

## Что же это за комната и для чего она нужна?

Сенсорная комната – это особым образом организованная окружающая среда, наполненная различного рода стимуляторами. Они воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и другие. Кроме того, сенсорное восприятие часто имеет эмоциональную окраску, которую можно выразить парами слов: приятно – неприятно, комфортно – дискомфортно, прекрасно – безобразно. В сенсорной комнате созданы условия, в которых ребенок получает положительные эмоции. Спокойная цветовая гамма, мягкий свет, приятные ароматы, тихая нежная музыка – все это создает ощущение покоя, умиротворенности.

Основные цели и задачи работы в сенсорной комнате.

### 1. Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы:

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;

### 2. Развитие коммуникативной сферы:

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).

### 3. Развитие психических процессов и моторики:

произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;

память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое, умственные способности; развитие координации, в том числе зрительно-моторной).

В этой связи особенностью сенсорной комнаты являются «волшебные» и сказочные эффекты объемных предметов, света, ощущений, нежные звуки успокаивающей музыки. Различные мягкие модули: мячи, шары, дорожки, «сухой бассейн».

Полезность сухого бассейна очень высока. Это место, для игр и отдыха детей, способствует улучшению деятельности сердечно-сосудистой системы ребенка, его центральной нервной системы. Сухой бассейн оказывает положительное влияние на органы дыхания, улучшение деятельности опорно-двигательного аппарата. Занятия в сухом бассейне дают отличный массажный эффект, тем самым улучшая в организме обмен веществ и кровообращение. Безусловно, все это, заставляет защитные силы организма активно работать, поэтому занятия в таких бассейнах оказывают как профилактическое, так и лечебное действие при различных заболеваниях.

Кроме всего, детские сухие бассейны положительно влияют на психоэмоциональное состояние ребенка. Дети испытывают огромное удовольствие и радость, увлеченные игрой они расслабляются, вследствие чего ведут себя более спокойней, с аппетитом едят и быстро засыпают.