

*А. В. Полярина,  
ГБСКОУ школа-интернат №1 имени К. К. Грота,  
Красногвардейский район, Санкт-Петербург, Россия*

**ЭРГОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ — АДАПТАЦИОННЫЕ  
ЗАНЯТИЯ В ТЁМНОЙ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ  
НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ III-IV ВИДА**

Частичная и полная потеря зрения влечет за собой серьезные потери в области чувственного познания мира, что неизменно отражается на психической жизни: возникает психическая депривация. При данном психическом состоянии некоторые из основных жизненных потребностей ребенка — блокированы. Среди них особо отметим потребность в определенном количестве и качестве внешних стимулов-раздражителей, наличии условий для реализации себя в обществе.

В связи с недостаточным развитием сохранных анализаторов, а также ограниченной мобильностью и малой социальной активностью возникают соматические, эмоционально-личностные, а порой и нервно-психические нарушения.

Нарушение пространственной ориентации и ограничение в свободе передвижения определяют своеобразие и проблематику телесной картины слепого и слабовидящего ребенка. Так, на фоне общей соматической ослабленности, нарушений осанки и походки, патологических изменений в моторике и навязчивых движений формируется негативное представление о собственном теле, которое подчас не понимается и не принимается ребенком. Возникают специфические мышечные зажимы в теле, некоторые из них можно справедливо назвать «зонами стресса».

У учащихся начальной школы III–IV вида достаточно отчетливо наблюдается снижение познавательной активности, а также недоразвитие перцептивной потребности. Отмечается, что подобная редуцированность ориентировочного рефлекса связана с его многократными негативными подкреплениями и ощущением «небезопасности» пространства.

Эффективность применения комнат сенсорной интеграции в реабилитационной и терапевтической практике доказана опытом многих стран, в том числе и России.

Процесс реабилитации и восстановления утраченных и ослабленных функций организма напрямую зависит от психоэмоционального состояния пациента. Центральная нервная система во многом определяет развитие сердечно-сосудистых, неврологических и психосоматических заболеваний. До сих пор умы многих ученых заняты проблемой достижения мышечной и нервной релаксации без применения медикаментов. В то же время одним из эффективных способов немедикаментозной релаксации и восстановления работоспособности является использование в современном реабилитационном процессе технологий сенсорной комнаты.

Идея организовать темную сенсорную комнату в нашей школе-интернате для слепых и слабовидящих детей была связана со стремлением нейтрализовать вторичные нарушения в развитии за счет стимуляции активности, перцептивных потребностей.

Сохранные анализаторные системы, включенные в деятельность, способны дать развитию психики детей с нарушенным зрением новое направление, приближающееся к развитию нормально видящих.



Значимым для психокоррекционной работы с учащимися с нарушением зрения является технология *эрготерапии*. Эрготерапия — медицинская дисциплина, включающая в себя знания психологии, педагогики, социологии, биомеханики, физической терапии. Она основывается на научно доказанных фактах о том, что целенаправленная деятельность помогает улучшить функциональные возможности организма (двигательные, эмоциональные, когнитивные и психические).

Эрготерапия преследует цель помочь восстановить способность действовать в повседневной жизни. В эрготерапии речь идет не о механическом восстановлении физических, духовных и психических функций, а о том, чтобы помочь ребёнку в силу его возможностей войти в русло нормальной жизни со всеми ролями и задачами.

Поэтому на первом плане — не отдельные симптомы болезни, а ограничение способности действовать. Данное положение представляется нам ключевым в работе с «особыми» детьми: отдельные проявления нарушенного развития не являются предметом коррекции, в то время как помощь в установлении социальных контактов, повышение мотивации к обучению и эмоциональная гармонизация ребёнка — суть условия его адаптации и в классе, и в школе.

*Цель технологии:* создание условий для первичной адаптации слепых и слабовидящих детей к образовательному процессу в начальной школе с учётом их психофизиологических особенностей.

*Задачи технологии:*

- развитие познавательной активности детей и мотивации к обучению в школе;
- развитие произвольности в поведении;
- снижение уровня школьной тревожности;
- развитие коммуникативных навыков.

