Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Общеобразовательная школа для обучающихся

с ограниченными возможностями №35»

Рекомендовано

решением

методического объединения

специалистов службы сопровождения

протокол № 1 от 28.08.2023г.

Согласовано

заместитель директора

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Н.Адам

Утверждена

приказом директора

№ 87 от 30.08.2023г

\_\_\_\_\_\_ И.В.Кокосова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Принята

педагогическим советом

МАОУ «Общеобразовательная школа для обучающихся

с ОВЗ № 35»

протокол № 1 от 29.08.2023г

**Адаптированная дополнительная**

**общеобразовательная общеразвивающая программа**

**социально-педагогической направленности**

**«Волшебный мир здоровья»**

**для детей с ограниченными возможностями здоровья**

(с нарушениями интеллекта)

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации программы: 10 мес.

Составитель:

педагог-психолог

высшей квалификационной категории

Фурсанова А.Л.

г. Череповец, 2023г.

**Оглавление**

|  |
| --- |
| 1. Пояснительная записка …………………………………………………… 3 |
| 2. Общая характеристика программы …………………………….…………. 5 |
| 3. Результаты освоения программы …………………………….…………….6 |
| 4. Содержание программы ………………………………………………….... 9 |
| 5. Тематическое планирование …………………………………………….. 10 |
| 6. Описание учебно-методического и материально-технического  обеспечения образовательного процесса …………………………….... 14 |
| 7. Список литературы ……………………………………………………..... 19 |
|  |

1. **Нормативно-правовое обеспечение образовательного процесса**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа «Волшебный мир здоровья» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996 «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)

- Устав муниципального автономного образовательного учреждения «Общеобразовательная школа для обучающихся с ОВЗ № 35»

2. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

**Пояснительная записка**

Актуальность проблемы эмоциональной саморегуляции в младшем школьном возрасте определяется задачами практики обучения и воспитания детей с интеллектуальными нарушениями.

У учащихся с нарушениями интеллекта недоразвитие эмоционально-волевой сферы и психических процессов носит комплексный характер и сохраняется на протяжении всего школьного периода. Особенности восприятия (узость, фрагментарность, замедленность и др.) приводят к нарушениям в пространственной ориентировке, что в совокупности с недостаточным развитием мелкой моторики препятствует успешному усвоению программного материала по всем предметам, вызывает сложности при интеграции детей в социум. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, что проявляется в высокой конфликтности, тревожности, гиперактивности, или физической агрессии. Эмоциональная сфера, наряду с познавательной, является важной составляющей в развитии школьников, так как никакое общение, взаимодействие с окружающими не будет эффективным, если его участники не способны «читать» эмоциональное состояние другого, управлять своими эмоциями и чувствами. Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния ребенка, с другой – сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Своеобразие протекания психических процессов и особенности эмоционально-волевой сферы школьников с интеллектуальными нарушениями оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, в особенности произвольной. Таким детям трудно адаптироваться к условиям школы, сложности вызывает общение со взрослыми и сверстниками, уроки не заинтересовывают и быстро утомляют ребенка. В отличие от традиционных методов педагогической коррекции, для которых характерно однообразие материала, в оборудование сенсорной комнаты заложено разнообразие стимулов: тактильных, зрительных, слуховых. Сенсорная зона используется как «энциклопедия стимулирующих ощущений» предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение. Сенсорная зона является многофункциональным комплексом, использованием которой способно значительно оптимизировать развитие ребёнка.

Среда темной сенсорной комнаты определяется как интерактивная среда. Интерактивность – понятие, описывающее характер взаимодействия между объектами. Оно отражает многообразие взаимодействий человека с окружающим природным и социальным миром на разных уровнях отношений. В контексте использования его для сенсорной комнаты важным является понимание интерактивности как технологии виртуальной реальности. Взаимодействуя с интерактивным оборудованием человек, ребенок в частности, «переходит» из пространства «яви» в пространство «нави», создавая в виртуальной реальности объекты и целые миры.

Оборудование темной комнаты создает сенсорную среду за счет сочетания различных блоков, воздействующих на разные органы чувств и условно поделенных на среды:

***Мягкая среда*** – обеспечивает уют, комфорт и безопасность. В нашей сенсорной комнате для этого служат: кресла-трансформеры, мягкие модули, напольный ковер. Здесь главная цель - создание условий для релаксации и спокойного состояния, чему способствуют упражнения: «Слушаем музыку», «Говорящая тишина», «Судно, на котором я плыву».

