**Сенсорная комната в работе педагога-психолога**

Многие ученые, в том числе и психологи, утверждают, что гармоничное и полноценное **развитие ребенка** невозможно без воздействия на его органы восприятия – глаза, уши, вкусовые рецепторы, кожные покровы и т.д. Поэтому сегодня во многих образовательных учреждениях большой популярностью пользуются специально оборудованные различными стимуляторами комнаты, направленные на развитие восприятия в широком понимании этого слова.

Необходимо отметить, что для России само понятие "сенсорная комната" пока еще, является достаточно непривычным, а значит для многих непонятным. Из-за этого для большинства обывателей *сенсорная комната* представляется неким помещением, наполненным различными высокотехнологичными гаджетами (*по аналогии с сенсорными панелями современных телефонов и* *компьютеров*), призванными заменить традиционные игровые комнаты в детских учреждениях. На самом же деле, сенсорные комнаты представляют собой абсолютно самостоятельную систему развития детей, существующую параллельно с традиционными методиками и техниками развивающих занятий.

Сегодня мы постараемся поподробнее познакомить читателя с особенностями оснащения сенсорной комнаты, а также о том, какими преимуществами обладают занятия в ней.

***Сенсорная комната*** – *помещение, оборудованное стимуляторами, воздействующими на органы обоняния, осязания, слуха, зрения и т.д. Они направлены на развитие высших психических функций (речь, память, мышление, внимание, воображение, восприятие и т.д.), эмоциональной сферы и личностных качеств человека*. Кроме того, подобные стимуляторы способствуют психоэмоциональной разгрузке (*релаксации*), восстановлению и поддержанию психологического здоровья детей.

Для оснащения сенсорной комнаты, как правило, используется такое оборудование, как:

* *воздушно-пузырьковые колоны – активно используются для зрительной стимуляции, стимуляции тактильных ощущений и релаксации;*
* *интерактивные сенсорные панели – предназначены для звуковой и зрительной стимуляции, развития воображения, творческих способностей и фантазии, а также для выработки причинно-следственных связей и интерактивных игр;*
* *оптоволокно с боковым свечением – применяется для привлечения, поддержания и стимуляции внимания;*
* *тактильные панели – способствуют развитию фантазии, мелкой моторики и двигательной активности, а также активации физической активности и мозговой деятельности;*
* *развивающие и реабилитационные элементы – направлены на развитие физических навыков, мозговой деятельности, общего расслабления, тонизирования мышц и достижению психологического равновесия ребенка;*
* *элементы декора со световыми эффектами (подвесной потолок, потолочные модули, настенные и напольные ковры с оптоволокном, световые проекторы, флуоресцентные картины или мини-планетарии) – развивают исследовательский интерес, привлекают внимание, способствуют развитию зрительных ощущений и общему расслаблению.*

Помимо этого, оснащение сенсорной комнаты, чаще всего, включает в себя оборудование, использующее при звуковой и ароматерапии: генераторы запахов, ионизаторы и увлажнители воздуха, наборы дисков с музыкальными произведениями и т.д.

Особого уюта и атмосферы комфорта сенсорным комнатам придают необычные светильники (например, светильники "Пламя", "Плазма", "Вулкан" или соляные лампы), а также нестандартная мягкая мебель (например, пуфик-мяч, водяной матрас или кресло-кубик) и различные мягкие игровые модули: домики-трансформеры, сухие бассейны с шарами, дидактические столы, игровые ширмы, тактильные дорожки, напольные конструкторы и многое другое. Помимо своего основного предназначения – проведения игровых занятий, развития тактильных ощущений и физических способностей детей – мягкое наполнение сенсорных комнат оказывает массажный и расслабляющий эффекты, а также гарантирует безопасность развивающих занятий.

ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА СЕНСОРНАЯ КОМНАТА?

Хорошо известно, что человек воспринимает самого себя и окружающий мир посредством рецепторов, нервных волокон и отделов головного мозга, которые реагируют на свет, цвет, звуки, запахи и тактильные ощущения. Поэтому сочетание разных стимулов (например, свето-, звуко- или ароматерапии) позволяет оказывать комплексное воздействие на органы чувств человека и достигать колоссальных успехов в развитии детейвсех возрастных категорий. При этом, использование разных наборов стимулов может оказывать как тонизирующий/стимулирующий эффект, так и успокаивающее/расслабляющее действий. Хочется отметить, что занятия в сенсорной комнате могут проводиться, как в группах, так и индивидуально. В случае групповых занятий, состав группы формируется исходя из потребностей и физических/психологических/эмоциональных особенностей каждого ребенка. В зависимости от потребностей каждой группы или отдельно взятого ребенка занятия в нгашем учебном заведении, проводятся по таким направлениям, как:

* *психокоррекция эмоциональной сферы и поведения – агрессия и вспыльчивость, замкнутость и неуверенность в себе, синдром дефицита внимания и пассивность, страхи и гиперактивность;*
* *нейропсихологическая коррекция "школьных" проблем – отсутствие учебной мотивации и познавательного интереса;*
* *развивающие занятия – развитие высших психических функций и эмоциональной сферы, достижение психоэмоциональной разгрузки, поддержание/восстановление психологического здоровья;*
* *психотерапия широкого спектра психоневрологических проблем.*

ПРЕИМУЩЕСТВА СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ

Несмотря на то, что в российских школах сенсорные комнаты относятся скорее к категории экспериментальной педагоги, чем к традиционным методам развития и воспитания детей, отечественные педагоги уже успели оценить хорошие результаты стимулирования основных органов чувств.

Часто, даже самый гиперактивный ребенок, достаточно быстро успокаивается в релаксационной зоне, а приглушенное освещение и успокаивающая мелодия помогают ему снять стресс и расслабиться. Дети, страдающие снижением интереса и неустойчивостью внимания, легко получают необходимый им заряд энергии и активизируют эмоциональный фон в игровой зоне , проектор с разными тематически меняющимися картинками и веселые упражнения "под аккомпанемент" ритмичной музыки несомненно, пробудят у них интерес к обучению и познанию окружающего мира.

В нашей гимназии эта комната открыта практически всегда и, каждый ребенок, может забежать в перемену, чтобы поваляться в шариковом бассейне, пробежаться по массажной дорожке, снимая тем самым накопившееся за уроки напряжение. Так же, как говорилось выше, у нас есть и групповые занятия, которые проходят по расписанию. Даже самые маленькие наши ученики - первоклашки, спешат наперегонки на эти занятия, боясь опоздать или что-то пропустить.

Играя с песком, или любуясь на световой фонтан, даже дети с расстройством аутического спектра слушают разнообразные звуки, что позволяет взрослым нащупать ниточку контакта с подобными детьми, которые чаще всего, заключены в себе.

Таким образом, основным преимуществом сенсорной комнаты является возможность комплексной коррекции и развития детей. На одном занятии можно одновременно развивать и мелкую моторику, и воображение, и самостоятельные двигательные навыки, и манипуляционную деятельность... и, как говорилось выше, снизить эмоциональную напряженность, обогатить чувственный мир, расширить жизненный опыт каждого ребенка. Но самое главное, сенсорная комната наполняет жизнь детей положительными эмоциями, что, в свою очередь, улучшает его общее самочувствие и психоэмоциональное состояние, а также повышает его жизненную активность и мотивацию ко всем видам деятельности.