

УТВЕРЖДАЮ
Директор Центра ЦПМСС
Чапранцева С.В.
30.12.21 г.
Принято на педагогическом
Совете протокол № 5
от 30.12.21

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
для детей, нуждающихся в психолого- педагогической и медико-социальной
помощи Сортавальского муниципального района Республики Карелия
Центр психолого-медико-социального сопровождения**

Рабочая программа «Волшебное путешествие»

Составитель программы:
Педагог-психолог ЦПМСС
Рожкова С.В.

г. Сортавала 2021

1. Пояснительная записка программы «Волшебное путешествие»

1.1. Актуальность и перспективность программы

Детство – короткий отрезок в жизни человека, который имеет огромное значение для развития и становления личности. Это период, когда стремительно идет развитие познавательных процессов (памяти, воображения, мышления, речи), формируются основы личности, развивается эмоциональная сфера ребенка. В современном мире очень часто дети имеют большую нагрузку, посещая детский сад, школу и учреждения дополнительного образования. Также увеличиваются критерии оценки успешности детей в обучении. Растет количество негативной информации, которую дети получают от окружения и СМИ. Все это является источником стресса для детей, что влияет на развитие эмоциональной сферы. Данные последних лет свидетельствуют об увеличении количества детей имеющих трудности в развитии и поведении. У таких детей зачастую наблюдаются заниженная самооценка, неуверенность, застенчивость, они не могут проявить себя в группе, держатся обособленно от сверстников. Тревожный ребенок постоянно находится в подавленном состоянии, у него затруднены контакты с окружающим миром. Мир воспринимается как враждебный. Закрепляясь в процессе взросления, такая черта приводит к формированию заниженной самооценки. Такой человек, терзаемый постоянными сомнениями, не способен на серьезные жизненные достижения и, как следствие, социально дезадаптивен.

Таким образом, необходимость оказания психокоррекционной помощи и поддержки тревожным детям является одной из самых важных задач, которые решает психолог на сегодняшний день. Целью данной программы является коррекция тревожности и развитие эмоционально-волевой сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста, посредством обогащенной мультисенсорной среды.

Специфическое оборудование сенсорной комнаты, которое используется в данной программе, позволяет в привычном для детей пространстве выполнять разнообразные предметно-практические и игровые действия, сочетая двигательную и речевую активность. Этому способствуют определенные модули и стимуляторы, которые имеют привлекательный, красочный вид с различными подсветками и формами. Сенсорная комната – это среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния и вестибулярные рецепторы. Сенсорная комната помогает снимать мышечное и

психоэмоциональное напряжение, активировать функции ЦНС в условиях обогащенной мультисенсорной среды. Она создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность.

В коррекционной работе полифункциональная среда сенсорной комнаты – дополнительный и эффективный инструмент для развития детей. Кроме того, сенсорная комната обеспечивает быстрое установление эмоционального контакта между ребенком и взрослым, что повышает уровень доверия и уважения ребенка к взрослому и настраивает его на эффективную и результативную работу. В целом, сенсорная комната – это возможность расширения жизненного опыта детей, обогащения их чувственного мира. Таким образом, сенсорная комната является важным инструментом в работе психолога с детьми, имеющими проблемы в развитии, обучении, поведении, социальной адаптации, а также с детьми с ОВЗ.

1.2. Научное обоснование программы

В настоящее время преимущества сенсорных комнат в мировой науке и практике признаются учеными разных стран. Сенсорные комнаты организованы в Европе, включая страны СНГ, Азии, в США и Канаде.

Данная программа разработана на основе научно-теоретических положений культурно-исторической парадигмы Л. С. Выготского, согласно которой, развитие высших психических функций осуществляется в ходе социального взаимодействия, что означает, что специфические человеческие психические функции обусловлены его социальной природой. Процессы ощущения и восприятия также зависят от условий жизни и качества обучения, в ходе которого, ребенок усваивает общественный опыт, накопленный предшествующими поколениями.

В программе учитываются положения психологической теории деятельности, принятые в отечественной психологии, основанные на работах Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, А. Р. Лурии, А. В. Запорожца, П. Я. Гальперина и др.

