**Государственное казенное учреждение здравоохранения**

**«Областной дом ребенка № 7 специализированный для детей**

**с органическим поражением центральной нервной системы**

**с нарушением психики»**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Тел.\факс: 8-(3513)-67-77-65 е-mail: [psiodr@yandex.ru](mailto:psiodr@yandex.ru)

456207 г.Златоуст, ул. им. А.С.Макаренко, д.4-А

ИНН/КПП 7404033653/74040100 ОКПО 49119089, ОГРН 1027400586751

**Сенсорная комната,**

**как** **средство психологической реабилитации детей,  
 оставшихся без попечения родителей,   
в ГКУЗ «Областной дом ребенка № 7»**

Подготовила старший воспитатель

Мальцева Елена Валерьевна

Златоуст, 2020

## АННОТАЦИЯ

## Статья посвящена описанию работы в  сенсорной комнате,  как средству психологической реабилитации детей раннего возраста, в том числе с особенностями в развитии, воспитывающихся в условиях дома ребенка. Описана структура занятий в темной сенсорной комнате как в групповой, так и в индивидуальной работе.

## В России зафиксирован резкий рост числа детей-инвалидов. Тревожную статистику, которая заставляет задуматься, обнародовали эксперты Минтруда. В 2019 году их стало 670 тысяч, что почти на 20 тысяч больше, чем годом ранее. Рост количества детей с ограниченными возможностями здоровья наблюдается с каждым годом, например, три года назад в стране проживало 617 тысяч детей-инвалидов, два года назад – 636 тысяч. Обратите внимание, что на первое место вышли детские психические расстройства. Они составляют до четверти всех случаев детской инвалидности в стране. Чуть меньше отводится на поражения нервной системы, в том числе и на ДЦП. Разительно выросло количество детей с врожденными аномалиями и хромосомными патологиями. Их в общем количестве более 17% [5].

## ГКУЗ «Областной дом ребенка № 7 специализированный для детей с органическим поражением центральной нервной системы с нарушением психики». Поэтому, мы считаем, что наличие сенсорной комнаты обязательное условие психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

## Сенсорная комната – (в литературе встречаются и другие названия: комната психологической разгрузки, комната релаксации, комната «Снузлин», мультисенсорная комната) представляет собой помещение, оборудованное по стандартному или индивидуальном проекту, где ребенок, пребывая в безопасной и комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении специалиста, исследует окружающее пространство.

## Сенсорная комната является мощным инструментом для расширения и развития сенсорного и познавательного развития, проведения психологических консультаций. Обстановка сенсорной комнаты способствует нормализации психического состояния у здоровых и больных людей.

## В сенсорной комнате происходит воздействие на три основных канала восприятия человеком окружающего мира - кинестетический, аудиальный и визуальный.

## Сенсорная комната предназначена для: обучения на основе сенсорной стимуляции; психокоррекции; социальной адаптации.

В нашем учреждении сенсорная комната используетсяв следующих направлениях:

* индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми;
* профилактика эмоционального выгорания педагогов.

Основными целями и задачами занятий с детьми в сенсорной комнате являются:

1.Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей:

* Снятие психоэмоционального напряжения;
* Развитие саморегуляции и самоконтроля;
* Развитие умений управлять своим телом, дыханием;
* Развитие умений передавать свои ощущения в речи;
* Развитие умений расслабляться, освобождаться от напряжения;
* Формирование представлений об эмоциях;
* Развитие уверенности в себе.

2.Развитие коммуникативной сферы детей:

* Развитие эмпатических чувств, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
* Формирование мотивации к общению и развитие коммуникативных навыков;
* Преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).

3. Развитие психическихпроцессов и моторики детей:

* Развитие произвольности внимания (его устойчивость и переключаемость), мышления, воображения, восприятия (зрительного, тактильного, слухового), познавательных способностей;
* Развитие координации, в том числе зрительно-моторной.

