



**Сенсорна кімната –
чарівний світ сенсорних стимулів**

Сенсорне виховання - важлива передумова чуттєвого пізнання, пізнавальної діяльності, інтелектуального розвитку, орієнтація у світі, тобто передумова всебічного та гармонійного розвитку.

Оптимальний комплексний вплив на всі органи почуттів та нервову систему людини, чари «живої казки», що створює радісний настрій та відчуття повної безпеки – все це дозволяє говорити про унікальність та цінність сенсорних кімнат для дітей із особливими потребами, з проблемами у розвитку, навчанні, поведінці та соціальній адаптації, з хронічними та посттравматичними болями, а також для всіх людей, які потребують відновлення та збереження психоемоційної рівноваги.



Сенсорна кімната дозволяє активізувати різні функції центральної нервової системи:

- ✓ стимулює усі сенсорні процеси;
- ✓ створює позитивний емоційний фон та допомагає подолати порушення в емоційно-вольовій сфері;
- ✓ збуджує інтерес до дослідницької діяльності;
- ✓ коригує порушені вищі кіркові функції;
- ✓ розвиває загальну та дрібну моторику та коригує рухові порушення.

Обладнання сенсорної кімнати:

- Релаксаційний блок - до нього входять м'які покриття, пуфи і подушечки, підлогові та настінні мати, сухі басейни, прилади, що створюють розсіяне світло, підвішені рухомі конструкції, іграшки, установка для ароматерапії та бібліотека релаксаційної музики.
- Активаційний блок - до нього входить все обладнання зі світлооптичними та звуковими ефектами, сенсорні панелі для рук та ніг, масажні м'ячики тощо.



Бульбашкова колона



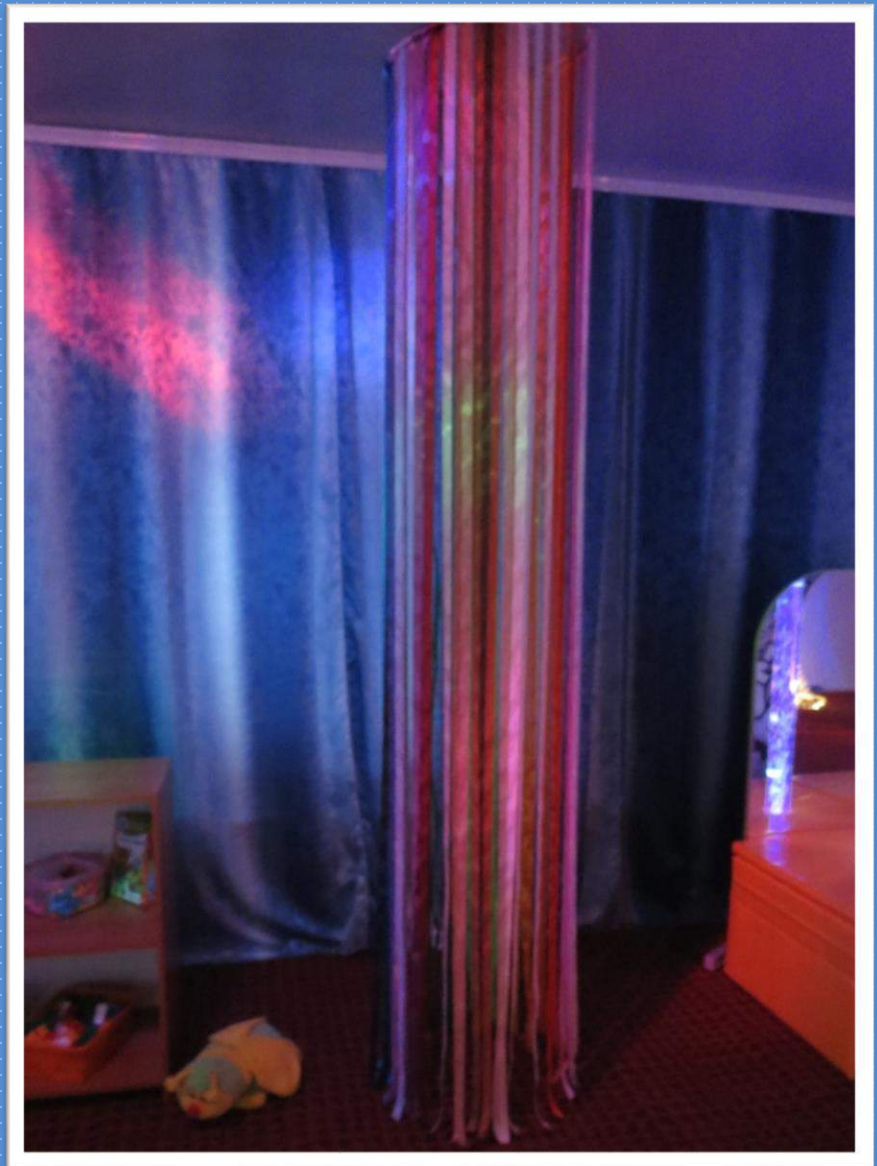
СТИМУЛЯЦІЯ:

- ✓ зорова,
- ✓ тактильна
- ✓ слухова



Сухий душ (дощик)

- ✓ Стимулює тактильні відчуття,
- ✓ допомагає сприйняттю простору та свого тіла в ньому, за "струменями" можна сховатися від зовнішнього світу (особливо підходить для аутичних дітей).



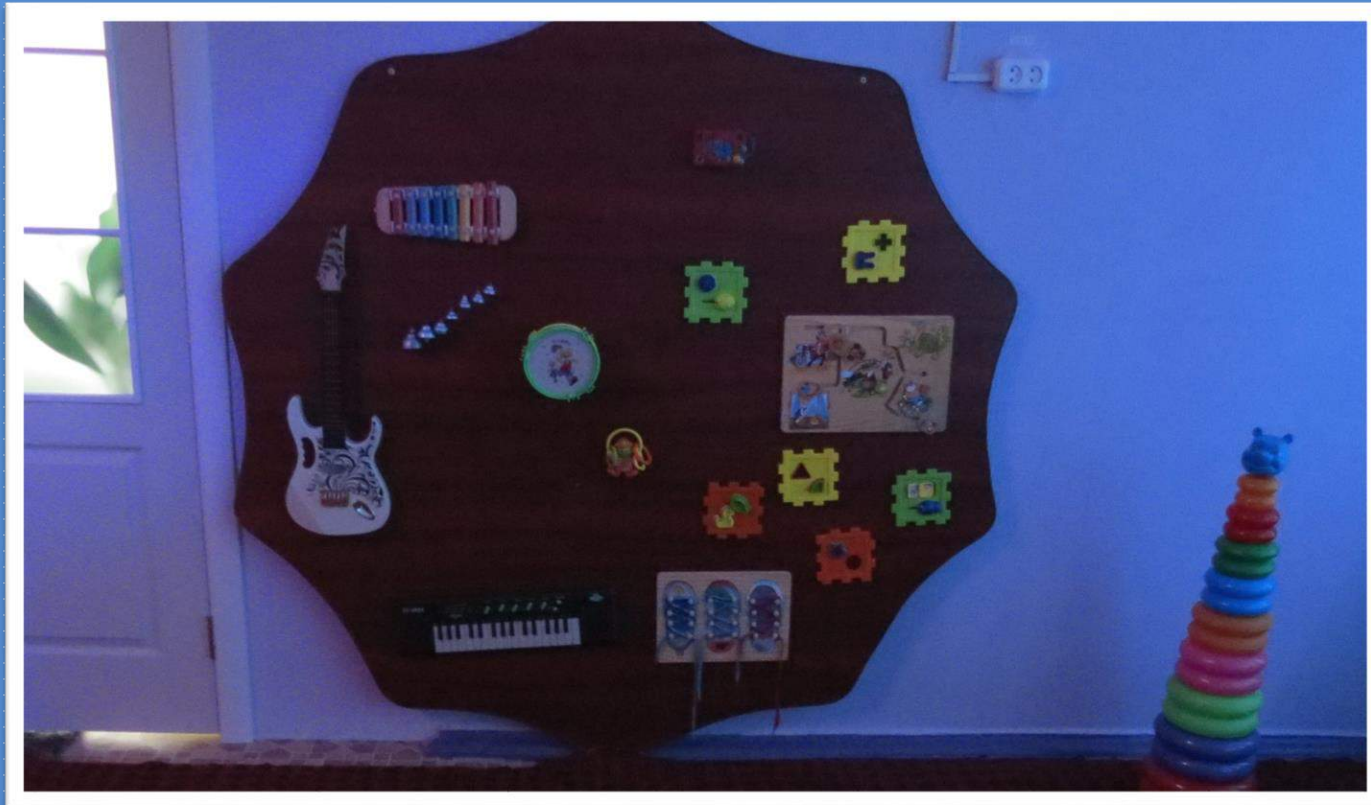
Сухий басейн

- ✓ Використовується для релаксації та активних ігор;
- ✓ створює прекрасні умови для розвитку координації рухів у просторі.