***Зрительная и звуковая среда*** – спокойная музыка и медленно меняющиеся световые эффекты действуют успокаивающе и расслабляюще. Яркие светооптические и звуковые эффекты привлекают и поддерживают внимание, используются для зрительной и слуховой стимуляции, стимуляции двигательной активности и исследовательского интереса. В зависимости от целей могут проводиться игры «Кто быстрее сосчитает рыбок» (детский зеркальный уголок с интерактивной воздушно-пузырьковой трубкой «Мечта»), «Найди клад на дне океана» (музыкальный сухой бассейн), «Путешествие на Голубую звезду»(фиброоптический ковер настенный «Планеты») и многие другие. Набор СД дисков позволяет обеспечивать музыкальное фоновое сопровождение игр, заданий, релаксационных упражнений.

***Тактильная среда*** – позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, способствует изучению свойств предметов, улучшает зрительно-моторную координацию с помощью пучка фиброоптических волокон «Звездный дождь», светового стола для рисования песком, декоративно-развивающей панели «Дерево» и др.

***Воздушная среда*** – натуральные эфирные масла положительно действуют на нервную систему, стимулируют процессы саморегуляции.

В сенсорной комнате внимание учащихся привлекают различные вращающиеся, изменяющие цвет панели и приспособления для активного освоения новых ощущений, что стимулирует его познавательную деятельность и мотивацию, а также эмоциональное и речевое общение, мелкую и общую моторику и двигательные навыки.

Как уже отмечалось, для учащихся с интеллектуальными нарушениями характерными трудностями являются:страхи, тревожность, агрессивность, которые часто не поддаются педагогическим и воспитательным воздействиям педагогов и родителей.Поэтому, в работе с такими детьми сенсорная комната является незаменимым местом, так как в процессе занятий, при использовании различных световых и шумовых эффектов ребенок расслабляется, успокаивается, нормализуется его мышечный тонус, снимается эмоциональное и физическое напряжение, снижаются проблемы эмоционально-волевой сферы. Нахождение в сенсорной комнате восстанавливает и сохраняет психоэмоциональное равновесие ребёнка, стимулирует психическое развитие.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа, 1 раз в неделю.

***Цель программы:*** сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья детей с помощью мультисенсорной среды.

***Основные задачи:***

- организация коррекционно-развивающих занятий для детей с умственной отсталостью с учетом их индивидуальных и типологических осо­бе­нностей психофизического развития и индивидуальных возможностей, направленных на стимулирование сенсорного развития детей, компенсацию сенсорных впечатлений, сохранение и поддержку индивидуальности ребенка через гармонизацию его внутреннего мира;

- воспитание правил нравственного поведения, необходимого для общения и сотрудничества;

- формирование представления детей об эмоциональных состояниях, развитие умения их различать, понимать и передавать при помощи слов, мимики, выразительных движений и жестов, развитие навыков саморегуляции;

При составлении программы учтены следующие ***принципы:***

- принцип приоритетности интересов обучающегося - оказание каждому ребенку помощи в развитии с учетом его индивидуальных образовательных потребностей;

- принципнепрерывности, обеспечивающий проведение коррекционной работы в системе;

- принцип вариативности, который предполагает вариативность содержания и наполнения программы в зависимости от уровня подготовленности и воз­мо­ж­но­с­тей психофизического развития детей;

- принцип системности - обеспечивает единство всех элементов коррекционной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов, взаимодействия участников;

- принцип сотрудничества с семьей основан на признании семьи как важ­ного уча­с­т­ни­ка коррекционной работы, оказывающего существенное вли­яние на процесс раз­ви­тия ребенка и успешность его интеграции в общество.

Влияние занятий в интерактивной среде с использованием сенсорного оборудования на развитие интеллектуальной деятельности определяется следующим. По мере развития восприятия внешние действия с предметами сокращаются, автоматизируются. Они переходят в умственный план, а эталоны запоминаются. Ориентировка в них становится операцией в структуре целостного действия. Ориентировки в действиях с предметами (реальными и интерактивными), если они направлены на внешние признаки объектов, становятся образами восприятия, установление связей и зависимостей между которыми положительно влияет на развитие мышления. На то, что в основе формирования и развития высших психических функций лежит сложный процесс интеграции внешнего мира во внутренний обратил внимание уже упомянутый нами Л.С. Выготский. Он придавал решающее значение процессу восприятия для развития речи, считая, что ребенок может говорить и мыслить только, воспринимая: «Развитие восприятия различной модальности создает ту первичную базу, на которой начинает формироваться речь», а также психическое развитие и развитие интеллектуально-познавательной сферы.

