

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 4 пгт. Кокуй

# Сенсорная комната в работе педагога- психолога с детьми дошкольного возраста

Подготовила педагог-психолог  
Веретенникова Н.В.

Кокуй, 2019

**Сенсорная комната : комната психологической разгрузки, комната релаксации, комната «Снузлин», мультисенсорная комната.**

Представляет собой помещение, оборудованное по стандартному или индивидуальному проекту, где ребенок или взрослый, пребывая в безопасной и комфортной обстановке, наполненной разнообразными стимулами, самостоятельно или при ненавязчивом сопровождении специалиста исследует окружающее.

**Сенсорная комната** является мощным инструментом для расширения и развития мировоззрения, **сенсорного** и **познавательного** развития, проведения **психологических консультаций**.

Обстановка **сенсорной комнаты** способствует нормализации **психического** состояния у здоровых и больных людей.

# Цели и задачи коррекционно-развивающей работы в условиях сенсорной комнаты:

## **Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей:**

- снятие психоэмоционального напряжения;
- саморегуляция и самоконтроль;
- умение управлять своим телом, дыханием;
- умение передавать свои ощущения в речи; умение расслабляться, освобождаться от напряжения;
- формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях;
- уверенность в себе.

## **Развитие коммуникативной сферы детей:**

- эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
- формирование мотивации к общению и развитие коммуникативных навыков;
- преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).

## **Развитие психических процессов и моторики детей:**

- произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;
- память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое), умственные способности; -
- развитие координации, в том числе зрительно-моторной.

# Оборудование сенсорной комнаты



- Маты обеспечивают комфорт и безопасность в сенсорной комнате;
- Предназначены преимущественно для релаксации и спокойных развивающих игр.

# Напольная сенсорная дорожка

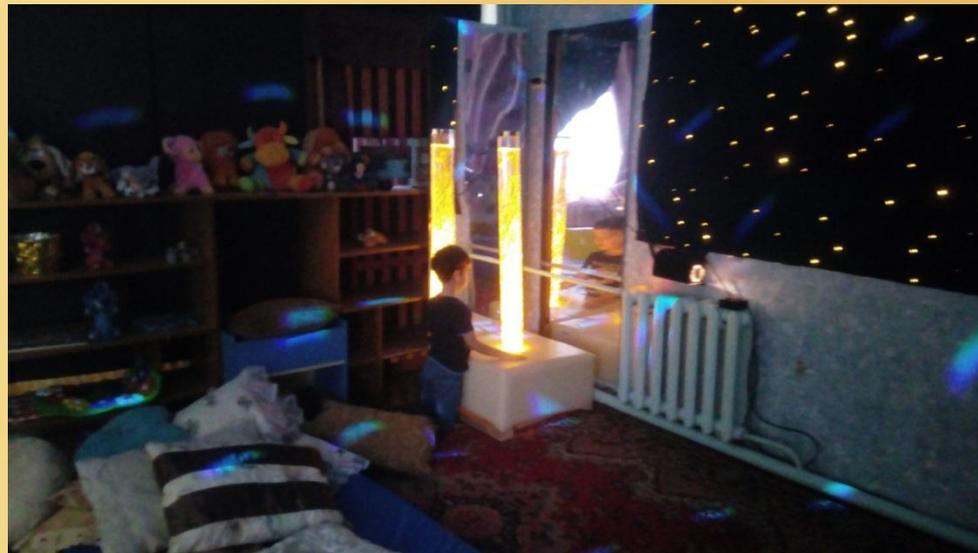
Способствует

- развитию рецепторов стопы;
- Развитие тактильного восприятия;
- Развитие координации движений;
- Профилактика плоскостопия; -
- Стимулирует работу внутренних органов.



Оборудование сенсорной комнаты Аквалампа (зеркальный уголок с пузырьковой колонной)

Такая колонна – эффективна для стимуляции зрительных и тактильных ощущений. Безопасное угловое зеркало, помещенное за пузырьковой колонной, визуально увеличивает пространство, а мягкая платформа, окружающая колонну, позволяет удобно расположиться рядом и ощущать тактильно и зрительно ее благотворное терапевтическое воздействие: успокоиться, расслабиться, настроиться на позитивное взаимодействие с окружающей средой.



# Оборудование сенсорной комнаты

Сухой бассейн используется как для релаксации, так и для активных игр. Лежа в бассейне, ребенок может принять позу, которая соответствует состоянию его мышечного тонуса, и расслабиться. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Мягкие стенки бассейна и пластмассовые шарики служат безопасной опорой для тела, что особенно важно для детей с двигательными нарушениями.

Такое воздействие способствует снижению уровня психоэмоционального напряжения и коррекции уровня тревожности. В бассейне можно двигаться, менять положение тела, «плавать» в шариках. Такие действия способствуют развитию координации движений в пространстве.

Меняющийся цвет шариков стимулирует зрительные ощущения и восприятие ребенка.



# Оборудование сенсорной комнаты

Панно «Звездное небо» – важная составляющая интерактивной среды темной сенсорной комнаты. При взаимодействии с панно у ребенка возникает ощущение, будто бы он дотрагивается рукою до звезд.

Панно находит применение в развивающей и коррекционной работе для стимуляции тактильно-визуальных ощущений, пространственных представлений и ориентировок, развития восприятия, воображения, внимания, а также снижения уровня психоэмоционального и мышечного напряжения.



# Оборудование сенсорной комнаты

Мягкие игровые модули это сборные увлекательные мягкие конструкции в виде различных форм для детей. Мягкие детские игровые комплексы имеют замечательную яркую окраску и. помогают воплотить самые бурные фантазии в жизнь, позволяя ребёнку рулить на игрушечных мягких игровых комплексах машинках, летать на самолётах и управлять мягкими сборными игровыми комплексами конструкциями пароходов.



*Сухой душ*



# Структура занятия в сенсорной комнате:

- Ритуал начала занятия;
- Игры и упражнения на развитие психических процессов;
- Релаксация (музыкотерапия, звукотерапия, мышечная релаксация);
- Рефлексия, подведение итогов;
- Ритуал окончания занятия.

## **Результатом посещения сенсорной комнаты являются:**

- Умение взаимодействовать в группе;
- 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 младшего возраста, испытывающие проблемы адаптации к детскому саду.

## **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*);
- Эпилептический синдромом;
- Умеренная и тяжелая умственная отсталость;
- Психоневрологические заболевания, лечение которых проходит с помощью психотропных препаратов.

Упражнения, которые я использую в своей практике:

1. Под дождем (*сухой душ*)

Цель: стимуляция зрительных и тактильных ощущений, снятие нервно-психического и эмоционального напряжения.

2. Море (*сухой бассейн*)

Цель: развитие пространственных восприятий и ощущений, воображения.

3. Волшебный мостик (*сенсорная дорожка*)

Цель: развитие внимания, умения передавать свои ощущения в словесной форме; стимуляция анализаторов подошв ног, профилактика плоскостопия.

4. Музыкотерапия

Цель: обогащение восприятия и воображения, создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, активизация двигательной активности, формирование навыков саморегуляции.

5. Уходи, злость, уходи!

Цель: учить выплескивать агрессию, гнев.

6. Выбиваем пыль

Цель: снятие эмоционального напряжения.

7. Егоза

Цель: снятие эмоционального напряжения.

8. Упражнения по коррекции уровня тревожности

Ха!

Цель: снижение тревожности; развитие мимики и пантомимики.

И т д

**Спасибо за  
внимание!**