Мы разработали структуру занятий с первоклассниками в условиях тёмной сенсорной комнаты. Занятия проходят в малых подгруппах по 3–5 человек, слепые и слабовидящие дети занимаются вместе. Длительность занятия — от 15 до 30 мин.

На занятиях используется *потенциал межгруппового взаимодействия* (в малую подгруппу объединяются слепые и слабовидящие дети, которые учатся в разных классах) и уникальные условия *тёмной сенсорной комнаты*.



№ пп.	Этап	Условия сенсорной комнаты	Форма взаимодействия	Результат
I	Установление контакта	Сенсорные дорожки, музыкальное, ароматерапевтическое сопровождение	Приветствие друг друга. Дети получают «сказочное» задание, договариваются	Настрой на начало занятия. Вовлечение в деятельность
II	Оптимизация познавательной сферы	Сухой бассейн, магнитное панно, сенсорный раздаточный материал, светильник «Фонтан света»	Решение «сказочных» заданий, игра	Активизация памяти, внимания, мышления, воображения
III	Развитие эмоционально-коммуникативной сферы	Модульное оборудование	Следующий этап «сказочного путешествия». Кульминация — решение «эмоциональных» задач. Чтение терапевтических сказок, мини-инсценировки, психогимнастические этюды, парное и групповое взаимодействие	Развитие навыков общения, закрепление способов взаимодействия. Развитие системы ценностей общения, дружбы
IV	Релаксация	Водная кровать с гидромассажем, массажные мячики и рукавички, музыкальное, ароматерапевтическое сопровождение, ультрафиолетовые лампы	Оздоровительные гимнастики: • дыхательная; • пальчиковая; • глазная. Массаж и самомассаж	Развитие произвольности, переключение внимания
V	Рефлексия (вербальная и тактильная)	Магические жезлы, сухой душ	Вопросы детям: — Что тебе понравилось на занятии больше всего? — Как ты себя чувствуешь (уютно/неуютно, спокойно/тревожно, радостно/печально, усталым/отдохнувшим)?	Развитие умения наблюдать, отслеживать и выражать своё состояние — эмоциональное и соматическое
VI	Обратная связь, завершение занятия	Сухой душ, сенсорные дорожки, светильник «Фонтан света»	Ритуал завершения. Прощание	Подведение итогов, «выход» из сказочного пространства

*Эффективность адаптационных занятий:*

1. Развитие коммуникативных навыков, учебного сотрудничества.
2. Личностная и психофизическая адаптация к условиям школы-интерната.

### 3. Снижение тревожности до уровня «готовности к действиям».

Дети, многие из которых никогда не посещали детский сад и были чрезмерно опекаемы, начинают общаться и взаимодействовать между собой. Отметим, что в среде слепых и слабовидящих детей есть одна тенденция: степень выраженности дефекта разбивает детей на два лагеря, что можно наблюдать вплоть до выпуска. Объединение их на занятии в сенсорной комнате — стратегический шаг: с начальной школы школьников из разных «лагерей» объединяют творческие задания, необычная атмосфера и общие ценности, которые мы воспитываем и подкрепляем.

Одной из главных задач на этапе создания темной сенсорной комнаты в нашей школе стала организация *безопасного пространства*. В нашей комнате отсутствуют острые углы, зато есть мягкие шуршащие пуфики, матрас на кровати такой необычно приятный — ведь в нем ВОДА! — а стены обшиты тканью. В бассейне можно уютно закопаться в шарики: кто быстрее? Сенсорные дорожки всегда укажут дорогу... Как же приятно прогуляться босиком по морским камушкам! Шум волны или голоса лесных птиц, свежесть дождя или песни дельфинов — что за путешествие нас ожидает? А ещё — ароматы: пряные травы леса, морской бриз, запах дождя и грозы... Пространство нашей сенсорной комнаты ограничено лишь нашей фантазией. Мы наполнили его множеством стимулов для развития перцептивной сферы наших детей, одновременно желая дать им ощущение безопасности — и пространства, и жизни. Мы стимулируем активность в исследовании, воображении, чувствах с тем, чтобы желание узнать и подружиться с этим большим миром привело к тому, чтобы каждый ребенок смог найти в нем свое место.