



Сова-Нянька

**ВЕСЕЛЫЙ МАРШРУТ**

# сенсорная комната "под ключ"



**Общие рекомендации**

## Оглавление

Описание и назначение сенсорной комнаты релаксации.....	2
Комплектация сенсорной комнаты релаксации.....	3
Рекомендации по эксплуатации сенсорной комнаты релаксации.....	4
Технические характеристики изделий.....	5
Приложение 1. Соволет PRO. Общие рекомендации.....	9
Приложение 2. Яйцо Совы. Общие рекомендации .....	18
Приложение 3. Чулок Совы. Общие рекомендации .....	22
Приложение 4. Мячи Совы. Общие рекомендации .....	25
Приложение 5. Кочки Совы. Общие рекомендации .....	26
Приложение 6. Утяжеленный шарф. Общие рекомендации .....	27
Приложение 7. Утяжеленная накидка. Общие рекомендации .....	28
Приложение 8. Утяжеленный плед. Общие рекомендации .....	30
Обратная связь .....	32

Поздравляем вас с приобретением сенсорной комнаты релаксации «Веселый маршрут» от компании «Сова-Нянька». Перед началом использования предлагаем ознакомиться с рекомендациями.

## Описание и назначение сенсорной комнаты релаксации

**Сенсорная комната или сенсорный уголок** - это особым образом организованная среда, воздействующая на все виды чувствительности и предназначенная для проведения сеансов психоэмоциональной разгрузки. Сенсорные уголки и сенсорные комнаты используются в реабилитационной и психологической практике в целях психотерапии, социальной адаптации и сенсорной интеграции.

В сенсорной комнате релаксации с помощью различных элементов аудиального, визуального, тактильного и динамического характера создается обстановка комфорта и безопасности, способствующие улучшению эмоциональных состояний, снижению беспокойства и агрессивности, снятие нервного перевозбуждения.

Все оборудование подобрано таким образом, чтобы решать следующие задачи:

- восстановление после активных занятий;
- переход от активности к успокоению;
- переключение между блоками развивающих и коррекционных занятий;
- снижение общего уровня тревожности;
- формирование навыков саморегуляции.

В зависимости от конкретного наполнения комнаты и используемых методик могут достигаться различные психологические эффекты: от перехода к покою и расслаблению после активной деятельности для нормотипичных детей до фиксации внимания и формирования здоровой реакции на окружающую среду для детей с множественными нарушениями и тяжелыми поражениями центральной нервной системы.

## Комплектация сенсорной комнаты релаксации «Веселый маршрут»

№ п/п	Наименование	Количество	Назначение
1	Совет Про 2.0	1 шт.	Успокаивающее раскачивание, вестибулярная стимуляция
2	Яйцо Сова	2 шт.	Создание безопасного и комфортного пространства
3	Накидка утяжеленная	2 шт.	Расслабление и успокоение за счет глубокого давления
4	Мячики Сова	10 шт.	Тактильная стимуляция, улучшение кинестетической чувствительности
5	Сенсорный шарф детский	2 шт.	Расслабление, усиление телесных границ
6	Утяжеленный плед детский	2 шт.	Расслабление и успокоение, поддерживающие объятия
7	Мега-мячи	1 комп.	Тактильная стимуляция, улучшение кинестетической чувствительности
8	Кочки Сова	1 комп.	Тактильная стимуляция, улучшение кинестетической чувствительности
9	Чуллок Сова классика	4 шт.	Формирование схемы тела и телесных границ
10	Фиброоптический занавес с деревянным гребнем	1 комп.	Тактильная и визуальная стимуляция, релаксация
11	Сенсорная тропа	1 комп.	Обеспечение тактильной и кинестетической стимуляции, развитие мелкой моторики
12	Проектор	1 шт.	Обеспечение визуальных эффектов, зрительная стимуляция

## Проведение занятий в сенсорной комнате релаксации

Сенсорная комната подходит для занятий детей дошкольного и школьного возраста.

Возможны занятия в индивидуальном и групповом форматах.

Для создания расслабляющего контекста и вовлечения ребенка в процесс занятий рекомендуем использовать звуковое сопровождение: звуки моря, леса, шторма, а также цветосветовое оборудование для создания визуальных эффектов обстановки.

Также рекомендуется дополнить занятие такими сенсорными инструментами как Соволет, Яйцо Сова, Чулок Сова, Мячики Сова, Мега-Мячи, сенсорные Кочки Сова, утяжеленная продукция и пр.

Для эффективного и экологичного проведения занятий необходимо сначала познакомить ребенка с обстановкой и пространством сенсорной комнаты. Дайте малышу время чтобы освоиться и исследовать каждый снаряд. Предложите ребенку придумать сказочный сюжет или создайте его совместно. Ориентируйтесь на эмоциональное состояние и возможности юного гостя. Не торопите ребенка – он сам подскажет, с чего начать. Пусть пространство сенсорной комнаты будет местом для поддержки детской активности и воображения – в части выбора темпа, сюжетной линии, оборудования для взаимодействия.

В некоторых случаях для ребёнка забраться в первый раз в сенсорный гамак Соволет или подвешенное Яйцо Сова может оказаться слишком тревожащим заданием, тогда установка снаряда на меньшую высоту может облегчить процесс адаптации к нему. Также вы можете положить в гамак к ребёнку что-то интересное: сенсорные мячики или иные игрушки. В домашних условиях можно предлагать ребенку упражнения в гамаке вместе со взрослым: тогда, чтобы снаряд не потерял подвижности из-за большой эластичности, нужно разместить его более высоко. Поэтому для расширения функциональности, мы рекомендуем организовать возможность подвеса Соволёта Pro на двух уровнях высоты, примерно в полуметре и метре над полом.

**ВАЖНО! Ознакомьтесь дополнительно с рекомендациями по применению оборудования для сенсомоторной интеграции:**

Соволета PRO (прил. №1), Яйца Сова (прил. №2), Чулка Сова (прил. №3), Мячиков Сова (прил. №4), Кочек Сова (прил. №5) и утяжеленной продукции – сенсорного шарфа (прил. №6), накидки (прил. №7) и пледа (прил. №8), входящих состав комплекта сенсорного уголка «Веселый маршрут».

