

СЕНСОРНАЯ КОМНАТА КАК СРЕДСТВО ОБОГАЩЕНИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ ДОУ

***Аннотация:** волшебный мир сенсорных комнат не оставляет равнодушным никого. Оптимальное комплексное воздействие на все органы чувств и нервную систему человека, очарование «живой сказки», создающее радостное настроение и ощущение полной безопасности – все это позволяет говорить об уникальности и ценности сенсорных комнат для детей со специальными нуждами, так же для детей, нуждающихся в восстановлении и сохранении психоэмоционального равновесия.*

Исследования предметно-развивающей среды ведутся давно. Общепризнанным фактом является то, что успешность влияния развивающей среды на ребенка обусловлена его активностью в этой среде. Среда должна быть организована таким образом, чтобы она побуждала детей взаимодействовать с её различными элементами, повышала функциональную активность ребёнка, давала разнообразные, меняющиеся впечатления. Таким многофункциональным комплексом, использование которого способно значительно оптимизировать развитие ребенка, обогатить развивающую среду ДОУ является сенсорная комната.

Первое появление сенсорных комнат относится к 1970 году. Врачи голландских реабилитационных центров начали использовать комнаты со специальным оснащением для работы с больными ДЦП и людьми, имеющими какие-либо психоневрологические расстройства. Анализ опыта, накопленного специалистами при применении таких, на первый взгляд, «странных» методов лечения, дал просто поразительные результаты – оказалось, что эффект, получаемый от применения подобных комнат, во много раз выше, чем лечебный эффект от обычных посещений кабинета врача в больнице или поликлиники. Успешный опыт голландских ученых был с интересом воспринят во всем мировом сообществе.

Есть такая категория пациентов, которым особенно пришлось по душе эти новые лечебно-игровые комнаты – конечно же, это дети! Ведь игра для них – это не просто времяпрепровождение, это необходимая для полноценного развития жизненная среда.

Сенсорные комнаты не зря называют волшебными: здесь все мерцает, переливается, звучит красивая музыка или слышны звуки природы. В них дети

словно попадают в сказку, да не простую, а развивающую, забывают о своих тревогах и страхах, успокаиваются и, по мнению ученых, еще и умнеют.

Только в нашем детском саду города функционирует такая комната. Именно эта комната является комнатой психологической разгрузки и релаксации для детей и взрослых. Наша комната представляет собой кабинет педагога-психолога, оборудованный по индивидуальному проекту, где каждый посетитель пребывает в безопасной и комфортной обстановке.

В сенсорной комнате говоря языком детей, происходят настоящие чудеса, не похожие ни на что. И хозяйка там я – волшебница - Светлана Анатольевна.

Предназначена сенсорная комната для решения следующих задач:

- Обучение на основе сенсорной стимуляции.
- Снятие мышечного и психоэмоционального напряжения.
- Активизация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды.
- Создание положительного эмоционального фона у взрослых и детей.

Занятия в сенсорной комнате проходят в игровой форме по подгруппам и индивидуально. Сочетание музыки, цвета, тактильных ощущений уже через 10-15 минут приводит в состояние релаксации (расслабления), безопасности и комфорта, что способствует быстрому восстановлению сил и работоспособности.

А еще сенсорная комната развивает зрительно-моторную координацию, восприятие, внимание, положительные эмоциональные реакции, воображение и, конечно, уравнивает психику ребенка.

Сенсорная комната – это удивительное место, где все обволакивает, переливается, успокаивает. Основное ее назначение – создание гармоничного состояния, радости, спокойствия, и, как следствие, укрепление иммунитета.

Главное предназначение этой волшебной комнаты – воздействовать на органы чувств. Врачи уверяют: чем беднее мир сенсорных ощущений ребенка, тем уже мировоззрение и больше стереотипов, что создает предпосылки для агрессии и обид. Кроха замыкается в себе, реже идет на контакт со сверстниками, становится все более закомплексованным. Здесь придет на помощь сенсорная комната. Умело воспользовавшись ею, я, психолог детского сада, могу скорректировать поведение капризного, гиперактивного или замкнутого малыша. Сочетание различных стимуляторов – света, музыки, запахов, тактильных ощущений – может оказывать на психическое и эмоциональное состояние ребенка как успокаивающее, так и тонизирующее, восстанавливающее действие.

Все проводимые мною в сенсорной комнате игровые сеансы носят развивающий характер. Примерная структура включает в себя:

Организационную часть: игры и упражнения, помогающие снять психоэмоциональное напряжение, создающие атмосферу доверия, способствующие введению в игровую ситуацию. На данном этапе педагоги используют различные коммуникативные игры, применяется оборудование “Звездный дождь”,

“Сухой бассейн”, демонстрация панно “Живая вода” и т.д.

Содержательная часть включает в себя игры, упражнения на знакомство со свойствами предметов, задания на развитие когнитивных навыков. Психотехническими приемами на данном этапе являются сказкотерапия, сюжетно-ролевые игры, разыгрывание проблемных жизненных ситуаций. Использование сказочных сюжетов, где тренажер является частью сказки, помогает избежать однообразия занятий. Дает возможность, детям проживать волшебную историю передвигаясь в пространстве сенсорной комнаты, выполняя различные задания педагога.

Заключительная часть предполагает обратную связь, релаксацию и ритуал прощания.

