зону своего восприятия. Взрослые называют этот период — «езде лезет».

На первом году жизни основная задача состоит в предоставлении ребенку достаточного богатства и разнообразия внешних впечатлений, и в развитии внимания к свойствам предметов.

Сенсорное воспитание в этот период — основной вид воспитания вообще. Обеспечивая приток всё новых впечатлений, оно становится необходимым не только для развития деятельности органов чувств, но и для нормального общего физического и психического развития ребенка.

### **Сенсорное развитие ребенка раннего возраста (от 1 до 3 лет).**

На втором-третьем году жизни задачи сенсорного воспитания существенно усложняются. Хотя ребенок раннего возраста еще не готов к усвоению сенсорных эталонов, у него начинают накапливаться представления о цвете, форме, величине и других свойствах предметов. Важно, чтобы эти представления были достаточно разнообразными. А это значит, что ребенка следует знакомить со всеми основными разновидностями свойств:

- *цвет* — красный, синий, желтый, зеленый, оранжевый, фиолетовый, черный и белый;
- *форма* — круг, квадрат, треугольник, овал, прямоугольник;

- *звуки* — различные детские музыкальные инструменты, музыкальные произведения, человеческая речь различной громкости;
- *вкус* — сладкое, соленое, кислое, горькое;
- *запах* — различные характерные запахи.

Знакомя самых маленьких детей с различными свойствами предметов, не следует добиваться запоминания и употребления их названий. Главное, чтобы ребенок умел учитывать свойства предметов во время действий с ними. Взрослый, занимаясь с детьми, употребляет названия форм и цветов, но пока не требует этих названий от малышей.

В раннем возрасте проводятся специальные занятия по сенсорному развитию детей. Основная задача таких занятий — накопление разнообразного сенсорного опыта. Остановимся более подробно на каждом из направлений работы по формированию сенсорных представлений. Работа по всем направлениям ведется параллельно.

**Развитие зрительного восприятия**

В рамках сенсорного развития детей раннего возраста изучаются отдельные внешние свойства предметов и явлений — цвет, форма, величина.

### **Этапы обучения восприятию цвета**

*1.Различение цветов по принципу «такой — не такой»* — зрительное сравнение предметов по цвету при непосредственном их сближении — прикладывание, примеривание. Когда два цвета вплотную прилегают друг к другу, ребенок может увидеть их одинаковость или неодинаковость.

*2.Зрительное соотнесение цветов* — восприятие цвета на расстоянии, выбор цвета по образцу. Это восприятие цвета, не требующее непосредственного контакта (наложения и приложения).

*3.Закрепление представлений о цвете в слове-названии* — ребенок различает цвета по слову-названию без необходимости прикладывания или сопоставления на глаз с образцом цвета, а также самостоятельно называет основные цвета.

Начинать знакомство ребенка с цветами необходимо выбирая их из 4-х основных цветов: красный, желтый, зеленый и синий. Только после того, как ребенок научится без труда узнавать и различать эти 4 цвета, можно добавлять следующие цвета: белый и черный, оранжевый, фиолетовый.

Понимание того, на каком конкретном этапе находится ребенок и какие игры и упражнения подойдут ему лучше всего, зависит от результатов диагностики, которую мы проводим в три этапа (первичная, промежуточная, итоговая).

Для формирования сенсорных эталонов цвета специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» в своей работе используют следующие игры: «Спаси зайку», «Радуга», «Оденем куклу на прогулку», «Волшебный комод», «Бусы для куклы», «Ежики», «Наведем порядок», «Собери стаканчики», «Домик для лягушат», «Почини карусель», «Надень резиночку», «Спрячь машинку в гараж», «Елочка», «Снеговика», «Конфеты в коробочке», «Конфеты для куклы», «Волшебные колбочки», «Подбери пару», «Пришьем пуговички», «Чашка и блюдце», «Корзинки для овощей и фруктов», «Подбери крышу к домику», «Ниточки для шариков», «Найди цветок для бабочки», «Цветные браслеты», «Цветная стирка», «Четвертый лишний по цвету», «Цветные карандаши», «Яблочки по корзинкам», «Шапки и шарфики» и другие





### Этапы обучения восприятию формы

*Практические действия, направленные на изучение формы предмета. Чтобы ребенок практическим путем выделил форму предметов, используются специальные дидактические игрушки, при использовании которых форма становится значимой для достижения игровой цели: доски Сегена, рамки Монтессори, «почтовый ящик» и*

др. Действуя с такими игрушками, малыш начинает понимать, что от умения правильно определять форму предмета зависит качество выполнения задания. В процессе восприятия формы посредством практических действий происходит сличение предметов по форме по принципу «такой — не такой» (без называния).

*Зрительное восприятие формы* — зрительное сравнение предметов по форме при непосредственном их сближении (прикладывании, примеривании). Когда две формы вплотную прилегают друг к другу, ребенок может увидеть их одинаковость или неодинаковость.

*Закрепление представлений о форме в слове-названии* — ребенок различает форму по слову-названию без необходимости прикладывания или сопоставления на глаз с образцом формы, а также самостоятельно называет изучаемые формы

Знакомство детей с формами должно происходить постепенно. Начинаем с круга, затем знакомим ребенка с квадратом, помогаем сравнить круг и квадрат: круг гладкий, ровный, округлый, а у квадрата есть стороны и углы, показываем как можно обвести контуры фигур пальцем, или объемные тела ладошкой. В дальнейшем добавляем треугольник, прямоугольник и овал. Изучение новых форм должно происходить только после того, как усвоены предыдущие.

Вначале изучаются плоские геометрические фигуры, затем детей можно знакомить с объемными эталонами формы.

Для формирования сенсорных эталонов формы специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» в своей работе используют следующие игры: «Закрой окошко в домике», «Варежки», «Нарисуй на песке», «Доски Сегена», «Катится — не катится», «Почтовый ящик», «Сортиеры на колесиках», «Цветные столбики», «Волшебные коробочки», «Пирамидки разной формы», «Найди пару по форме», «Найди такие же фигурки», «Найди лишнюю фигурку», «Найди форму в предмете», «Лото форма», «Четвертый лишний по форме», «Сложи фигурку из счетных палочек», «Большая стройка», «Чудесный мешочек» и другие.





