

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гамалеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Н.С.Трубина»
Сорочинского района Оренбургской области

**Паспорт
комнаты психологической разгрузки
для учащихся**

С целью психологической разгрузки в школе оборудована сенсорная комната.

Характеристика помещения.

Сенсорная комната располагается на первом этаже школы. Общая площадь кабинета 25 кв.м. Помещение теплое, хорошо проветриваемое, имеет два трехстворчатых окна. Температура воздуха в кабинете – от 20 до 22 С.

Цвет стен, пола, мебели подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения. Освещение в кабинете осуществляется при помощи ламп дневного света.

Помещение, оборудованное по индивидуальному проекту, где ребенок или взрослый, пребывая в безопасной и комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении специалиста исследует окружающее.

Назначение комнаты для психологической разгрузки учащихся.

Комната является мощным инструментом для расширения и развития мировоззрения, сенсорного и познавательного развития, проведения психологических консультаций. Сочетание разных стимулов (света, музыки, цвета, тактильных ощущений) оказывает воздействие на психическое и эмоциональное состояние человека: как успокаивающее, расслабляющее, так и тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее. Поэтому сенсорная комната не только способствует достижению релаксации, но и позволяет активизировать различные функции центральной нервной системы.

Также обстановка сенсорной комнаты способствует:

- нормализации психического состояния учащихся;
- снятию мышечного напряжения;
- созданию положительного эмоционального фона;
- раскрытию творческих способностей;
- активизации интеллектуальной деятельности;
- выравниванию различных функций центральной нервной системы;
- снятию утомления от насыщенного информационного потока;
- гармонизации отношений со сверстниками и взрослыми.

Кабинет предназначен для проведения различных видов групповой и индивидуальной работы: тренинги, обучающие семинары, групповые и индивидуальные консультации, коррекционно-развивающие занятия, как с учащимися так и с педагогами и родителями.

Работа с детьми проводится в группах не более 5 человек или индивидуально. Количество человек на занятиях определяется целями работы, возрастом и особенностями детей.

С учетом задач работы педагога-психолога помещение территориально включает несколько зон, каждая из которых имеет специфическое назначение и соответствующее оснащение.

Консультативная зона: 2 стула, 2 стола

Рабочая зона: стол, стулья, компьютер, шкафы для хранения методических материалов, игрушки, библиотека.

Зона развивающих занятий: стол 1 шт., стулья 2 шт.

Зона релаксации (сенсорная комната).

Документация педагога-психолога:

Перспективный план работы на год.

Циклограмма.

График рабочего времени.

Коррекционные и развивающие программы.

Журнал учета групповых форм коррекционно-развивающей работы.

Журнал учёта индивидуальных консультаций.

Журнал учета индивидуальных форм работы.

Паспорт кабинета педагога-психолога

Личные дела обучающихся.

Оборудование комнаты.

Интерактивное оборудование комнаты условно можно разделить на два функциональных блока:

релаксационный - в него входят мягкие покрытия, пуфики и подушечки, напольные маты, игрушки и библиотека релаксационной музыки;

активационный - в него входит все оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами, сенсорные панели для рук и ног, мячики и т.д.

Кабинет обеспечен музыкальным центром, позволяющим вести групповую и индивидуальную работу с применением музыкального сопровождения, что помогает проводить в кабинете релаксационные мероприятия психологической разгрузки.

Условно оборудование сенсорной комнаты можно разделить на функциональные блоки:

Релаксационный блок - в него входят мягкие покрытия, пуфики и подушечки, сухой бассейн с шариками, приборы, создающие рассеянный свет, и библиотека релаксационной музыки. Ребенок, лежа в бассейне или на мягких формах, может принять комфортную позу и расслабиться. Медленно проплывающий рассеянный свет в сочетании с успокаивающей музыкой создают атмосферу безопасности и спокойствия. При необходимости, дополнительно, в такой обстановке можно проводить психотерапевтическую работу с ребёнком.

Активационный блок - в него входит все оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами, сенсорные панели для рук и ног, массажные мячики, 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 сенсорной комнаты направлено на стимуляцию исследовательского интереса и двигательной активности.

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

Музыка является неотъемлемой частью сенсорной комнаты. 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 ребёнка 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 сенсорной комнате целесообразно использовать специальные записи, в которых музыка переплетена с шумом воды, ветра, пением птиц и т.п.

Воздушно-пузырьковая трубка с мягкой платформой и безопасным

угловым зеркалом из 2-х частей - в прозрачной колонне из прочного 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 акриловое зеркало создает неповторимый оптический эффект расширения пространства.

Интерактивная светозвуковая панель "Веер" и «Лестница», хорошее средство для зрительной стимуляции.

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

Мягкие модули – различные фигуры, на которых можно сидеть, что-то строить из них.

Материально-техническое оснащение кабинета.

Специальное сенсорное оборудование		Инвентарный номер	Количество
Сенсорная комната тип 2	Интерактивная воздушно-пузырьковая трубка с мягкой платформой, набором четырех клавиш и комплектом из двух акриловых зеркал	1.013.4.1119	1
	Вибромузыкальный сухой бассейн	1.013.4.1119	1
	Фиброоптическая тактильная панель		
	Мягкий комплекс (ромашка)		
	Тактильно-развивающая панель (домино)		
	Световой стол для рисования песком		
	Балансировочная доска-лабиринт №1, №2		
	Балансировочная доска-лабиринт №3, №4		
	Настенный лабиринт тип 1		
	Настенный лабиринт тип 2		
	Декоративно-развивающая панель тип 1 (дерево с жучками и цветочками)		
	Декоративно развивающая панель тип 2 (пруд с лягушками)		
	Декоративно развивающая панель тип 3 (95 листьев и цветков)		

	Лабиринт с пазом в виде цветка (ручной) Лабиринт с пазом в виде спирали (ручной) Интерактивная светозвуковая панель "Веер" Фиброоптический модуль (облако с фиброоптическими нитями) Интерактивная светозвуковая панель (светодиодная засветка в виде лестницы) Фиброоптический занавес на подвижном карнизе		
Специальное компьютерное оборудование для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (включая ДЦП)	Программно-технический комплекс для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Гарнитура Компьютерный джойстик в комплекте с двумя выносными кнопками Выносная компьютерная кнопка большая Клавиатура с увеличенным размером клавиш	1.013.4.1119	1

Методическое оснащение.

Кабинет по психологической разгрузке располагает различными материалами по работе в сенсорной комнате:

1. Г.И. Блинова «Учимся логически мыслить», Киев «Лига», 2008г.
2. «Песочная терапия в работе с дошкольниками», Харьков, изд. «Основа», 2012г.
3. О.В.Хухлаева, О.Е.Хухлаев «Лабиринт души: терапевтические сказки»,

Москва 2008г.

4.О.В.Узорова, Е.А.Нефедова «Загадки для развития речи, внимания, памяти, логического

мышления», изд. «Астрель», 2006г.

5.О.А. «Проблемы развития и коррекция эмоциональной сферы младшего школьника»

из серии «Библиотека школьного психолога».

6. «Психолого-педагогическая диагностика школьников» из серии «Классный руководитель» изд. «Ранок»,2009г.

7. «Настольная книга школьного психолога» изд. «Ранок», 2011г.

8.Л.В.Турищева «Уроки мастерства для школьного психолога» из серии» «Психологическая служба в школе» изд. «Основа», Харьков, 2011г.

Музыкальные средства.

В комнате психологической разгрузки в работе используются музыкальные диски « Звуки природы», «Энергия водной стихии». «Классическая музыка», музыка для релаксации.