

Управление образования г. Канска
муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
«31» августа 2022
Протокол № 1

Утверждаю:
И.о. директора
Ситникова О.Н.
Приказ № 101/22
от «01» сентября 2022г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 3f411d3a2ff0d315f9b3bd87d55f8ffa
Владелец: Ситникова Ольга Николаевна
Действителен: с 25.07.2022 до 18.10.2023

Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«Песочные приключения»
для детей с ОВЗ

Уровень программы: базовый
Направленность программы:
Социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Составитель программы:
Корсакова Анна Вячеславовна,
педагог дополнительного образования

Канск, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Список литературы

Приложение №1

Приложение № 2

Приложение № 3

ПАСПОРТ
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Песочные приключения» для детей с ОВЗ

Наименование муниципалитета	город Канск Красноярского края
Наименование организации	МБУ ДО ДДТ
ИД-номер программы в АИС «Навигатор»	
Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Песочные приключения» для детей с ОВЗ
Механизм финансирования	ПФДО
Ф.И.О. автора (составителя) программы	Корсакова Анна Вячеславовна, педагог дополнительного образования
Краткое описание программы	Программа решает одну из наиболее важных и сложных задач современного обучения – формирование саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ОВЗ, необходимой для эффективного выполнения ими учебной (или иной другой) деятельности, направленной на управление своим психоэмоциональным состоянием. В конечном итоге это будет способствовать более успешной адаптации каждого ребенка в обществе.
Форма обучения	очная
Уровень содержания	базовый
Продолжительность освоения	1 год (72 часа)
Возрастная категория	7-10 лет
Цель программы	Развитие саморегуляции у детей с проблемами в эмоционально-волевой сфере посредством песочной терапии
Задачи программы	Предметные (обучающие): - формировать пространственные ориентировки; - обогащать представления детей об окружающих природных материалах и их свойствах; - корректировать недостатки познавательной деятельности обучающихся путем систематического и целенаправленного формирования у них полноценного восприятия формы, величины

	<p>рисунков, расположения их в пространстве.</p> <p>Личностные (воспитательные):</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать терпеливость, работоспособность, самостоятельность; - формировать навыки контроля и начальные навыки самоконтроля; - формировать способность осознавать и выражать свое эмоциональное состояние; <p>Метапредметные (развивающие):</p> <p>В рамках метапредметных задач в образовательном процессе для учащихся с ОВЗ реализуются коррекционно-развивающие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать мелкую пальцевую моторику и целенаправленные движения (точные координированные движения кисти руки и пальцев); - развивать статистическую и динамическую координацию движений пальцев рук, ритмическую организацию и переключаемость движений рук; - совершенствовать зрительно-двигательную координацию; - формировать точность и целенаправленность движений и действий; - развивать сниженное и утраченное тактильное ощущение и закреплять сенсорные эталоны; - развивать воображение и фантазию; - развивать эмоционально-выразительные движения и коммуникативные навыки; - закрепить методы и приемы саморегуляции
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>Предметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет основами знаний по программе, имеющими практическую направленность, умеет применять эти знания; - сформированы пространственные ориентировки; имеет представления об окружающих природных материалах и их свойствах; - сформировано полноценное восприятие формы, величины рисунков, расположение их в пространстве; <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет навыками самообслуживания при выполнении заданий; - имеет достаточный уровень развития

	<p>познавательных функций, умеет бесконфликтно общаться со сверстниками в различных ситуациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляет к окружающим доброту, вежливость, честность и порядочность; - проявляет работоспособность и терпение; - адекватно оценивает свои реальные и потенциальные возможности, готов к самоутверждению и самореализации в жизни под руководством педагога; - способен осуществлять самооценку и самоконтроль под руководством педагога. <p>Метапредметные (коррекционно-развивающие):</p> <ul style="list-style-type: none"> - улучшено состояние мелкой пальцевой моторики, целенаправленных (точных координированных движений кисти руки и пальцев); - улучшено состояние статической и динамической координации движений пальцев рук, ритмической организации и переключаемости движений рук; - сформирована точность и целенаправленность движений и действий; - развито тактильное ощущение и закреплены сенсорные эталоны; - развиты воображение и фантазия; - развиты эмоционально-выразительные движения и коммуникативные навыки; - закреплены методы и приемы саморегуляции
Особые условия	предназначена для детей с ОВЗ
Материально-техническая база	<p>Материально-техническое и информационное обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - песок; - деревянная песочница для песочной терапии, стол со специальным стеклом, оснащенный подсветкой; - антистатик; - музыка (аудио и видеозаписи - релакс); - подборка сюжетных картинок (в соответствии с темой занятия); - сюрпризные моменты; - дополнительный инструментарий (палочки, гребешки, пластиковые вилки, массажные мячики, различные фигурки и др.); - медиаресурсы, презентации, картотеки игр,