Также в программе используются положения концепции сенсорно-перцептивного развития, разработанные в отечественной педагогике и психологии (Б. Г. Ананьев, А. Н. Леонтьев, А. Р. Лурия, А. В. Запорожец, Л. А. Венгер, В. С. Мухина и др.) и зарубежной педагогической практике (*Ф. Фребель, М. Монтессори*).

Методологическую основу программы составляют общие принципы коррекционно-развивающей работы.

Принцип единства диагностики и коррекции. Диагностика, проведенная перед началом занятий по программе, позволяет индивидуально подобрать актуальный уровень сложности заданий для каждого ребенка, чем достигается наибольшая коррекционная эффективность занятий.

Деятельностный принцип коррекции. Коррекция и развитие сенсорно - перцептивной сферы ребенка происходит в ходе направляемого психологом взаимодействия ребенка с оборудованием сенсорной комнаты. В ходе каждого занятия совершенствуются практические умения и навыки ребенка.

Принцип учета возрастных, психологических и индивидуальных особенностей ребенка. В зависимости от возраста детей, их индивидуально-психологических особенностей в структуре и содержании занятия производятся изменения, том числе регулируется уровень сложности и продолжительности занятий.

Принцип системности развития психологической деятельности. Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач. Системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и их развития.

Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком. Данный принцип реализуется в ходе индивидуальных консультаций психолога с воспитателями и родителями ребенка.

1.3. Направленность и уровень программы.

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Тип представленной программы - развивающая.

Назначение программы - программа особенно полезна детям:

- Тревожным, неуверенным;
- С плохой координацией;
- С речевыми нарушениями;
- С коммуникативными трудностями.

С помощью системы специально разработанных занятий происходит направленная коррекция и развитие сенсорно - перцептивной сферы. При этом учитываются индивидуальные особенности ребенка, что способствует общей гармонизации эмоционально-волевой сферы как важного условия развития ребенка с интеллектуальными нарушениями.

Цель программы: снижение уровня тревожности и развития эмоционально-волевой сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста, посредством обогащенной мультисенсорной среды.

Задачи:

- Профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- Создание положительного эмоционального состояния;
- Формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласования движений собственного тела;
- Осознание телесных ощущений и переживаемых чувств;
- Облегчение состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло;
- Формирование адекватной самооценки, преодоление страхов и агрессии;
- Отреагирование негативных эмоций;
- Обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния, внутреннего самоконтроля;
- Изменение агрессивных стереотипов поведения и формирование более адаптивных поведенческих паттернов;
- Развитие самосознания, повышение самооценности, усиление «Я» ребенка;
- Развитие эмоционального самовыражения.

1.4. Адресат.

Программа предназначена для детей 5 – 8 лет с признаками повышенной тревожности, заниженной самооценкой, трудностями в общении со сверстниками.

1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации.

Программа включает в себя 30 занятий. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю продолжительностью 30 - 40 минут.

Программа реализуется в течение учебного года с момента поступления запроса от родителей или законных представителей ребенка.

Уровень программы: развивающий.

Продолжительность занятия зависит от возраста детей и варьируется от 30 до 40 минут.

Форма обучения: очная. При изменении условий обучения, допускается применение дистанционных образовательных технологий.

Форма проведения занятий: индивидуальная.

Количество занятий в неделю: 1 или 2 занятия с психологом в неделю.

1.6. Планируемые результаты реализации программы

- Улучшение показателей тревожности;
- Преодоление коммуникативных барьеров;
- Стабилизация эмоционального состояния;
- Приобретение навыков саморегуляции.

1.7. Система оценки достижения планируемых результатов

Система оценки достижения планируемых результатов включает в себя индивидуальную диагностику эмоциональной сферы, наблюдение за ребенком в различных ситуациях, беседа с родителями и педагогами.

Диагностика уровня тревожности у детей включает в себя следующие методики:

- Методика Темпла Р. , В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо»;
- Методика А.Захарова «Страхи в домиках»;
- Рисуночная методика «Рисунок семьи»;
- Рисуночная методика «Кактус»;
- Рисуночная методика «Дом - дерево – человек»;
- Тест А.Щур «Лесенка»;
- Тест Люшера;
- Наблюдение за ребенком в различных жизненных ситуациях;
- Беседа;
- Тестирование родителей «признаки тревоги у ребенка».

