

Аннотация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Сенсорная комната – волшебный мир здоровья» для обучающихся 3– 5 лет
педагога дополнительного образования Кондратьева О.Н.

Актуальность проведения занятий в сенсорной комнате заключается в том, что: психоэмоциональное состояние является одним из важных компонентов развития ребенка, поэтому эмоциональная нестабильность препятствует гармоничному развитию ребенка в целом.

Волнение, стресс, невозможность сосредоточиться - все эти состояния «души и тела», к сожалению знакомы не только взрослым, но и детям. Специально разработанное оборудование сенсорной комнаты помогает детям научиться справляться с негативными эмоциями, восстанавливать душевное равновесие и укреплять здоровье. Сенсорная комната своей изолированностью, необычностью обстановки, естественным образом создает соответствующий настрой релаксации. Для каждого ребенка занятия в сенсорной комнате являются откликом на его внутренне стремление к полноценному развитию. С разной степенью интенсивности такое развитие в процессе занятий происходит у каждого ребенка.

Сенсорная комната – это среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на слуховые и зрительные анализаторы, на обоняния и вестибулярные рецепторы. Сенсорная комната (СК) помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, активизировать функции центральной нервной системы, в условиях обогащенной мультисенсорной среды.

Она создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снимает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность. Это комфортная обстановка, сохраняющая и укрепляющая здоровье детей.

Сенсорная комната представляет собой реальную возможность расширить жизненный опыт детей, обогатить их чувственный мир. Она используется как «энциклопедия стимулирующих ощущений» предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение. В отличие от традиционных методов педагогической коррекции, для которых характерно однообразие материала, в самом оборудовании сенсорной комнаты заложено разнообразие стимулов.

На специально разработанных занятиях дети постепенно осваивают приемы мышечного расслабления и глубокого дыхания, учатся снимать напряжение, повышать самооценку, налаживать отношения с окружающими.

Занятия в сенсорной комнате могут носить пассивный (расслабляющий, успокаивающий характер) или активный (развивающий сенсорное восприятие,

психические познавательные процессы, мелкую моторику руки). Иногда активные и пассивные приемы чередуются или сочетаются в одно посещение.

При пассивных занятиях практикуется метод релаксации, при этом используются плавные звуковые и музыкальные эффекты, расслабляющий тактильный массаж, терапевтические словесные методы. Активные занятия проводятся в игровой ситуации с сочетанием свето-, цвето-, звуко- терапией, используются подвижные упражнения, дидактические, конструктивные игры, приемы сказкотерапии, визуализации.

Сенсорная комната является мощным инструментом для расширения и развития мировоззрения, сенсорного и познавательного развития, способствует стабилизации эмоционального состояния, повышает эффективность любых мероприятий направленных на улучшение психического и физического здоровья взрослых и детей дошкольного возраста.

Данная программа способствует решению задач по охране и укреплению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

К концу дошкольного возраста должна сформироваться система сенсорных эталонов и перцептивных действий. Уровень сенсомоторного развития составляет фундамент общего умственного развития ребенка и является базовым для успешного овладения многими видами деятельности. И готовность к школьному обучению так же напрямую зависит от уровня сенсомоторного развития, недостаточное сенсомоторное развитие детей дошкольного возраста приводит к возникновению различных трудностей в ходе начального обучения.

Цель программы:

Укрепление и развитие физического и психического здоровья детей с помощью мультимедийной среды (сенсорной комнаты).

Задачи программы:

1. Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей;
2. Снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, развитие саморегуляции и самоконтроля, умения управлять своим телом, дыханием, умения расслабляться, освобождаться от напряжения.
3. Формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях, уверенности в себе.
4. Развитие сенсорной системы (зрительного, слухового, тактильного, кинестетического восприятия);
5. Совершенствование навыков социального поведения;
6. Развитие коммуникативной сферы детей. Формирование и коррекция нарушений в общении. Развитие эмпатических чувств, желания оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку. Преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).
7. Развитие психических процессов и моторики:

Произвольности внимания, его устойчивости и переключаемости, памяти, мышления, воображения, восприятия (зрительного, тактильного, слухового).