	наглядно-дидактический материал Кадровое обеспечение: Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее педагогическое образование, прошедшим обучение по курсу «Инклюзивное обучение в организациях дополнительного образования»
--	---

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

- Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273;
- Федерального проекта «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3).
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 N 996-р;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 09 ноября 2018 N 196);
- рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств - письмо Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ;
- методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) – Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» «Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения. отдыха и оздоровления детей и молодежи»; .

- Устава муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Песочные приключения» имеет социально-педагогическую *направленность* и предназначена для детей младшего школьного возраста с ОВЗ в эмоционально-волевой сфере.

Актуальность программы заключается в том, что проблема обучения, воспитания и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья является актуальной в целом для России, поскольку число таких детей за последние годы резко возросло. Поэтому сегодня необходимо акцентировать внимание на социальном заказе государства, связанного с необходимостью выявления детей с ограниченными возможностями здоровья и их подготовки к жизни в быстро меняющихся условиях, их интеграции в общество. Данная программа нацелена на создание системы помощи детям с ОВЗ и их семьям и способствует иной организации дальнейшего образования детей.

Педагогическая целесообразность программы заключается в последовательном прохождении курса обучения, обеспечении целенаправленного педагогического воздействия, благотворно влияющего на развитие ребенка. Программа решает одну из наиболее важных и сложных задач современного обучения – формирование саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ОВЗ, необходимой для эффективного выполнения ими учебной (или иной другой) деятельности, направленной на управление своим психоэмоциональным состоянием. Вовлечение детей с ОВЗ в творческий процесс, в котором дети получают возможность проявить самостоятельность, инициативу, активность, у детей формируются волевые качества, развивается выносливость. В рамках моей программы у детей с ОВЗ пробуждается интерес и понимание к новой творческой деятельности, постепенно осознавая, что они такие же дети, как и все. В конечном итоге это будет способствовать более успешной адаптации каждого ребенка в обществе.

Новизна и отличительные особенности состоит в том, что педагог дополнительного образования проводит занятия с песком, которые помогают детям в адаптации и реабилитации, и являются средством самовыражения, психологической разгрузки.

Адресат программы – дети 7-10 лет с ОВЗ в эмоционально-волевой сфере. Их возрастные и психосоставляющие характеристики:

- эмоциональная сфера характеризуется незрелостью и существенным недоразвитием. Это проявляется в неустойчивости настроений и эмоций, быстрой их смене, легком возникновении эмоционального возбуждения и плача, иногда — немотивированных проявлениях аффекта. Нередко у детей возникает состояние беспокойства;

- обучающимся с нарушением интеллекта свойственна инертность, отсутствие интереса к окружающему, и поэтому эмоциональный контакт со

взрослыми, потребность в общении у ребёнка часто совсем не возникает. В результате не формируется основа для сотрудничества со взрослым, что негативно отражается на всём познавательном и личностном развитии ребёнка;

- ученик, имеющий трудности в обучении, соответственно имеет низкий психологический статус и нуждается в психокоррекционной поддержке.

Объем и сроки освоения образовательной программы

Программа реализуется в течение 1 года с расчетом на 36 учебных недель, общее количество часов- 72.

Форма обучения по программе – очная. Состав группы обучающихся – постоянный.

Организационные формы обучения: всем составом, групповые, индивидуальные.

Режим занятий:

Продолжительность занятия	Периодичность	Количество учебных недель	Количество учебных часов
25 минут	2 раза в неделю	36	72

1.2. Цель и задачи программы.

Цель: развитие саморегуляции у детей с проблемами в эмоционально-волевой сфере посредством песочной терапии.