Сравнение показателей по результатам тестирования, качеству прохождения повторяющихся заданий и результатам наблюдения за ребенком на различных этапах участия ребенка в программе является показателем успешности и эффективности программы.

2. Учебный план программы «Волшебное путешествие»

№	Наименование этапа	Кол-во часов	Содержание работы	Количество теоретических часов	Количество практических часов
1	Подготовительный	1	Индивидуальное консультирование родителей по выявлению трудностей у детей. Информирование родителей о целях и задачах программы. Проведение первичной диагностики эмоциональной сферы ребенка.	0	1
2	Основной	27 ч.	Индивидуальная работа с ребенком.	8,1	19,9
		1	Промежуточная диагностика		
3	Заключительный	1	Проведение итоговой диагностики эмоциональной сферы ребенка. Индивидуальное консультирование родителей по показателям динамики развития критериев. Заполнение анкет обратной связи.	0	1
ИТОГО		30		8,1	21,9

3. Учебно – тематический план основного этапа программы

Номер занятия	Тема занятия	Задачи	Кол – во часов	Количество теоретических часов	Количество практических часов	Методическое обеспечение	Форма контроля
1	Первичная диагностика	Исследование эмоциональной сферы	1	0	1 час	Методика Темпла Р. , В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо»;	

						<p>Методика А.Захарова «Страхи в домиках»; Рисуночная методика «Рисунок семьи»; Рисуночная методика «Кактус»; Рисуночная методика «Дом - дерево – человек»; Тест А.Щур «Лесенка»; Тест Люшера; Наблюдение за ребенком в различных жизненных ситуациях; Беседа; Тестирование родителей «признаки тревоги у ребенка».</p>	
2	«Морское путешествие»	Знакомство, установление контакта, снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции.	1 ч.	0,3	0,7	<p>Магнитофон, аудиозапись «Стихия воды», сенсорная дорожка, кресло-подушка, колпачки, повязка на глаза, «островки», счетные палочки, набор игрушек, пузырьковая колонна.</p>	Наблюдение
3	«Волшебный лес»	Снятие мышечного напряжения, снижение	1ч.	0,3	0,7	<p>Магнитофон, релаксационная аудиозапись,</p>	Наблюдение

		тревоги, развитие экспрессии.				тактильная дорожка, кресло-подушка, картинки-половинки, мячи-ежики, сухой бассейн, световой стол с песком, кисточка.	
4	«Волшебные камни»	Развитие познавательного интереса, снижение тревоги, развитие воображения, снятие мышечного напряжения.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, ладошки, сухой душ, тактильная панель, камни Марблс, цветные домики, световой стол с песком, кисточка. Лабиринты, картинки дерева, бабочки и цветка, игровое поле.	Наблюдение
5	«Космическое путешествие» часть 1	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, цветные мячи, сухой бассейн, световой стол с песком, кисточка, звездная сеть, кривое зеркало, три ладошки,	Наблюдение

						парные картинки, разрезная картинка ракета.	
6	«Космическое путешествие» часть 2	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, сухой душ, звездная сеть, маленькие массажные мячики, напольный ковер «Млечный путь», мячи-гиганты, звездочки, клей, плакат «Звездное небо», ножницы, карандаши, панно «Звездное небо».	Наблюдение
7	«Волшебный сад»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, зеркальный шар, цветы, картинки с животными и птицами, веревка, маленькие массажные мячики.	Наблюдение
8	«Полет птицы»	Снятие эмоционального напряжения,	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная	Наблюдение

		освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка.				аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, световой проектор с цветными вращающимися эффектами «Жар-птица», игра «Чья тень», карандаши, бумага, мяч, подушки, обруч.	
9	«Мой веселый звонкий мяч»	Снижение эмоционального напряжения, снижение мышечного тонуса, развитие саморегуляции.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, мячи, мячи-гиганты, лабиринты, массажные мячики.	Наблюдение
10	«Путешествие к солнышку»	Снижение эмоционального напряжения, снижение мышечного тонуса, развитие саморегуляции	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, зеленый и синий мяч, звездная сеть, разрезанное солнышко, светильник «Релакс», сухой душ, светильник «Звездный дождь», цифры с заданиями, колокольчик,	Наблюдение