**Общая характеристика программы**

Данная программа разработана для обучающихся 1-6 классов с умственной отсталостью.

*Срок реализации* программы – 10 месяцев.

*Курс обучения* рассчитан на 34 часов.

Периодичность занятий – 1 раз в неделю. Подбор заданий и упражнений отражает реальную физическую, умственную подготовку детей.

Формы реализации программы.

• групповые

• индивидуальные

Коррекционно-развивающая работапроводятся:

― в свободное от учебных занятий время;

― в рамках специально организованных подгрупповых или индивидуальных занятий. Если занятие подгрупповое, то численность подгруппы не более 2-3 человек;

Противопоказаниями для проведения сеансов в сенсорной комнате являются:

- глубокая умственная отсталость

- инфекционные заболевания.

Частичными противопоказаниями являются наличие у ребенка частых эпилептических припадков, в данном случае для зачисления в списочный состав подгруппы необходима справка непосредственно от лечащего врача ребенка.

**Результаты освоения программы**

Результаты освоения программы представлены в соответствие с этапами коррекционно-развивающего занятия:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Этап*** | ***Цель*** | ***Содержание*** | ***Формируемые БУД*** |
| **Организационный момент** | Создание психологически комфортной обстановки на занятии, доброжелательного отношения друг к другу, настроя на совместную деятельность. | Ритуал начала занятия или «Приветствие», игры в кругу на отражение своего эмоционального состояния, психотехнические упражнения, направленные на стабилизацию эмоционального состояния. Проводятся на ковре в игровой зоне. Выбор упражнений зависит от актуального состояния детей: активизируют или наоборот, позволяют снять эмоциональное возбуждение. | **Личностные:**  соблюдение элементарные правила общения (знание правил общения и их применение). Соблюдение простейшихнорм этикета: умение здороваться, прощаться, благодарить, умение выражать чувства  **Коммуникативные:**  умение слушать и понимать речь других, устанавливать контакт с педагогом и сверстниками, отвечать на вопросы учителя, одноклассников.  **Познавательные:**  выполнение учебных заданий под руководством учителя.  **Регулятивные:**  принимать цели и произвольно включаться в деятельность, актуализация внимания. |
| **Актуализация знаний** | Погружение обучающихся в сказочный сюжет занятия или задание, снижение уровня напряжения и тревожности перед выполнением заданий, активизация  внимания и интереса к занятию. | Игры-превращения, упражнения на активизацию внимания | **Личностные:**  проявление уважительного отношения к сверстникам, эмоционального отношения к деятельности. положительное, понимание своих эмоций и чувств осознание ответственности за общее дело.  **Коммуникативные:**  умение слушать и понимать речь других, умение отвечать на вопросы учителя.  **Познавательные:**  умение отвечать на простые вопросы учителя; актуализация имеющихся знаний.  **Регулятивные:**  принимать цели и произвольно включаться в деятельность, выполнение действий согласно словесной инструкции, по показу. |
| **Основная часть** | Коррекционно-развивающие цели конкретного занятия в соответствии с этапом работы | Система игр и упражнений по теме занятия.  Проводится в рабочей или активной зоне. Последовательность заданий предполагает чередование видов деятельности. | **Личностные:**  умение ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «природа», «семья»,  пониманить эмоции и чувства других людей и сопереживание им.  **Коммуникативные:**  умение выражать свои мысли, эмоции, умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.  **Познавательные**:  (в зависимости от цели конкретного занятия): освоение основных сенсорных эталонов, ориентировка в пространстве, умение понимать инструкцию к заданиям, выполнять задание по образцу, по аналогии или самостоятельно, анализировать, выделять главное, устанавливать причинно-следственные связи, группировать и т.д.  **Регулятивные:**  умение следовать предложенному плану и работать в общем темпе, выполнять действий согласно словесной инструкции, образцу, указаниям. |
| **Этап релаксации** | Снятие эмоционального напряжения, расслабление, закрепление положительного эффекта | Релаксационные упражнения в соответствии с психофизическим состоянием детей. Проводятся по мере нарастания утомления детей, при смене видов деятельности, могут носить как двигательный, так и релаксационный характер. | **Личностные:**  умение пользоваться простыми навыками самоконтроля самочувствия для сохранения здоровья  **Коммуникативные:**  умение взаимодействовать со сверстниками при выполнении различных двигательных или релаксационных упражнений; умение слушать педагога  ***Познавательные:***  умение понимать инструкцию к заданиям, выполнять задание по показу педагога или словесной инструкции. |
| **Первичный контроль** | Закрепление положительного эффекта, стабилизация эмоционального состояния, отслеживание эффективности процесса | Оценка может быть эмоциональная (понравилось – не понравилось) и смысловая (что делали и зачем). Оценка, которую дают дети носит как словесный, так и опосредованный характер (пиктограммы, цветовая диагностика). | **Личностные:**  умение пользоваться простыми навыками самоконтроля самочувствия  **Коммуникативные:**  умение выражать и обосновывать своё мнение. |
| **Рефлексия (подведение итогов)** | Осознание детьми цели посещения занятия, подведение итогов занятия, стимулирование развития рефлексии собственной деятельности, повышение мотивации на продолжение работы. | Ритуал прощания, выхода. | **Личностные:**  умение выделять положительные стороны приобретенного на занятии опыта и использовать его в дальнейшей деятельности, проявление эмоционального отношения к деятельности, формирование, доброжелательности.  **Коммуникативные:**  создание атмосферы дружелюбия, эмоционально положительный настрой на последующую деятельность, умение выражать и обосновывать своё мнение.  **Познавательные:**  освоение навыков рефлексии.  **Регулятивные:**  элементарное оценивание собственных успехов. |

