



***СЕНСОРНАЯ КОМНАТА КАК  
СРЕДСТВО ДЛЯ УСПЕШНОГО  
РАЗВИТИЯ И КОРРЕКЦИИ  
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ  
ДЕТЕЙ С ОВЗ.***

Педагог-психолог Дмитриева М.А.

**Современная школа в условиях ФГОС ставит своей главной целью гармоничное развитие ребенка. Разумеется, гармоничное развитие предполагает не только интеллектуальное развитие, связанное с содержанием образования, но и развитие физическое, эмоциональное, личностное и т. д.**



Наша школа – особенная. В ходе работы приходится сталкиваться с некоторыми нарушениями в развитии наших младших школьников. В этой связи особенно значимой является работа службы полного сопровождения ребенка в образовательном процессе, которое взаимосвязано осуществляет учитель, воспитатель, дефектолог, логопед и психолог.

В настоящее время в школах широко используются разные виды тренингов, но довольно редко — специально разработанные программы развивающих занятий в сенсорной комнате. Прежде всего, такие занятия показаны детям с чрезмерной утомляемостью, эмоциональной истощаемостью, непоседливостью, вспыльчивым, замкнутым, с нарушениями характера, с задержками психического и речевого развития, а также страдающими психосоматическими заболеваниями.





На таких занятиях дети изучают различные приемы саморегуляции, что помогает им преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снять эмоциональное напряжение, дает возможность выразить свое «Я».

**Основная цель** данных занятий — развитие ребенка как субъекта общения, как субъекта отношения к самому себе и к другим людям.

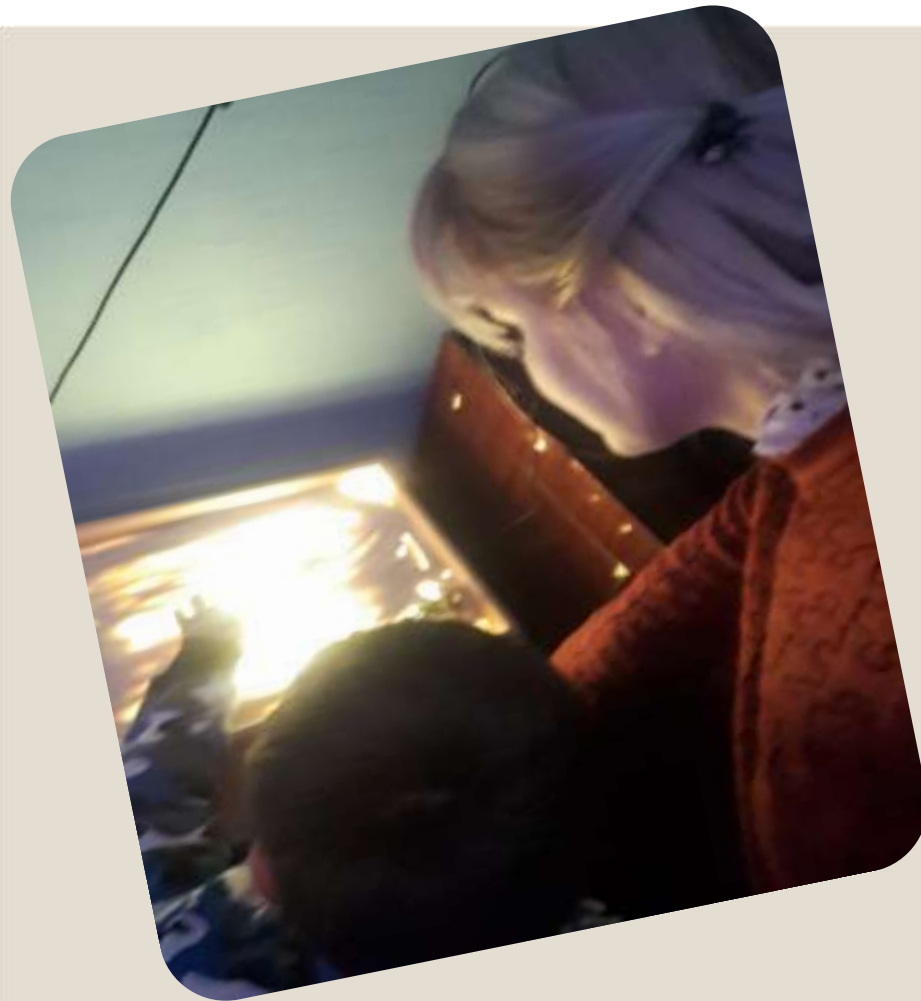
**Актуальность** занятий состоит в том, что сокращается адаптационный период к изменяющимся условиям среды у детей с вышеперечисленными особенностями психического состояния. Занятия способствуют полноценному развитию личности ребенка, профилактике отклоняющегося поведения. Они представляют собой современные технологии развития детей в условиях ОУ.

Психогимнастические упражнения, включаемые в каждое занятие, являются важным элементом, позволяющим улучшить самочувствие и тем самым создать основу для усвоения больших объемов информации. Дыхательные упражнения успокаивают и способствуют концентрации внимания. Стимулирующие упражнения не только повышают энергетический потенциал, но и обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают внимание, произвольность движений, успокаивают и уравнивают.

Оптимизация тонуса - одна из самых важных задач занятий.

Любое отклонение от оптимального тонуса может являться как причиной, так и следствием изменений в психической и двигательной активности ребенка и негативно сказаться на общем ходе его развития. На занятиях ребенку необходимо дать почувствовать его собственный тонус, одновременно обучая возможным приемам релаксации.





