Сенсорная комната «Космический путь»

В нашей школе функционирует сенсорная комната, которая предназначена для оказания комплексной помощи детям.

Сенсорная комната – это среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния и вестибулярные рецепторы. Это – профилактическое средство школьного переутомления, особенно для младших школьников, так как они более всех подвержены утомлению. Сенсорная комната 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.

Занятия в сенсорной комнате направлены на решение следующих задач:

— снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, достижение состояния релаксации и душевного равновесия;
— активация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
— стимуляция ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух и т. д);
— развитие двигательных функций;
— устранение агрессивности и других форм нарушения поведения детей;
— создание положительного эмоционального фона.

Отдых в сенсорных комнатах показан взрослым и детям с проблемами восприятия общества, с рассеянным вниманием и нездоровой реакцией на окружающую среду. Здоровые люди также могут пользоваться сенсорными комнатами для расслабления и релаксации. Занятия проводятся квалифицированным специалистом педагогом.

Занятия проводятся индивидуально или подгруппами по 2-4 человека. Сеансы включают комплексное использование сенсорного оборудования с проведением различных психологических приемов и техник. Это:
• музыкальная и телесная терапия;
• игры, направленные на коррекцию и развитие сенсорно-перцептивной сферы;
• игры, направленные на коррекцию и развитие психомоторной сферы (мимика, моторика рук, общая координация);
• упражнения, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы;
• методики развития памяти, внимания, восприятия, воображения;
• методы развития коммуникативных навыков.