### Этапы изучения величины

*Первый этап знакомства с величиной*— *практические действия.* Величину так же, как и форму, ребенок учится различать практически. Вначале по величине сравниваются два предмета (игрушки), затем количество предметов увеличивается. Практическое знакомство с величиной можно осуществить при помощи предметов (накрывать кастрюли различной величины крышками, складывать вещи в большой и маленький пакеты и т.п.) и специальных игрушек (вкладыши-пирамидки, пирамидки, матрешки и др.). Действуя с такими предметами и игрушками, ребенок начинает понимать, что от умения определять величину зависит результат игры — то есть величина становится значимым признаком.

*Второй этап знакомства с величиной*— *зрительное ее восприятие.* На этом этапе ребенок уже не действует с предметами — предметы сравниваются зрительно, на глаз. Таким образом, например, сравниваются статичные, или очень большие и тяжелые объекты, с которыми нельзя манипулировать и поэтому невозможно сравнить

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
способом приложения (например, сравниваются по высоте два дома; два шкафа и т.п.). Только после того, как ребенок выполнил задание, полученный им результат надо уточнить словом. Также ребенок учится выстраивать ряды из предметов или игрушек разной величины (вкладыши, матрешки и др.).

*Третий этап знакомства с величиной— использование знаний о величине, названиях различных ее параметров, навыков сравнения величины предметов зрительно в различных ситуациях* (на занятиях и в жизни). Для того, чтобы закрепить перечисленные знания и навыки, необходима длительная тренировка, то есть большое количество специальных занятий, а также использование знаний и накопленного опыта в повседневной жизни.

Для формирования сенсорных эталонов величины специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» в своей работе используют следующие игры: «Три медведя», «Угости собачку», «Прятки», «Накрой платком», «Большие и маленькие кубики», «Крышки к кастрюлям», «Покорми кукол», «Купание матрешек», «Одноцветные пирамидки», «Блинчики для кукол», «Одноцветные монетки», «Колышки», «Бусы и бусинки», «Дорожка к домику», «Копилки и монетки», «Кто в домике живет?», «Найди пару», «Две башни», «Построй заборчик», «Собери шишки» и др.



Изучение целостного образа предмета проходит по следующим этапам:

*От знакомых предметов к новым.* Сначала ребенку предлагаем для более целенаправленного и осознанного восприятия уже знакомые предметы и игрушки, а затем новые.

*От простых предметов к сложным.* Сначала в играх и на занятиях используем простые предметы и игрушки — узнаваемой формы, цельные или с небольшим количеством частей, несложные в использовании.

*От целого предмета к его частям.* В начале работы по формированию целостного образа предметов изучаем простые цельные предметы и игрушки (например, мяч, неваляшка, подушка, тарелка), а затем сборно-разборные игрушки (например, разнообразные пирамидки, матрешки). При этом сначала изучается целый предмет, а потом его части.

*От одного предмета к разнообразным предметам.* Многие предметы можно отнести к группе похожих по внешнему виду и функции предметов. Например, панамка, шляпа, шапка, кепка, фуражка, шлем — головные уборы; стакан, чашка, кружка, пиала, фужер — посуда для напитков и т.д. Ребенку стоит предлагать все разнообразие предметного мира не сразу, а постепенно.

*От вида спереди к другим ракурсам.* Вначале ребенку предлагают предмет для восприятия в наиболее естественном положении — вид спереди (для некоторых предметов — это вид сбоку). Затем можно менять положение предмета, предлагая посмотреть на него не только спереди, но и сзади, слева, справа, сверху, снизу.

*От предмета к его изображению.* Вначале изучаются непосредственно предметы, и только потом их изображения.

Для формирования целостного восприятия предметов специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» в своей работе используют следующие игры: «Найди игрушку», «Предмет по портрету», «Парные картинки», «Собери целое», «Картинки –половинки», «Путаница», «Разрезные картинки», «Узнай картинку по детали», «Собери пазлы», «Собери картинку из кубиков», «Угадай-ка», «Зашифрованные картинки», «Тени», «Дорисуй картинку», «Чего не хватает?» и др.



### Развитие слухового восприятия

Вначале изучаются неречевые звуки. В ходе специальных игр и занятий у детей развиваются слуховое внимание и восприятие, малыши учатся сосредотачиваться на звуке, улавливать и различать разнообразные звуки.

*Неречевой (физический) слух* — это улавливание и дифференциация различных звуков окружающего мира — всех звуков, кроме звуков человеческой речи, а также различение звуков по громкости и другим физическим характеристикам, определение источника и направления звука.

При обучении детей различению на слух неречевых звуков, ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» используют в своей работе следующие упражнения: «Звуки леса», «Звуки парка», «Звуки дома», «Найди

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
такую же коробочку», «Веселый Петрушка», «Громко и тихо»,  
«Пошумим», «Пузырьковая колонна в сенсорной комнате» и др.



*Речевой (фонематический) слух* — это способность улавливать и различать на слух звуки (фонемы) родного языка, а также понимать смысл различного сочетания фонем — слова, фразы, тексты.

Этапы формирования речевого слуха:

- *Восприятие со зрительной опорой* — ребенок слышит название предмета и видит сам предмет или картинку.
- *Слухо- зрительное восприятие* — ребенок не только слышит голос, но видит лицо и губы говорящего.
- *Чисто слуховое восприятие* — ребенок не видит говорящего (а также предмет, явление, о котором говорят), а только слышит его голос (название предмета, явления).

Конечно, слуховое восприятие малыша надо развивать «от простого к сложному», давая ему посильные задачи: сначала предлагается речевой материал на слух со зрительной опорой — ребенок видит предметы и картинки, а также лицо и губы взрослого, в дальнейшем можно предлагать для восприятия знакомые слова и фразы без зрительной опоры, только на слух. При этом следует учесть, что усложнять сам речевой материал, предлагаемый для слухового восприятия, также следует постепенно. Так, сначала предлагают звукоподражания, затем короткие слова, следующими можно предлагать слова более сложной структуры (состоящие из нескольких слогов), затем короткие и длинные фразы.