Задачи:

Предметные (обучающие):

- формировать пространственные ориентировки;
- обогащать представления детей об окружающих природных материалах и их свойствах;

- корректировать недостатки познавательной деятельности обучающихся путем систематического и целенаправленного формирования у них полноценного восприятия формы, величины рисунков, расположения их в пространстве;

Личностные (воспитательные):

- воспитывать терпеливость, работоспособность, самостоятельность;
- формировать навыки контроля и начальные навыки самоконтроля;
- формировать способность осознавать и выражать свое эмоциональное состояние;

Метапредметные (развивающие):

В рамках метапредметных задач в образовательном процессе для учащихся с ОВЗ реализуются коррекционно-развивающие задачи:

- развивать мелкую пальцевую моторику и целенаправленные движения (точные координированные движения кисти руки и пальцев);
- развивать статистическую и динамическую координацию движений пальцев рук, ритмическую организацию и переключаемость движений рук;
- совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- формировать точность и целенаправленность движений и действий;
- развивать сниженное и утраченное тактильное ощущение и закреплять сенсорные эталоны;
- развивать воображение и фантазию;
- развивать эмоционально-выразительные движения и коммуникативные навыки

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Раздел	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
	Вводное занятие. Мониторинг	1	1		тестирование
1.	Упражнения на формирование способности осознавать и выражать свое эмоциональное состояние.	8	1	7	наблюдение
2.	Упражнения на снятие эмоционального напряжения	11	1	10	наблюдение
3.	Упражнения на коррекцию эмоционального состояния.	8	1	7	наблюдение
4.	Упражнения на развитие эмоционально-выразительных движений и коммуникативных навыков. Промежуточный мониторинг.	8	1	7	наблюдение; цветовой тест Люшера
5.	Упражнения на развитие сниженного и утраченного тактильного ощущения.	11	1	10	наблюдение
6.	Упражнения на снижение эмоционального напряжения; разрядка агрессивных импульсов, тревоги.	10	1	9	наблюдение
7.	Упражнения на избавление от страхов и агрессии.	12	1	11	наблюдение
8.	Упражнения на закрепление	2	1	1	наблюдение

	приемов саморегуляции.				
	Итоговое занятие. Мониторинг.	1	1		фотовыставка творческих работ
	Итого:	72	10	62	

Примечания к учебному плану

1. Оценка качества реализации образовательной программы включает в себя входную проверку знаний по предмету и итоговую аттестацию обучающихся.

2. Входная проверка знаний, промежуточная и итоговая аттестация проводится в форме контрольного задания и теста.

3. По завершении изучения учебных предметов по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляются баллы, которые заносятся в протокол итоговой аттестации по программе.

Содержание учебного плана

Раздел	Темы занятий
	Вводное занятие. Мониторинг (1 ч)
Упражнения на формирование способности осознавать и выражать свое эмоциональное состояние. (8 ч)	Упражнение «Отпечаток». Упражнение «Я рисую мир». Игра-забава «Найди сюрприз». (2 ч)
	Упражнение «Что спряталось на дне песка?». Упражнение «Волшебный песок». Игровая ситуация «Чьи это следы?» (2 ч)
	Упражнение «Я не знаю». Игра «Раздумье». Упражнение «Я рисую свои мысли». (2 ч)
	Упражнение «Дождик из песка». Упражнение «Я рисую мир». Игра «Прятки». (2 ч)
Упражнения на снятие эмоционального напряжения. (11 ч)	Упражнение «Крокозябла». Упражнение «Песочный круг». Игровая ситуация «Идут медведи». (3 ч)
	Упражнение «Песочные прятки». Упражнение «Дорожки из камушков». Игра-забава «Разные следы». (3 ч)
	Упражнение «Минута разговора». Игра «Волшебные шарики». Упражнение «Водопад». (2 ч)
	Упражнение «Следы на песке». Упражнение «Разговор с руками». Игровая ситуация «Найди сюрприз». (3 ч)
Упражнения на коррекцию эмоционального состояния. (8 ч)	Упражнение «Построить мир» (Моя семья). Сюжетная игра «Строим дорожку». Свободное рисование. (2 ч)
	Упражнение «Построить мир» (Мои друзья). Рассказывание сказки «Дружба героев песочной страны». Свободное