**Содержание программы**

***Программа включает три этапа:***

1. Ознакомительный этап (2 занятия). Предполагает знакомство с участниками, создание благоприятного психологического климата.

2. Коррекционно-развивающий этап (24 занятия). Предполагает коррекцию и развитие сенсорно-перцептивной и эмоционально-волевой и познавательной сфер.

На данном этапе занятия условно разделены на 4 блока: тактильный, зрительный, слуховой, блок развития эмоционально-волевой сферы.

Занятия тактильного блока направлены на развитие кинестетической чувствительности.

Занятия зрительного блока направлены на развитие зрительного восприятия, так как благодаря зрительному анализатору человек получает до 90% информации из окружающего мира. Самым сильным и наиболее эмоционально окрашенным эффектом обладают цвето-световое оборудование темной сенсорной комнаты. Каждое занятие этого блока направлено на то, чтобы ребенок в игровой форме взаимодействовал с одним-двумя приборами, чтобы избежать чрезмерной сенсорной стимуляции.

Занятия слухового блока направлены на развитие восприятия звуков на слух. У детей с ограниченными возможностями здоровья часто страдает фонематический слух, который во многом предопределяет успешность школьного обучения, поэтому развитие слухового восприятия актуально для данной категории детей.

Занятия блока развития эмоционально-волевой сферы направлены на развитие процессов саморегуляции, развитие способности контролировать свои эмоции, дифференцировать эмоциональные состояния.

3. Завершающий этап (2 занятия). Направлен на подведение итогов работы.

***Ориентировочная структура занятий:***

1.Организационный момент.

• ритуал начала занятий;

• игры и упражнения на активизацию внимания, сплочение группы;

• дыхательные пальчиковые гимнастики, приемы самомассажа.

2.Актуализация знаний по теме.

• введение в сказочную ситуацию;

• задания на снижение уровня тревожности, пробуждение интереса к занятию;

3. Основная часть. Работа по теме.

• выполнение упражнений по теме с использованием сенсорного оборудования;

• чтение и обсуждение сказок, стихотворений;

• психологические игры и упражнения, этюды.

4. Этап релаксации.

• упражнения на снятие эмоционального и мышечного напряжения.

5. Первичный контроль

• упражнения на определение эмоционального состояния обучающихся после занятия, развитие умения различать свое эмоциональное состояние и передавать его разными способами.

6. Рефлексия

• подведение итогов занятия;

• ритуал прощания, окончания занятия.

Психологическое состояние, настроение детей в конкретные моменты могут стать причиной варьирования методов, приемов и структуры занятий. Поэтому работа в рамках реализации программы не требует строгого соблюдения алгоритма занятий, педагог-психолог в темной сенсорной комнате может заменять упражнения, задания и игры, что позволяет более творчески использовать интерактивное оборудование.

***Основные методы:***

• Элементы сказкотерапии, игротерапии, арттерапии, аромотерапии, музыкотерапии, песочной терапии;

• Психогимнастика;

• Элементы психодраммы;

• Методы релаксации;

• Игры на развитие навыков общения;

• Игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения, мыслительных операций;

• Ролевые игры, этюды;

• Метафорические карты;

• Дыхательная, глазодвигательная, пальчиковая гимнастика;

• Элементы самомассажа

***Формы организации коррекционно-развивающего процесса:***

1. Индивидуальная работа.

