

Аннотация к рабочей программе «Волшебный мир сенсорной комнаты»

Сенсорная комната – это организованная особым образом окружающая среда, состоящая из множества различного рода стимулов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и вестибулярного аппарата. Сочетание стимулов различной модальности (музыки, цвета, запахов) может оказать различное воздействие на психические и эмоциональное состояние ребенка – тонизирующее, стимулирующее, укрепляющее, восстановительное, успокаивающее, расслабляющее.

Цель программы – создать условия для коррекции эмоционально - волевой сферы, компенсации нарушенных функций и развития моторики учащихся.

Задачи программы:

- развитие умения выражать свои эмоции;
- коррекция и развитие сенсорной, эмоционально-волевой, познавательной сферы;
- развитие психоэмоциональной устойчивости и способности к саморегуляции;
- развитие внимания, воображения;
- развитие цветовосприятия;
- снятие психоэмоционального напряжения;
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие навыков рефлексии и вербализации эмоционального состояния;
- развитие общей и мелкой моторики.

Предполагаемый результат: умение понимать и принимать эмоциональное состояние, свое и окружающих, приобретение навыков произвольной саморегуляции, снятие эмоционального напряжения, улучшение внимания, воображения, сенсомоторных навыков, познавательной и эмоционально-волевой сфер.

Оценка эффективности: эффективность занятий по программе отслеживается посредством наблюдений психолога, педагогов, родителей.

Принципы комплектования группы и организации работы:

- добровольное участие;
- недирективность позиции взрослого;
- учет психофизических особенностей детей;

Количественный состав групп: оптимальное количество участников 5-7 человек, включая взрослых.

Форма занятий: групповая, индивидуальная.

Ориентировочная структура занятия:

1. Ритуал приветствия (установление контакта психолога с детьми, создание эмоционального настроения в группе)
2. Разминка (может состоять из растяжки, упражнений на тренировку дыхания, глазодвигательных упражнений, упражнений на развитие мелкой моторики рук)
3. Основная часть (направлена на решение задач данной программы, в нее входят упражнения функциональные, когнитивные, коммуникативные и релаксация)
4. Заключительная часть. Подведение итогов, обратная связь (рефлексия занятия).
5. Ритуал прощания.

При реализации программы используются следующие техники:

- когнитивно-поведенческие;
- арт-терапевтические;
- телесноориентированная терапия;
- игровые методы;
- сказкотерапия;
- цвето-светотерапия;
- направленное воображение;
- звукотерапия;
- психогимнастика;
- методы релаксации;
- уделяется внимание дыхательным упражнениям и обучению самомассажу.

Оборудование сенсорной комнаты:

- сухой интерактивный бассейн с шариками;
- музыкальный центр с набором CD-дисков;
- набор музыкальных инструментов;
- пучок волоконно-оптических волокон;
- тактильная дорожка;
- световая каскадирующая трубка «Фонтан»;
- воздушно-пузырьковая трубка «Малая»;
- панно настенное «Бесконечность»;
- световой стол для рисования песком с кнопками;
- тактильно-развивающие панели;
- стол – мозаика;
- панно потолочное «Звёздное небо»;
- волоконно-оптический сухой душ;

- панель «Тоннель света»;
- панель «Цветные фигуры-8»;
- приспособление для силовых упражнений (подтягивание груза);
- тренажёр «Двойной педало»;
- предметы игрового обихода с верхом из искусственной кожи.

Кроме того, на занятии потребуются альбомы, краски, карандаши, фломастеры.

Упражнения, используемые в занятиях, направлены на развитие у учащихся умения взаимодействовать в паре и группе, умения оказывать взаимопомощь в совместной деятельности, навыков рефлексии собственного эмоционального состояния и его вербализации, создают условия для проявления инициативы и положительного эмоционального отношения к совместной деятельности, коммуникативные навыки, повышают самооценку

Программа рассчитана на периодичность встреч один раз в неделю по 40 минут.