При обучении детей различению на слух речевых звуков, специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» используют в своей работе

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
следующие дидактические игры и упражнения: «Кто там?», «Кто позвал?», «Найди картинку», «Будь внимательным!», «Слушай и выполняй», «Найди и покажи», «Запомни, повтори», «Звуковая панель со звуками животных» и др.



**Обучение осязанию** еще один вид формирования сенсорных представлений. Осязание — это ощущение давления, тепла, холода и прочего при прикосновении кожи к чему-либо. Осязание является одним из способов восприятия окружающего мира.

Уровни обучения осязанию

- Знакомство с разнообразными материалами и предметами различной фактуры и свойств, способами хватания, ощупывания, поднятия для определения веса.
- Сличение материалов и предметов на ощупь по принципу «такой — не такой».
- Описание осязательных ощущений при помощи речи.

Для развития осязания, специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» в своей работе используют следующие игры и упражнения: «Сухие бассейны», «Горячий — холодный», «Волшебный мешочек», «Тактильные ладошки», «Твердый - мягкий», «Тактильные шарики», «Спрячь и найди», «Сокровища моря», «Журочка и цыплятки», «Ромашки», «Шариковый бассейн» и др.



Следующее направление сенсорного развития – это **развитие обоняния**. Как много запахов окружает нас. Нужно помочь ребенку разобраться в этом разнообразии.

В раннем возрасте следует предлагать для изучения только простые известные запахи. Можно выделить следующие задачи развития обоняния в раннем возрасте:

- предоставить детям для восприятия и запоминания как можно большее разнообразие различных запахов;
- помочь детям выделить запахи в отдельную сенсорную категорию, воспринимать их более осознанно;
- помочь сформировать представления о различных запахах, обозначив их словами.

И последнее направление сенсорного развития - это **вкус**.

Вкус — это ощущения, возникающие при попадании в ротовую полость какого-либо вещества, в основном во время приема пищи. Основным источником вкусовых ощущений является пища.

Принято выделять четыре основных вкуса: соленый, сладкий, кислый, горький. Кроме этого, продукт может быть безвкусным, пресным.

Специальные занятия для развития и обоняния специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» не проводят. Специалистами даются рекомендации родителям как развивать эти ощущения самостоятельно в домашних условиях (во время приема пищи, на прогулке, купание и т.д)

Игры и упражнения классифицируют в зависимости от вида сенсорных ощущений, которые развиваются в ходе игры в первую очередь. Это осуществляется для лучшего понимания содержания сенсорного развития детей раннего возраста. Однако в жизни мы не можем отделить одно ощущение от другого — обычно они воспринимаются в комплексе. Маленький ребенок, когда обследует предметы окружающего мира и манипулирует ими, рассматривает, бросает и прислушивается к звуку, который предмет издает при падении, хватает и ощупывает, тянет в рот – выполняет это практически одновременно. Таким образом, ребенок воспринимает предмет целостно — в комплексе его различных сенсорных характеристик.

Подводя итог, хочется подчеркнуть, что, тренируя все сенсорные системы, взрослые помогают детям лучше воспринимать любую новую информацию и формировать адекватное представление об окружающем мире и его разнообразных сферах. А эффективное сенсорное развитие ребенка с младенчества – залог успешного развития в будущем.

### **«Сенсорная комната как инструмент реабилитации детей с особенностями психофизического развития раннего возраста»**

*Долженко Т.Н., учитель-дефектолог  
ГУО «Берёзовский районный центр  
коррекционно-развивающего  
обучения и реабилитации»*

Ребенок – самый ценный подарок, который родители преподносят нашему миру. Дети быстро растут, учатся и развиваются в первые три года жизни. И хотя все дети уникальны и каждый растёт и учится в своем собственном темпе, но все же некоторым из них нужна помощь.

Работа по оказанию ранней комплексной помощи детям от рождения до 3 лет в ГУО «Березовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» начата еще в 2006г.

Постановка основных целей работы при поступлении ребенка раннего возраста на занятия вытекает из основных направлений оказания РВП, актуального уровня развития ребенка, его индивидуальных особенностей и с опорой на зону ближайшего развития. Итогом обсуждения полученных результатов за круглым столом, в котором участвуют все специалисты группы сопровождения, является разработка индивидуального плана помощи ребенку раннего возраста.

Одним из важнейших направлений развития ребенка раннего возраста является развитие его восприятия. Ведь именно с восприятия предметов и явлений окружающего мира начинается познание. А далее и запоминание, мышление, воображение – все они строятся на основе тех самых образов восприятия, являются результатом их переработки.

То есть нормальное развитие невозможно без опоры на полноценное восприятие. А происходит это восприятие на основе деятельности сенсорных анализаторов: зрительного, слухового, тактильного, вестибулярного, вкусового, обонятельного.

У детей с особенностями развития сенсорная сфера отличается качественным своеобразием. Зачастую они не способны интегрировать сенсорную информацию, поступающую от различных органов чувств, для получения точной картины реального мира. И здесь главная задача взрослого предоставить для восприятия как можно больше разнообразных сенсорных впечатлений, организовав развивающую ситуацию. Кроме того, необходимо обучить ребенка целенаправленным действиям с предметами: осматривать его, ощупывать, стучать им, пробовать, перемещать в пространстве и т.д. Возникает вопрос: чья это задача обучить ребенка целенаправленным действиям с предметами, расширить запас сенсорных представлений? Какого взрослого? Родителя или специалиста?

В первую очередь это, конечно же, задача родителей, которые находятся со своим малышом рядом постоянно. В чем же тогда задача специалиста? По мнению специалистов ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации», в том, чтобы научить родителя учить! И результаты ежегодного анкетирования педагогической компетентности родителей детей раннего возраста это подтверждают. Поэтому занятия с детьми раннего возраста в ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» детско-родительские. Присутствие родителя **ОБЯЗАТЕЛЬНО**. В процессе занятия специалисты работают не только с ребенком, организовывая для него развивающую ситуацию, но и с родителем, объясняя ему цели и задачи использования тех или иных игр и упражнений, а зачастую и внушая им важность и необходимость этих игр.