## Рекомендации по эксплуатации сенсорной комнаты релаксации







































Организуйте сенсорное пространство в хорошо проветриваемом и просторном помещении с минимумом предметов интерьера с острыми углами. Позаботьтесь о напольном покрытии, комфортном для занятий.

Проводя занятия в сенсорной комнате, учитывайте состояние здоровья ребенка и психоэмоциональное состояние, его актуальные возможности и потребности нервной системы.

Перед началом занятий на подвесных снарядах (Соволет PRO, Яйцо Сова) проконсультируйтесь с лечащим врачом ребенка, особенно в случае недавних травм позвоночника, сердечно-сосудистых заболеваний и отслоений сетчатки глаза. Будьте осторожны, проводя занятия на подвесном оборудовании с ребенком, которому поставлен диагноз эпилепсия. Избегайте активных вращательных и колебательных движений.

При организации занятий в сенсорной комнате следует позаботиться о возможных мерах безопасности лиц, находящихся в помещении. Удостоверьтесь, что одежда и обувь ребенка позволяют ему комфортно двигаться, и на них отсутствуют детали (металлические застёжки, крючки, жесткие молнии), которые могут его поранить.

**Технические характеристики изделий,  
входящих в состав сенсорной комнаты релаксации «Веселый маршрут»**

№ п/п	Наименование	Состав изделия	Рекомендации по уходу	Сертификат соответствия ГОСТ Р
1	Соволет Про 2.0	Ткань: ПА 83% лайкра 17%	    	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
2	Яйцо Совы	Ткань верха: хлопок 19%, ПЭ 81% Подкладка: хлопок 56%, ПЭ 44%	    	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
3	Накидка утяжеленная	Ткань: хлопок 100% Наполнитель: ПП в гранулах 100%	    	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
4	Мячи Совы	Ткань: ПА 83% лайкра 17% Наполнитель: полиэтилен НД в гранулах 100%	    	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
5	Сенсорный шарф детский	Ткань: ПА 83% эластан 17% Наполнитель: ПП в гранулах 100%	    	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
6	Утяжеленный плед детский	Ткань: ПЭ 100% Наполнитель: ПП в гранулах 100%	    	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
7	Мега-мячи	Ткань: ПА 83% лайкра 17% Наполнитель: кубики из вспененного полиэтилена	Внешний съемный чехол: Перед стиркой - открыть молнию, извлечь наполнитель.     	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
8	Кочки Совы	Внешний съемный чехол ткань: верх ПЭ 100% основа ПЭ 100% Внутренний чехол ткань: ПЭ 100%	Внешний съемный чехол: Перед стиркой, снять съемный чехол с изделия.   	№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19

		Наполнитель: кубики из вспененного полиэтилена		
9	Чуллок Совы классика	Ткань: ПА 83% лайкра 17%		№ РОСС RU С- RU.11AK01.Н.06117/19
10	Фиброоптический занавес с деревянным ребром	Каркас: дерево, Фиброоптические волокна (100 шт)	Протирка мягкой влажной тканью с использованием щадящих моющих средств	Товар сертифицирован
11	Сенсорная тропа	Модульный массажный коврик	Протирка мягкой тканью с использованием щадящих моющих средств	Товар сертифицирован
13	Проектор	Цветосветовой вращающийся проектор	Протирка мягкой сухой тканью	Товар сертифицирован

Санитарная обработка наполнения сенсорного уголка должна проводиться в соответствии с предписаниями для дошкольных и школьных образовательных учреждений.  
Допускается применение ультрафиолетовых ламп и жидких дезинфектантов.



## Приложение 1. Соволет PRO. Общие рекомендации

### Описание и назначение

**Соволёт Pro** — это специальный подвесной снаряд из эластичного материала для занятий по методу сенсорной интеграции, сенсомоторной коррекции и другим коррекционно-развивающим технологиям. Данный снаряд может быть использован для игр и развивающих занятий как отдельно, так и в зале сенсорной интеграции «Дом Совы». Соволёт Pro может использоваться как инструмент для реабилитации и развития детей с расстройствами сенсорной интеграции, расстройствами аутистического спектра, СДВГ, ДЦП и другими вариантами отклоняющегося развития.

Когда дети в различных позициях раскачиваются в Соволёте Pro, фокус их внимания сотни раз за каждую игровую тренировку пересекает среднюю линию тела, настраивая механизмы межполушарного взаимодействия. Привычное повторение таких движений улучшает связь между полушариями мозга, между мозгом и органами чувств и телом. Такая «зарядка для мозга» улучшает способность обрабатывать сенсорную информацию и умение концентрировать внимание, способствует гармоничному развитию ребёнка.

Игры и упражнения, выполняемые с помощью Соволёта Pro, помогают укрепить опорно-двигательную систему ребёнка, способствуют профилактике нарушений осанки и плоскостопия. Также занятия помогают детям сформировать схему тела и лучше осознавать своё положение в пространстве.

Размер и особенности конструкции Соволёта Pro, позволяют проводить занятия с детьми старшей группы, подростками и взрослыми. Также в отличие от простого Соволёта, в модели Pro могут одновременно находиться ребёнок вместе с взрослым.

### Технические характеристики

Комплектация	Состав	Размеры	Вес	Уход	Допустимая нагрузка
Соволёт – 1 шт; Верёвка по 5м – 2 шт; Карабин – 2 шт.	Материал — лайкра 100%. Шнур крученый полиамидный	350*140 см	1 кг	Стирка в режиме синтетических тканей при температуре 30°C.	150 кг

## **Ограничения для занятий на подвесном оборудовании**

Соволет Pro подходит для занятий как детям, так и взрослым.

Перед началом занятий на подвесных снарядах следует проконсультироваться с лечащим врачом. Противопоказанием можно считать заболевания сердечнососудистой системы, послеоперационный период, нестабильность шейного отдела позвоночника, травмы позвоночника в прошлом, отслоение сетчатки глаза.

Будьте крайне осторожны, проводя занятия на подвесном оборудовании с ребёнком, которому был поставлен диагноз эпилепсия. Активные колебательные и вращательные движения могут спровоцировать приступ.

### **Техника безопасности**

Перед началом занятия в Соволёте Pro убедитесь в отсутствии элементов одежды, которые могут повредить (оставить зацепы) эластичную ткань Соволёта.

