

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 ст. Архонская»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «СОШ №2 ст. Архонская»

Круголова Ю.В.

«16»

2020 год



ПАСПОРТ
учебного кабинета № 13

2020-2021 уч.год

МБОУ «СОШ №2 ст.Архонская»



Утверждаю:
Директор школы
Кругоголова Ю.В.

26 августа 2020г.

АКТ

приемки кабинета релаксации каб.№ 13
на готовность к новому 2020/2021 учебному году

Комиссия в составе:

Председатель комиссии
Заведующий кабинетом
Зав.хоз.частью
Секретарь делопроизводитель

Кузнецова А.А.
Абальмазова Е.В.
Хорунженко Н.М.
Власовец И.Н.

установила следующее:

1. Площадь кабинета составляет _____, что соответствует норме площади, приходящейся на одного ученика (3 м²).
Кабинет предназначен для организации индивидуальной работы с учащимися.
2. Освещённость кабинета соответствует нормам СанПиНа, но имеется и искусственное освещение, которое используется по необходимости;
3. Обеспеченность проветривания кабинета через форточки имеется.
4. Оснащение кабинета оснащенной аптечкой имеется.
5. Оснащение кабинета включает в себя: учебно-наглядные пособия, приспособления, технические средства обучения;
осуществлено подключение к сети ИНТЕРНЕТ;
имеется оргтехника: компьютер, модернизирован и обновлён раздаточный материал; систематизирован демонстрационный материал;
6. Кабинет «Релаксации» оформлен в соответствии с эстетическими нормами и требованиями.
7. Инструкция по охране труда и безопасности жизнедеятельности в кабинете имеется, соответствует требованиям Положения о порядке разработки и утверждения правил и инструкций по охране труда.

На основании осмотра кабинета релаксации и ознакомления с соответствующей документацией, комиссия приняла решение: считать кабинет релаксации готовым к проведению учебных занятий в новом 2020/2021 учебном году.

Председатель комиссии

Члены комиссии:

**Правила пользования кабинетом релаксации
(сенсорной комнаты)**

учащимися МБОУ «СОШ №2 ст.Архонская»

**Для получения максимальной пользы от
пребывания в «волшебной комнате» нужно
соблюдать правила:**

- ✓ **При входе снимать обувь.**
- ✓ **Не приходить в комнату с симптомами заболеваний (насморк, кашель), или в состоянии болезни.**
- ✓ **Не приносить в комнату школьные принадлежности, напитки и еду.**
- ✓ **Не мешать друг другу выполнять упражнения.**



1. Заведующий кабинетом Абальмазова Е.В.

2. Класс, ответственный за кабинет _____

3. Ф.И.О. учителей, работающих в кабинете

4. Параллели, для которых оборудован кабинет 1-11 классы

5. Площадь кабинета 48 м²

6. Число посадочных мест 8

7. Освещенность светильники с энергосберегающими лампами

ГРАФИК ЗАНЯТОСТИ КАБИНЕТА
на I полугодие

Урок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель
1						
2						
3						
4						
5						
6						

на II полугодие

Урок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель	Класс, учитель
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ГРАФИК ЗАНЯТОСТИ КАБИНЕТА ПОСЛЕ УРОКОВ

Дни недели	Время проведения	Форма занятия	Класс	Кол-во учащихся	ФИО учителя
Понедельник					
Вторник					
Среда					
Четверг					
Пятница					
Суббота					

Требования к кабинету как базы для успешного выполнения образовательной программы.

1. Общие требования.

1.1. Наличие нормативной школьной документации на открытие и функционирование учебного кабинета:

✓ Приказ о назначении ответственного за кабинет, его функциональных обязанностях (по профилю кабинета; хранится в папке «Нормативно-правовая документация»).

✓ Паспорт кабинета, оформленный с указанием функционального назначения имеющегося в кабинете оборудования, приборов, технических средств, наглядных пособий, дидактических материалов и др.

✓ Инвентарная ведомость на имеющееся оборудование (хранится в папке «Паспорт кабинета»).

✓ Правила техники безопасности работы в кабинете (вывешиваются в кабинете для ознакомления).

✓ Правила пользования кабинетом учащимися (вывешиваются в кабинете для ознакомления).

✓ Акт приемки учебного кабинета администрацией школы на предмет подготовки кабинета к функционированию (хранится в папке «Паспорт кабинета»).