За многие годы работы с детьми и с родителями специалистами ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» использовались различные формы, методы, техники и приемы работы, которые были достаточно эффективны. Но

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
в своем стремлении помочь детям специалисты искали новые  
ресурсные возможности, отвечающие современным веяниям.

Идея создания сенсорной комнаты появилась давно. Продиктовано это было особенными потребностями детей, посещающих центр. Специалисты понимали, что с восприятия предметов и явлений окружающего мира начинается познание. Происходит это восприятие на основе деятельности сенсорных анализаторов: зрительного, слухового, тактильного, вестибулярного, вкусового, обонятельного. У детей с особенностями развития сенсорная сфера отличается качественным своеобразием. Зачастую они не способны интегрировать сенсорную информацию, поступающую от различных органов чувств, для получения точной картины реального мира.

А сенсорная комната – это особым образом организованная среда, наполненная различного рода стимуляторами (зрительных и слуховых анализаторов, осязания, вестибулярного аппарата), в которой ребёнок, пребывая в безопасной и комфортной обстановке, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении специалиста исследует окружающее.

В 2017 году мечта превратилась в цель, которую специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» смогли достичь. Центр, участвуя в основном конкурсе местных инициатив в Березовском районе в рамках проекта «Содействие развитию не местном уровне в Республике Беларусь», финансируемого Европейским Союзом и реализуемого Программой развития ООН, стал победителем с инициативой «Создание и оборудование сенсорной комнаты для оказания помощи детям-инвалидам и детям с ОПФР Березовского района». Как итог, в центре была оборудована сенсорная комната стоимостью более 50 тысяч белорусских рублей. В ходе реализации инициативы, показывая сенсорную комнату и рассказывая о ней, педагоги центра провели 12 семинаров, в которых приняли участие около 200 человек. Среди них педагоги района, медицинские работники районной больницы и родители детей с ОПФР. В это же время педагогами центра были реализованы 5 комплексов занятий, разработанных для детей с

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
различными нарушениями в развитии, получающих помощь в центре.  
Успех был потрясающим.



Помещение сенсорной комнаты площадью 42 кв.м. оборудовано таким образом, что может являться как темной сенсорной комнатой, так и светлой.

Условно оборудование сенсорной комнаты можно разделить на два функциональных блока: релаксационный и активационный.

**РЕЛАКСАЦИОННЫЙ.** В него входят мягкие покрытия, пуфики и подушечки, приборы, создающие рассеянный свет, фонотека музыки. Ребёнок или взрослый, лёжа на мягких формах, может принять комфортную позу и расслабиться. Медленно проплывающий рассеянный свет в сочетании с успокаивающей музыкой создаёт атмосферу безопасности и спокойствия.





**АКТИВАЦИОННЫЙ.** В него входит всё оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами, массажные мячики, коврики, тактильные и звуковые панели, тактильные дорожки и т. д. Яркие светооптические эффекты привлекают, стимулируют и поддерживают внимание, создают радостную атмосферу. Применение оборудования этого блока сенсорной комнаты направлено на стимуляцию исследовательского интереса, сенсомоторного развития.





Перечисленное выше оборудование сенсорной комнаты, позволяет педагогам центра активно использовать элементы свето-, цветотерапии; звуко-, музыкотерапии; песочной терапии; сказкотерапии; телесно-ориентированной терапии.

Таким образом, в рамках оказания РКП сенсорная комната позволяет реализовывать работу по следующим направлениям:

- сенсорное развитие (развитие зрительного, слухового, тактильного, вестибулярного восприятия);
- развитие общей и мелкой моторики;
- социально – эмоциональное развитие;

- развитие общих речевых навыков (знаний и представлений об окружающем);

- формирование продуктивного взаимодействия в паре «родитель-ребенок»;

- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения;

- стимулирование познавательной активности.

Занятия с детьми раннего возраста проходят дважды в неделю. Одна из встреч и происходит в сенсорной комнате, в которой ребенок с родителем и педагогом пребывает 25 минут.

### **Структура занятия в сенсорной комнате.**

Каждое занятие включает в себя обязательные структурные компоненты:

- ритуал приветствия.

Обязательный этап, главная цель которого не только обозначить начало занятия, но и наладить близкий контакт педагога с ребенком, что в спокойной, доброжелательной обстановке, внушающей доверие и уверенность в себе, происходит значительно быстрее;

- этап активизации.

Педагог, родитель и ребенок проходят по тактильной дорожке ногами, а также ощупывают поверхности руками. Это позволяет начинать каждое занятие с активизации базисной в нашем восприятии тактильной системы. Кроме того, словесное описание ощущений, возникающих при соприкосновении с каждой сенсорной панелью (холодная, колючая, блестящая, шуршащая, гладкая, шершавая и т.д.), способствует обогащению словаря ребенка.

- основная часть занятия.

Реализация основной цели занятия по сенсомоторному развитию ребенка раннего возраста. На данном этапе занятия ребенок активно взаимодействует со взрослым в процессе решения поставленных перед ним задач. Здесь используются развивающие панели сенсорной комнаты, конструктор, лабиринты, дидактические игрушки, реальные предметы для достижения одной из главных целей сенсорного развития ребенка раннего возраста – формирование основных сенсорных представлений о цвете, величине, форме, текстуре, весе. В этой части занятия могут быть использованы и световые эффекты с целью усиления продуктивности взаимодействия

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
ребенка со взрослым. В процессе взаимодействия с перечисленным  
выше оборудованием также развивается общая и мелкая моторика.

*- релаксация.*

В данном случае для реализации основной цели этого этапа, снижение эмоционального напряжения, расслабления, и с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка подбирается определенное музыкальное и световое сопровождение, что благоприятным образом влияет также на зрительный и слуховой анализаторы.

