

Использование сенсорной комнаты в процессе адаптации ребенка к ДОУ



Сопровождение адаптационного периода является частью системы психолого – педагогического сопровождения образовательного процесса. Под адаптацией ребенка к дошкольному образовательному учреждению понимается процесс вхождения в новую для него среду, а также привыкание ребенка к новым условиям жизни. А именно, режим дня, постоянное взаимодействие с другими детьми, незнакомая обстановка, общение с незнакомыми взрослыми, дисциплина. Адаптация – активный процесс, который ведет к позитивным или негативным результатам. Позитивный результат – адаптированность, негативный – дезадаптация, стресс.

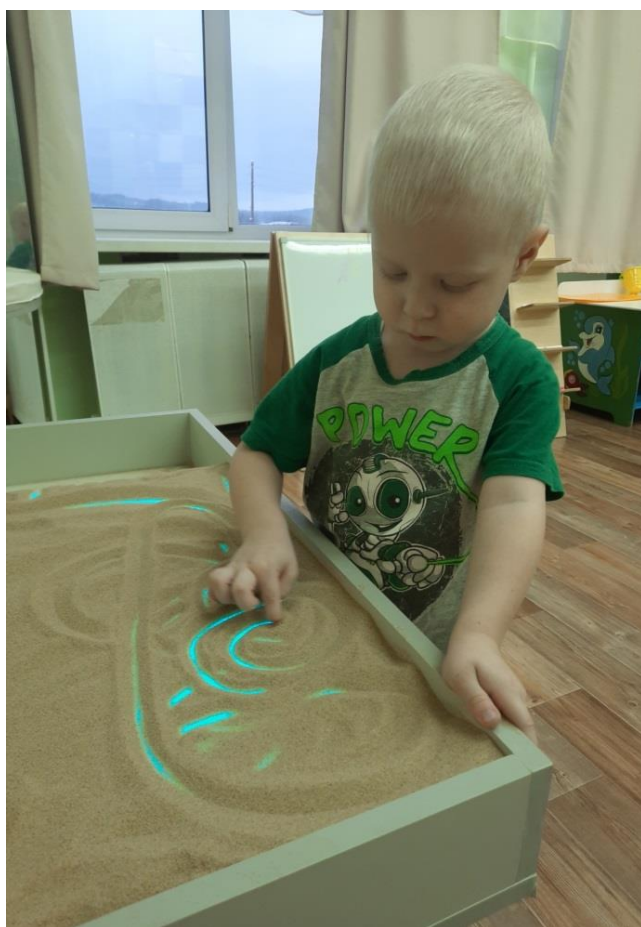
Адаптивные возможности ребенка раннего и младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому при поступлении в детский сад большинство детей испытывает адаптационный стресс, который выражается в нарушении сна, питания, настроения, понижении иммунитета. Продолжительное нахождение в данном состоянии может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Дети как бы возвращаются на более ранние ступени развития, хуже играют, игры становятся более примитивными, не могут оторваться от мамы даже дома, начинают бояться чужих людей.

Чаще всего, для облегчения течения адаптационного периода используются игровые технологии и приемы торможения отрицательных эмоций (переключение внимания; игры с бытовыми предметами, пальчиковые игры), однако они эффективны не для всех детей.

Возраст поступления детей в дошкольное учреждение (2-3 года) - это сензитивный период сенсорного развития. Именно активизация ощущений и восприятия помогает ребенку в период адаптации справиться со стрессовой ситуацией. Исходя из этого, как средство профилактики дезадаптации дошкольников в



детском саду, мы используем возможности сенсорной комнаты. Для профилактики возникновения дезадаптации у детей, поступивших в детский сад, была разработана программа занятий в сенсорной комнате. Цель программы заключается в обеспечении благоприятной адаптации ребенка к условиям детского сада. Основные задачи программы — снять тревожность и напряженность; создать положительный эмоциональный настрой и чувство безопасности; а также развить коммуникативные навыки.



Пребывание дошкольников в сенсорной комнате способствует:

- нормализации адаптационного периода;
- улучшению эмоционального состояния;
- снижению беспокойства и агрессивности;
- снятию нервного возбуждения и тревожности;
- нормализации сна;
- активизации мозговой деятельности;
- ускорению восстановительных процессов после заболеваний.

Оборудование сенсорной комнаты активизирует работу базовых чувств — зрения, слуха, обоняния, осязания, вестибулярных

и других рецепторов, развивает саморегуляцию процессов возбуждения и торможения, снимает негативные эмоциональные состояния.

В процессе реализации программы применяются следующие методы: сказкотерапия, игротерапия, игры на развитие навыков общения, использование оборудования сенсорной комнаты.

Преимущества сенсорной комнаты в адаптационный период заключается в изолированности, необычности обстановки, релаксации, уходе от стрессовых стимулов внешнего мира. Положительные эмоции являются мощным антистрессовым фактором, считается, что периоды эмоционального напряжения у человека даже в самых острых ситуациях не опасны для здоровья, если они завершаются периодами активного отдыха, расслабления, сопровождаются положительными эмоциональными ощущениями. Когда ребенок играет, со светооптическими волокнами, слушает особо подобранную музыку и вспоминает какие-либо травмирующие события, удерживаемые до этого тяжелые эмоции, травматического события стираются из памяти.

Таким образом, пространство сенсорной комнаты выступает помощником в решении задачи процесса адаптации детей к детскому саду. В процессе занятий у детей уменьшается эмоциональное и мышечное напряжение, они приобретают опыт общения с взрослым и сверстниками.

Общее переживание спланирует детей, и они в дальнейшем продолжают общаться и играть в группе и на улице.

Внедрив в практику занятия в сенсорной комнате, мы отметили облегчение течения адаптации и сокращение ее сроков.



Список используемой литературы:

1. Васюкова А.А. Использование сенсорной комнаты в процессе адаптации ребенка к ДОУ// <http://doshkolnik.ru/adaptacia/27109-ispolzovanie-sensornoj-komnaty-v-processe-adaptacii-rebenka-k-dou.html>
2. Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад. — М.: Просвещение, 1993. — 170 с.
3. Кальмова С.Е. Орлова Л.Ф., Яворовская Т.В. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. Л.Б. Баряевой. — СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006. — 87 с.
4. Карпиевич А.И. Сенсорная комната как средство профилактики дезадаптации детей к условиям детского сада. // <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2016/04/20/sensornaya-komnata-kak-sredstvo-profilaktiki-dezadaptatsii-detey-k>
5. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. — 4 изд., испр. и доп. — М: АРКТИ, 2010 -80с.
6. Лапина И.В. «Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопровождение, комплексные занятия»/ - Волгоград: Учитель, 2011г.
7. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: практическое пособие для ДОУ/ А.И. Титарь — М.: АРКТИ, 2008. — 88 с.