	рисование. (2 ч)
	Упражнение «Построить мир» (Мое будущее). Свободное рисование. (2 ч)
	Упражнение «Пальцы ходят по песку». Упражнение «Необыкновенные следы». Игровая ситуация «Игра на пианино». (2 ч)
Упражнения на развитие эмоционально-выразительных движений и коммуникативных навыков. (8 ч)	Упражнение «Любопытные жители «песочного двора»». Сюжетная игра «Строим дорожку». Упражнение «Узоры на песке». (2 ч)
	Упражнение «Что спряталось на дне песка?». Беседа о дружной семье «песочного двора». Игровая ситуация «Чьи это следы?». (2 ч)
	Рассказывание сказки о «песочной стране». Дидактическая игра «Нарисуй похожее». Сюжетная игра «Гонки на песке». (2 ч)
	Беседа о дружной семье в «песочном дворе». Упражнение «Змейки». Игровая ситуация «Прыгают зайцы». (2 ч). Промежуточный мониторинг
Упражнения на развитие сниженного и утраченного тактильного ощущения. (11 ч)	Упражнение «Помоги мне разобраться». Игра «Я могу». Упражнение «Рисуем на песке». (3 ч)
	Упражнение «Скользи ладонями по поверхности песка». Упражнение «Отпечатки наших рук». Дидактическая игра «Нарисуй как я». (3 ч)
	Упражнение «Погружение в песок». Упражнение «Песочный дождик». (2 ч)
	Упражнение «Узоры на песке». Упражнение «Волшебное исчезновение». Игровая ситуация «Идут медведи». (3 ч)
Упражнения на снижение эмоционального напряжения; разрядка агрессивных импульсов, тревоги. (10 ч)	«Птицы Песочной страны» (1 ч)
	«Морские жители Песочной страны» (1 ч)
	«Домашние животные Песочной страны» (1 ч)
	«Дикие животные Песочной страны» (1 ч)
	«Животные жарких стран» (1 ч)
	«Путешествие Песочной улитки» (1 ч)
	«Города и дома жителей Песочной страны» (1 ч)
	«Транспорт жителей Песочной страны» (1 ч)
«Эмоции жителей Песочной страны» (1 ч)	
«Сказочные герои Песочной страны» (1 ч)	
Упражнения на избавление от страхов и агрессии. (12 ч)	Упражнения на песке. Тема «Я горжусь». (2 ч)
	Метод саморегуляции при помощи глазодвигательных упражнений. Тема «Я волнуюсь». (2 ч)
	Тема «Я сержусь». Метод саморегуляции при помощи дыхания. (2 ч)
	Тема: «Я расстраиваюсь». Метод саморегуляции через

	рисунок. (2 ч)
	Тема: «Я злюсь». Метод саморегуляции при помощи физических упражнений. (2 ч)
	Тема: «Я боюсь». Метод саморегуляции через рассказ. (2 ч)
Упражнения на закрепление приемов саморегуляции. (2 ч)	Упражнение «Кто в домике живет». Упражнение «Угадай на ощупь». Игровая ситуация «Найди сюрприз» (2 ч)
	Итоговое занятие. Мониторинг (1 ч)
Итого:	72 аса

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- владеет основами знаний по программе, имеющими практическую направленность, умеет применять эти знания;
- сформированы пространственные ориентировки;
- имеет представления об окружающих природных материалах и их свойствах;
- сформировано полноценное восприятие формы, величины рисунков, расположение их в пространстве;

Личностные:

- владеет навыками самообслуживания при выполнении заданий;
- имеет достаточный уровень развития познавательных функций, умеет бесконфликтно общаться со сверстниками в различных ситуациях;
- проявляет к окружающим доброту, вежливость, честность и порядочность;
- проявляет работоспособность и терпение;
- адекватно оценивает свои реальные и потенциальные возможности, готов к самоутверждению и самореализации в жизни под руководством педагога;
- способен осуществлять самооценку и самоконтроль под руководством педагога.