*- свободная игра.*

На данном этапе ребенок может выбрать понравившуюся игрушку, вернуться к понравившемуся виду деятельности. Этот этап воспринимается детьми как поощрительный и является обязательным ритуалом каждого занятия.

Параллельно родитель может получить консультацию, как тематическую, так и по запросу. Приветствуется и поощряется, если родитель активно взаимодействует с ребенком в процессе игры. Повышение продуктивности взаимодействия в паре «родитель-ребенок» в среде сенсорной комнаты происходит наиболее эффективно. Связано это, по мнению специалистов ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации», с тем, что даже взрослый, попав в мультисенсорную среду сенсорной комнаты, испытывает неподдельный интерес к оборудованию, световым и звуковым эффектам. Это способствует их более активному и продуктивному включению в процесс игры.

*- ритуал прощания.*

Взрослые и ребенок проходят по тактильной дорожке по направлению к двери. У двери педагог хвалит ребенка и прощается с ним.

Насыщенная среда сенсорной комнаты с ее уникальным интерактивным оборудованием возбуждает неподдельный интерес детей, стимулирует их исследовательские действия, способствует развитию двигательной активности. Педагог в данном случае играет роль сопровождающего, направляющего эту активность,

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
подкрепленную интересом, в нужное русло в соответствии с тематикой занятия.

В сенсорной комнате специалистами ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» также был реализован комплекс подгрупповых занятий для детей раннего возраста и их родителей. В процессе реализации этого комплекса удалось решить не только уже описанные выше задачи. Также эти занятия выступили своего рода диагностическими. Ведь в подгрупповом занятии роль специалиста относительно каждого ребенка уменьшается, большая часть ответственности за выполнение того или иного задания ложится на плечи именно родителя. Педагог в данном случае играет роль ведущего, наблюдающего параллельно за процессом выполнения задания, процессом игры, особенностями общения родителя с ребенком, что позволяет сделать определенные выводы об уровне социализации не только детей, но и их родителей, а также об умении родителей активно общаться и взаимодействовать со своими детьми в присутствии других таких же участников занятия. Занятия, на которых родители получили возможность встретиться, положили начало их знакомству, что позволило им в последующем открыто общаться друг с другом. И, уже исходя из этих выводов, в совокупности с результатами диагностических исследований семейных отношений, опросников о педагогической компетентности родителей, которые специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» проводят с каждой семьей в начале учебного года, были подобраны актуально-значимые материалы для комплекса тренинговых занятий «Уверенная мама».

Комплекс тренинговых занятий «Уверенная мама» состоит из 5 занятий, проводимых один раз в месяц. Каждое занятие длится около часа и включает в себя обязательные информационный, практический и релаксационный блоки. В начале каждого занятия проводится работа с метафорическими ассоциативными картами (далее МАК) с целью налаживания контакта, более близкого знакомства и раскрепощения родителей. Атмосфера сенсорной комнаты является предрасполагающей во взаимодействии с мамами и в процессе

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР

выполнения упражнения с МАК у женщин возникало большее количество ассоциативных образов, о которых они открыто рассказывали, нежели в другой ситуации. Главная цель информационного блока занятия – повысить уровень педагогической компетентности родителей. Так рассматриваются следующие темы:

- нормы развития детей раннего возраста;
- выявление типичных причин «плохого» поведения малыша и типичных родительских ответных реакций;
- задачи сенсорного воспитания в младенчестве и раннем детстве;
- оборудование сенсорной комнаты и его потенциальные возможности в решении актуальных задач в оказании коррекционно-педагогической помощи детям раннего возраста.

Так в рамках занятия на тему «Задачи сенсорного воспитания в младенчестве и раннем детстве» были рассмотрены основные этапы сенсорного развития детей. Занятие длилось около часа и включало в себя обязательные информационный, практический и релаксационный блоки. В начале занятия проводилась работа с метафорическими ассоциативными картами (далее МАК) с целью налаживания контакта, более близкого знакомства и раскрепощения родителей. Атмосфера сенсорной комнаты оказалась предрасполагающей во взаимодействии с мамами и в процессе выполнения упражнения с МАК у женщин возникало большее количество ассоциативных образов, о которых они открыто рассказывали, нежели в другой ситуации.

Главная цель информационного блока занятия – повысить уровень педагогической компетентности родителей. В процессе раскрытия темы сенсорного развития, мамам была предоставлена информация об особенностях такого развития в младенческом возрасте (до 1 года) и в раннем детстве (от 1 года до 3 лет).

*Сенсорное развитие ребенка первого года жизни. Малыш на этом этапе развития:*

- с удовольствием разглядывает яркие цветные предметы и игрушки;
- ощупывает их;
- тянет в рот;

- гремит металлическими крышками;
- шуршит пакетами;
- «езде лезет», когда получает возможность передвигаться в пространстве – ползать, ходить и т.д.

*Задачи родителей:*

- предоставить достаточное богатство и разнообразие внешних впечатлений;
- развить внимание к свойствам предметов.

Так при формировании хватательных движений происходит приспособление движений к форме (круглое – нужно хватать всей ладошкой, а квадратное можно взять пальцами), величине (маленькое можно схватить одной рукой, а большое – двумя).

«Сенсорный голод» - то состояние, которое испытывают младенцы в условиях ограниченности впечатлений и которое приводит к задержке общего развития.

*Сенсорное развитие ребенка раннего возраста (от года до трех).* Время говорить о сенсорных представлениях формы, цвета, величины и других свойств предметов.

*Задача родителей* – знакомить ребенка со всеми основными разновидностями свойств предметов:

- цвет: различение цветов («такой – не такой»); подбор цвета по образцу; соотнесение предметов по цвету; копировать последовательность цветового ряда; выбирать цвет по речевой инструкции (пассивный словарь); находить предметы заданного цвета вокруг себя; называть цвет (активный словарь).

- форма: выбирать форму по образцу «такой – не такой»(круг, квадрат, треугольник, овал, прямоугольник); соотносить форму предмета с предъявленным эталоном формы (например: яблоко и телефон); выбирать форму, заданную в речевой инструкции (пассивный словарь); находить предметы заданной формы; называть эталон формы (активный словарь).