**Работа в сенсорной комнате** организуется в следующих формах:

* **Использование** стимулирующих упражнений, направленных на активацию и развитие у детей раннего возраста **сенсорных функций**: зрительного и слухового восприятия, осязания и пространственного восприятия;
* Непосредственно общение, которое имеет огромное значение для общего **психологического развития ребенка, оказавшего в трудной жизненной ситуации**, развития его самооценки и становления как личности;
* Релаксационные игры для детей и взрослых, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции.

Оборудование для **сенсорной комнаты** условно можно разделить на два функциональных блока:

I Релаксационный блок или темная сенсорная комната - в него входят мягкие покрытия, пуфики и подушечки, приборы, создающие рассеянный свет, фонотека релаксационной музыки. Ребенок или взрослый, лежа на мягких формах, может принять комфортную позу и расслабиться. Медленно проплывающий рассеянный свет, успокаивающая музыка создают атмосферу безопасности и спокойствия. При необходимости, дополнительно, в такой обстановке можно проводить психотерапевтическую работу.

Занятия в **темной сенсорной комнате** имеют следующую структуру:

1. **Ритуал начала занятия** – дети перед входом темную комнату садятся на стульчики, снимают обувь, аккуратно задвигая под стул. Затем ласково улыбаются учителю-дефектологу. Дефектолог приоткрывает дверь и тут…. Звучит приятная музыка. Музыка является неотъемлемой частью СК. Положительные эмоциональные переживания во время звучания приятных слуху музыкальных произведений или звуков природы усиливают внимание, тонизируют центральную нервную систем. Спокойная музыка увеличивает интеллектуальную **работу** мозга человека и активизирует иммунную систему организма. Переходы от спокойной музыки к тонизирующей способствуют регуляции процессов возбуждения и торможения. Сочетание музыки и звуков природы идеально для релаксации. Поэтому в СК целесообразно **использовать специальные записи**, в которых музыка переплетена с шумом воды, ветра, пеньем птиц и т. п.

**Игры на осознание себя и своего тела.** Перед ребенком стена из фиброоптического волокна, которое как бы струятся с двери, постоянно меняя свой цвет по всей длине и создавая эффект каскадирующего водопада, который привлекает внимание, позволяет развивать координацию *«глаз-рука»*, зрительный праксис и гнозис. Затем, ребенок на своем пути обнаруживает следующее препятствие – сухой дождь. Это оборудование способствует психологической разгрузке, развитию тактильных ощущений, дополнительной сенсорной стимуляции органов зрения и осязания, закреплению названий цветов, помогает восприятию пространства и своего тела в этом пространстве. Затем взрослый и ребенок проходят в гости к Тучке-злючке или Тучки – бояке (педагог называет чувство ребенка, с которым он заходит на занятие). Зеркальное панно с фибероптическими нитями, которые крепятся к тучке. Цвет волокна педагог меняет с помощью пульта тогда, когда у ребенка меняется настроение. Ребенок видит свои эмоции в зеркальном панно.