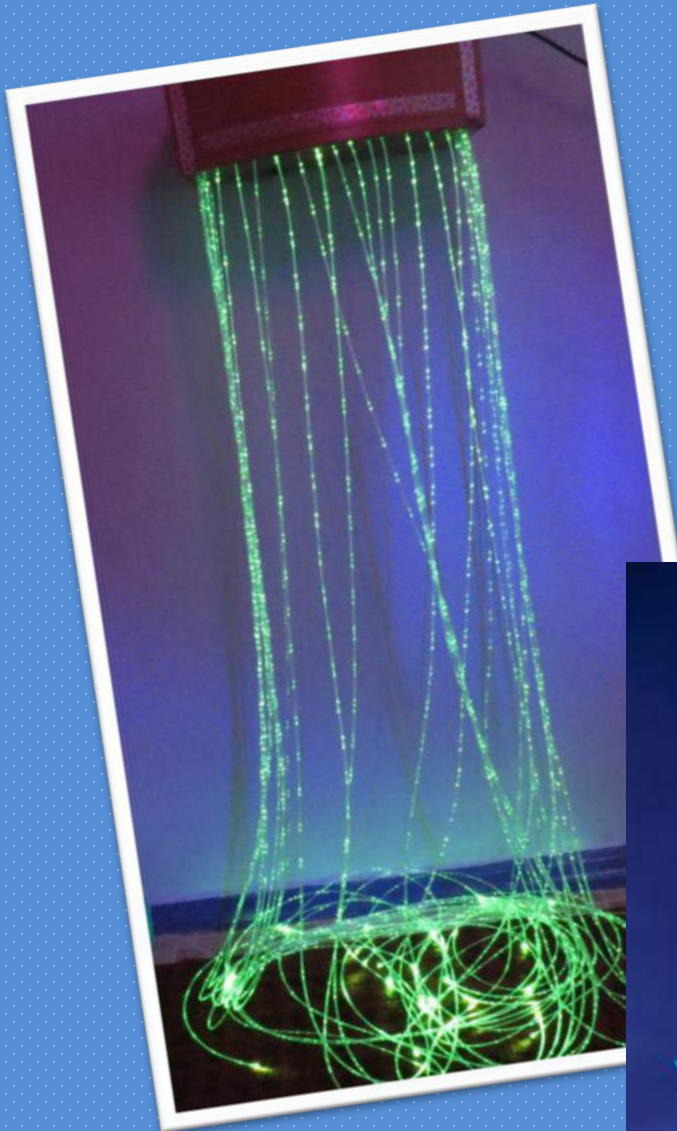


Тактильна панель

- ✓ розвиток координаційних та сенсорно-перцептивних здібностей, а також їх корекція,
- ✓ розвитку загальної та дрібної моторики.



Оптоволоконний пучок "Зоряний дощ"