2. Подгрупповая работа.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Тема занятия** | **Цели занятия** | **Используемое оборудование** |
| ***Ознакомительный этап*** | | | | |
| 1. | | «Давайте познакомимся» -1час | Знакомство с интерактивной средой сенсорной комнаты;  формирование интереса к работе с оборудованием; установление доверительных отношений;  ознакомление с правилами работы в группе. |  |
| 2. | | «Здравствуй, Волшебная комната» -1час | Создание настроя на дальнейшую работу; снятие эмоционального напряжения, установление доверия между психологом и детьми | сухой душ, пузырьковая колонна, пучок фиброоптических волокон |
| ***Коррекционно-развивающий этап*** | | | | |
| *Тактильный блок* | | | | |
| 3. | | «Мягкий мир» - 2 час | Развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, фантазии и конструктивных умений, снятие психоэмоционального напряжения | цветные мягкие модули, кресло-трансформер, волшебный мешочек |
| 4. | | «Цветные шарики» - 1час | Развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, развитие координации движений, снятие эмоционального и мышечного напряжения | сухой бассейн, игрушки |
| 5. | | «Здравствуй, космос» -2 часа | Развитие тактильных и кинестетических ощущений, расширение словарного запаса, снятие эмоционального напряжения | изображения персонажей сказочной истории, кресло-трансформер, волшебный мешочек с набором игрушек (диких животных), зеркальный шар с мотором |
| 6. | | «Вперед к звездам»-1 час | Обучение описанию своих желаний, чувств; осознанию своих физических и эмоциональных ощущений; улучшение эмоционального фона; мышечное расслабление; развитие пространственной ориентировки, двигательной раскрепощенности. | сухой бассейн, фибро-оптический настенный ковер, игрушки |
| 7. | | «Мир, в котором я живу»-1 час | Оказание помощи детям в понимании собственной индивидуальности; развитие аналитического восприятия свойств и признаков предмета; развитие тактильных ощущений, мелкой моторики; активизация зрительного восприятия; формирование фиксации взора, концентрации внимания, плавного прослеживания, зрительно-моторной координации. | Метафорические карты, настенный фиброоптический ковер, мягкие модули, зеркальный шар |
| 8. | | «Волшебство воды»-1 час | Развитие тактильной чувствительности, воображения, мелкой моторики; формирование коммуникативной компетентности. | Детская пузырьковая колонна, пучок фиброоптических волокон, игрушки |
| 9. | | «Отдых в лесу»-1 час | Развитие мелкой моторики, стимуляция тактильных анализаторов, снятие психоэмоционального напряжения | Деревянная декоративная панель «Дерево», настенный фиброоптический ковер |
| 10. | | «Сказочные следы»-1 час | Ознакомление со световым планшетом, песочной феей и правилами работы с песком; ознакомление с приёмами рисования песком; развитие мелкой моторики и повышение тактильной чувствительности; снижение психоэмоционального напряжения | Световой стол для рисования песком, фотоаппарат или мобильный телефон для фотографирования арт-продуктов |
| 11. | | «Да здравствует, песок!»-3 часа | Продолжить освоение некоторых приемов рисования песком; развитие мелкой моторики и повышение тактильной чувствительности; воображения и творческого мышление; снижение психоэмоционального напряжения. | Световой стол для рисования песком, скребки, трафареты, фотоаппарат или мобильный телефон для фотографирования арт-продуктов |
| *Зрительный блок* | | | | |
| 6. | | «Веселые превращения» - 1 час | развитие зрительного восприятия, внимания и сосредоточения, двигательной активности детей, развитие коммуникативных навыков снятие психоэмоционального напряжения | Проектор, зеркальный шар, игрушки |
| 7. | | «Волшебное настроение»-1час | коррекция и развитие зрительного и цветовосприятия, внимания, памяти, произвольной саморегуляции, снятие психоэмоционального напряжения | сухой душ*,* игрушки, зеркальный шар с мотором и профессиональным источником света |
| 8. | | «Цвета радуги»-1час | коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора и обогащение словарного запаса, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей, развитие умения выражать свои эмоции | предметы для демонстрации сказочной истории (изображение радуги, кисть, разноцветные предметы, мягкая игрушка — заяц), зеркальный шар с мотором и профессиональным источником света, сухой душ |
| *Слуховой блок* | | | | |
| 9. | | «Чудесные шары» -1час | коррекция и развитие слухового и зрительного восприятия, цветовосприятия, создание благоприятного эмоционального климата, развитие мышления и воображения, расширение активного словаря детей | Диск со звуками природы, радужные звучащие блоки |
| 10. | | «Музыкальная шкатулка» -1 час | коррекция и развитие зрительного и слухового восприятия, сенсомоторных навыков, развитие внимания, расширение словарного запаса, снятие эмоционального и мышечного напряжения | набор музыкальных игрушек, набор «Узнай звук» |
| 11. | | «Звонкие нотки» -1 час | коррекция и развитие слухового восприятия, различения звуков на слух, звуковой дифференциации, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения | радужные звучащие блоки*,* набор музыкальных игрушек «Музыкальная шкатулка», «волшебная палочка» |
| *Блок коррекции и развития эмоционально-волевой сферы* | | | | |
| 12. | «Звездный дождь» -1 час | | снятие эмоционального и мышечного напряжения, создание благоприятного психологического настроя, развитие тактильных ощущений, развитие зрительного и тактильного восприятия, расслабление | пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь»*,* игрушки |
| 13. | «Светящийся аквариум» -1час | | развитие произвольной саморегуляции, развитие внимания, мышления, воображения, развитие двигательной активности, чувства ритма, снятие психоэмоционального напряжения | детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, игрушки |
| 14. | «На лепестке цветка» -1 час | | создание положительного эмоционального фона, коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора, снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение тревожности, повышение самооценки, развитие произвольной саморегуляции. | изображения цветов по количеству детей, массажные ролики по количеству детей, изображения для демонстрации сказки, магнитная доска с магнитами, разноцветные шифоновые платки, проектор Меркурий |
| 15. | «Азбука эмоций» -1 час | | снятие психоэмоционального напряжения, расширение кругозора и активного словаря, обогащение представлений о мире эмоций и развитие умения выражать свои эмоции, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей. | набор развивающих карточек «Азбука развития эмоций ребёнка» (автор М.Лебедева), зеркальный уголок, пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь» |
| 16. | «Давайте радоваться!» -1час | | знакомство со способами управления и регуляции настроения, совершенствование умения распознавать свое настроение, уметь рассказывать о нем, развитие коммуникативных навыков, доброжелательности | массажный коврик со следочками, сухой душ, массажные ролики, изображения грустных и веселых людей для демонстрации сказочной истории, зеркальный уголок,прибор динамической заливки цветом, зеркальный шар с мотором и профессиональным источником света, мяч-«гигант» |
| ***Завершающий этап*** | | | | |
| 17. | | «Путешествие по волнам» - 1 час | снятие эмоционального напряжения, развитие общей и мелкой моторики, развитие восприятия разнообразных свойств и предметов, интеграция, полученных в ходе занятий по программе знаний и умений. | детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной, сухой бассейн с набором игрушек |
| 18. | | «Наши успехи» - 1 час | Подведение итогов работы |  |
|  | | Всего: 28 часов |  |  |