1. **Игры на развитие общей моторики** – ребенок проходит по тактильной дорожке к ступенькам, которые ведут на горку. Наверху загорается Звездное панно, мотивируя малыша поднять по ступенькам вверх. Затем ребенок спускается по наклонной поверхности или скатывается вниз и сразу попадает в космический туннель, который ему необходимо проползти на четвереньках. Сверху свисают разноцветные ленточки, которые дополнительно стимулируют тактильные ощущения. Пройдя туннель, ребенок оказывается в большом манеже.
2. **Релаксация**  - в манеже находится тактильное гнездышко-обнимашка «Котенок». Ребенок забирается в него и укрывается его лапками. Дефектолог, по ситуации, может накрыть малыша утяжеленным одеялом для полного ощущения собственного тела. В этот момент загорается Панно «Звёздное небо» - это настенный ковер с вплетенными фибероптическими волокнами; и Подвесной модуль «Сказочная галактика». Во включенном состоянии удивительная картина звездного неба помогает погрузиться в настоящую сказку мечтаний о бесконечности и красоте вселенной. Тактильная среда в манеже - позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учит различать различные свойства предметов и улучшает зрительно-моторную координацию. Затем ребенок выходит из манежа и идет к пузырьковой колонне с зеркальными панно. Безопасная пузырьковая колонна с мягкой платформой и безопасным угловым зеркалом из 2-х частей – в прозрачной колонне из прочного пластика, заполненной водой, резвятся разноцветные фигурки, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз. Это завораживающее зрелище не оставит равнодушными ни детей ни взрослых. Если прижаться к трубке, можно ощутить нежную вибрацию. Для создания мягкого, удобного сиденья, пузырьковая колонна оснащается мягкой платформой. Безопасное угловое акриловое зеркало создает неповторимый оптический эффект расширения пространства. Там размещен металлофон. Ребенок начинает извлекать звуки разными способами и сочетает их с движением пузырьков в колонне. Затем дефектолог, в зависимости от возраста, состояния здоровья ребенка, от типа нервной системы завершает работу в темной сенсорной комнате. Это может быть игра Настенное интерактивное панно *«Бесконечность 50»* - После включения загораются лампочки и появляется оптический эффект светящегося круглого тоннеля, уходящего в бесконечность. Хорошее средство для зрительной стимуляции. Или Звукоактивированный световой проектор “Брейнскан” - Интерактивный проектор может стать основой для множества игр. Звуковой датчик, вмонтированный в проектор, улавливает голоса людей, хлопки, топот и другие звуки, и в зависимоcти от их частоты меняет цвета и фигуры, которые проецируются на стену или на пол. Детям будет очень интересно играть с этим *«виртуальным другом»*, разучивая песни или просто хлопая в ладоши. Или Напольный фибероптический модуль "Волшебный фонтан" – Фиброоптические волокна как бы струятся с трубы, постоянно меняя свой цвет по всей длине и создавая эффект каскадирующего фонтана, который привлекает внимание, позволяет развивать координацию *«глаз-рука»*, зрительный праксис и гнозис. **Используется** на занятиях по релаксации. Водопад волокон, изменяющий свой цвет вдоль волокна. Совершенно безопасные волокна можно перебирать, держать, обнимать. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают, хорошо концентрируют внимание. Чрезвычайно эффективен для детей с дефектами зрения.
3. **Ритуал окончания занятия.**  *«Волшебная нить»* - Гибкая пластиковая трубка с цветными лампочками внутри, безопасна, она окромляет цветную картинку со сказочными героями, которые прилетели на облаке в гости. Взаимодействие с оборудованием стимулирует зрительное и тактильное восприятие ребенка, снимает напряжение. Нить загорается, приглашая ребенка в волшебный сухой бассейн, который предназначен для релаксации и зрительной стимуляции. Находясь в бассейне, ребенок может принять удобную позу, расслабиться, параллельно получая как тактильную стимуляцию (за счет шариков, которые наполняют его) так и зрительную (за счет подсветки). Каркас бассейна состоит из жестких фанерных двухслойных щитов, оклеенных пенополиуретаном и обтянутых экокожей. Бассейн заполняется прозрачными шариками (рекомендуемое количество – 1250 шт.). В дно бассейна встроена подсветка, которая имеет два режима работы: 1. Циклический – в автоматическом режиме (смена цветов производится плавным переходом, период смены цветов 8 - 10 секунд) 2. С ручным управлением (переход в этот режим производится нажатием одной из кнопок, расположенных на бортах). При задержке в несколько минут ручной режим переходит в автоматический. Система управления подсветкой может также быть реализована с помощью клавиш переключения цветов, пульта дистанционного управления. В конце загорается Солнышко с лучиками затейливой формы. В составе модуля профессиональный источник света со встроенным пучком фибероптических волокон на пульте управления. Ребенок купается в лучиках Солнышка, а педагог проговаривает всё, что ребенок сделал на занятии, ласково называет его по имени.
4. Затем они вместе выходят из темной сенсорной комнаты и по состоянию и возможностям, возрасту ребенка, дефектолог организует совместную игру в светлой сенсорной комнате.