Метапредметные (коррекционно-развивающие):

- улучшено состояние мелкой пальцевой моторики, целенаправленных (точных координированных движений кисти руки и пальцев);
- улучшено состояние статической и динамической координации движений пальцев рук, ритмической организации и переключаемости движений рук;
- сформирована точность и целенаправленность движений и действий;
- развито тактильное ощущение и закреплены сенсорные эталоны;
- развиты воображение и фантазия;
- развиты эмоционально-выразительные движения и коммуникативные навыки;
- закреплены методы и приемы саморегуляции

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Срок обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	15.09.	31.05	36	72	72	2 раза в неделю по 1 занятию

В целях реализации программы «Песочные приключения» установлены общие временные сроки по продолжительности учебного года, каникулярного времени, академического часа: продолжительность учебного года в объеме 36 недель, продолжительность учебных занятий 36 недель, в течение учебного года продолжительность каникул (зимние) - не менее 1 недели. Продолжительность летних каникул - не менее 12 недель. Учебный период с 15.09 по 31.05. Набор в группы 1 года обучения 2 недели (1.09-14.09).

2.2. Условия реализации программы

Занятия с педагогом дополнительного образования проводятся в учебных кабинетах, оборудованных песочницами и световым столом.

Материально-техническое и информационное обеспечение:

- песок;
- деревянная песочница для песочной терапии;
- (стол со специальным стеклом, оснащенный подсветкой);
- антистатик;
- музыка (аудио и видеозаписи - релакс);
- подборка сюжетных картинок (в соответствии с темой занятия);
- сюрпризные моменты;
- дополнительный инструментарий (палочки, гребешки, пластиковые вилки, массажные мячики, различные фигурки и д.);
- медиаресурсы, презентации, картотеки игр, наглядно-дидактический материал

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее педагогическое образование, который прошел обучение по курсу «Инклюзивное обучение в организациях дополнительного образования».

2.3. Формы аттестации

Вводный, промежуточный и итоговый мониторинг – выполнение задания «Метаморфозы поведения». Проводится алгоритмическая оценка по 3б шкале. Промежуточный мониторинг – проведение теста Люшера.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов - портфель моих достижений. Это индивидуальная папка достижений составлена из фотографий работ, сделанных на занятиях. По итогу проводится выставка работ каждого ребенка.

2.4. Оценочные материалы

- тексты заданий «Метаморфозы поведения»;
- цветовой тест Люшера.

2.5. Методические материалы.

Методы обучения: словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, личный пример.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая.

Формы организации образовательного занятия: беседа, выставка, игра, конкурс, мастер-класс, наблюдение, открытое занятие, практическое занятие, представление, презентация;

Педагогические технологии, применяемые при работе с детьми с ОВЗ - технология индивидуализации обучение с использованием методов игровой деятельности и дифференцированного обучения; технология разноуровневого обучения; коррекционно-развивающая технология; здоровьесберегающая технология (зрительные, дыхательные, мышечные упражнения).

Алгоритм учебного занятия:

- организационный этап. Эмоциональный настрой;
- постановка цели и задач. Мотивация деятельности обучающихся;
- творческие задания. Применение знаний и умений;
- обобщение и систематизация знаний;
- рефлексия.

Дидактические материалы – раздаточные материалы, задания, упражнения.

Успешное усвоение всех этих рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие учащихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству. На занятиях вырабатывается свой язык общения, определенные ритуалы. В целях создания положительной мотивации используются игровые

моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

2.6. Список литературы:

1. Гасанова Р.Р. Саморегуляция субъекта учебно-профессиональной деятельности // Педагогика искусства. 2010. №2. - С.130-140.
2. Готтман Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей. - М.: МИФ, 2017. - 288 с.
3. Ковалец И.В. Азбука эмоций. Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизическом развитии и эмоциональной сфере. - М.: Владос, 2004
4. Сапожникова О., Гарнова Е. Песочная терапия в развитии дошкольников. - М.: Сфера, 2017. - 64 с.
5. Староверова М., Кузнецова О. Психолого-педагогическое сопровождение детей с расстройствами эмоционально-волевой сферы. - М.: Владос, 2017. - 144 с.
6. Танцюра С., Кононова С. Тьюторское сопровождение детей с ОВЗ в условиях инклюзии. Методические рекомендации. - М.: Сфера, 2017. - 64 с.
7. Танцюра С., Мартыненко С. Сопровождение семьи ребенка с ОВЗ. Методические рекомендации. - М.: Сфера, 2017.
8. Татрина Е. Песочная терапия. Практический старт. - М.: Вариант, 2017. - 122 с.
9. Федосеева М. Занятия по развитию эмоциональной и познавательной сферы средствами песочной терапии. - М.: Учитель, 2017. - 124 с.
10. Цветков А. Гиперактивный ребенок. Нейропедагогика саморегуляции: учебно - методическое пособие. - М.: Спорт и культура-2000, 2017. - 128 с.