**Описание учебно-методического и материально-технического**

**обеспечения образовательного процесса**

Для темной сенсорной комнаты выделено специальное помещение. В комнате создано затемнение, достаточное для того, чтобы наблюдать светоэффекты. Оформление и цвет интерьера и оборудования подобраны с учетом воздействия на психологическое состояние ребенка. Стены окрашены в спокойный бежево-розовый цвет.

***Оборудование сенсорной комнаты, используемое для работы представлено в таблице:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название оборудование | Описание  оборудования | Назначение  оборудования |
| 1. | Детское складное кресло «Трансформер» | Мягкий модуль, который легко превращается в удобное кресло. | Позволяет принять удобную позу, отдохнуть и спокойно понаблюдать за происходящим вокруг. |
| 2. | Музыкальный сухой бассейн | Квадратный с мягкими стенками бассейн, наполненный пластмассовыми прозрачными шариками. | Используется как для релаксации, так и для активных игр. Лежа в бассейне, человек может принять позу, которая соответствует состоянию его мышечного тонуса, и расслабиться. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Мягкие стенки бассейна и пластмассовые шарики служат безопасной опорой для тела человека, находящегося в бассейне. Это особенно важно для детей с двигательными нарушениями. В бассейне можно двигаться, менять положение тела, «плавать» в шариках. Такие действия способствуют развитию координации движений в пространстве, развитию пространственного восприятия и представлений, кинестетической и тактильной чувствительности. Релаксационные упражнения способствуют коррекции уровня тревожности, а активные упражнения – коррекции агрессивности. Игры в сухом бассейне способствуют снижению не только мышечного, но и психоэмоционального напряжения. |
| 3. | Детский зеркальный уголок с интерактивной воздушно-пузырьковой трубкой «Мечта» | В прозрачной колонне высотой 150 см и диаметром 20 см, выполненной из органического стекла или пластика, заполненной дистиллированной водой, перемещаются вверх, вниз и в стороны фигурки рыбок, подталкиваемые пузырьками воздуха. | Используется для стимуляции зрительных и тактильных ощущений. Безопасное угловое зеркало, помещенное за пузырьковой колонной, визуально увеличивает пространство, а мягкая платформа, окружающая колонну, позволяет удобно расположиться рядом и ощущать тактильно и зрительно ее благотворное воздействие: успокоиться, расслабиться, настроиться на позитивное взаимодействие с окружающей средой. |
| 4. | Цветные мягкие модули | Набор разноцветных объемных мягких геометрических фигур (параллелепипеды, цилиндры, треугольные призмы, арки и др.). | Цветные мягкие модули используются для объемного моделирования, конструирования различных сооружений в зависимости от целей занятия. Развивают моторные умения, творческие способности детей, наглядно-действенное мышление, двигательную активность, формируют пассивный и активный словарь, развивают общую моторику, координацию движений.Модули обеспечивают комфорт и безопасность в сенсорной комнате, служат для отреагирования негативных эмоций. |
| 5. | Световой проектор с «жидким» и «твердым» колесами спецэфффектов. | Прибор, проецирующий на любую поверхность темной сенсорной комнаты калейдоскоп бесформенных неповторяющихсясветовых пятен, постоянно меняющих цвета или проекцирующий разнообразных, удивительно красивых бабочек. | Восприятие светоэффектов развивает воображение, способствует эмоциональному комфорту во время занятий. Он может применяться в ходе релаксационных занятий, а также занятий на основе фантазийных и сказочных сюжетов. Волшебное зрелище, напоминающее северное сияние, приковывает внимание ребенка и не требует значительного интеллектуального напряжения, позволяя занимающемуся максимально расслабиться, способствуя развитию его фантазии,обогащению восприимчивости. |
| 6. | 3еркальный шар с мотором и профессиональным источником света | Вращающийся зеркальный шар с ограненной сферой, который подвешивается к стене или потолку. Узкие лучи света, направленный на зеркальный шар с трех сторон, отражаются от него. При этом возникает эффект бесконечного множества бликов, напоминающих падающий снег или мелькание «солнечных зайчиков». В сочетании со спокойной музыкой эти блики создают ощущение сказки, героями которой становятся те, кто находится в комнате. | Прибор активно используется в процессе проведения релаксационных занятий, а также занятий по фантастическим сказочным сюжетам, стимулируя зрительное восприятие, развивая воображение, концентрируя внимание на движущихся бликах. Обогащает восприимчивость и воображение, способствует развитию зрительного восприятия и ориентировки в пространстве, снижению уровня тревожности, создает психологический комфорт. |
