

Как создать дома сенсорную зону и правильно ее использовать

Цель консультации:

Помочь родителям организовать дома сенсорную зону для гармоничного развития сенсорных систем ребенка.

1. Что такое сенсорная зона и зачем она нужна?

Сенсорная зона — это пространство, специально организованное для стимуляции различных сенсорных систем: тактильной, зрительной, слуховой, вестибулярной, проприоцептивной и обонятельной.

Польза сенсорной зоны:

- Развитие всех сенсорных систем.
- Уменьшение тревожности и улучшение эмоционального состояния.
- Повышение концентрации и внимания.
- Коррекция гиперчувствительности или гипочувствительности.

2. Как выбрать место для сенсорной зоны?

- *Тихий уголок:* Подойдет часть комнаты или балкон.
- *Безопасное пространство:* Исключите острые углы и хрупкие предметы.
- *Доступность:* Зона должна быть легкодоступной для ребенка.
- *Комфорт:* Температура и освещение должны быть комфортными и регулируемые.

3. Наполнение сенсорной зоны

1. *Тактильные стимуляторы:*

- Контейнеры с песком, крупами, кинетическим песком.
- Мягкие коврики с разной текстурой.
- Тактильные мячики, мешочки с наполнителем.



2. Зрительные стимуляторы:

- Световые панели или гирлянды.
- Зеркала для наблюдения за движением.
- Калейдоскопы, световые проекты.



3. Слуховые стимуляторы:

- Шумовые музыкальные игрушки.
- Колокольчики и бубны.
- Звуковые панели.



4. Вестибулярные стимуляторы:

- Качели, гамаки.
- Балансиры и доски равновесия.
- Мягкие маты для кувырков.



5. Проприоцептивные стимуляторы:

- Сенсорные коврики и дорожки.
- Мешочки с песком для удержания равновесия.
- Мягкие тяжелые одеяла.



6. Обонятельные стимуляторы:

- Аромалампы с легкими запахами лаванды или мяты.
- Ароматические подушечки.



4. Как правильно использовать сенсорную зону?

Регулярность: Посещение зоны каждый день по 10-15 минут.

Последовательность: Предлагайте задания, учитывая уровень сенсорной чувствительности.

Вовлечение: Играйте вместе с ребенком, показывайте новые способы использования предметов.

Наблюдение: Отслеживайте реакции ребенка на разные стимулы и корректируйте наполнение зоны.

5. Советы по безопасности:

- Постоянно контролируйте ребенка в сенсорной зоне.
- Все элементы должны быть безопасными и нетоксичными.
- Регулярно проверяйте исправность оборудования.

6. Вопросы для обсуждения:

- 1) Как ребенок реагирует на разные стимулы?
- 2) Есть ли трудности с восприятием определенных ощущений?
- 3) Какие элементы зоны привлекают ребенка больше всего?

Консультацию подготовил:
учитель-дефектолог:
Толендыева М.А.,
Балтан Л.С.