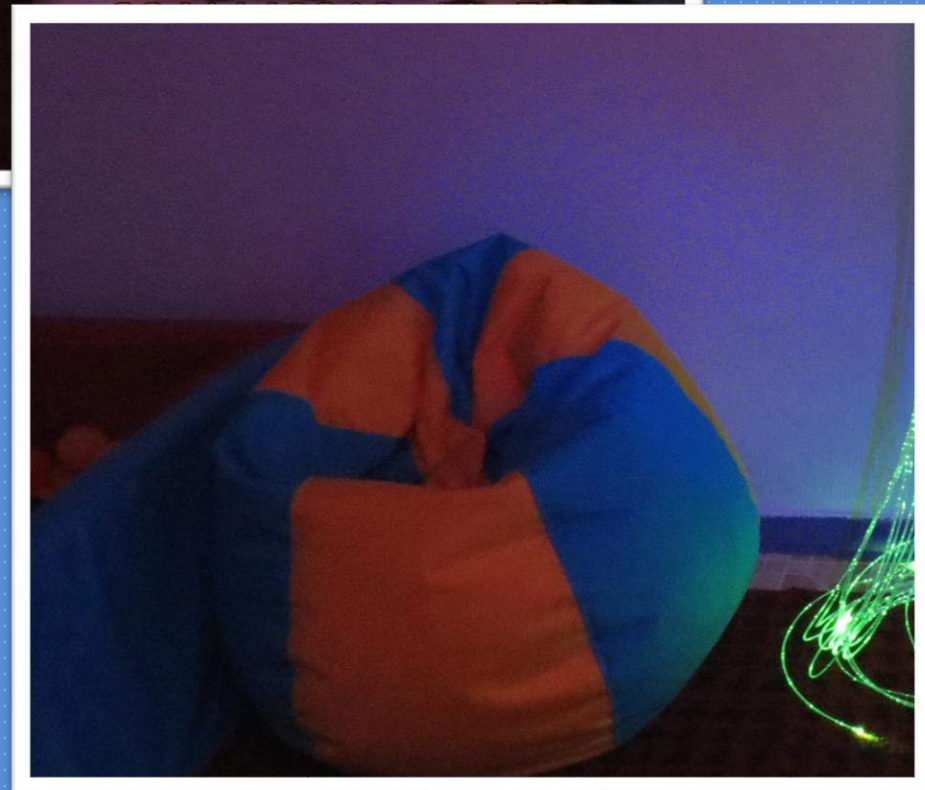
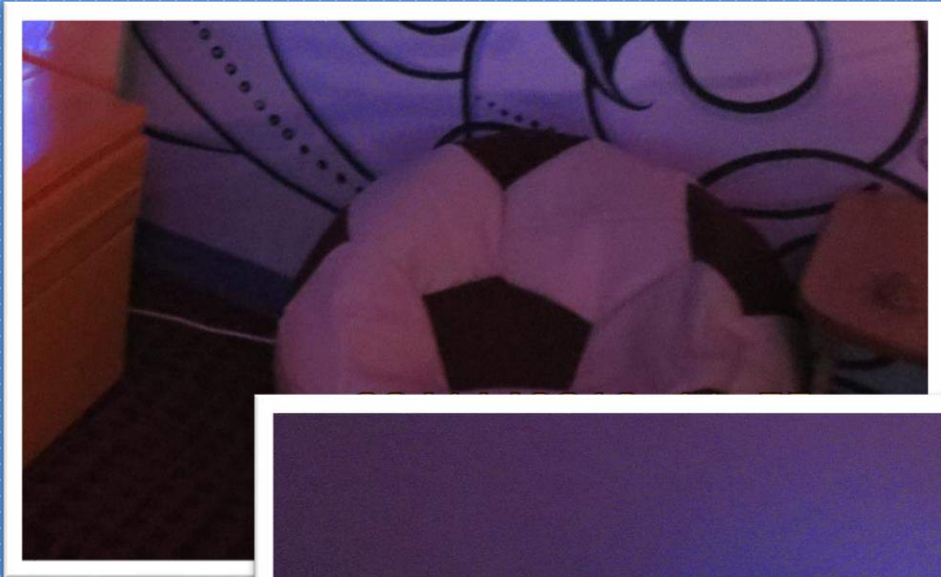


- ✓ світлооптичний ефект,
- ✓ зорова стимуляція,
- ✓ зняття емоційної напруги.