| 7. | Пучок фиброоптических волокон «Звездный дождь» | Безопасный оптико-волоконный пучок - водопад огромного числа тонких волокон, на концах которых, то загораются, то гаснут «звездочки». Это россыпь 100 фиброоптических волокон длиной 2 м, цвет которых постоянно меняется по всей длине. | Волокна можно перебирать в руках, обматывать вокруг рук, лежать на них, исследовать их свойства и качества зрительно и тактильно. Блестящие, сверкающие волокна позволяют концентрировать внимание, формируют представления о цвете. Занятия с ними способствуют развитию внимания, успокаивают. |
| 8. | Интерактивная светозвуковая панель | Вертикальная с разноцветными ячейками панель, в боковой части которой расположен блок управления и подключения микрофона. Панель имеет различные световые режимы: все ячейки подсвечены, последовательная подсветка ячеек с последующим затуханием, хаотическая подсветка и режим – чем выше интенсивность звука, тем больше ячеек подсвечивается. | Использование интерактивной панели в ходе занятий с детьми (подростками, взрослыми) стимулирует развитие сенсорных ощущений, интереса и внимания, способствует развитию координации «глаз ― ухо». Панель может использоваться в процессе занятий по сказочным сюжетом. |
| 9. | Световой стол для рисования песком с кварцевым песком | Стол с деревянными бортиками и поверхностью из безопасного оргстекла, подсвеченный снизу светодиодной подсветкой, которая проекцирует изнутри модуля различные световые эффекты, дополняющие рисунки на песке. | Преимущества песочного рисования: Рисование сразу двумя руками, что свойственно природе человека… Руки чувствуют форму, как при лепке. Рисование двумя руками развивают оба полушария мозга. Руки расслаблены, а не зажаты в кулак, как при карандаше. Ребенок получает море тактильных ощущений, включается двигательная память. Впечатление от светящегося столика и музыкальное сопровождение гармонично действует на обучающегося и задействует все органы (слышу, вижу, осязаю…). Динамическое рисование песком — это создание истории, развитие фантазии и воображения. Создание песочной истории не только в уме, но и руками — как никогда лучше развивает речь. |
| 10. | Фиброоптический ковер настенный «Планеты» | В черное ковровое покрытие вплетены фиброоптические нити для создания иллюзии звездного неба. На ковре представлены изображения созвездий, россыпи звезд и планет. | Способствует развитию воображения, зрительного восприятия, концентрации внимания. Может применяться в ходе релаксационных занятий и занятий со сказочным сюжетом. |
| 11. | Декоративно-развивающая панель «Дерево» | Конструкция из многослойной фанеры в форме дерева, в основании которого пазы в виде лабиринтов, которые позволяют перемещать по ним подвижные элементы – цветочки и божьих коровок. | Служит для развития мелкой моторики, тактильных ощущений, умения прогнозировать, планировать свои действия. Посредством развития тактильных ощущений формируется творческое воображение, мышление, внимание, память, связная речь. |
| 12. | Лабиринт с пазом в виде спирали - балансир | Напольная конструкция из многослойной фанеры с пазом в виде спирали, по которой может перемещаться стеклянный шарик, если балансировать, стоя на конструкции ногами. | Качалку-балансир можно использовать для развития вестибулярного аппарата, двигательной координации детей и просто для получения положительных эмоций. Эффект раскачивания включает у ребенка механизмы саморегуляции и самобалансирования, в результате снимается напряжение во всей психоэмоциональной сфере. Таким образом, использование качалки-балансира стимулирует мозговые функции, развивает вестибулярный аппарат, координацию движений, чувство равновесия, общие и когнитивные способности, улучшает кровообращение и обмен веществ, успокаивает, повышает настроение, т.е. укрепляет здоровье. |
| 13. | Лабиринт с пазом в виде цветка | Конструкция из многослойной фанеры с пазом в виде цветка, который вращается. | Служит для развития навыков счета, цветовосприятия, пространственных представлений, способствует созданию соревновательного эффекта и хорошего настроения. |