- величина: обучение происходит посредством сравнения (сначала сравниваются предметы двух контрастных величин, затем добавляется третья – средняя), целесообразно активное использование жестов; речевое сопровождение: «такой – не такой», «большой - маленький».

- звуки: неречевые и речевые.

- осязание: знакомство с разнообразными материалами и предметами, способами хватания, ощупывания, поднятия для определения веса; сличение материалов «такой – не такой»; обозначение осязательных ощущений при помощи слов (пассивный, активный словарь).

- вкусы: сладкое, соленое, кислое, горькое

- запахи: различные характерные запахи.

Главная цель не добиться запоминания и употребления ребенком названий выше перечисленных свойств, а умение учитывать эти свойства предметов во время действия с ними.

В практической части занятий родители получили возможность применить полученные знания, опробовать эффективные ответные реакции на нежелательное поведение ребенка, побывать в роли ребенка. И, конечно же, релаксационный блок, который был направлен на снятие эмоционального напряжения мам, их раскрепощение, переключение на позитивное мышление. Эта часть занятий была для родителей наиболее привлекательной. А педагогам, имея в запасе такой огромный арсенал слуховых и зрительных раздражителей, которыми наполнена сенсорная комната, оставалось лишь правильно их подобрать и использовать для достижения поставленных целей. Заканчивались занятия также работой с МАК. На данном этапе мамы делились впечатлениями, оценивали изменения в своем эмоциональном состоянии, а также личностную значимость полученных знаний.

Подобные встречи для родителей проводятся в ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» ежегодно. Но, организовывая их в сенсорной комнате, специалисты пришли к выводу, что собрать особенных мам стало сравнительно проще, а проводимые в рамках этих встреч мероприятия имеют больший успех. Родители позитивно настроены, активнее делятся своим личным опытом, чувствуют себя уверенно. Более того, в конце каждого занятия родители выражают благодарность и желание встретиться вновь.

Это подтверждают и результаты ежегодного анкетирования, цель которого, изучить удовлетворенность родителей занятиями в рамках оказания РКП. 100% опрошенных назвали занятия в сенсорной комнате наиболее продуктивными, а в пожеланиях надеялись на

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
возможное увеличение их количества. 20% - сожалели о том, что их детям занятия в сенсорной комнате противопоказаны.

Ресурсный запас сенсорной комнаты в работе с детьми с особенностями психофизического развития просто огромен, и специалисты ГУО «Берёзовский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» не останавливаются на уже достигнутых результатах, а продолжают активно эти ресурсы изучать и использовать в своей работе.

Занятия с детьми раннего возраста доказали, что своевременная и правильно организованная ранняя комплексная помощь способна предупреждать появление вторичных отклонений в развитии, обеспечить максимальную реализацию реабилитационного потенциала, а для значительной части детей обеспечить возможность включения в общий образовательный поток на более раннем этапе возрастного развития.

### **Мастер-класс «Перезагрузка: стратегическое управление эмоциональным состоянием педагога в условиях сенсорной комнаты»**

*Грицук А.В., педагог-психолог,  
Козека Е.М., педагог-психолог,  
ГУО «Берёзовский районный центр  
коррекционно-развивающего  
обучения и реабилитации»*

**Цель:** осознание необходимости самосовершенствования и личностного роста как условие жизненного благополучия.

#### **Задачи:**

- побудить педагогов к самопознанию;
- познакомить с техниками управления эмоциональным состоянием и приемами восстановления после стрессовых нагрузок;
- научить сохранять эмоциональный баланс в критических ситуациях.

**Техническое и методическое обеспечение:** мультимедийный проектор «Мир волшебных иллюзий», свето-звуковые столы для рисования песком и на воде, фиброоптические нити, мягкие пуфы,

## Ход мастер-класса

### Вступление

На наш взгляд внимание к психологическому состоянию женщины-педагога бесценно. Ведь мы всегда должны оставаться уравновешенными, собранными насколько это возможно.

Поэтому мы сегодня не случайно собрались в сенсорной комнате нашего центра. Дети называют ее волшебной. Хочется верить, что сегодня с нами произойдет маленькое волшебство – уставшие женщины преобразятся в лучезарных.

Приглашаем вас сегодня пройти важный путь к себе – раскрыть свои внутренние ресурсы, научиться управлять своими эмоциями и противостоять стрессу. Узнаем, как делать свою главную работу в жизни, давая поддержку, вдохновение собственным детям, мужу, коллегам, сохраняя при этом свое психическое здоровье, как строить отношения с другими людьми и качественно улучшить свою жизнь.

Надеюсь вы получите некоторые ориентиры, которые помогут сделать вашу жизнь интересной, по-другому взглянуть на многие вещи. Хочется верить, что вы найдете для себя ценные идеи.

Итак, мы отправляемся с вами в путь к победным горизонтам гармоничной и успешной жизни, навстречу себе, к своему чудесному преображению.

На перрон прибыл необычный Новогодний экспресс. Приглашаем вас совершить путешествие в этом составе. Место отправления – мечта, пункт назначения – реальность. Вместе мы преодолеем этот путь и придем к желаемому результату.

### *Простой тест «Колесо моей жизни»*

Прежде, чем отправиться, нам необходимо определить путь, куда мы идем.

Участникам предлагается билет, символизирующий колесо, оси которого состоят из 4 позиций нашей жизни: самосовершенствование, отношение к другим, здоровье, работа.

«Предлагаем оценить себя в каждой из выделенных сфер жизни по 10 бальной шкале. Соединив полученные баллы, получаем

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
колесо вашей жизни». Персональный результат, предоставляет  
возможность взглянуть на свое колесо жизни и поразмышлять:

- куда катится ваше колесо?
- каков ваш путь, как вам с таким колесом?
- можно ли на нем далеко уехать?

Если вы готовы что-то пересмотреть в своей жизни, тогда мы отправляемся в путь к своему преобразению.