						повязка на глаза, кубики Кооса.	
11	«Сказочное путешествие»	Снижение эмоционального напряжения через манипуляции с предметом страха, осознание страха через сенсорные каналы, перевод негативных переживаний в позитивные, повышение психического тонуса.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, лото настроений, волшебная палочка, фигурки зверей, черная метка, бумага, карандаши, заготовка оберега.,	Наблюдение
12	«Путешествие в осенний лес»	Снижение эмоционального напряжения, снижение мышечного тонуса, развитие саморегуляции.				Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, , осенние листья, картинки с осенними пейзажами, , шифоновый конструктор, камушки марблс.	Наблюдение
13	Путешествие в страну чувств - 1	Снижение эмоционального напряжения, развитие эмоционального интеллекта, формирование навыков самоконтроля.	1	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, пиктограммы эмоции, бумага для рисования, цветные карандаши.	Наблюдение
14	Путеш	Снижение	1	0,3	0,7	Магнитофон,	Наблюден

	ествие в страну чувств - 2	эмоционального напряжения, развитие эмоционального интеллекта, формирование навыков самоконтроля.				релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, пиктограммы эмоции, бумага для рисования, цветные карандаши.	ие
15	«Путешествие по тропе страхов» 1	Снижение эмоционального напряжения, снятие психомышечного напряжения, развитие саморегуляции, отработка страхов.	1	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, пиктограмма страх, бумага для рисования, цветные карандаши, кинетический песок.	Наблюдение
16	Промежуточная диагностика.	Исследование эмоциональной сферы	1	0	1	Методика Темпла Р. , В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо»; Методика А.Захарова «Страхи в домиках»; Рисуночная методика «Рисунок семьи»; Рисуночная методика «Кактус»; Рисуночная методика «Дом - дерево – человек»; Тест А.Щур	

						«Лесенка»; Тест Люшера; Наблюдение за ребенком в различных жизненных ситуациях; Беседа; Тестирование родителей «признаки тревоги у ребенка».	
17	«Путешествие по тропе страхов» 2	Снижение эмоционального напряжения, снятие психомышечного напряжения, развитие саморегуляции, отработка страхов.	1	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, пиктограмма страх, бумага для рисования, цветные карандаши, кинетический песок.	Наблюдение
18	Путешествие к волшебному морю»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, сухой бассейн, световой стол с песком, кисточка, шифоновый конструктор, камушки марблс.	Наблюдение
19	Путешествие в страну желани	Снятие эмоционального напряжения, развитие саморегуляции,	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная	Наблюдение

	й	повышение самооценности и значимости ребенка, формирование позитивного мышления.				дорожка, кресло-подушка, лампа Алладина световой стол с песком, кисточка, бумага для рисования, краски.	
20	Путешествие в школу	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, профилактика школьных страхов, развитие саморегуляции, формирование позиции школьника.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, Колокольчик, указка, азбука, тетрадь, меловая доска, цветные мелки., тематические картинки «школа».	Наблюдение
21	«Цветик – семицветик»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка, формирование позитивного мышления.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, шифоновый конструктор, шаблон цветка с 7 лепестками, фломастеры, цветные карандаши.	Наблюдение
22	Моя семья - 1	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка,	Наблюдение

		саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка, формирование позитивного мышления.				кресло-подушка, тематические картинки, фотографии на тему «семья», шаблоны членов семьи, цветные карандаши, фломастеры.	
23	Моя семья - 2	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка, формирование позитивного мышления.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, тематические картинки, фотографии на тему «семья», шаблоны членов семьи, цветные карандаши, фломастеры.	Наблюдение
24	«Ночное путешествие» 1	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, проработка страха темноты.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, цветные мячи, сухой бассейн, световой стол с песком, кисточка, штора, блокирующая свет, фонарик.	Наблюдение
25	«Ночное путешествие»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись,	Наблюдение