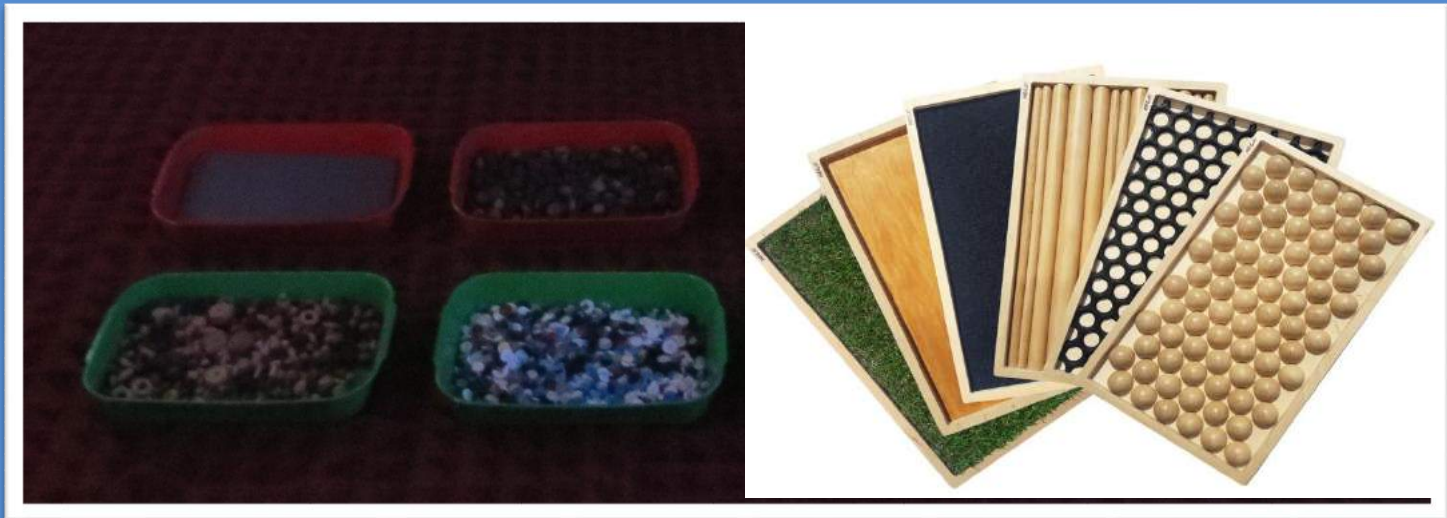
Пуфік - крісло

- ✓ Сприяє тактильній стимуляції частин тіла,
- ✓ гранули мають легкий масажний ефект.



Сенсорна доріжка

- ✓ впливає на рецептори стопи,
- ✓ стимулює внутрішні органи,
- ✓ сприяє профілактиці плоскостопості,
- ✓ має оздоровчий ефект, розвиток вестибулярного апарату, координації рухів, мови, вміння передавати почуття, емоції.



Дзеркальна куля

- ✓ заворожує,
- ✓ розслабляє,
- ✓ заспокоює плавною течією, грою світла та кольору.
- ✓ посилює зорові відчуття



Ароматерапія

- ✓ тонізує,
- ✓ стимулює імунітет,
- ✓ розслабляє,
- ✓ змінює настрій,
- ✓ покращує емоційний стан.



Світлове обладнання сенсорної кімнати

- ✓ Релаксація – фібероптичні ефекти: зірковий дощ, «Веселий фонтан», мерехтливі завіси, повітряно-бульбашкові колони, дзеркальні кулі з підсвічуванням, ультрафіолетове обладнання.
- ✓ Активація – звукоактивований проектор: система прожекторів.



Музика є невід'ємною частиною сенсорної кімнати

Позитивні емоційні переживання під час звучання приємних слуху музичних творів чи звуків природи посилюють:

- увагу,
- тонізують центральну нервову систему,
- покращують інтелектуальну роботу мозку,
- активізують імунну систему організму.



Загальні рекомендації щодо використання сенсорної кімнати

- ✓ Тривалість сеансів у сенсорній кімнаті складає 15-30 хвилин.
- ✓ Заняття повинні проводитись підгрупами до 7 дітей або індивідуально.
- ✓ З дітьми заняття мають проводитись у формі гри.



Три основні частини

- ✓ Вступна частина (ритуал привітання, розминка)
- ✓ основна (релаксація, гра);
- ✓ заключна (підбиття підсумків, ритуал прощання).



Протипоказання

- ✓ гіперзбудливість;
- ✓ тривожність



Можна використовувати

- ✓ Світлотерапія – покращує стан імунної системи;
- ✓ кольоротерапія – використовується для впливу на настрій та загальний стан людини;
- ✓ звукотерапія - базується на частотному коливанні різних звуків, що резонують з окремими органами, системами чи всім організмом людини в цілому;
- ✓ аромотерапія - профілактика та лікування дихальних захворювань.



Ранній вік

- ✓ Проводиться діагностика, у ході якої виявляється, яка сфера розвитку найбільше відстає;
- ✓ заняття проводяться індивідуально чи малими підгрупами;
- ✓ тривалість занять підбирається індивідуально та залежить від особливостей адаптації дитини, її емоційних реакцій.



Дошкільний вік

- ✓ Корекційна робота спрямована на поетапне включення та синхронізацію всіх сенсорних потоків через стимуляцію різних органів чуття;
- ✓ знайомство з СК треба розпочинати, коли всі стимулятори вимкнені;
- ✓ починати краще із занять, спрямованих на розвиток шкірно-кінестетичної (загальної) чутливості. Для цього можна використовувати сенсорні панелі для рук та ніг, сухий басейн та деякі інші тактильні стимулятори.



Вчені довели, що чим бідніший світ сенсорних відчуттів дитини, тим повільніше він розвивається, а в поведінці та світогляді стає більше стереотипів.