При проведении занятий следует позаботиться о всех возможных мерах безопасности не только ребёнка, но и специалиста.

По возможности проводите занятия в хорошо освещённом, проветриваемом и просторном помещении с минимумом предметов интерьера с острыми углами. Удостоверьтесь в наличии напольного покрытия.

Перед и после проведения занятия проверяйте целостность снаряда, швов, строп, карабинов, а также надёжность петель и узлов на верёвках. Перед каждым занятием обращайте внимание на карабины: их муфты должны находиться в полностью закрученном положении.

Если вы используете потолочную систему крепления снарядов, то она должна выдерживать минимум 200 кг рабочей нагрузки под углом 45 градусов в любом направлении. Ежедневно проверяйте целостность её крепёжных элементов.

Износ любых крепёжных элементов не должен превышать 30%. Это касается как металлических крепёжных элементов, так и нейлоновых «Крепышей». По достижении 30% показателя износа, крепёжный элемент должен быть заменён новым.

При создании игровых маршрутов учитывайте возможности ребёнка и не допускайте создание опасной для него конфигурации снарядов.

Ведущий занятие должен быть крайне внимателен при выполнении ребёнком подвижных упражнений выполняемых на подвесном оборудовании.

Допустимая нагрузка на снаряд как в подвешенном, так и в не подвешенном состоянии: 150 кг.

## Внимание!

- Перед занятием в Саволёте все металлические украшения (серёжки, цепочки, браслеты и пр.), а также очки должны быть сняты.
- Одежда ребёнка не должна содержать металлических элементов могущих оставить «зацепы» на ткани.
- Ни в коем случае не допускать использования снаряда в повседневной уличной одежде.

### Ограничения по статическим и динамическим нагрузкам на снаряды

Во избежание получения травм и повреждения снарядов производитель не рекомендует превышать установленных нагрузочных норм.

Соблюдение правил эксплуатации товара направлено на сохранение (поддержание) качества товара с учетом естественного износа товара при эксплуатации.

Ответственность за повреждения, вызванные нарушением правил эксплуатации, может быть возложена на потребителя.

Вид нагрузки производимой на снаряд	Параметры эксплуатации	Количество пользователей	Максимальная нагрузка
Статическая нагрузка*	Снаряд неподвижен, вращается либо раскачивается без рывков с амплитудой до 50 см.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Два ребёнка;</li><li>• Ребёнок и взрослый.</li></ul>	Максимальный вес пользователей 150 кг
Динамическая нагрузка**	Снаряд вращается либо раскачивается без рывков с амплитудой от 50 см до 1 м.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Один ребёнок или один взрослый.</li></ul>	Максимальный вес пользователя – 80 кг.

\*Статическая нагрузка — нагрузка, величина, направление и точка приложения, которой изменяются во времени незначительно.

\*\*Динамическая нагрузка — нагрузка, характеризующаяся быстрым изменением во времени её величины, направления или точки приложения и вызывающая в элементах конструкции значительные силы инерции. Вес пользователя, находящегося на раскачиваемом снаряде, может в несколько раз превышать вес пользователя на неподвижном снаряде.

## Рекомендации по установке сенсорного гамака

Для Соволета Pro существует несколько вариантов установки. От того, как снаряд закреплён, будет зависеть степень его стабильности и особенности использования в процессе занятий. Для Соволёта Pro есть три изменяемых параметра крепления. Это высота над уровнем пола, разнесённость точек крепления друг от друга и площадь эластичной части. Мы рекомендуем попробовать использовать разные варианты крепления и на практике найти оптимальный способ для решения конкретных задач.

Низко закреплённый снаряд легче осваивается маленьким ребёнком или ребёнком старшего возраста, который в силу психологической неуверенности или сенсорной дезинтеграции не решается освоить снаряд. Небольшая высота будет уместна на первых этапах занятий, в дальнейшем мы рекомендуем её увеличить.

Регулировать высоту подвески большинства снарядов можно несколькими способами.

1) При помощи «Крепыша регулируемого».

2) При помощи завязывания узлов на подвесных верёвках на разной высоте.

Этот способ подходит в случае использовании верёвки диаметром 12мм или больше и карабина с подвижной муфтой диаметром 10 мм, шириной просвета максимум 20мм.

В соответствии с вашими нуждами завяжите на каждой подвесной верёвке петлю и/или несколько **двойных** простых узлов. Меняйте высоту подвеса снаряда, помещая карабин под нужный по высоте узел.

3) Путём завязывания узлов Соволёта Pro так, чтобы верёвки были нужной длины.

[Ссылка на видеоинструкцию.](#)

Конструкция Соволёт Pro также позволяет регулировать площадь эластичной части. Изменяя этот параметр, подберите удобную для себя вместимость путём завязывания узлов Соволёта Pro .

[Ссылка на видеоинструкцию.](#)

### Как пользоваться Крепышами:

**Стандартный Крепыш** – это нейлоновая петля длиной 50 см и шириной 35 мм. Крепыш завязывается вокруг балки обычной петлёй так, чтобы нашивка из плотного материала оказалась внизу. При этом длина свободного конца будет равна  $30\pm 1$  см. Длину

свободного конца можно уменьшить до  $13\pm 1$  см. Для этого нужно обернуть петлю крепыша вокруг балки два раза.

**Крепыш регулируемый** – специальная нейлоновая петля с регулируемой длиной.

Крепыш имеет две стороны. Нижний конец обшит специальным плотным материалом, предотвращающим истирание стропы. Верхний край – нейлоновая стропа.

Для установки крепыша отрегулируйте Крепыш на нужную вам длину. Затем возьмитесь за нижний плотный конец крепыша и перекиньте противоположный конец через балку. Пропустите через образовавшуюся петлю плотный конец Крепыша. Потяните за нижний конец и затяните узел на балке.

Рекомендуем использовать металлический карабин с подвижной муфтой как промежуточное звено между Крепышом и верёвкой или стропой снаряда.

**Меры предосторожности.**

Мы не рекомендуем крепление снарядов к Крепышам без использования карабина. Прямое трение Крепыша о веревку уменьшает срок службы оборудования.