**Индивидуальная карточка
результатов обучения по дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «ТИКО-МАЛЫШ»**

Фамилия, имя обучающегося _____

Возраст _____

Название объединения _____

ФИО

педагога _____

Показатели	Сроки диагностики		
	Первый год		
	Начало года (начало обучения)	Конец первого полугодия	Конец учебного года (окончание обучения)
1. Диагностические мероприятия			
2.Познавательная активность			
3.Метапредметные (коррекционно-развивающие) умения и навыки			
4.Личностное развитие обучающегося			
5.Общий балл			
6.Уровень			

Показатели оцениваются соответственно уровню:

В-высокий (4-5 баллов), С-средний (2-3 балла), Н-низкий(0-1 балл).

Упражнения для снятия нервно – психического напряжения

Упражнение – игра “Эксперимент”

Цель: научить самообладанию в стрессовых условиях.

Каждому участнику даются карточки, на которых написаны тексты с хаотичным на первый взгляд набором букв, и дается задание почитать текст за 30 сек.

Пример задания:

ШАРЛЬПОДНЯЛЛЮСИНАСПИНУИСКАЗАЛОБХВАТИМОЮШЕЮ;
НоКАКТеперьВеРнутьсяНАЭстАКАДУКАКПЕРЕ
нестиЭТоГоСтрАшНОНаПУгаННОГоРеБЕНКаВБеЗОПаСНОемЕсТО;
наК ОнецП ОСЛЫШАЛ Ся Топ ОтБеГ УщиХног

Обсуждение: Сразу ли вы справились с заданием? Что понадобилось вам для его быстрого выполнения? В чем заключается, на ваш взгляд, самообладание?

Упражнение “Лимон”

Инструкция: Сядьте удобно, руки свободно положите на колени (ладонями вверх), плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе,

что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до

тех пор, пока не почувствуете, что “выжали” весь сок. Расслабьтесь.

Запомните свои ощущения. Теперь представьте, что лимон находится в левой

руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните ощущения.

Затем – одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя.

Упражнение “Вверх по радуге”

Инструкция: Встаньте, закройте глаза, сделайте глубокий вдох и представьте

себе, что с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, и, выдыхая, съезжаете с нее как с горки. Вдох должен быть максимально полным и плавным, так же как и выдох. Между выдохом и следующим вдохом должна быть небольшая пауза. Повторите 3 раза.

Обсуждение: Какие упражнения понравились? Что изменилось? Какие вы используете способы снятия эмоционального напряжения?

Упражнение «Броуновское движение».

Цель: раскрепощение участников.

Все участники свободно передвигаются. В любой момент ведущий дает сигнал: «Соберитесь в группы по 4 (5, 3, 6 и т.д.) человек. Участникам необходимо быстро организовать такие группы, встав в круг и взявшись за руки. И так несколько раз, меняя число человек в группах (число атомов в молекулах). Последним числом называется количество учащихся в классе.

Игра «Кричалки – шепталки – молчалки».

Цель: саморегуляция, снятие стресса.

Из разноцветного картона изготавливаются три ладони: красная, желтая и синяя. Это – сигналы. Когда учитель поднимает красную ладонь – «кричалку» — можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтую ладонь – «шепталку» — можно тихо передвигаться и общаться шепотом; синюю – «молчалку» - дети

должны замереть на месте и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой»

Игра «Зеваки».

Цель: саморегуляция.

Все играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего (например, хлопок) дети останавливаются, хлопают в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры.

Упражнение «Ёжик».

Цель: саморегуляция, снятие стресса.

Участники располагаются по кругу. Игру начинает учитель, он тихим шепотом, еле слышно зовет: «Ёжик!». Далее в строгой последовательности ученики должны незначительно повышать голос, причем каждый следующий

должен сказать немного громче предыдущего, пока последний не дойдет до

громкого крика. Игра проходит несколькими кругами.