Занятие продолжительностью 20–30 мин. Количество детей в группе не должно превышать 5–7 человек. Возраст детей от 7-13 лет. Каждое занятие начинается этюдом приветствия, а заканчивается этюдом-прощанием. Основная часть каждого занятия включает психогимнастические упражнения, игры, музыкальные этюды по теме занятия и может варьироваться в зависимости от творческой задумки психолога.

## **Основные задачи** комплексных занятий:

1. Обеспечить успешную адаптацию детей с ОВЗ к изменяющимся условиям окружающего мира.
2. Формировать у них представления о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире.
3. Развивать умение чувствовать и понимать других.
4. Повысить уровень их самооценки, уверенности в себе.
5. Развивать творческие способности и воображение детей
6. Развивать любознательность, наблюдательность

**Методические приемы,**  
используемые на занятиях:  
беседы; подвижные игры, игры в  
круге; релаксационные  
упражнения, тренинги;  
рисование, песочная терапия;  
сказкатерапия;  
психогимнастические  
упражнения; музыкальная  
терапия.

В сенсорной комнате происходит воздействие на три основных канала восприятия человеком окружающего мира — кинестетический, аудиальный и визуальный (тактильными ощущениями, звуком и цветом), что помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, активизировать функции ЦНС в условиях обогащенной мультисенсорной среды.

Она создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность.



Сенсорные игры используются периодически в зависимости от индивидуальности ребенка. Так, детям с неустойчивым вниманием и повышенной возбудимостью этот вид работы предлагается чаще. Например, *песочная терапия* имеет успокаивающее действие на ребенка с РДА.



Игры с песком имеют и терапевтический эффект для любого ребенка с ОВЗ. Сама фактура песка оказывает приятно-успокаивающее воздействие, дает эмоциональную разрядку. При перебирании пальчиками сыпучего материала, у ребенка улучшается микроциркуляция крови; монотонные действия концентрируют внимание, развивается мелкая моторика, (что несомненно необходимо нашим ученикам с ДЦП) например при игре «Угадай что», «Найди на ощупь», а в целом этот вид деятельности доставляет ребенку положительные эмоции, приятные ощущения.




*Пучок фиброоптических волокон с переливающимся цветным свечением «Дождь» словно струи воды способствует успокоению, снятию напряжения, позволяет концентрировать внимание.*



Волокна приятно трогать, перебирать в руках, сквозь них можно проходить, касаясь лицом. Разноцветные волокна стимулируют тактильные ощущения, помогают воспринимать пространство и своё тело в этом пространстве. Зайдя внутрь можно посмотреть вверх и увидеть себя, наблюдать за своими эмоциями. За «струями» лент можно спрятаться от внешнего мира, что особенно важно для замкнутых детей. Волокна безопасны при ударе, при взятии в руки, обматывании вокруг тела и при лежании на них. Изменяющиеся цвета стимулируют сосредоточение внимания и обладают успокаивающим эффектом. Также это особенно эффективно для детей с ограниченным зрением.





*Пузырьковая колонна.* В прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной дистиллированной водой, поднимаются бесконечное число воздушных пузырьков. Если в колонну запустить пластмассовых рыбок или шарики, то они начинают резвиться, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то опускаются вниз. Это завораживающее зрелище не оставит равнодушными ни детей, ни взрослых. Если прижать ладони к трубке, можно ощутить нежную расслабляющую вибрацию.



Общеоздоровительный блок состоит из гимнастических, массажных мячей с ручками, мягких модулей. Из модулей различных форм и цвета можно сооружать различные конструкции, развивая при этом цветовосприятие, пространственное мышление, воображение и творческую составляющую личности. Сюда же можно отнести соляную лампу.

При подборе занятий я руководствуюсь способностями и возможностями детей при формировании их в группы либо при индивидуальном занятии, придерживаясь **концепции сопровождения**, которая сегодня является одной из эффективных педагогических технологий.



Уже первые занятия в сенсорной комнате показывают, какой мощный развивающий, лечебный, профилактический и коррекционный потенциал содержит ее оборудование.

Самостоятельность ребенка в безопасном пространстве сенсорной комнаты ставит его в ситуации свободного выбора и формирует опыт стрессоустойчивого поведения. Активное использование сенсорной комнаты позволяет проводить корригирующие мероприятия в щадящих и комфортных условиях для ребенка с ОВЗ. При этом ребенок постоянно испытывает ощущение успеха.

**Результативность.** Проводя занятия в сенсорной комнате мы получаем более гармонизированное психоэмоциональное состояние наших учеников, удается корригировать агрессивное и отклоняющееся поведение, уменьшить невротические реакции (тики, гиперкинезы, непроизвольные движения и др.). Развиваем познавательную деятельность детей с ОВЗ, учитывая их индивидуальность.



**Даже дети с мутизмом показывают прогресс в работе с психологом посредством воздействия на визуально-кинестетическое восприятие.**

Ребенок допускает в свою зону комфорта, изучает цвета, озвучивая их, что является сравнительно высоким показателем относительно их индивидуальности.



**Эффективность** работы отслеживается по данным психологической диагностики, проводимой перед началом курса реабилитации и по завершении занятий, по результатам анкетирования педагогов (экспертная оценка), наблюдений за учениками на занятиях.



Таким образом целью моей работы с учениками с использованием мультисенсорной среды, является формирование умения понимать и принимать эмоциональное состояние, свое и окружающих, приобретение навыков произвольной саморегуляции, снижение тревожности, восстановление психологического статуса, формирование коммуникативных и социального значимых навыков для успеха в дальнейшей социализации.



Спасибо за внимание!