## Упражнения для сенсорного гамака Соволет Pro

В некоторых случаях для ребёнка забраться в Сенсорный гамак – слишком пугающее задание, тогда установка снаряда на меньшую высоту может облегчить процесс адаптации к нему. В другом случае ребёнок соглашается на упражнения в гамаке только вместе со взрослым, тогда, чтобы снаряд не потерял подвижности в связи со своей эластичностью, нужно разместить снаряд более высоко. По этой причине, для расширения его функциональности, мы рекомендуем иметь возможность подвесить Соволёт на двух уровнях высоты, примерно в полуметре и метре над полом.

Также вы можете положить в гамак к ребёнку что-то интересное: сенсорные Мячики, головоломки, игрушки.

Ведущий занятие должен быть крайне внимателен при выполнении ребёнком подвижных упражнений.

### 1. Заберись в Соволёт.

- Гамак закреплён в полуметре над полом. Предложите ребёнку самому забраться в него. Наиболее удобный способ в этом случае такой: нужно повернуться спиной к гамаку, оттянуть ближний край ткани к себе и вниз, сесть в гамак, развернуться спиной к одному из концов и закинуть в гамак ноги.
- Теперь Соволёт закрепите в метре над полом. Забраться в него уже не так просто. Предложите найти способ. Для начала «под рукой» может оказаться надёжная ступенька, например, мягкий модуль прямоугольной или квадратной формы. Затем ступенькой может стать менее стабильная опора, такая как цилиндрический модуль или гимнастический шар. В данном случае взрослый помогает ребёнку забраться в гамак.



### Упражнения внутри сенсорного гамака (в покое и при раскачивании).

#### 2. Егоза.

Предложите ребёнку лечь в гамаке вдоль его длины, затем перелечь головой в другую сторону, затем поперёк, лицом вниз. Спрашивайте при этом, куда направлены голова и ноги (например, в сторону двери, окна и т.д.)

### 3. Гимнастика.

- Упражнение выполняется в гамаке, лёжа на спине или на животе. Задача — вытянуться в «струнку» в каждом из сочетаний положений головы, рук и ног. Ноги при смене положения рук согнуты в коленях, вытянуты прямо, разведены в стороны, носки вместе или разведены в стороны. Руки вытянуты по швам, согнуты в локте и лежат под затылком/лбом, вытянуты за головой. Голова повернута направо, налево или прямо.



### 4. Качка.

- Пригласите на занятие ещё одного взрослого человека, возьмитесь за края Соволёта, попеременно поднимайте их вверх. Ребёнок при этом лежит в гамаке, свернувшись в «клубочек», и перекатывается в таком положении. Следите за тем, чтобы ребёнок прижимал голову к коленям, а руками обхватывал ноги.
- Другой вариант, края гамака поднимаются и опускаются взрослыми одновременно.



### 5. Стойкий солдатик.

Формируем из ткани гамака более удобные для удержания «жгуты», помогаем ребенку надёжно за них взяться и встать. Либо в качестве «ручек» можно использовать нижние свободные концы веревок после узлов Соволёта. Поначалу вставание может быть затруднительно, нужно дать время для развития навыка.



## 6. Шаги и прыжки.

- Ребёнок стоит в Соволёте и держится за «ручки» из ткани или верёвки. Под считалочку или стишок предлагаем совершить шаги на месте, из стороны в сторону, затем прыжки.
- Модифицированный вариант. Соволёт подвешен так, что бы стоящий в нём ребёнок провисал до пола. Ребёнок совершает шаги на месте, из стороны в сторону, прыжки.



## 7. Жучки.

- Ребёнок лежит в гамаке. Надавливая своей рукой с внешней стороны на ткань Соволёта, показывайте ребёнку «жучков, кротиков». Задача — поймать или выдавить «жучков» ладонью, отдельными пальцами, двумя руками одновременно, только правой или левой, по очереди. Сопротивление «жучков» постепенно возрастает.
- Ребёнок ловит жучков ногами.



## 8. Наощупь.

Ребёнок стоит снаружи гамака или лежит внутри. Предложите ребёнку через ткань ощупать и узнать или описать предмет, сначала хорошо, затем менее знакомый. Это могут быть игрушки, геометрические фигуры, фигуры животных, и прочее.





### 9. Соволётные качели.

Используйте Соволёт как необычные эластичные качели. Повесьте гамак в полуметре над полом, руками сформируйте из него плотный жгут. Ребёнок садится на жгут из гамака, надёжно берётся руками за ткань снаряда и раскачивается. В усложнённом варианте раскачиваться нужно стоя.



### 10. Самолёт.

Сформируйте из Соволёта не жгут, но эластичную ленту. Для этого вы можете дважды сложить ткань Соволёта вдоль его длины либо просто присборить его до нужной ширины (примерно 30 см). Ребёнок ложится на неё животом и удерживает в воздухе руки и ноги. Взрослый осторожно раскачивает его.



### 11. Массаж.

Массируйте с помощью рук или массажных шаров разные части тела ребёнка через ткань либо напрямую. Спрашивайте, какой части тела вы сейчас коснулись.

### 12. Говорун.

Ребёнка просят на каждый цикл качания произносить буквы алфавита, звуки, слоги, слова скороговорок, цифры и пр.

## Приложение 2. Яйцо Сова. Общие рекомендации

### Описание и назначение.

**Яйцо Сова** - это мягкий шарообразный мешок, в который можно залезть целиком и почувствовать себя в тепле, комфорте и безопасности. Время, проведённое в Яйце Сова, станет сенсорной передышкой в насыщенной событиями жизни детей. Находясь в яйце, ребёнок сосредоточен на ощущениях и чувствует себя защищенным, те прикосновения и движения, которые даже не допускались ребёнком в обычной ситуации (кувырки, перекаты), становятся возможными. Благодаря надёжным ручкам Яйцо легко превращается в гамак, качели, мешок для челночного бега, «центрифугу».

Яйцо Сова используется как инструмент для занятий по сенсорной интеграции и сенсомоторной коррекции, вместе со специалистом или дома, для реабилитации и развития детей с расстройствами аутистического спектра, СДВГ, расстройствами сенсорной интеграции, такими как гравитационная непереносимость и сенсорная защита, и другие проблемы развития детей.