✓ План работы кабинета на учебный год и перспективу (хранится в папке «Паспорт кабинета»).

1.2. Соблюдение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм в учебном кабинете.

1.3. Соблюдение эстетических требований к оформлению учебного кабинета.

- ❖ оказание помощи детям при адаптации их к новым условиям (индивидуальная и групповая работа с детьми);
- ❖ создание благоприятного психологического климата в образовательном учреждении через оптимизацию форм общения.

Психодиагностическая работа

- ❖ психологическое обследование учащихся с целью определения соответствия его психического развития возрастным нормам и уровня овладения необходимыми навыками и умениями;
- ❖ изучение психологических особенностей детей, их интересов, способностей и склонностей с целью обеспечения индивидуального подхода к каждому ребенку, помощи в профессиональном и личностном самоопределении;
- ❖ диагностику характера, общения детей со взрослыми и сверстниками, выявление причин нарушения общения.

Развивающая работа предполагает разработку и осуществление программ, направленных на:

- ❖ развитие личности в целом и отдельных ее сторон (познавательная и личностная сфера);
- ❖ обучение методам и приемам саморегуляции и преодоление эмоциональных стрессовых реакций;

Консультативная работа

- ❖ консультирование администрации, педагогов, родителей по проблемам обучения и воспитания детей;
- ❖ проведение совместных консультаций для всех участников образовательного процесса с целью повышения психологической культуры и обеспечения преемственности в работе с детьми.

Кабинет психологической разгрузки (релаксации) можно рассматривать как своеобразное поле взаимодействия практического психолога с детьми разного возраста, их родителями и педагогами.

Правила пользования кабинетом релаксации

1. Кабинет должен быть открыт за 20 минут до начала занятий.
2. Учащиеся должны находиться в кабинете только в присутствии учителя.
3. Кабинет должен проветриваться каждую перемену.
4. Учитель должен организовывать уборку кабинета по окончании занятий в нем.

Оборудование кабинета

№ п/п	Название ТСО	Кол-во	Год приобретения	Инвентарный номер
1.	Диван 2-х мест С-100	1	2014	00000000273
2.	Кресло С-100	1	2014	00000000274
3.	Стул «KF-1» бордо	1	2014	00000000275

4.	Стул «KF-1» оранжевый	1	2014	000000000276
5.	Стул «KF-1» зеленый	1	2014	000000000277
6.	Стеллаж (800x400x1932) СТ-4 груша	2	2014	000000000278
7.	Стол рабочий с тумбой (1200x700x732) СП-12 груша	1	2014	000000000279
8.	Стул черны, мягкий (Офисный)	1		00000000000273
9.	Ковры (цветные)	2	2014	-
10.	Жалюзи вертикальные	1	2014	-
11.	Вешалка	1		000000000161

Технические средства кабинета релаксации

№ п/п	Название ТСО	Кол-во	Год приобретения	Инвентарный номер
1.	Ноутбук ASUS F5 52CL-SX102H (90 NBO 3WB-M01600)	1	2014	000000000267
2.	Музыкальный центр LG DM-542 ОК	1	2014	000000000268
3.	Пылесос Samsyng VCC8834V3B/XEV	1	2014	000000000269
4.	Телевизор LG 47 LB 561V	1	2014	000000000280
5.	Кронштейн для ЖК STEEL - 3 BLAK 40кг 26-55, черный	1	2015	000000000281

оснащение кабинета релаксации

Учебно-методическое Оборудование психотерапевтической зоны

№ П/п	Название ТСО	Кол-во	Год приобретения	Инвентарный номер
1.	Набор винтиков и гаечек Dusuma	1	2012	-
2.	Тактильная игра « Пощупай и угадай» Dusuma	1	2012	000000000000124
3.	Набор тактильных шаров (7 пар) Dusuma	1	2012	000000000000125
4.	Тактильная игра « Определи на ощупь» Dusuma	1	2012	000000000000126
5.	Тактильная пирамида Dusuma	1	2012	000000000000127
6.	Игра « Мягче-жестче» Dusuma	1	2012	000000000000128
7.	Тактильная дорожка (7 элементов) Dusuma	1	2012	000000000000129
8.	Звучащие куклы Dusuma	1	2012	000000000000130
9.	Игра « Калейдо»	1	2012	000000000000131

