**Использование тёмной сенсорной комнаты при работе с детьми дошкольного возраста.**

Педагог-психолог Камчаткина М.В.

 Тёмная сенсорная комната – это пространственная среда, которая насыщена различного рода аудиальными, визуальными и тактильными стимуляторами. Адекватно дозированные занятия с детьми разног возраста, с разным уровнем интеллектуального и сенсомоторного развития активизируют их деятельность, стимулируют развитие и коррекцию базовых чувств: слуха, обоняния, осязания – и создают условия для саморегулирования процессов возбуждения и торможения.

 Сенсорная комната позволяет выполнить следующие процедуры психологического и психотерапевтического воздействия:

* Релаксацию, снятие эмоционального и мышечного напряжения;
* Стимулирование сенсорной чувствительности и двигательной активности детей;
* Развитие, коррекцию, а в ряде случаев и восстановление у них зрительно-моторной координации и сенсорно-перцептивной чувствительности;
* Фиксирование внимания и управление им, поддержание интереса и познавательной активности;
* Повышение психической активности за счёт стимулирования положительных эмоциональных реакций;
* Развитие воображения и творческих способностей детей;
* Коррекцию психоэмоциональных состояний.

 При отборе содержания для психологических, психолого – педагогических и психотерапевтических занятий с разными категориями детей учитываются:

- характер ведущей деятельности;

- ведущие мотивы и потребности человека в различные возрастные периоды;

- структура и степень выраженности нарушений развития и поведения;

- особенности развития интеллекта и коммуникативных навыков;

- уровень развития саморегуляции и самооценки.

 Интерактивная среда тёмной сенсорной при работе с детьми дошкольного возраста предназначена для решения следующих задач:

- обучения на основе сенсорной стимуляции;

- социальной адаптации;

- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения;

- активизации различных функций центральной нервной системы за счёт создания обогащённой мультисенсорной среды;

- стимуляции ослабленных сенсорных функций;

- развитие двигательных функций;

- создания положительного эмоционального фона.

 При работе с детьми с ОВЗ тёмная сенсорная комната используется для:

- коррекции и развития познавательной деятельности;

- коррекции и развития игровой деятельности ;

- развития произвольного внимания, эмоций, речевого и невербального общения;

- расширения жизненного опыта детей, обогащения их чувственного мира;

- релаксации всех органов чувств ребёнка;

- развития сенсорных способностей;

- стимуляции эмоционального, речевого, социального развития;

- проведения досуга.

 Занятия в тёмной сенсорной комнате помогают поднять простые ощущения на уровень осознанного восприятия, стимулируя тем самым процессы саморегуляции центральной нервной системы. В интерактивной среде тёмной сенсорной комнаты осуществляется немедикаментозное воздействие, помогающее преодолеть нервное и психическое напряжение.

 Таким образом, суть занятий в тёмной сенсорной комнате с детьми заключается в том, чтобы усилить влияние психологических факторов на повышение эффективности сенсомоторной деятельности и гармонизацию личности на всех этапах образовательной деятельности.

В статье использованы материалы Л.Б. Баряевой, А.И. Титарь.