### *Упражнение «Чемодан в дорогу»*

Участникам предлагается выбрать смайлик, отражающий их привычное эмоциональное состояние. Смайлик прикрепляется на чемодан.

Итак, наше путешествие начинается! (звучит музыка) Дорога легкой не бывает, у каждого свой опыт и свой путь, отражающий свое место и отношение к жизни.

### *Упражнение «Траектория движения»*

«Сейчас каждый из вас выберет свою траекторию движения в пути. На экране изображены 5 фигур: круг, квадрат, прямоугольник, зигзаг, треугольник.

Определите из этих фигур ту, в отношении которой Вы можете сказать: это –Я!» Постарайтесь почувствовать свою форму и изобразить ее в движении».

Интерпретация выбранных фигур:

Квадрат – образец дисциплинированного и ответственного человека, неутомимого труженика, который своим упорством добивается нужного результата. Квадраты надежны, тверды в решениях и всегда держат свое слово.

Треугольник – эта форма символизирует лидерство. Это энергичные, уверенные, неустойчивые, сильные личности, которые ставят ясные цели и, как правило, достигают их. Они прекрасные ораторы, умеют вести за собой и принимать на себя ответственность.

Прямоугольник – это люди любознательные, пытливые, смелые и очень непредсказуемые. Открыты для новых идей, легко усваивают все новое.

Круг – это символ гармонии. Он сильно заинтересован прежде всего в хороших межличностных отношениях, может скрепить и

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
объединить коллектив. Он обладает способностью сопереживать, сочувствовать, откликаться на переживания другого человека.

Зигзаг – фигура символизирует креативность, творчество. Устремлены в будущее, полны идей и вдохновения.

Качество жизни - это результат нашего отношения к жизни. Ежедневно важно спрашивать себя – что я должна делать каждый день, чтобы получить жизнь своей мечты? Ответ на этот вопрос мы с вами найдем в ходе эксперимента.

### *Эксперимент «Как я наполняю свою жизнь»*

Последовательно банка наполняется камнями, горохом, песком и водой. Банка – ваша жизнь, камни это самое главное составляющее жизни (семья, здоровье), горох – это вещи приятные, но менее важные (работа, машина, хобби), песок – мелочи жизни. Если мы тратим время и свою энергию на мелочи, у нас не останется времени для действительно важных дел. Важно расставлять приоритеты.

На дороге к достижению поставленных целей и задач происходят большие эмоциональные растраты и возникает острая необходимость в восполнении ресурсов.

Задайте себе важный вопрос - как я буду поддерживать себя в пути? Невозможно заправив автомобиль один раз, объехать весь мир. Вы должны подумать, как вы восстанавливаетесь, где черпаете ресурсы жизненных сил. И тогда вы сможете стать бережным к себе и экологичным. В пути нам необходимы вдохновляющие заправки.

Такой вдохновляющей заправкой на пути преодоления трудностей является арт-терапия – мощное восстановление с помощью творчества. Арт-терапия помогает гармонизировать состояние психики и включает в себя много методик – песочную терапию, музыкотерапию, изотерапию и др.

Песочная терапия является уникальным психотерапевтическим средством: она позволяет заземлить негативные эмоции, снять напряжение, стабилизировать эмоциональное состояние. Общение с песком дает возможность пережить удивительную гамму чувств и является эффективным способом самовыражения. Попробуем различные техники рисования песком.

*Упражнение «Песочный дождь»*

По качеству песочной струи можно сказать об эмоциональном состоянии человека: низкая струя – человек спокоен, несколько неуверен, средняя – эмоционально уравновешен, высокая – импульсивен, возбужден, взволнован, раздражен.

*Упражнение «Песочная мандала»*

В процессе создания мандалы происходит глубинная работа на уровне бессознательного по восстановлению личности, по ее гармонизации. Это способ общения с миром и с самим собой, способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути для развития.

Инструкция: «Нарисуйте на песке круг. Выберите те материалы, которые вам нравятся или с которыми вы хотели бы сейчас повзаимодействовать – можно рисовать ритмичные узоры на песке, а затем дополнить композицию камешками, фасолью, семенами, пуговицами, бусинами, ракушками и т.д. Рисуйте так, как вам хочется. Если не знаете с чего начать, то нарисуйте что-нибудь в центре круга. Затем сфокусируйте внимание на изображенной фигуре и пофантазируйте, какое следующее действие она вам подсказывает. Важно получить от этого процесса удовольствие. Пусть внешние границы круга не являются для вас непреодолимым препятствием. Если вы хотите выйти за их пределы, вы можете это сделать — это ваш круг. Рисуйте до тех пор, пока вы не ощутите завершенность рисунка».

Этот процесс дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному «Я», восстановить свою целостность. Песок как естественный материал и ритмичные узоры мандалы имеют удивительные свойства гармонизировать психоэмоциональное состояние человека, вызывать образы, нивелировать негативные переживания.

*Упражнение «Совместный рисунок»*

Участники по парам, обнявшись за талию, не договариваясь друг с другом о теме, создают на песочном столе общий рисунок. Далее проводится обсуждение: насколько трудно соответствовать общей теме без предварительной договоренности? Как угадывали намерения своего коллеги?

Через песочные рисунки открываются источники внутренних сил. Изменяя проблему на рисунке меняется и внутреннее отношение к ней. Как только мы осознаем наши переживания, они в то же мгновение становятся источниками наших возможностей. Не стоит ставить себе ограничения: «Я не умею рисовать, у меня не получится». Создавая что-то, мы высвобождаем свои эмоциональные импульсы и находим гармонию в себе.

*Техника Эбру*

Это особый метод рисования, предполагающий в качестве холста воду. Возникновение технологии восходит к странам Востока. Вода используется не простая, а подготовленная специальными загустителями, благодаря которым она становится вязкой, что позволяет краске не тонуть и не смешиваться. Техника основана на абстракции узоров. С помощью палочек мы придаем кругам на воде форму. По окончании рисунка его можно перенести на бумажный лист.

*Рисование «Гармония моей души»*

Создавая рисунок на воде, участники передают свое эмоциональное состояние.