### Технические характеристики

Комплектация	Состав	Уход
Яйцо Сова — 2 шт.	Материал верха — тик (32% полиэстер, 68% хлопок). Материал подкладочный — 100% натуральная хлопчатобумажная ткань. Внутренние слои — синтекрон термоскреплённый. Ручки — ткань «Оксфорд». Застёжка — молния витая.	Ручная стирка при температуре не более 30°C. Сушка в проветриваемом помещении.

### Меры предосторожности

Перед началом развивающих и коррекционных занятий, сенсорно-динамических тренировок с использованием Яйца Сова рекомендуем проконсультироваться с лечащим врачом.

Противопоказанием можно считать заболевания сердечнососудистой системы, послеоперационный период, нестабильность шейного отдела позвоночника, травмы позвоночника в прошлом, отслоение сетчатки глаза.

Будьте крайне осторожны, проводя занятия с ребёнком, которому был поставлен диагноз эпилепсия. Активные колебательные и вращательные движения могут спровоцировать приступ.

### Техника безопасности.

При проведении занятий с Яйцом Совы, следует позаботиться о всех возможных мерах безопасности не только ребёнка, но и специалиста.

По возможности проводите занятия в хорошо освещённом, проветриваемом и просторном помещении с минимумом предметов интерьера с острыми углами.

Желательно, чтобы пол был полностью закрыт специальными напольными матами. Перед началом занятия убедитесь, в их правильном положении.

**Важно:** при вращении или перемещении ребенка в Яйце убедитесь в безопасности пространства во избежание столкновения с препятствием.

При создании игровых маршрутов учитывайте возможности ребёнка и не допускайте создание опасных ситуаций.

Перед каждым использованием Яйца Совы проверяйте целостность швов снаряда.

В случае эксплуатации Яйца Совы в подвешенном состоянии убедитесь в надёжности крепления подвесного оборудования. Если вы используете потолочный крепёж, то он должен выдерживать нагрузку минимум 200 кг, так как нагрузка на точку крепления при качании увеличивается. Для упрощения установки и эксплуатации подвесного оборудования для сенсорной интеграции вы можете использовать каркас «Дом Совы».

### **Инструкция для подвески Яйца Совы**

Рекомендуемый комплект для подвешивания Яйца Совы в Доме Совы состоит из двух альпинистских веревок диаметром 12мм, длиной 3,5 м, четырёх карабинов с завинчивающейся муфтой и двух крепышей. Комплект приобретается отдельно.

Для подвешивания Яйца надёжно присоедините верёвки к точкам крепления, отстоящим друг от друга на расстоянии от 0,5м до 1,5м. В Доме Совы для этого используются Крепыши.

Если вы используете потолочный крепёж, то он должен выдерживать нагрузку минимум 200 кг, так как нагрузка на точку крепления при качании увеличивается.

На верёвке с помощью узла "восьмёрка" вяжется небольшая до 10 см петля. Далее посредством карабинов присоедините верёвки к ручкам Яйца.

Высота подвески должна быть такой, чтобы ребёнок, находящийся в Яйце, не касался пола, но не более 0,5 м.

Максимальная нагрузка на обе ручки в подвешенном состоянии — 50кг.

### **Рекомендации по эксплуатации**

Выполняя упражнения, позаботьтесь о мерах безопасности, своей и ребёнка.

При нейрокоррекционной работе учитывайте актуальные возможности нервной системы ребёнка. Не давайте слишком много заданий и не допускайте переутомления. Усложняйте задание по мере развития двигательных навыков и улучшения координации.

Не занимайтесь с Яйцом Совы сразу после приема пищи ребенком.

**Если ребенок не проявляет интерес к новому инвентарю**, не стоит навязывать его использование. Положите Яйцо Совы на видное место, спросите ребенка, как он считает, что это может быть и как это использовать. Позвольте ребенку самому найти варианты использования Яйца. Либо положите игрушку в Яйцо Совы и застегните молнию. Предложите ребенку вместе «вылупить» и посмотреть кто в яйце. Скорее всего, после такой игры, ребенок и сам захочет опробовать Яйцо.

**Важно:** обязательно покажите ребенку, что он может самостоятельно открыть Яйцо Совы, находясь внутри. Продемонстрируйте, как это сделать. Это позволит ребенку понять, что он в безопасности, что позволит ему свободно обращаться с инвентарем.

Начинать «погружение» в Яйцо удобнее всего, забираясь в него ногами.

Используйте упражнения с Яйцом Совы как отдельное занятие или как «сенсорно-игровую передышку» между более сложными упражнениями на когнитивную коррекцию или в перерывах между выполнением домашнего школьного задания.

В зависимости от цели занятий, вы можете разговаривать с ребёнком или молчать, трогать его через «скорлупу» или дать время для сосредоточения на собственных ощущениях.

После освоения Яйца Совы на полу, можно преступить к освоению в подвешенном состоянии.

Все игры с Яйцом Совы, особенно в подвешенном состоянии, должны проходить под наблюдением взрослых.

## Упражнения с Яйцом Совы

1. Предложите ребёнку забраться в Яйцо. Если ребёнок не решается осваивать снаряд, можно попробовать положить внутрь значимый для него предмет, интересную игрушку и др.
2. **Совёнок.**
  - Ребёнок сидит в Яйце Совы. Предложите ему закрыть яйцо и представить, что он птенец. Дайте ребёнку время, чтобы привыкнуть к новым ощущениям. Затем предложите «совёнку» «вылупиться».
  - Ребёнок сидит в закрытом Яйце Совы. Осторожно перекачивайте его по полу. Далее предложите ребёнку перекачиваться в яйце самостоятельно.
3. **Гонка.** Если напольное покрытие достаточно гладкое, можно устроить «гонки», взрослый протаскивает по полу яйцо с ребенком. Иногда движется медленно иногда быстро, порой «входит в крутые повороты».
4. **Центрифуга.** Взрослый, держа Яйцо за ручки, раскручивает его в одну, затем в другую сторону.
5. **Челнок.** Предложите ребёнку пройти часть игрового маршрута, находясь в Яйце Совы. Ребёнок стоит в Яйце Совы и держит в руках обе ручки. Передвижение осуществляется прыжками.