Особенно эффективными бывают занятия, тема и фон для которых выбираются с учетом особенностей характера ребенка. К примеру, кроха пошел в детский сад, но найти контакт со сверстниками ему не удалось. Ребенок стал нервным, раздражительным, часто плачет без причины. В этом случае я подбираю для занятия позитивную, успокаивающую музыку: звуки моря или пение птиц, мягкий струящийся свет, из ароматов предпочитаю успокаивающие запахи мяты, лаванды или сосновой хвои. Погрузившись в сухой бассейн, сидя на мягком пуфике или специальных подушках, ребенок расслабляется, успокаивается и воспринимает собственные страхи уже не так остро.

Решить неприятности с социальной адаптацией помогут совместные игры в уютной атмосфере волшебных комнат. Они помогают ребенку раскрепоститься, поверить в свои силы и проявить сильные черты характера. Подобного рода занятия придут на помощь детям с задержкой речевого развития. Стимулируя тактильные и зрительные ощущения, малыш одновременно тренирует память, внимание и интеллект.

И, конечно, сенсорные комнаты используются и по их основному назначению — они помогают детям с перинатальным поражением центральной нервной системы. Цветовые стимулы, к примеру, пузырьковые колонны и зеркальные шары, позволяют улучшить координацию, ориентацию в пространстве; музыкальное сопровождение тренирует слуховой аппарат, разнообразие тактильных ощущений стимулирует двигательную активность.

Применение оборудования активационного блока сенсорной комнаты направлено на стимуляцию исследовательского интереса и двигательной активности детей.

Световой проектор «Жир-птица» и зеркальный шар с мотором проецирует разнообразнейшие световые эффекты на все пространство комнаты. Бесконечное множество «зайчиков» плавно скользят по стенам, потолку и полу, меняя цвет. Таким образом, яркие светооптические эффекты «Жар-птицы» привлекают, стимулируют и поддерживают внимание, создают радостную атмосферу праздника.

Ходьба по сенсорной тропе – несколько ковриков с разными наполнителями (фасолью, горохом, камушками) способствует развитию координации движений, а естественный массаж стоп – укреплению голеностопного сустава и предотвращает появления продольного и поперечного плоскостопия.

«Разноцветная карусель» – это настоящее «поле чудес»: дети раскладывают геометрические фигуры по цветовым полям, учатся считать, развивают пальчики, размещая по цветным мешочкам, прикрепленным к карусели, разного размера кубики, шарики, палочки и т.д.

Прибор динамической заливки света «Нирвана» создает на противоположной стене световое пятно с плавными переливами всевозможных изменяющихся красок и узоров. Дети видят волшебное зрелище, напоминающее северное сияние, которое создает поэтическое настроение, способствует релаксации и развитию фантазии крох.

Вертикальный аквариум в виде прозрачной колонны с подсветкой, где неспешно двигаются вверх и вниз разноцветные пластмассовые рыбки, сопровождаемые потоком воздушных пузырьков - это не просто красивая декорация. С его помощью я у детей закрепляю названия цветов. На примере рыбок я провожу упражнения на релаксацию: рыбки поднимаются – мы напрягаемся, опускаются – мышцы расслабляются.

Определенную таинственность, сказочную атмосферу создает увлажнитель воздуха, наполняя комнату клубами пара, приятными ароматами и рассеянным переливающимся светом.

В полной темноте «сухой» бассейн выглядит как шкатулка с драгоценностями. Необычные телесные и зрительные ощущения, различные игры в «сухом» бассейне способствуют психоэмоциональному развитию ребенка.

Спокойная обстановка, мягкий свет, тихая нежная музыка создает ощущение покоя и умиротворенности. Мои наблюдения показывают, что специальные условия сенсорной комнаты дают всем не только приятные ощущения, но и применяются для терапии, не зря эту комнату называют комната-доктор. В условиях этой комнаты снимаются страхи детей, невротические состояния, эмоциональная нагрузка, приступы гнева, тревожность, внушаемость. Сенсорная комната – мощный терапевтический инструмент. После посещения сенсорной комнаты ребенок ощущает покой и отдых, происходит нормализация его психоэмоционального состояния. С помощью сенсорной комнаты у ребенка происходит и развитие зрительных, слуховых и тактильных стимулов, которые сохраняются очень длительное время.

После игр в волшебной комнате дети “заряжаются” положительными эмоциями на весь день и с нетерпением ждут новых встреч в этой комнате. В результате после посещения сенсорной комнаты у 90% детей наблюдается позитивное самочувствие, высокая активность и хорошее настроение. Таким образом, мы, педагоги детского сада № 15, убедились, что пребывание в сенсорной комнате способствует улучшению психоэмоционального состояния

детей, способствует сокращению адаптационного периода, улучшает общее самочувствие, нормализует сон.

Список литературы

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. – М., 1968.
2. Глуханнюк Н.С., Семёнова С.Л., Печеркина А.А. Общая психология. – М., 2002.
3. Ибука М. После трёх уже поздно: пер. с англ. – М., 1991.
4. Пилюгина Э.Г. Занятия по сенсорному воспитанию с детьми раннего возраста: Пособие для воспитателей детского сада. – М., 1983.
5. Развитие ощущений и восприятия у детей от младенчества до младшего школьного возраста: Игры, упражнения, тесты. / Н.В. Краснощёкова. – Ростов: Феникс, 2007.
6. Сенсорное воспитание в детском саду: Пособие для воспитателей. / Под ред. Н.Н. Поддякова, В.Н. Аванесовой. – М.: Просвещение, 1981.