Силы двигаться вперед у нас отнимают негативные эмоции. Для того, чтобы понять какую роль они играют в нашей жизни, предлагаем эксперимент.

*Техника «Вулкан эмоций»*

Психологический эксперимент: в емкость с содой и пищевым красителем добавляется уксус, тем самым вызывая бурную реакцию – символический выход эмоций.

«Очень часто чувства находятся под запретом. С самого детства нам могут твердить – «улыбайся, не плачь, терпи». И вот уже взрослые люди не позволяют себе грустить, они подавляют печаль, ища утешение в работе или расплачиваясь психосоматическими заболеваниями. Мы можем слышать от значимых людей: "Не

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК Брестского ОЦКРОиР  
расстраивайся!" и подавляем разочарование, просто пытаюсь быть сильными изо всех сил. Со всех сторон слышим: "Не злись! Гнев разрушает". В результате для многих он находится под запретом. Все это может копиться внутри нас месяцами, годами... И вдруг одно обидное слово близкого человека, сломанная машина, замечание на работе переполнит чашу наших эмоций. Стимул - реакция! Чрезмерный всплеск эмоциональных волн делают жизнь похожей на спящий вулкан. Эмоции, которые длительно подавлялись внутри, нашли выход в самый неожиданный момент, или в эмоциональном срыве или в приступе нежданной болезни.

Состояние обиды, злости, вины, разочарования, раздражения равносильно медленному и длительному истязанию человека. Негатив проникает и закрадывается в нашей душе: сначала дурная мысль здороваается с тобой, ты начинаешь думать о ней, ты уже живешь ею и затем она управляет тобой. Именно поэтому нужно научиться грамотно управлять своими эмоциями. Важно вовремя избавляться от негативных мыслей.»

#### *Техника «Снежки злости»*

Участникам предлагается вспомнить ситуации, в которых они испытывали злость, раздражение, обиду. Смяв листок бумаги в комок, представить, что это снежный ком и с силой бросить его об стену, тем самым дав выход негативной эмоции.

Второй мощной энергетической заправкой является современное свето-звуковое устройство – майнд-машина.

Принцип работы основан на создании звуковой и световой стимуляции мозга. Принцип действия майнд-машины основан на синхронизации биоэлектрической активности мозга со звуковым и световым материалом. Типичная машина имеет ряд встроенных сессий, которые обеспечивают достижение какого-либо выбранного вами состояния:

- Energize (для повышения энергичности и бодрости);
- Relaxation (для отдыха и глубокого расслабления);
- Creativity (для повышения творческих способностей);
- Sleep (для быстрого засыпания и против бессонницы) и др.

Чтобы достичь стабильных результатов начинающие должны пользоваться "майнд-машиной" каждый день минут по 15-20 в течение

1-2 недель.Этого времени достаточно, чтобы ваш мозг мог научиться адекватно отвечать на стимуляцию, а вы смогли разобраться в новом для вас комплексе состояний.Но уже первые шаги дарят вам незабываемые и приятные впечатления. Майнд-машины, сами по себе, являются мощным средством для отдыха, творчества и саморазвития. Предлагаем вам испытать действие майнд-машины на практике.

*Упражнение «Внутренняя гармония» (работа с майнд-машиной).*

Наша путешествие постепенно подходит к концу. Сегодня мы показали вам некоторые ориентиры, которые помогут вам удержаться на волнах жизни. Хочется верить, что у руля вашего корабля будет не уставшая, а лучезарная женщина. Что значит лучезарная? Она как солнце все время в движении. Она разрешает себе восхищаться привычным вещам и с благодарностью принимает подарки судьбы. Лучезарная женщина – это та, рядом с которой чувствуешь себя светом.

Хорошо – это не то, как есть! Хорошо – это, когда помотришь на себя со стороны и подумаешь, что эта женщина сногшибательно хороша!

### *Притча дня «Как плыть по реке жизни»*

В поисках ответа на вопрос: «Как жить?», человек пошел к морю в надежде поймать золотую рыбку и получить ответ на волнующий его вопрос. Закинул он невод и вытянул в сетях рыбу меч. Обратился он к ней с вопросом:

- Скажи, как мне плыть по реке жизни?

- Не будь, как все, - ответила рыба-меч. - Не плыви в общей толпе серых и безразличных. Плыви наперекор всему. Жизнь – борьба. Рассекай волны! Стремись! Добивайся! Преодолевай трудности ради всеобщего блага!

Человек кивнул и забросил второй раз сеть в море. И вытащил он морскую черепаху. Задал он ей свой вопрос и получил такой ответ:

- Плыви по течению. Сопrotивляясь ему, ты входишь в конфликт со вселенной. Отдайся ему, растворишься в нем и тогда ты познаешь истину единства с мирозданием.

Забросил человек сети в третий раз и попалась ему золотая рыбка.

- Скажи, золотая рыбка, как мне жить? Плыть ли против течения, борясь и побеждая? Или плыть по течению, растворяясь в потоке мира?  
- Эх, - вздохнула золотая рыбка. - Насоветовали тебе много, но суть заключается в том, чтобы плыть не по течению и не против, а туда, куда тебе нужно. В этом разум должен быть твоим рулем, а душа – парусом. Вера дает возможности. Возможность – показывает направление. Направление – открывает путь. А путь – всегда ведет к исполнению желаний.

Мы желаем вам обретения житейской мудрости и исполнения самых заветных желаний. Всегда находитеесь на высоком градусе энергии, получайте удовольствие и наслаждайтесь жизнью.

А в помощь вам психологическая открытка как ориентир в новую реальность. Участникам предлагается сосредоточиться на своих ощущениях, подумать о своей жизни. Затем закрыть глаза и задать себе простой вопрос: «Какая сила важна для меня сейчас?». Далее предстоит довериться своей руке и вытащить одну карточку из колоды. Прочитав то, что открылось, предлагается найти ресурс, необходимый для решения своей жизненной задачи.

## Подборка пособий по сенсорному развитию для детей раннего возраста

**Пособия по  
формированию  
сенсорных  
представлений**



**Видеофрагменты  
занятий**