***Пособия, используемые на занятиях:***

1. Набор карточек «Техники самоподдержки «Я верю, что…»

2. «Мастер сказок» Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева

3. Набор психологических открыток «Шаги к мудрости» Е.К. Климова

4. Набор психологических открыток «О природе и погоде»

5. Сборники рассказов, стихов.

6. Психотерапевтические сказки.

***Технические средства:***

1. Моноблок

2. Планшетный компьютер

3. Цифровой фотоаппарат

4. Видеофильмы и презентации, соответствующие тематике программы

***Требования к специалисту, реализующему программу:***

занятия по программе проводит квалифицированный педагог-психолог. Основные требования к ведущему: психологическая компетентность (психологическое образование, знание психологических особенностей обучающихся разных нозологий, владение методами и приемами работы с детьми с ОВЗ, владение методами и приемами работы в сенсорной комнате), наличие опыта коррекционно-развивающей работы, а также доброжелательность, открытость, эмоциональная устойчивость.

**Список литературы:**

1. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева и др. М.: Изд-во «Совершенство», 1998. - 352 с.
2. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.
3. Коррекционно-развивающие программы с использованием специального оборудования для детей и подростков: Методическое пособие / Под общей ред. Е.Е. Чепурных. – М. – Ярославль: Центр «Ресурс», 2002.
4. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для родителей: Психокррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – СПб.: Речь, 2007.
5. Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка. – СПб.: Речь, 2007.
6. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под общей ред. В.Л. Жевнерова, Л.Б. Баряевой, Ю.С. Галлямовой. – СПб.: ХОКА, 2007 – ч. 1: Темная сенсорная комната.
7. Фопель К.Как научить детей сотрудничать? Ч.1-3. М., 1998