### Упражнения в Яйце Совы, закреплённом на подвесных верёвках

#### Качели.

- Ребёнок сидит в подвешенном Яйце Совы. Покачивания производит взрослый. После привыкания к сенсорной нагрузке, предлагаем ребёнку включиться в раскачивание Яйца самостоятельно.
  - Ребёнок находится в Яйце Совы в позиции стоя и крепко держится за крепёжные стропы. Покачивания производит взрослый. После привыкания к сенсорной нагрузке, предлагаем ребёнку включиться в раскачивание качели самостоятельно.
  - Раскачивание с помощью рук. Ребёнок раскачивает себя, держась за канат или эластичную верёвку. В качестве эластичной верёвки можно использовать Чулок Совы.
6. **Манипулирование с предметами.**
    - Раскачивающемуся в Яйце ребёнку предлагают поймать брошенный ему предмет, например мяч или игрушку, и бросить его обратно в руки инструктора или в мишень. Поймать правой, бросить правой, затем тоже самое сделать левой рукой.
    - Поймать правой рукой, переложить в левую и бросить обратно, и наоборот.
    - **Говорун.** Предложите ребёнку на каждый цикл качания или ловли-бросания предметов произносить буквы алфавита, звуки, слоги, слова скороговорок, цифры и пр.

## Приложение 3. Чулок Совы. Общие рекомендации

### Описание и назначение

**Чулок Совы** – инструмент для сенсорной интеграции, развивающих и коррекционных занятий, сенсорно-динамических тренировок. Представляет собой круглый мешок из эластичной ткани. Входное отверстие находится в его верхней трети.

Чулок Совы предназначен для усиления проприоцептивной и тактильной чувствительности, тренировки преодоления препятствий, улучшения пространственного ориентирования, ускорения формирования схемы тела, уменьшения тактильной гиперчувствительности, вовлечения ребёнка в игровую деятельность, формирования навыков социального взаимодействия.

Применяется на занятиях по сенсорной интеграции и нейрокоррекции при гиперактивности, гипер- и гипотонусе, дефиците внимания, ДЦП, расстройствах аутистического спектра и иных формах отклоняющегося развития.

Чулок Совы также может быть использован как спортивный снаряд для развивающих и спортивных игр.

Чулок Совы могут быть использованы для занятий как детьми, так и взрослыми.

### Технические характеристики

Наименование и состав	Уход	Особенности эксплуатации
Чулок Совы – 2 шт. Ткань -бифлекс.	Стирка в щадящем режиме или ручная стирка при температуре не более 30 °С. Сушка в проветриваемом помещении.	Перед эксплуатацией снарядов, убедитесь в отсутствии элементов одежды, которые могут оставить зацепы на ткани

### Размерная сетка

Размер, см.	Малюсенький	Крошечный	Маленький	Средний	Большой
	90x50	105x50	120x60	135x60	150x60
Вес, кг.	0,185	0,23	0,27	0,32	0,365

В связи с особенностями и целями использования, мы рекомендуем использовать Чулок, длина которого меньше вашего роста на 5 см либо больше на 10 см.

## **Меры предосторожности**

Перед началом развивающих и коррекционных занятий, сенсорно-динамических тренировок с использованием Чулка рекомендуем проконсультироваться с лечащим врачом.

Противопоказанием можно считать заболевания сердечнососудистой системы, послеоперационный период, нестабильность шейного отдела позвоночника, травмы позвоночника в прошлом, отслоение сетчатки глаза.

Будьте крайне осторожны, проводя занятия с ребёнком, которому был поставлен диагноз эпилепсия. Активные колебательные и вращательные движения могут спровоцировать приступ.

## **Техника безопасности**

При проведении занятий с Чулком Сова, следует позаботиться о всех возможных мерах безопасности.

По возможности проводите занятия в хорошо освещённом, проветриваемом и просторном помещении с минимумом предметов интерьера с острыми углами.

Желательно, чтобы пол был полностью закрыт специальными напольными матами.

При создании игровых маршрутов учитывайте возможности ребёнка и не допускайте создание опасных ситуаций.

## **Рекомендации/Инструкция по применению.**

Входное отверстие находится в верхней трети Чулка. Вы можете надеть Чулок так, чтобы отверстие находилось на спине. Тогда обзор будет ограничен полупрозрачной тканью. В этом случае, чтобы «улучшить» обзор, вам придётся натянуть ткань руками. Или же вы можете надеть чулок так, чтобы отверстие находилось на груди. В этом случае голова может оставаться снаружи, а тело находиться в чулке.

Для того чтобы надеть Чулок, вначале найдите входное отверстие. Начинайте надевать Чулок с ног таким образом, чтобы стопы помещались в углах Чулка. Далее поместите кисти рук в другие два угла.

Если вы проводите нейрокоррекционное занятие, то вам может хватить и одного Чулка для ребёнка. Однако, если вы планируете задействовать игровой эффект, то вам может пригодиться несколько Чулков Сова на каждого члена группы.

## Упражнения

### 1) Угадай, кто я?

- Ребёнок надевает Чулок и изображает что-либо. Сказочного героя или животное. Топайте как слон, скользите как змея. Окружающие угадывают кто или что это. Потом можно поменяться местами с наблюдающими.
- Попросите ребёнка принять определённую позу, изображающую геометрические фигуры (треугольник, квадрат, ромб), животное и т.д.

**2) Зеркальце.** Ребёнок стоит перед зеркалом и принимает какую-либо позу. Замирает на 10 и более секунд. Ребёнка просят прислушаться к внутренним ощущениям.

### 3) Перекати-поле.

- Ребёнок находится в чулке. Просим его вытянуться «солдатиком» и перекатываться.
- Просим ребёнка свернуться калачиком, обняв согнутые колени. Далее ребёнок перекатывается, сохраняя форму «Колобка».

**4) Командная эстафета.** Устройте перекаты или ползанья в Чулке на скорость.

**5) Гусеница.** Ребёнок полностью находится в Чулке, вытянувшись во весь рост лежит на полу лицом вниз. По команде ребёнок подтягивается к рукам и сворачивается в калачик. Далее по сигналу вытягивает руки вперёд, затем вытягивается вслед за руками и снова вытягивается во весь рост.

**6) Ночные тени.** Взрослый надевает Чулок. Ассистент выключает свет и включает фонарик, подсвечивающий человека в чулке. Взрослый принимает разные позы. Попросите присутствующих рассказать, что они видят на стене!