II Активационный блок - в него входит все интерактивное оборудование, оборудование со светооптическими и звуковыми эффектами, **сенсорные панели**, мягкие кубики и маты. Яркие светооптические эффекты привлекают, стимулируют и поддерживают внимание, создают радостную атмосферу праздника. Применение оборудования этого блока **сенсорной комнаты** направлено на стимуляцию исследовательского интереса и двигательной активности.

**Результатом посещения сенсорной комнаты являются**:

* Умение взаимодействовать в паре с о взрослым или ребенком;
* Сформированность умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих;
* Снижение агрессивности, тревожности;
* Приобретение навыков произвольной саморегуляции;
* Достижение состояния расслабления.

Основными показаниями для проведения работы в сенсорной комнате являются:

* Психически здоровые дети и взрослые, которым необходима психологическая поддержка;
* Дети, имеющие трудности в общении;
* Дети, испытывающие проблемы адаптации к дому ребенка.
* Противопоказания к занятиям в сенсорной комнате:
* Инфекционные заболевания;

Ограниченно использовать интерактивное оборудование сенсорной комнаты с детьми или взрослыми с астеническими проявлениями (патологическая усталость после нормальной активности, резкое снижение работоспособности. Сопровождается вялостью, сонливостью, раздражительностью);

* Синдром гиперактивности (ограничение по времени).
* Эпилиптический синдромом.
* Психоневрологические заболевания, лечение которых проходит с помощью психотропных препаратов.

## Сенсорная комната в доме ребенка стала настоящим «помощником» для коррекционной службы.

## «Комната – доктор» способствует: улучшению эмоционального состояния; снижению беспокойства и агрессивности; снятию нервного возбуждения и тревожности; нормализации сна; ускорению восстановительных процессов после болезни.

Теоретические основы по **работе с сенсорным оборудованием можно найти на CD под ред. В.Л.Жевнерова, Л.Б.Баряевой, Ю.С.Галлямовой** Noname **«Темная сенсорная комната - мир здоровья».**

Представленная на диске информация представляет собой систематизированный, научно-осмысленный опыт общеразвивающей, коррекционно-развивающей, лечебно-профилактической, образовательной работы в условиях специально оборудованной полифункциональной интерактивной среды темной сенсорной комнаты. Приводится подробная характеристика интерактивного оборудования, производимого ООО «ПКФ «АЛЬМА», описывается опыт работы с разными категориями детей, подростков и взрослых в темной сенсорной комнате в конкретных учреждениях.

Пособие адресовано педагогам-психологам, медицинским психологам, другим специалистам и руководителям учреждений разного профиля. Материал, изложенный в пособии, несомненно, заинтересует родителей, желающих активно развивать своих детей, а также всех, кто хочет улучшить качество жизни — свое и своих близких.

**Заключение**

Сегодня мы познакомили вас с **сенсорной комнатой**, с ее оборудованием, направлениями, целями, задачами **работы**. Формами и структурой занятий **дефектолога в сенсорной комнате.** Вы узнали, какие существуют показания и противопоказания по применению оборудования **сенсорной комнаты**.

**Литература**

1. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – 3-у изд. – М.: АРКТИ, 2008.
2. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья / Под ред. Л.Б.Баряевой, Ю.С.Галлямовой, В.Л.Жевнерова. – СПб.: ХОКА, 2007.
3. Титарь А.И.Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2009.
4. Сборник методических пособий для работы в сенсорной комнате. Thefantasticworld.
5. Источник: [45jurist.ru](https://45jurist.ru/ugolovnoe-pravo/statistika-detej-s-ovz-v-rossii-2020.html)