**Актуальность использования сенсорной комнаты в занятиях педагога-психолога**

В современное время в России происходят изменения отношения государства и общества к проблемам детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательной и социально-бытовой сферах. Дети с ограниченными возможностями здоровья (далее дети с ОВЗ) – это «особенные» дети, которые для решения задач жизненной ориентации, должны пройти качественно иной путь развития, предполагающий создание совершенно иных условий. Успешность жизненной ориентации во многом зависит от сформированности у детей с ОВЗ социально-бытовой ориентации, которая определяется как свойство личности, возникающее в процессе социализации, характеризующее нацеленность на познание социальной среды, обеспечивающее включение в социум и освоение различных видов деятельности.

Для родителей признание у ребёнка тяжелого диагноза является стрессовой ситуацией, что часто в корне меняет их социальную позицию. У родителей возникают вопросы воспитания детей с ОВЗ и формирования у них нормативных правил поведения, а также многие личностные проблемы. К сожалению, не все мамы и папы детей с ограниченными возможностями готовы преодолеть этот тяжелый кризис. Поэтому родителям и детям с ОВЗ необходимо оказывать психологическую помощь, сущность которой состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации, помочь приспособиться к ним и тем самым предотвратить стрессовое действие ситуации.

Для города Ноябрьска выше перечисленные проблемы не исключение, особенно для детей, учащихся средней общеобразовательной школы № 10 с углубленным изучением физики и технических дисциплин. Значительную часть дня дети проводят именно в школе, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – становится делом не только семьи, но и педагогов. В школе по состоянию на май 2021 года обучается 89 учеников в коррекционных классах.

Одной из технологий оказания психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья в школе является технология сенсорной коррекции, предполагающая организацию занятий с детьми в обогащенной мультисенсорной среде темной сенсорной комнаты.

Сенсорная комната – это среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния и вестибулярные рецепторы. Она является профилактическим средством переутомления, особенно для младших школьников, так как они более всех ему подвержены. Сенсорная комната помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, активизировать функции ЦНС в условиях обогащенной мультисенсорной среды. Она создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность. Это комфортная обстановка, сохраняющая и укрепляющая здоровье детей.

Данная программа носит *коррекционный характер*, т.к. специальное оборудование темной сенсорной комнаты положительно влияет на эмоциональное состояние детей, стимулируя зрительные, слуховые анализаторы, мелкую моторику, активизирует речевые проявления.

Также, программа является *развивающим инструментом работы*, т.к. интерактивное оборудование возбуждает интерес детей, стимулирует их исследовательские действия, способствует развитию двигательной активности, тактильной чувствительности, мелкой моторики. Спокойная, доброжелательная обстановка в сочетании с мощным положительным влиянием интерактивного оборудования способствует появлению у детей ощущения защищенности, спокойствия и уверенности в себе. Создаются условия для тренировки процессов торможения, необходимых при повышенной возбудимости и агрессивности, стимулируется интерес к познавательной деятельности детей.

Реализация программы даст большие возможности и условия, облегчающие жизнедеятельность детей с ограниченными возможностями здоровья. Программа «Relax-time» получила своё название из молодежного лексикона. В переводе с английского – это «время отдыха». Атмосфера, созданная в комнате разгрузки, позволит участникам программы снять эмоциональное напряжение, полученное в течение учебного дня.

**Цель программы:** нормализация психоэмоционального состояния у детей младшего и среднего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья, коррекция недостатков в их психическом развитии.

В зависимости от формы основной патологии и сопутствующих заболеваний занятия в сенсорной комнате направлены на решение следующих **задач:**

***коррекционные:***

* снижение мышечного и психоэмоционального напряжения (стабилизация эмоционально-волевой и личностной сферы);
* активация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
* стимуляция ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух);
* формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, увидеть успехи других, оценить свои достоинства – при групповой работе);
* стимуляции эмоционального, речевого развития;
* обучение приемам саморегуляции.

***развивающие:***

* развитие произвольности и самоконтроля;
* развитие эмоционально-выразительных движений;
* развитие умения чувствовать и понимать других;
* преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;
* повышение уровня самооценки, уверенности в себе;
* создание положительного эмоционального фона.

В рамках программы предполагается организация и проведение групповых и индивидуальных форм работы с детьми с ОВЗ, предусматривающие различную степень самостоятельности и активности участников с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Коррекционно-психологическая и социально-адаптационная работа детьми с ОВЗ основывается на комплексном применении элементов игровой терапии, арт-терапии, сказкотерапии.

В процессе игровой коррекции решаются следующие конкретные задачи: у ребёнка вызываются новые формы переживаний, воспитываются чувства по отношению к самому себе, к взрослому, к сверстникам, повышается уверенность в себе, развиваются и обогащаются приёмы общения со сверстниками, формируются познавательные навыки.

Занимаясь в сенсорной комнате, с каждым разом дети будут погружаться в состояние расслабленности и покоя, что создаётся, в том числе, и с помощью специально подобранной музыки и освещения.

Важное преимущество программы занятий в сенсорной комнате состоит ещё в возможности проведения комплексной коррекционно-развивающей работы. На одном и том же занятии можно снизить эмоциональное напряжение, развивать мелкую моторику, используя игры, например, с фиброоптическими волокнами, и формировать устойчивость внимания при наблюдении за цветными пузырьками.

**Целевая аудитория программы**

Обучающиеся школы с ограниченными возможностями здоровья – лица, имеющие физические и (или) психические недостатки, которые препятствуют нормальному освоению образовательных программ.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

* сформированность умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих;
* приобретение навыков произвольной саморегуляции;
* развитие активного словаря;
* снижение уровня тревожности;
* формирование адекватной самооценки.

**Методы определения результативности программы**

Эффективность работы отслеживается по данным психологической диагностики, проводимой перед началом занятий и по их завершении, по результатам анкетирования родителей (законных представителей), наблюдений за детьми на каждом занятии.

*Качественные показатели эффективности реализации программы:*

* снижение уровня тревожности;
* способность участников к саморегуляции;
* обогащение эмоционального фона.

*Количественные показатели эффективности реализации программы* отражаются через следующие диагностические методики:

* цветовой тест М.Люшера,
* методика измерения самооценки В.Г. Щур «Лесенка»,
* методика изучения тревожности Прихожан.