10.	Игра « Калейдо» дополнительные прозрачные элементы Dusyma	1	2012	-
11.	Игра « Подуй на шарик 2» Dusyma	1	2012	000000000000132
12.	Комплект « Сенсорный уголок-ТРИО»	1	2014	000000000270
13.	Песочная фантазия	1	2014	000000000281
14.	Интерактивная панель « Цветные фигуры-4»	1	2014	000000000271
15.	Настенный ковер «Звездное небо»	1	2014	000000000272
16.	Набор CD-дисков	5	2014	-

План работы кабинета на 2017– 2018 учебный год(без конкретики):

- Обеспечение комфортных условий труда, соблюдение санитарно – гигиенических норм в кабинете.
- Поддержание в рабочем состоянии оборудования имеющегося в кабинете.
- Организация мероприятий по охране труда и техники безопасности.

Учебно – методическая работа

- 1) Продолжить комплектование кабинета методической литературой, дидактическими, раздаточными материалами.
- 2) Создание базы дидактических материалов (методических разработок, подбор материала для психопрофилактической работы) по возрастным периодам в бумажном и электронном варианте.
- 3) Сбор материалов к психодиагностической работе.

Соблюдение правил техники безопасности и санитарно – гигиенических требований в учебном кабинете

1. Проведение инструктажа по ТБ в учебном кабинете
2. Проведение ремонта 1 раз в год. (Силами администрации)

2. Краткое описание кабинета

Для успешной деятельности практического психолога в образовании важно обеспечить его инструментарием и адекватно организовать рабочее пространство. Эффективность функционирования кабинета релаксации МБОУ «СОШ №2 ст.Архонская» базируется на соответствующем современным требованиям методическом и организационном обеспечении, а также подкрепляется необходимым техническим оснащением и оборудованием.

Кабинет релаксации располагается на втором этаже МБОУ «СОШ №2 ст.Архонская», в левом крыле здания. Площадь кабинета **48 м²**. Цвет стен, пола, мебели, жалюзи подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения. Мебель в кабинете с округленными формами и установлена в контексте общей композиции. Освещение в кабинете соответствует нормам СанПИНа.

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

- **Рабочая зона:** письменный стол, стулья, ноутбук, шкафы для хранения методических материалов, дидактических игр и игрушек, библиотека.
- **Консультативная зона:** мягкая мебель.
- **Психотерапевтическая зона:** стеллажи для хранения настольных игр и наборов игрушек, песочница, тактильная дорожка.
- **Зона релаксации.** Выделены два блока – релаксационный и активационный

Релаксационный блок – мягкая мебель, ковер.

Активационный блок – светооптические эффекты панно «Звездное небо», воздушно-пузырьковая колонна; магнитофон, аудиотека.

3. Краткое описание использования кабинета

Психологическая работа ведется по следующим направлениям:

- ❖ *Обеспечение психологической безопасности и развивающего характера образовательной среды.*
- ❖ *Психологическая помощь.*

3.1. Обеспечение психологической безопасности и развивающего характера образовательной среды.

- ❖ **Мониторинг** образовательного процесса.
- ❖ **Проектирование** - развивающие мероприятия, разработка и проведение групповых и индивидуальных занятий направленных на сохранение психологического здоровья.
- ❖ **Экспертиза** – индивидуального образовательного маршрута; анализ уроков и т.д.

3.2. Психологическая помощь

Психопрофилактическая работа

- ❖ формирование у педагогов, детей, родителей или лиц, их замещающих общей психологической культуры (лекции, беседы, тренинги, педагогические консилиумы);

Методические рекомендации к кабинету релаксации (сенсорной комнате) МБОУ «СОШ №2 ст.Архонская»

Педагог – психолог Шаталова И.Н.

Введение

Каждый человек приходит в этот мир, чтобы прожить свою жизнь, двух одинаковых жизней не бывает. Мария Монтессори считала главной задачей, самореализацию. Человек может достичь своего максимума только через опыт, проживание. (Через опыт мысли, чувства, действия.) Если ребёнок лишён возможности действовать, он никогда не познает самого себя, свои способности, он никогда не станет тем, кем мог бы стать.

Неотъемлемой и очень важной частью опыта является выбор.

Выбор без страха — всегда наилучший для себя и для окружающих.

Имеется в виду осознанный выбор, последствия которого человек готов принять и прожить. Это - самодисциплина, естественное следствие готовности принять результат. Если результат не нравится, можно просто изменить выбор. Из всего этого следует понимание взрослыми своей роли и своих задач по отношению к детям.

