

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа пос. Ленинский муниципального района
Красноармейский Самарской области

«Рассмотрено» на заседании МО учителей начальных классов Протокол №1 от «29» августа 2023г. Руководитель МО О.А.Новикова	«Проверено» Зам. директора по УВР Тезикова Л.И. «30» августа 2023 г.	«Утверждено» И.о.директора ГБОУ СОШ пос. Ленинский Яннаева Л.Ф. Приказ № 1124 о/д от «30» августа 2023г.
--	--	--

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности**

«Волшебный мир сенсорной комнаты»

Класс 5

Количество часов по учебному плану 34 в год, 1 в неделю

Составлена на основе федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего и основного общего образования

Составитель Оленцевич Ирина Юрьевна

2023 год

Пояснительная записка

Есть только одна подлинная ценность-это связь человека с человеком.

А. де Сент-Экзюпери

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 выразить 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 фиброоптических 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»;

- фиброоптический 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.

Представленная программа занятий реализована в условиях темной сенсорной комнаты. Темная сенсорная комната – специально оборудованная полифункциональная интерактивная среда; специальное помещение, технические характеристики которого отвечают требованиям, предъявленным к использованию различных электроустановок. Одним из главных условий темной сенсорной комнаты является создание затемнения, достаточного для того, чтобы наблюдать световые эффекты. Все предметы, которые находятся в этой комнате, являются абсолютно безопасными при передвижении в полумраке и соответствуют мировым стандартам по цвету, форме и качеству.

Место курса «Волшебный мир сенсорной комнаты» в учебном плане - 34 часа
(1 час в неделю)

Содержание курса

5 класс

Вводное занятие. Мы снова встретились

Первичная диагностика.

Коррекция и развитие коммуникативных умений

повышение уверенности в себе, сплочение группы, повышение внутригруппового доверия, создание благоприятного психологического климата в группе.

В мире запахов

Коррекция и развитие восприятия, осязания.

Будь внимателен

Коррекция и развитие психических процессов

развитие внимания, воображения, тактильных ощущений.

Секреты нашей памяти

Коррекция и развитие психических процессов
развитие памяти, воображения, тактильных ощущений.

Давайте поразмышляем

Коррекция и развитие психических процессов
мышления, воображения, тактильных ощущений.

Мир эмоций

Коррекция и развитие эмоционального состояния, снижение эмоционального
напряжения, создание положительного эмоционального настроения, достижение состояния
релаксации.

Итоговое занятие

Итоговая диагностика.

Планируемые результаты обучения

- повысить познавательную активность детей;
- научить детей вступать и поддерживать контакт с окружающими;
- научить детей понимать и принимать эмоциональное состояние, своё и других людей;
- сформировать навыки произвольной саморегуляции;
- снизить уровень тревожности;
- сформировать умение действовать в группе;
- повысить работоспособность, снизить утомляемость;
- сформировать сенсорно-перцептивную способность ребенка.
- определять цель и последовательность выполнения развивающих заданий под руководством педагога-психолога;
- прилагать усилия для преодоления трудностей в выполнении заданий;
- самостоятельно планировать, осуществлять и контролировать результат собственной деятельности;
- уметь анализировать: выделять в объектах существенные и несущественные признаки;
- делать умозаключения и выводы на основе имеющихся данных;
- сознательно строить речевое высказывание в соответствии с задачами учебной коммуникации;
- задавать вопросы для получения ответа от собеседника.

Тематическое планирование

№	Название раздела	Кол – во часов
1	Вводное занятие. Повторение	2
2	Развитие восприятия и осязания	3
3	Развитие внимания	6
4	Развитие памяти	7
5	Развитие аналитико-синтетической деятельности	7
6	Развитие личностно-мотивационной сферы	8
8	Итоговое занятие.	1
	Итого	34