**7) Релаксация.** Побудьте в Чулке в тишине, или слушая приятную музыку.

### 8) Угадайка.

- Ребёнок в Чулке с закрытыми глазами (либо его голова находится снаружи). Кладём что-либо в Чулок. Просим определить, что это за предмет.
- Ребёнок в Чулке с закрытыми глазами. Даём пощупать через ткань какой-либо предмет. Просим определить его на ощупь.



## Приложение 4. Мячи Совы. Общие рекомендации

### Описание и назначение

**Мяч Сова** — наполненный полимерными гранулами мячик из эластичной ткани.

Предназначен для восполнения сенсорного опыта, усиления тактильной чувствительности, развития мелкой моторики, снятия тревожности, развития и концентрации внимания, вовлечения ребёнка в игровую деятельность, формирования навыков социального взаимодействия

Может применяться в игровых и развивающих занятиях, различных видах телесно-ориентированной терапии.

Работа с Мячом Сова может использоваться как самостоятельная сенсорная «зарядка» для активации внимания, либо использоваться как сенсорно-игровая «разрядка» между другими сложными упражнениями, в перерывах между выполнением учебных заданий, на досуге.

### Технические характеристики

Комплектация	Состав	Размеры	Вес	Уход
Мячик Сова	Ткань — лайкра. Наполнитель — полиэтилен низкого давления в гранулах.	Диаметр: 5см.	100 гр.	Ручная стирка при температуре не более 30°C. Сушка в проветриваемом помещении.

### Идеи для занятий

- Предложите ребёнку пройти по заданной вами траектории, положив мячик на голову, затем на плечо, в полуприсяде или на носочках, спиной вперед.
- Подбрасывайте и ловите мяч двумя руками, одной, или каждой попеременно.
- Передавайте мяч из одной руки в другую за спиной или партнёру.
- Создайте из мячей импровизированную сенсорную дорожку и предложите ребёнку пройти по ней
- Используйте Мяч Сова для самомассажа пальцев рук, ладоней, стоп

## Приложение 5. Кочки Совы. Общие рекомендации

### Описание и назначение

**Кочка Совы** - специальная подушка округлой формы, наполненная мягкими кубиками из вспененного полиэтилена.

Предназначена для восполнения сенсорного опыта, усиления тактильной и мышечной чувствительности, ускорения формирования схемы тела, развития вестибулярной системы, вовлечения ребёнка в игровую деятельность, снятия тревожности, формирования навыков социального взаимодействия, развивающих и спортивных игры, отдыха.

Сенсорные Кочки можно использовать не только для обогащения сенсорной среды, игр и коррекционных упражнений, но и как необычное место для сна, отдыха, чтения и других занятий.

### Технические характеристики

Комплектация	Состав	Размеры, см	Вес, кг	Уход
Кочки Совы – 2 шт.	Материал внешнего чехла – ткань «Шинил»; материал внутреннего чехла – «Оксфорд»; наполнитель – вспененный полиэтилен; застёжка-молния.	Диаметр – 90; Высота – 18.	2.3±10%	Съемный чехол – деликатная стирка при температуре не выше 40 градусов.  Внутренняя поверхность - чистка с помощью воды и небольшого количества моющих средств.

### Идеи для занятий

- Положите Кочки рядом друг с другом от нескольких сантиметров до полуметра и предложите ребёнку пройти по «кочкам» не попав в «болото»
- Предложите ребёнку скатиться с Кочки или перекатываться через Кочки
- Сделайте «Бутерброд»: ребёнок лежит между двух Кочек. Слегка надавите на верхнюю Кочку, так чтобы немного осложнить возможность ребёнка освободиться.
- «Слепите» из Кочек снеговика или постройте башню
- Попробуйте придать Кочкам различные формы: «блинчик», шар, пирамида, небольшое кресло. Используйте эту возможность для решения ваших задач.

## Приложение 6. Утяжеленный сенсорный шарф. Общие рекомендации

### Описание и назначение

**Сенсорный Шарф Совы** – инструмент для сенсомоторной интеграции. Применяется на занятиях по сенсорной интеграции и нейрокоррекции для детей с синдромом гиперактивности и дефицита внимания, гипер- и гипотонусом, ДЦП, расстройствами аутистического спектра и иными формами отклоняющегося развития. Предназначен для усиления проприоцептивной и тактильной чувствительности.

Комплектация	Состав	Уход
Шарф Совы — 2 шт.	Ткань — лайкра 100% Наполнитель — полипропилен в гранулах.	Ручная стирка при температуре не более 30°C. Сушка в проветриваемом помещении.

### Меры предосторожности

Не допускайте контакта Шарфа Совы с предметами и поверхностями, которые могут привести к механическому повреждению изделия. Перед использованием Шарфа проверьте, нет ли на вашей одежде элементов, которые могут оставить «зацепы» на ткани.

### Рекомендации по использованию

Рекомендуем поэкспериментировать с применением Сенсорного Шарфа Совы во время различных повседневных активностей, в том числе при выполнении домашних заданий, в играх, на прогулках.

Модифицируйте обычные повседневные занятия с детьми, требующие концентрации внимания, укутывая ребёнка Шарфом Совы. Использование Шарфа Совы будет более эффективным, если на колени ребёнка положить Подушку Совы – так его сенсорные системы получают дополнительную стимуляцию. Ребёнок при этом начнет лучше чувствовать свое тело, ему станет легче фокусироваться на задании и воспринимать словесные инструкции, вместо того чтобы отвлекаться по сторонам.

Для активных игр можно использовать дополнительно утяжелённый Жилет, Плед Совы или утяжелители на ноги и руки.

Имейте в виду, что каждый ребенок привыкает к утяжеленной продукции со своей скоростью. Давайте ему время освоиться. Может произойти ситуация, когда ребенок сам попросит снять что-либо из утяжелителей – это значит, что ему достаточно сенсорного воздействия. Учитывайте этот факт и будьте внимательны к потребностям ребенка.

## Приложение 7. Утяжеленная накидка. Общие рекомендации

### Описание и назначение

**Накидка Сова** – утяжелённое текстильное изделие с постоянным весом.

Механизм действия – стимуляция проприоцептивной и тактильной чувствительности.