Сенсорная комната – это особым образом организованная окружающая среда, наполненная различного рода стимуляторами. Они воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и другие. Среда темной сенсорной комнаты определяется как интерактивная среда. Интерактивность (от англ. interaction – взаимодействие).

Интерактивность – понятие, описывающее характер взаимодействия между объектами. Оно отражает многообразие взаимодействий, возникающих в различных сферах бытия (взаимодействие человека с окружающим природным и социальным миром на разных уровнях отношений). Кроме того, сенсорное восприятие часто имеет эмоциональную окраску, которую можно выразить парами слов: приятно – неприятно, комфортно – дискомфортно, прекрасно – безобразно. В сенсорной комнате созданы условия, в которых ребенок получает положительные эмоции. Здесь с помощью различного оборудования создается ощущение комфорта и безопасности, что способствует быстрому установлению тесного контакта между педагогами и детьми.

Спокойная цветовая гамма, мягкий свет, тихая нежная музыка – все это создает ощущение покоя, умиротворенности.

«У ребёнка своё умение видеть, думать и чувствовать; нет ничего неразумнее, чем пытаться подменить это его умение нашим».

Жан Жак Руссо

Цели проекта:

- расширение познавательной сферы, развитие воображения, сенсомоторных навыков, коррекция внимания, эмоционально волевой сферы ребенка;
- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, достижение состояния релаксации и душевного равновесия;
- активизация различных функций центральной нервной системы за счет обогащенной мультисенсорной среды.

Задачи:

1. Теоретическая:

- осуществить анализ возрастных и специфических особенностей, присущих детям .

2. Методическая: на основе проведенного теоретического анализа детей подобрать и разработать упражнения для программы.

3. Практические:

- сформировать у ребенка представления об окружающем мире;

- развить зрительные, слуховые и тактильные ощущения;

- развить сенсомоторные навыки;

- осуществить стимуляцию воображения ребенка;

- осуществить коррекцию внимания;

- осуществить коррекцию эмоционально-волевой сферы ребенка.

Блок деятельности:

Коррекционно-развивающее занятие состоит из нескольких этапов.

Первый этап

-создание настроения на совместную работу;

-разминка и упражнение на снятие волнения, напряжения.

Второй этап

-рассказывание и проигрывание фрагментов, их анализ, сопоставление с реальной жизнью.

Третий этап

-подведение итогов общения;

-обобщение приобретенного опыта.

(Что понравилось? Что не понравилось? Какими впечатлениями вы бы хотели поделиться?)

Блок сенсорная комната:

1 блок. Релаксационный:

- мягкие покрытия;

- приборы, создающие рассеянный свет;

- подвешенные конструкции;

- игрушки;

- набор релаксационной музыки.

Ребенок, лежа 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.

2 блок. Активационный:

- все оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами;

-сенсорные панели для рук;

- массажные мячики и т.д.

Яркие светооптические эффекты привлекают, стимулируют и поддерживают внимание, создают радостную атмосферу праздника,

равновесие и укреплять здоровье.

Для каждого ребенка общение в сенсорной комнате является откликом на его внутренне стремление к полноценному развитию. С разной степенью интенсивности такое развитие в процессе занятий происходит у каждого ребенка.

Сенсорная комната представляет собой реальную возможность расширить жизненный опыт детей, обогатить их чувственный мир. Она используется как «энциклопедия стимулирующих ощущений» предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение. В отличие от традиционных методов педагогической коррекции, для которых характерно однообразие материала, в самом оборудовании сенсорной комнаты заложено разнообразие стимулов:

Ковёр "Звёздное небо" (настенный)-завораживает эффектом мерцания с постоянным изменением цветов. Летящие кометы и целые галактики переносят наблюдателя в далекий космос, в мир неведомых звезд и планет.

Безопасная пузырьковая колонна с мягкой платформой и безопасным угловым зеркалом из 2-х частей– в прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной водой, резвятся шарики, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз. Это завораживающее зрелище не оставит равнодушными детей. Если приблизится к колонне, то можно ощутить нежную вибрацию. Для создания мягкого, удобного сиденья, пузырьковая колонна оснащена "Мягкой платформой". А "Безопасное угловое зеркало" создает неповторимый оптический эффект расширения пространства.

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.

