Петрова Марина Владимировна
педагог-психолог
МБОУ «Ибресинская СОШ №1»
пгт Ибреси, Чувашская Республика

АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕСУРСОВ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ШКОЛЕ

Аннотация: *в статье рассматриваются возможности сенсорной комнаты как средства психолого-педагогического сопровождения первоклассников с ограниченными возможностями здоровья в процессе адаптации. Выделяются основные методы и методики работы в сенсорной комнате в адаптационный период. Автор приходит к выводу, что сенсорная комната способна значительно повысить функциональные и адаптивные возможности организма, активизировать индивидуальный ресурс каждого ребенка, создавая возможность успешной адаптации первоклассника с ОВЗ к школьному обучению.*

Ключевые слова: *сенсорная комната, дети с ограниченными возможностями здоровья, первоклассники, школьная адаптация, инклюзивное образование, саморегуляция.*

В современном образовании особое внимание уделяется психолого-педагогическому сопровождению детей с ограниченными возможностями здоровья. Эти дети часто испытывают эмоциональное напряжение, тревожность, страхи, трудности в выражении чувств и коммуникации. Начало школьного обучения является одним из самых напряжённых периодов в жизни ребёнка. Меняется режим, появляются новые требования и незнакомый коллектив, а пространство класса существенно отличается от привычной игровой обстановки. Для первоклассников с ограниченными возможностями здоровья этот переход оказывается вдвойне сложным: у них нередко снижена адаптивная способность, повышена утомляемость и чувствительность к внешним раздражителям, а навыки саморегуляции ещё не сформированы. Адаптация таких детей может

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

осложняться тревожностью, отказом от учебной деятельности, вспышками возбуждения или апатией.

Справляться с психологическими проблемами адаптационного периода помогает школьная сенсорная комната. Сенсорная комната представляет собой уникальное пространство, где дети могут взаимодействовать с различными сенсорными объектами и материалами. В таких комнатах используются специальные устройства и оборудование: мягкие игрушки, световые инсталляции, музыкальные инструменты, тактильные поверхности и многое другое. Все это предназначено для создания комфортной и стимулирующей среды, способствующей развитию сенсорных навыков.

Интерактивная среда сенсорной комнаты позволяет создать положительную эмоциональную обстановку, вызвать приятные эстетически значимые ощущения. Она активизирует детей, помогая им преодолеть тревожные невротические переживания, страхи, достичь состояния эмоционального комфорта. Она способствует оптимальному развитию познавательной деятельности первоклассников, стимулирует сенсорные функции, влияет на успешность школьного обучения и оказывает положительное влияние на процесс адаптации к школе.

Основным методом работы в сенсорной комнате в период адаптации первоклассников с ОВЗ является релаксация: спокойная обстановка и мягкие сенсорные эффекты помогают ребёнку снять эмоциональное и мышечное напряжение, ощутить безопасность и подготовиться к включению в учебную деятельность. Воздействие на мозг сенсорными стимулами через 15–20 минут пребывания в сенсорной комнате способствуют достижению состояния релаксации, на фоне которой нормализуются многие функции человеческого организма. Улучшается самочувствие, психическая активность, настроение и успеваемость детей. Основные методики работы: цвето-, светотерапия (релаксация с помощью цвета и света); звуко-, музыкотерапия (релаксация с помощью звуков и музыки).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Интерактивная среда сенсорной комнаты – целый мир новых впечатлений и ярких эмоций для детей с ОВЗ. Специальное оборудование, установленное в сенсорной комнате, воздействует на все органы чувств. Устроившись в уютном сухом бассейне, под медленное движение света и спокойную мелодию ребёнок чувствует себя настоящим героем волшебной истории. Атмосфера полной безопасности, комфорта, загадочности наилучшим образом способствует гармоничному развитию и коррекции имеющихся проблем в период адаптации первоклассника.

Использование ресурсов сенсорной комнаты – не модное дополнение к оснащению школы, а обоснованное средство сопровождения адаптационного периода первоклассников с ОВЗ. Она отвечает возрастным особенностям детей, компенсирует перегрузку школьной среды, формирует навыки саморегуляции и создаёт условия для успешного включения ребёнка в учебную жизнь. При системном и грамотном применении сенсорная комната становится тем «переходным мостиком», который помогает ребёнку с ОВЗ пройти кризис первых школьных месяцев мягко и закрепить ощущение школы как безопасного и привлекательного места.

Список литературы

1. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья : учебно-методическое пособие / [Жевнеров В. Л. и др.]. – Санкт-Петербург : ХОКА, 2007. – ISBN 978–5-98037–110–4.

2. Кокарева, А. В. Использование сенсорной комнаты в коррекционной работе с детьми, имеющими отклонения в поведении / А. В. Кокарева // Психолог в детском саду. – 2008. – № 4. – С. 74–101.

3. Титарь, А. И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ / А. И. Титарь. – Москва : АРКТИ, 2008. – 88 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)