 успокаивающее, расслабляющее, так и тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее. Таким образом, занятия в сенсорной комнате позволяют стимулировать зрительную, слуховую, тактильную модальность и использовать эту стимуляцию длительное время, поскольку в данных условиях используется массированный поток информации на каждый анализатор и восприятие становится более активным.

В кабинете психолога дошкольной образовательной организации в 2016-2017 учебном году была оборудована темная сенсорная комната. Дети называют ее «волшебной» комнатой. Оборудование сенсорной комнаты можно условно разделить на три функциональных блока: релаксационный, активационный и общеоздоровительный блоки.

В ***релаксационный блок*** входят мягкое покрытие пола, маты, пуфы, подушки, сухой интерактивный бассейн (мягкая емкость из матов с пластиковыми шариками), светильники, создающие мягкий рассеянный свет, игрушки (в том числе мягкие и с наполнителями в виде мелких и крупных шариков), кинетический песок. Также расслаблению способствует наличие ароматических свечей, спокойной расслабляющей музыки, звуков природы.

Ребенок, с которым проводятся занятия, должен иметь возможность принять удобную позу (лежа или сидя), расслабиться и подумать о чем-то приятном. Сухой бассейн, мягкие пуфы помогают принять комфортную позу и расслабиться. Постоянный контакт всей поверхности тела с шариками, наполняющими сухой бассейн, создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию.

Медленно проплывающие по стенам картины (облака, бабочки, морские глубины и т.п.) в сочетании с легкой гармоничной успокаивающей музыкой создают атмосферу безопасности и спокойствия.

***Активационный блок*** включает оборудование со светооптическими эффектами и интерактивными переключателями (комплект «Сенсорный уголок», напольный модуль «Волшебный фонтан», подвесной фибероптический модуль «Разноцветная гроза», интерактивная светозвуковая панель «Природный мир», прибор интерактивный световой «Радость», стол световой для рисования песком «Песочная фантазия»), сенсорные панели. Можно также использовать и интерактивный сухой бассейн с шариками для проведения активных подвижных игр.

*Комплект «Сенсорный уголок»* состоит из безопасной пузырьковой колонны с мягкой платформой и безопасным угловым зеркалом. Воздушно-пузырьковая колонна создает сильную зрительную, тактильную и слуховую стимуляцию.

*Напольный модуль “Волшебный фонтан”* - каскад светооптических волокон в виде фонтана с боковой подсветкой. При последовательном освещении возникают разнообразные световые эффекты, напоминающие струи воды и брызги фонтана. Волокна можно перебирать, держать, обматывать вокруг рук, тела, лежать на них. Переливающиеся цвета привлекают внимание и успокаивают.

*Подвесной фибероптический модуль «Разноцветная гроза»* - шатёр из фибероптических волокон, закрепленных на подвесной горизонтальной платформе в форме тучки. Волокна спускаются вниз, словно струи воды, их приятно трогать, перебирать в руках, проходить сквозь них, касаясь лицом. Светящиеся «струи» стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства и своего тела в этом пространстве. За «струями» можно спрятаться от внешнего мира, что особенно подходит для аутичных детей.

*Тактильные панели* позволяют освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учат различать различные свойства предметов и улучшают зрительно-моторную координацию.

*Сенсорная дорожка*- это дорожка, которая собирается из пазлов с массажной поверхностью. Ходьба по ней полезна для развития тактильного восприятия, координации и профилактики плоскостопия.

*Массажные мячи и валики* предназначены для стимуляции тактильной чувствительности.

*Мягкие модули* – различные фигуры, на которых можно сидеть, что-то строить из них.

*Световой стол для рисования песком* предназначен для релаксации, тактильной и зрительной стимуляции, развития воображения, игровой терапии.

Таким образом, применение оборудования активационного блока сенсорной комнаты направлено на привлечение интереса, стимуляцию подвижности и развитие исследовательской деятельности ребенка.

***Общеоздоровительный блок*** состоит из набора мячей: гимнастических, массажных, мячей с ручками, мягких модулей, сенсорной дорожки. Сюда же можно отнести аромасвечи.

Параллельно с оборудованием сенсорной комнаты была разработана авторская программа психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в условиях темной сенсорной комнаты под названием «Удивительный мир».

**Цель** программы: целенаправленное и системное коррекционно-развивающее воздействие на сенсорно-перцептивную и эмоционально-волевую сферы детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья с использованием ресурсов темной сенсорной комнаты.