	2	негативных эмоций, развитие саморегуляции, проработка страха темноты.				тактильная дорожка, кресло-подушка, цветные мячи, сухой бассейн, световой стол с песком, кисточка, штора, блокирующая свет, фонарик.	
26	«Весеннее путешествие»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка, формирование позитивного мышления.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, тематические картинки «весна», бумага для рисования, фломастеры, цветные карандаши, цветной песок.	Наблюдение
27	«Волшебные цветы»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, шифоновый конструктор, камушки марблс, гофрированная бумага, шелковые ленточки. Сухой дождь.	Наблюдение
28	«Радуга»	Снятие эмоционального напряжения,	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная	Наблюдение

		освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка.				аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, шифоновый конструктор, камушки марблс, гофрированная бумага, шелковые ленты. Сухой дождь. Тематические карточки «лето», бумага для рисования.	
29	«Летнее путешествие»	Снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции, повышение самооценности и значимости ребенка.	1ч.	0,3	0,7	Магнитофон, релаксационная аудиозапись, тактильная дорожка, кресло-подушка, шифоновый конструктор, камушки марблс, гофрированная бумага, шелковые ленты. Сухой дождь.	Наблюдение
30	Итоговая диагностика	Исследование эмоциональной сферы .	1	0	1	Методика Темпла Р. , В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо»; Методика А.Захарова «Страхи в домиках»; Рисуночная методика «Рисунок семьи»; Рисуночная	

						<p>методика «Кактус»; Рисуночная методика «Дом - дерево – человек»; Тест А.Щур «Лесенка»; Тест Люшера; Наблюдение за ребенком в различных жизненных ситуациях; Беседа; Тестирование родителей «признаки тревоги у ребенка».</p>	
ИТОГО			30	8,1	21,9		

4. Содержание основного этапа рабочей программы

Занятие №1 «Морское путешествие».

Цель: знакомство, установление контакта, снятие эмоционального напряжения, освобождение от негативных эмоций, развитие саморегуляции.

Оборудование: Магнитофон; аудиозапись «Стихия воды»; сенсорная дорожка; кресло-подушка; колпачки; повязка на глаза; «островки»; счетные палочки; набор игрушек; пузырьковая колонна.

Ход занятия: В течение всего занятия звучит релаксационная музыка.

Ведущий: «Здравствуй. Сегодня мы отправляемся в увлекательное морское путешествие».

1. Упражнение морское дно». Перед ребенком лежит сенсорная дорожка, ему необходимо пройти сначала ногами, потом потрогать руками. Ведущий: «Давай представим, что это морское дно, пройдем по нему. Какое оно? На что похоже? Что тебе больше понравилось? А теперь потрогаем руками».

2. Упражнение «Ветерок». Ведущий показывает движение, ребенок повторяет:

Я ветер сильный, я лечу

Лечу, куда хочу! (руки опущены, ноги расставлены, вдох через нос)

Хочу налево посвищу (повернуть голову влево, губы трубочкой и подуть)

Могу подуть на право (голова прямо, вдох, голова направо, губы трубочкой, выдох)

Могу и вверх (голова прямо, вдох через нос, выдох через губы трубочкой)

И в облака (голову опустить, голову прижать к груди, спокойный выдох через рот)

Ну а пока я тучи разгоняю (круговые движения рук).

3. Упражнение «Переправа». Ребенку завязывают глаза, ведущий должен провести ребенка через различные препятствия.

4. Упражнение «Кораблик».

Стало палубу качать

Ногу к палубе прижать!

Крепко ногу прижимаем

А другую – расслабляем!

5. Упражнение «Морячок». Ведущий спрашивает: «Кто управляет кораблем? Кто помогает капитану? Сейчас мы и проверим, какой ты капитан. Будем выполнять разные задания».

5. Система условий реализации программы «Волшебное путешествие»

5.1. Структура и содержание программы

Содержание программы (общая характеристика)

Структура программы состоит из трех этапов: подготовительный, основной и заключительный.

На подготовительном этапе осуществляется:

- индивидуальное консультирование родителей;
- индивидуальная диагностика эмоциональной сферы ребенка.