Упражнение «Слепой-поводырь».

Цель: формирование доверительного отношения к одноклассникам, умения общаться.

Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается «слепой» и «поводырь». Инструкция «поводырям»: «Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром». Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы

помещения). «Поводырь» ведет «слепого» за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером.

Через десять минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рассказывают, как они себя чувствовали в роли «поводыря» и «слепого», было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

Упражнение «Бумажные мячики (Снежки)».

Цель: снятие стресса, освобождение от внутренних зажимов.

Материалы: Старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

— Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста на две команды, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника. Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду, вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

Методический материал по коррекции агрессивности у детей с ОВЗ

Снятие вербальной и невербальной агрессии, выплескивание гнева:

1. "Обзывалки" (групповая); можно использовать названия фруктов, грибов, мебели. В заключение игры надо сказать друг другу что-нибудь и приятное.

2. "Спустить пар" (индивидуальная, групповая) Каждый говорит окружающим всё, что ему не нравится. Никто не перебивает.

3. "Два барана" (Групповая). Рано-рано два барана повстречались на мосту...

4. "Слушай звуки" (Групповая, индивидуальная)

5. "Угадай, что изменилось" (Групповая, индивидуальная)

6. Настольные игры: Конструктор, Мозаика (Групповая, индивидуальная)

7. "Толкалки" (Групповая)

8. "Довольный - сердитый" (Групповая, индивидуальная)

9. "Безмолвный крик"

10. "Хвасталки"

11. "Путешествие"

Сплочение, сочувствие, поддержка, сопереживание:

1. "Доброе животное" (групповая).

В кругу держатся за руки. Мы - одно большое, доброе животное. Как оно дышит?

Вдох - шаг вперед, Выдох - шаг назад.

Вдох - два шага вперед, выдох - два шага назад.

Сердце бьётся - стук! Шаг вперед....

2. "Распускающийся бутон"- Снятие негативных эмоций.

3. "Тух - тибби - дух!" (групповая). (Игра в молчанку. Все ходят по комнате в время от времени произносят секретное слово. Говорить его надо прямо глядя в глаза человеку, сердито.).

4. "Кукла Бобо" (индивидуальная) Сшита своими (из подушки и пуговиц) руками. Такую куклу можно сделать из материала. Её спокойно можно пинать, бить ит. д.

5. "Датский бокс"

6. "А кроме того..."

Обучение эффективным способам общения:

1. "Попроси игрушку" (групповая) (Уговори человека дать тебе предмет) -вербальный и невербальный варианты.

2. "Связующая нить" (групповая) (с клубком ниток)

3. "Любящий взгляд" - (групповая) невербальный вариант

4. "Взаимоотношения" (индивидуальная, групповая) построена на обсуждении стихотворения Л. Кузьмина "Дом с колокольчиком"
5. "Король сказал" (групповая, индивидуальная)
6. "Ученик дня" (групповая)
7. "Ковер мира" (групповая)
8. "Сладкая проблема" (групповая)
9. "Небеса и ад" (групповая)

Формирование чувства доверия:

1. "Прогулка с компасом" (групповая) Игра парами: один впереди – с закрытыми глазами - это компас, сзади - турист.
2. "Двое с одним мелком"

Установление доверительных отношений:

1. "Я вижу!" (индивидуальная, групповая)
2. "Новоселье" (индивидуальная, групповая). Детям предлагается нарисовать свои портреты и поселить их в домик, рисунок которого висит на доске. Затем домик раскрашивают красками.
3. "Строители" (индивидуальная, групповая). Нарисовать или построить дом и рассказать о нём другим детям.
4. "Общий ритм" (групповая): Ведущий задаёт ритм и идёт с ним в гости к одному игроку, затем они вместе идут к третьему и т.д.
5. "Связующая нить" (групповая): Передают друг другу клубок ниток, все держатся за неё. Говорят, о том, что чувствуют или пожелания другим.