**Задачи** программы:

1. Снимать эмоциональное и мышечное напряжение детей.
2. Создавать благоприятный психологический климат.
3. Развивать и корректировать сенсомоторные навыки, стимулировать сенсорную чувствительность и двигательную активность детей.
4. Развивать и корректировать зрительные, слуховые и тактильные ощущения.
5. Стимулировать сенсорно-перцептивные процессы.
6. Развивать и корректировать познавательные процессы (восприятие, внимание, память, ассоциативность и гибкость мышления, словарный запас речи, воображение) и творческие способности.
7. Формировать представления об окружающем мире.
8. Развивать и корректировать умения выражать свои эмоции.
9. Оптимизировать уровень тревожности.

Занятия по данной программе проводятся в течение учебного года 1 раз в неделю с малой группой детей (2-3 ребенка) или индивидуально (в зависимости от тяжести диагноза и имеющихся нарушений). Длительность занятия – 20-25 минут.

Программа включает три этапа:

1. ***Ознакомительный этап***. Цель: знакомство с участниками, создание благоприятного психологического климата, изучение актуального уровня развития сенсорно-перцептивной и эмоционально-волевой сфер участников.

2. ***Коррекционно-развивающий этап***. Цель: коррекция и развитие сенсорно-перцептивной, эмоционально-волевой и познавательной сфер.

На данном этапе занятия условно разделены на 5 блоков: тактильный, зрительный, слуховой, блок развития когнитивной и речевой сферы и блок развития эмоционально-волевой сферы.

Занятия тактильного блока направлены на развитие кожно-кинестетической (общей) чувствительности.

Занятия зрительного блока направлены на развитие зрительного восприятия, так как благодаря зрительному анализатору человек получает до 90% информации из окружающего мира.

Занятия слухового блока направлены на развитие восприятия звуков на слух. У детей с ОВЗ часто страдает фонематический слух, который во многом предопределяет успешность школьного обучения, поэтому развитие слухового восприятия актуально для данной категории детей.

Занятия блока развития когнитивной и речевой сферы направлены на развитие психических процессов (памяти, внимания, мышления) и речи.

Занятия блока развития эмоционально-волевой сферы направлены на развитие процессов саморегуляции, развитие способности контролировать свои эмоции, дифференцировать эмоциональные состояния. Эмоции играют важную роль в жизни дошкольников, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Чувства господствуют над всеми сторонами жизни и являются основой развития в дошкольном возрасте.

3. ***Завершающий этап***. Цель: выявление динамики развития сенсорно-перцептивной, когнитивной и эмоционально-волевой сфер участников.

**Методы и методики, используемые в программе:**

* упражнения на развитие сенсорных процессов;
* упражнения на развитие психических процессов;
* речевые игры;
* дыхательные упражнения;
* глазодвигательные упражнения;
* элементы сказкотерапии и игротерапии;
* танцедвигательные упражнения;
* техники релаксации;
* упражнения, направленные на развитие процессов саморегуляции;
* психогимнастические этюды;
* элементы массажа и самомассажа;
* беседа.

В рамках проведения занятий по программе приоритетно реализуется здоровьесберегающая технология, обусловленная особенностями контингента участников. Возрастные особенности детей дошкольного возраста и игра, как ведущий вид деятельности возраста определяют необходимость использования игровой технологии в ходе занятий. Ориентация программы на личность ребенка, учет индивидуально-психологических особенностей в процессе реализации программы определяет реализацию личностно-ориентированной технологии.

**Ожидаемые результаты программы**: качественное улучшение в состоянии сенсорно-перцептивной, когнитивной и эмоционально-волевой сфер личности ребенка, что включает в себя: расширение ряда сенсорных эталонов, развитие умения дифференцировать собственные сенсорные ощущения, сравнивать и называть характерные признаки предмета, снижение уровня тревожности.

Занятия по программе «Удивительный мир» проводятся с января 2017 года, поэтому говорить о результатах работы еще рано. Но уже сейчас можно сказать, что наличие сенсорной комнаты в дошкольной образовательной организации переводит психологическое сопровождение детей с ОВЗ на новый, более высокий уровень.

**Библиографический список:**

1. Жевнеров В.Л. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья. Учебно– методическое пособие. – СПб.: Издательство “ХОКА”, 2007. – 416 с.
2. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – 3-у изд. – М.: АРКТИ, 2008. – 80 с.
3. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. - СПб.: Речь, 2001. - 220 с.
4. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2009. – 88 с.