Игровой сеанс в сенсорной комнате «Волшебное путешествие»

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие воображения.

Задачи:

- развивать психические процессов: внимания, памяти, мышления;

- тренировать тактильные, слуховые и зрительные анализаторы;

- отработать умения передавать ощущения в вербальной форме;

- создать положительный эмоциональный настрой.

Материалы и оборудование: напольные маты, напольные тактильные дорожки, пуфики-кресла, пучок оптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь», детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, цветные модули, сухой бассейн, музыкальный центр и набор музыкальных дисков.

Контингент: дети средней и старшей группы (4 -5 человек).

Ход игрового сеанса:

Психолог: «Здравствуйте, ребята! Я приглашаю вас отправиться со мной в волшебное путешествие. Но для начала давайте посмотрим в волшебные зеркальца и представим себе, что у вас грустное настроение. Покажите его!»

Дети разыгрывают пантомиму «Грусть»

Психолог: «Все знают, что путешествие лучше отправляться с хорошим настроением. А чтобы настроение улучшить, давайте скажем каждому, что нам в нём нравится. Говорить будем по очереди, и каждый услышит о себе что-нибудь хорошее».

Игра «Комплименты». Все дети стоят в кругу и по очереди говорят друг другу комплименты. В комплиментах можно отметить и настроение, и внешний вид, и личные качества и многое другое.

Психолог: «Ну что, улучшилось ваше настроение?»

Дети: «ДА!»

Основная часть

Психолог: «Сегодня нам предстоит совершить сказочное путешествие, к которому нужно очень хорошо подготовиться. Садитесь на наши сказочные облака (пуфики), начинаем!»

Психолог выполняет с детьми следующие упражнения:

«Здравствуйте, пальчики»

Дети сидят на пуфиках, психолог сидит перед ними. Держа руки перед собой, нужно дотронуться большим пальцем до каждого пальчика по отдельности. Упражнение выполняется 2-3 раза.

«Пальчики убежали»

Исходное положение, как и в первом упражнении. Пальцами правой руки поочередно раздвинуть пальчики на левой руке. То же самое сделать для правой руки.

«Веселые пальчики»

Исходное положение тоже. Держа руки перед собой, совершать плавные движения ладонями, стараясь шевелить каждым пальчиком.

«Быстрые ножки»

Исходное положение не меняется. Попеременно натягивать мыски левой и правой ноги от себя, а затем к себе.

Психолог: «Молодцы! Теперь нам нужно попасть в Сказочную страну. А для этого нужно пройти через волшебный тоннель (цветные модули)».

Дети по очереди пролезают через цветные модули и занимают свои места.

Психолог: «Сейчас я включу Волшебный Фонарь, который будет указывать нам места, по которым мы будем путешествовать. Каждый новый цвет обозначает то место, куда мы с вами направляемся. (Психолог включает профессиональный источник света). Сейчас мы отправляемся к Синему Морю, где нам предстоит пройти первое испытание. Для того чтобы до него добраться, нужно пройти по тропинке. Медленно переступаем с одного элемента на другой. Постарайтесь почувствовать, что находится у вас под ногами. Прислушайтесь к своим ощущениям.

(Дети проходят по сенсорной дорожке.)

Психолог: «Что сейчас чувствуют ваши ножки?» (Твердо, колко, мягко, тепло, прохладно, щекотно.)

Остановка «Синее море».

Психолог: «Вот мы и у Синего моря. Давайте вспомним, кто живет в море?»

Дети отвечают.

Психолог подводит детей к пузырьковой колонне.

Игра «Рыбки».

Ход игры: Внутрь пузырьковой трубки запускаются пластмассовые рыбки или шарики, но они должны быть такого размера и веса, чтобы пузырьки воздуха могли их поднимать. Каждый ребенок выбирает себе рыбку или шарик определенного цвета и должен проследить за ними снизу-вверх и обратно.

Психолог: «Молодцы ребята! Но смотрите, Волшебный Фонарь поменял свой цвет (цвет меняется с синего на зеленый), а это значит, что нам пора отправляться в дорогу. Впереди нас ждет Зелёный Дуб».

Остановка «Зелёный Дуб».

Дети проходят по очереди через ворота, сложенные из мягких модулей.

Психолог: «А вот и Зелёный Дуб! Здесь нас ждет новое испытание.

Игра со звуковой лесенкой: «Наоборотки».

Ход игры: Психолог задает вопросы, а дети отвечают. Лесенка реагирует на звук. Чем громче звук, тем выше загораются цветные ступени.

- Лимон кислый, а сахар…

- Камень тяжелый, а пух…

- Лошадь бежит быстро, а черепаха ползет…

- Медведь большой, а заяц…

- Айболит добрый, а Бармалей…

- Кирпич твердый, а хлеб…

- Луна видна ночью, а солнце…

- Огонь горячий, а лед…

- Река широкая, а ручей…

Психолог: «Молодцы! Вы замечательно справились с заданиями Зелёного Дуба. Но нам пора идти дальше. Смотрите, Волшебный Фонарь поменял цвет на красный. А это значит, что нас с вами ждет Маковое Поле».

Остановка «Маковое Поле».

Игра «Змейка - шагайка».

Ход игры: Раскладывается «Змейка - шагайка». Внимание детей обращается на цвета кругов и сначала предлагается пробежать по очереди по ней. Затем детям предлагается встать каждому на один кружок и сказать, какое настроение он испытывает стоя на кружке этого цвета. После этого детям предлагается под музыку потанцевать и как только музыка стихнет, встать на другой круг. Можно повторить это упражнение 3 раза.

Психолог: «А вот и Маковое Поле. Оно очень коварное. Все, кто на него попадают, впадают в волшебный сон. Ложитесь как вам удобно, закрывайте глазки и сделайте глубокий вдох через нос, затем быстрый выдох. Еще раз медленный вдох, затем выдох. Слушайте мой голос:

«Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте - на берегу моря. Чудесный летний день! Голубое небо, теплое солнце... Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все ваше тело: лоб, лицо, спину, живот, ручки и ножки. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным, послушным. Вам тепло и приятно. Лучики солнышка ласкают наше тело. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться. Мы открываем глаза - мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день».

«Возвращение».

Психолог: «Открывайте глазки, мы избавились от сонных чар Макового поля. Теперь мы можем отправляться домой. Но перед этим, предлагаю вам загадать желание, которое обязательно сбудется!»

Игра со светящимися волокнами «Загадай желание».

Ход игры: Психолог предлагает детям по очереди сесть в волшебное кресло, (пуфик, над которым располагаются светящиеся волокна). Ребенку надо закрыть глаза и загадать желание.

3. Рефлексия и Ритуал прощания.

Психолог: «Вот и закончилось наше Волшебное путешествие. Что вам понравилось больше всего? (Ответы детей). А что не понравилось? (Ответы детей). Хотели бы вы отправиться в волшебное путешествие еще раз? (Ответы детей).

А на память о нашем необычном приключении мы возьмем с собой веселые капли.

Психолог подводит детей к зеркальному уголку с пузырьковой колонной.

Сеанс окончен. До свидания!