Накидка Сова используется как инструмент сенсорной интеграции и нейрокоррекции при гиперактивности, гипо- и гипертонусе, ДЦП, дефиците внимания, расстройствах аутистического спектра и иных формах отклоняющегося развития.

### Технические характеристики

Состав	Размер и вес.	Уход
<ul style="list-style-type: none"><li>• Наполнитель: первичный полипропилен;</li><li>• Ткань: микровельвет, джинса.</li></ul>	60x130, 5.45 кг	Замачивание и ручная стирка при температуре не более 30°C. Сушка в проветриваемом помещении.

### Меры предосторожности

Утяжеленную Накидку не следует использовать:

- при повышенной температуре тела
- при затруднениях дыхания
- при нарушенном лимфо- и кровотоке
- в период послеоперационной реабилитации
- детям в возрасте до 1 года

### Рекомендации по применению

Попробуйте модифицировать обычные занятия с детьми, укутав Накидкой плечи или ноги ребёнка. Нервная система при этом получит дополнительную сенсорную стимуляцию, вследствие чего ребёнок начинает лучше чувствовать своё тело.

Так же вы можете применять Утяжелённую Накидку в качестве сенсорного тренажёра, использовать его в различных игровых сценариях.

## Упражнения

### 1. «Сенсорный ковёр»

Расстелите Накидку на полу и предложите ребёнку:

- походить по Накидке босыми ногами;
- покататься по Накидке «брёвнышком», «калачиком», походить на четвереньках;
- принять несложные гимнастические позы йоги: поза «лука», «лодки», «берёзка», «мостик» и пр.
- удерживать баланс, стоя на одной ноге, прижав к животу согнутую в колени вторую ногу, или принять другие гимнастические позы в стойке на одной ноге.

### 2. «Свёрток»

Расстелите Накидку на полу.

- Ребёнок ложится на Накидку, взрослый закатывает его «свёрток»;
- Ребёнок закатывается в «свёрток» самостоятельно;
- Ребёнок может находиться в плотно завернутом «свёртке» до насыщения сенсорными стимулами;
- Взрослый может прокатить ребёнка по полу, через небольшие мягкие препятствия или другого ребёнка (**учитывайте возраст и вес детей!**).
- Ребёнок получает задание «выползти» вперёд из «свёртка» или высвободиться путём раскачивания из стороны в сторону.

### 3. «Забота»

Попросите ребёнка укрыть утяжелённой Накидкой другого ребёнка или взрослого.

### 4. Важный груз

Предложите ребёнку перенести «важный груз». Если вес слишком велик, предложите свою помощь, либо объедините усилия нескольких детей.

## Приложение 8. Утяжеленный плед. Общие рекомендации

### Описание и назначение

Утяжелённый Плед Совы – утяжелённый плед с фиксированным весом.

Механизм действия – стимуляция проприоцептивной и тактильной чувствительности.

Предназначен для улучшения качества дневного сна, облегчения симптомов тревожности.

Также Плед Совы используется как инструмент сенсорной интеграции и нейрокоррекции при гиперактивности, гипо- и гипертонусе, ДЦП, дефиците внимания, расстройствах аутистического спектра и иных формах отклоняющегося развития.

### Технические характеристики

Состав	Размерная сетка и вес.	Уход
<ul style="list-style-type: none"><li>• Наполнитель: первичный полипропилен;</li><li>• Ткань: микрофибра.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Малый, 85x145 см, 4 кг</li><li>• Большой, 148x185 см, 7,2 кг</li></ul>	Замачивание и ручная стирка при температуре не более 30°C. Сушка в проветриваемом помещении.

### Меры предосторожности

Утяжеленный плед не следует использовать:

- при повышенной температуре тела
- при затруднениях дыхания
- при нарушенном лимфо- и кровотоке
- в период послеоперационной реабилитации
- детям в возрасте до 1 года

**Внимание!** Крайне не рекомендуется укрывать маленького ребёнка несколькими одеялами одновременно. Например: Плед Совы, обычное одеяло, покрывало. Или два обычных одеяла и покрывало.

## Рекомендации по применению

Рекомендуем использовать Утяжелённый Плед в качестве обычного одеяла во время кратковременного дневного отдыха.

Так же вы можете применять Утяжелённый Плед в качестве сенсорного тренажёра, использовать его в различных игровых сценариях.

## Упражнения

### 1. «Сенсорный ковёр»

Расстелите Плед на полу и предложите ребёнку:

- походить по Пледу босыми ногами;
- покататься по Пледу «брёвнышком», «калачиком», походить на четвереньках;
- принять несложные гимнастические позы йоги: поза «лука», «лодки», «берёзка», «мостик» и пр.
- удерживать баланс, стоя на одной ноге, прижав к животу согнутую в колени вторую ногу, или принять другие гимнастические позы в стойке на одной ноге.

### 2. «Свёрток»

Расстелите Плед на полу.

- Ребёнок ложится на одеяло, взрослый закатывает его «свёрток»;
- Ребёнок закатывается в «свёрток» самостоятельно;
- Ребёнок может находиться в плотно завернутом одеяле до насыщения сенсорными стимулами;
- Взрослый может прокатить ребёнка по полу, через небольшие мягкие препятствия или другого ребёнка (**учитывайте возраст и вес детей!**).
- Ребёнок получает задание «выползти» вперёд из Пледа или высвободиться путём раскачивания из стороны в сторону.

### 3. «Забота»

Попросите ребёнка укрыть утяжелённым пледом другого ребёнка или взрослого.

### 4. Важный груз

Предложите ребёнку перенести утяжелённый плед. Если вес слишком велик, предложите свою помощь, либо объедините усилия нескольких детей.

## Обратная связь

### Остались вопросы по сенсорной комнате?

Смело звоните нам по телефону 8-800-700-19-34

Пишите на электронную почту [welcome@nannyowl.ru](mailto:welcome@nannyowl.ru) !

Приезжайте в гости: г.Санкт-Петербург, ул.Михайлова, 11-С

### Хотите дать обратную связь по продукту?

Будем очень признательны! Ваша критика и ваши комплименты помогают нам становиться лучше и совершенствовать продукт! :)

Сова-Нянька



Сова-Нянька