Основной этап предполагает проведение индивидуальных занятий с ребенком в сенсорной комнате. Основной этап программы «Волшебное путешествие» реализуется в течение учебного года с момента поступления запроса от родителей или законных представителей ребенка.

Заключительный этап включает в себя:

- индивидуальное консультирование родителей;
- индивидуальная диагностика эмоциональной сферы ребенка.

Структура занятия:

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1. Вводная.

Цель вводной части занятия - настроить ребенка на совместную работу, установить эмоциональный контакт. Основные процедуры работы - приветствие, объявление темы «путешествия», прохождение по сенсорной дорожке.

Часть 2. Рабочая.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной сферы ребенка.

Часть 3. Завершающая.

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы. Здесь предусматривается проведение игры – релаксации и «возвращение из путешествия» через тактильную дорожку.

5.2. Основные методы и технологии:

Каждое занятие обязательно включает в себя методы, приемы и процедуры, способствующие саморегуляции детей, снижению мышечного напряжения, снижению тревоги, а именно:

- элементы психогимнастики;
- элементы сказкотерапии;
- элементы арт-терапии;
- музыка-терапия;
- элементы песочной терапии;
- тактильные игры;
- игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
- упражнения на мышечную релаксацию;
- двигательные упражнения;
- чтение детских стихов с чередованием движений, темпа и громкости речи.

5.3. Показания и противопоказания к применению

Показания к применению:

- Заявление родителей;
- Дети с повышенной тревожностью;
- Дети с низкой самооценкой;
- Дети, испытывающие трудности межличностного общения.

Основанием для зачисления на курс коррекционно-развивающих занятий могут являться результаты психологического обследования, рекомендации педагогов, пожелание родителей.

Противопоказаниями для проведения занятий в сенсорной комнате являются глубокая умственная отсталость и наличие инфекционных

заболеваний. Также ограничениями к занятиям являются психиатрические заболевания.

5.4. Требования к условиям реализации программы

Требования к педагогу-психологу, работающему по программе:

- Психологическая компетентность (психологическое образование);
- Наличие знаний и опыта работы;
- Доброжелательность, открытость;
- Ответственность за жизнь и здоровье детей;
- Соблюдение гигиенических правил.

Занятия проводятся в сенсорной комнате.

Оснащение сенсорной комнаты:

- Мягкое кресло-подушка;
- Световой мерцающий ковер «Млечный путь»;
- Магнитофон и набором аудиозаписей музыки для релаксации;
- Мячи: колючие мячики, набор мячей гигантов, цветные мячики, мягкие мячики;
- Зеркальный шар;
- Мягкий сухой бассейн;
- Световой стол с песком;
- Пузырьковая колонна;
- Тактильная дорожка;
- Детские подушечки с гранулами;
- Сенсорная тропа для ног;
- Сухой душ;
- Проектор «Жар-птица»;
- Панно «Звездное небо»;
- Панно «Кривое зеркало»;
- Пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь».

6. Список литературы

1. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. - СПб.: Издательство «Союз», 2004. – 336с.
2. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – М.: Академия, 2005.
3. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми, СПб.: 2001.
4. Краснощекова Н.В. Диагностика и развитие личностной сферы детей старшего школьного возраста. Тесты, игры, упражнения. \Н.В. Краснощекова. – Ростов-на-Дону.: Феникс, 2006. – 299с.
5. Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет: диагностика, занятия, рекомендации \ автор-составитель Н.Ф. Иванова. – Волгоград: Учитель, 2009. – 191с.
6. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья \ Под ред. В.Л. Жевнерова, Б.Л. Баряевой, Ю.С. Галлямовой. – СПб.: ХОКА, 2007. – 416с.
7. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате. – АРКТИ: СПб, 2009.
8. Царева Ю.В. Коррекция поведенческих нарушений у детей: Сборник упражнений и игр – М.: Издательство «Книголюб», 2007. – 48с.
9. Хухлаева О. Учимся выражать свои чувства \ О. Хухлаева \ Школьный психолог – 2001, 2002. - № 40, 41, 46, 6, 10, 11.
10. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: Валерии СПД; М.: ТЦ Сфера, 2002. – 112с.