Снятие мышечного напряжения:

1. "Ласковые лапки" (индивидуальная, групповая)
2. "Прогноз погоды" (индивидуальная) Ребенок рисует на бумаге все свои состояния, затем показывает окружающим.
3. "Кулачок" (индивидуальная.) Дайте ребёнку какую-нибудь мелкую игрушку и попросите сжать кулачок крепко - крепко. Пусть он подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится, и на ладонке будет красивая игрушка.
4. "Игра в классы" (индивидуальная, групповая)
5. "Лепим сказку". Работа с пластилином даёт возможность "сместить энергию кулака" (индивидуальная, групповая) Очень подходит сказка "Три медведя".
6. "Брыкание" (индивидуальная). Ребёнок ложится на спину на ковер. Ноги свободно раскинуты. Медленно начинает брыкаться. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой, ребёнок говорит: "Нет"; "Да и нет" (все участники делятся на две группы и спорят: ДА! и НЕТ! Сначала тихо затем всё громче и громче!
7. "Звучащая сила" (групповая)
8. "Растянись!" " (групповая)
9. "Кто я?" "(индивидуальная)

Сочувствие, сопереживание и осознание своих чувств:

1. "Хорошо - плохо!" (индивидуальная, групповая)
2. "Ворвись в круг" (групповая)
3. "Агрессивное поведение" (индивидуальная, групповая) (изобразить на бумаге то, что их больше всего раздражает)
4. "Двое с одним мелком" (групповая) Под музыку рисуют 1 картинку.
5. "Граффити" (индивидуальная, групповая)
Темы: "Что я люблю" "Что я хочу знать", " Прекрасные моменты", "Что меня пугает" в т.д. Несколько листов ватманов соединяют вместе. Каждый рисует по своей теме.
6. "Рассказ о товарище" (индивидуальная, групповая)
7. "Зеркало" (групповая)
8. "Карикатура" (групповая)
9. "Тень" (групповая)
10. "Эхо" (групповая)
11. "Мы все похожи друг на друга" (групповая)
12. "Копилка хороших поступков" (индивидуальная, групповая)
13. "Коробка переживаний" (индивидуальная, групповая)
14. "История с продолжением" (групповая)
15. "Цветочный дождь" (групповая)

Сплочённость группы:

1. "Клеевой дождик" (групповая). Дети держатся за плечи друг за друга. В таком преодолению различные препятствия: подняться и сойти со стула, проползти под стульями, столами, обогнуть широкое озеро, пробраться через дремучий лес спрятаться от диких животных. От партнера отцепляться нельзя.

2. "Пчёлы и змеи" (групповая)
3. "Групповой портрет" (групповая)

Тренинговые занятия по темам:

"Страдание". "Печаль". "Гнев". "Вина". "Боль". "Страх". (К. В. Гильмеев И. З. "Я + Ты")

Сказкотерапия по темам: «Волк и семеро козлят», «Золушка», «Морозко», «Заюшкина избушка»

Музыкотерапия: Индивидуальная и групповая.

АРТ-терапия по темам:

1. " Прогноз погоды (выразить своё настроение с помощью рисунка и показать другим "Солнечно", "Шторм" и т.д.) (индивидуальная, групповая)
2. "Неожиданные картинки" (индивидуальная, групповая)
3. "Рисунок в два этапа"

Видеотренинги:

«Ёжик должен быть колючим», « Ну, погоди!», «12 месяцев», «Звёздный мальчик».

СТИХОТВОРЕНИЕ

Стоит небольшой старинный

Дом над зелёным бугром.
У входа висит колокольчик,
Украшенный серебром.
И если ты ласково, тихо
В него позвонишь, то поверь,
Что в доме проснётся старушка,
И сразу откроет дверь.
Старушка приветливо скажет:
- Входи не стесняйся, дружок. -
На стол самовар поставит,
В печи испечёт пирожок.
И будет с тобою вместе
Чаёк распивать дотемна.
И старую добрую сказку
Расскажет тебе она.
Но если, но если, но если,
Ты в этот уютный дом
Начнешь кулаком стучаться,
Поднимешь трезвон и гром,
То выйдет к тебе не старушка,
А выйдет Баба-Яга,
И не слышать тебе сказки,
И не видать пирога.

После стихотворения идёт обсуждение с детьми, подводятся итоги, что результат зависит от характера, способа выполнения, намерений. Одного и того же можно добиваться разным путём и пути могут привести к разным результатам. Почему во 2 части стиха к ребёнку вышла не добрая старушка, а Баба - Яга.