Прибор динамической заливки света– прибор (типа проектора), который создает на противоположной стороне световое пятно с плавными переливами всевозможных изменяющихся красок и узоров. Волшебное зрелище, напоминающее северное сияние привлекает внимание, создает поэтическое настроение, способствует релаксации и развитию фантазии.

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

Массажные мячи и валики - предназначены для симуляции тактильной чувствительности.

Специально разработанные упражнения помогают детям постепенно осваивать приемы мышечного расслабления и глубокого дыхания, учиться снимать напряжение, повышать самооценку, налаживать отношения с окружающими.

За это время работы я поняла, как важно для детей правильно

способствуют стимулированию исследовательского интереса и двигательной активности.

Ограничения и противопоказания при работе в тёмной сенсорной комнате

На занятиях в тёмной сенсорной комнате применяются различные источники света, звуков. Поэтому перед началом основной работы необходимо познакомить детей с каждым прибором, научить концентрировать на нём внимание, выполнять необходимые определенные действия, принимать удобные для занятия позы и т.п. Включение прожекторов и введение в занятие различных эффектов, воздействующих на восприятие, требует постепенности и периодичности. Нельзя использовать большое количество интерактивных приборов одновременно, а также предлагать для одномоментного восприятия одинаковые по эффекту воздействия приборы.

Противопоказания: обострение соматических и психических заболеваний, аллергическая и бронхиальная патология. Знакомство с интерактивным оборудованием проводится постепенно, предъявляя детям по одному прибору. Сначала они включаются в освещенной комнате, а затем предупреждают ребенка о том, что в комнате станет темнее, так как выключат свет, и он сможет увидеть, например, как прыгают "солнечные зайчики". Затем выключают общее освещение и оставляют включенным только зеркальный шар, который вращается в луче направленного на него света.

Прежде всего, занятия в сенсорной комнате показаны детям чрезмерно утомляемым, эмоционально истощаемым, непоседливым, вспыльчивым, замкнутым, с нарушениями поведения, с задержками психического и речевого развития.

Особую роль, роль двигателя развития ЦНС (центральной нервной системы), всех психических процессов и, в частности, речи, играет в данном, и даже более раннем возрасте, формирование, совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук.

Взрослые, которые занимаются этими проблемами, должны помнить о том, что наиболее эффективной является, эмоциональна приятная деятельность ребенка. Занятия должны проводиться в доброжелательной обстановке.

Главнейшей задачей педагога является: Повышение уровня здоровья детей, совершенствование памяти, формирование речи и навыков чтения; т.е. обеспечить получение ребёнком необходимых знаний, умений и навыков для комфортного пребывания в школе.

Волнение, стресс, невозможность сосредоточиться - все эти состояния «души и тела», к сожалению знакомы не только взрослым, но и детям.

Специально разработанное оборудование сенсорной комнаты помогает детям научиться справляться с негативными эмоциями, восстанавливать душевное

усваивать программу без ущерба для здоровья, а также грамотно подойти к подбору игр и упражнений для сенсорного стимулирования.

Актуальность проблемы заключается в том, что не все дети усваивают учебную программу на должном уровне в связи с ослабленным здоровьем. Данный проект развивает мотивацию эмоционально здорового поведения ребёнка, становление основного типа мышления, получения знаний об окружающем мире, стимулирует творческую активность.

Методические рекомендации

Волшебный мир сенсорных комнат не оставляет равнодушным никого. Оптимальное комплексное воздействие на все органы чувств и нервную систему человека, очарование «звёздным небом», создающее радостное настроение и ощущение полной безопасности – все это позволяет говорить об уникальности и ценности сенсорных комнат для детей. Сочетание разных стимулов (света, музыки, цвета, тактильных ощущений) оказывает различное 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:

- стимулирует все сенсорные процессы;
- создает положительный эмоциональный фон и помогает преодолеть нарушения в эмоционально-волевой сфере;
- возбуждает интерес к исследовательской деятельности;
- корректирует нарушенные высшие корковые функции;
- развивает общую и мелкую моторику и корректирует двигательные нарушения.

Таким образом, в зависимости от поставленных задач, сеансы в сенсорной комнате можно рассматривать как:

- самостоятельную реабилитационную процедуру;
- способ подготовки к другим медико-психологическим мероприятиям;
- средство оптимизации реабилитационного процесса.

Получение ребёнком знаний в процессе оздоровительно-развивающей деятельности является особо важным в нашей профессии!