

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г.БЕЛГОРОДА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «БЕЛОГОРЬЕ» Г. БЕЛГОРОДА

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 30 июня 2021 г.  
Протокол №7



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУДО «Белогорье»  
Р.А. Апетян  
Приказ от 01 июля 2021 г. №63

**Дополнительная общеобразовательная программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Спектр»**

Возраст обучающихся – 6-8 лет  
Срок реализации – 2 года

Автор-составитель:  
**Пригунова Л.Ю.**,  
педагог дополнительного  
образования

Белгород  
2021 г.

Модифицированная дополнительная общеобразовательная программа «Спектр» социально-гуманитарной направленности по развитию сенсорных навыков и мелкой моторики младших школьников.

Автор-составитель программы: Пригунова Лилия Юрьевна, педагог дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белогорье» г.Белгорода.

Год разработки дополнительной общеобразовательной программы – 2021г.

Модифицированная дополнительная общеобразовательная программа «Спектр» рассмотрена на заседании методического объединения от 29 июня 2021 г., протокол №7.

Программа принята на заседании педагогического совета от 30 июня 2021 г., протокол №7.

Программа утверждена в статусе «модифицированная» в 2021 г. и рекомендована к использованию в рамках учреждения (приказ №63 МБУДО «Белогорье» от 01 июля 2021 г.).

Председатель педагогического совета



А.И. Ушкалова

## Пояснительная записка

«...Истоки творческих способностей детей и их дарований – на кончике пальцев».

В.А.Сухомлинский

Сенсорное развитие предполагает формирование у ребенка процессов восприятия и представлений о предметах, объектах и явлениях окружающего мира. Малыш рождается на свет с готовыми к функционированию органами чувств. Но это лишь предпосылки для восприятия окружающей действительности. Еще Л.С. Выготский отмечал огромную роль сенсорного развития в психологическом и социальном становлении личности, отмечая, что успешность физического, умственного и эстетического воспитания и развития детей в значительной степени зависит от уровня их сенсорного развития. Сенсорное развитие, направленное на формирование полноценного восприятия окружающей действительности, служит основой познания мира, первой ступенью которого является чувственный опыт.

Полноценное сенсорное развитие осуществляется только в процессе сенсорного воспитания, когда у детей целенаправленно формируются эталонные представления о цвете, форме, величине, о признаках и свойствах различных предметов и материалов, их положении в пространстве и др., развиваются все виды восприятия, тем самым закладывается основа для развития умственной деятельности.

Сенсорное воспитание создает необходимые предпосылки для формирования психических функций, имеющих первостепенное значение для возможности дальнейшего обучения. Оно направлено на развитие зрительного, слухового, тактильного, кинетического, кинестетического и других видов ощущений и восприятий.

Сенсорное развитие, с одной стороны, составляет фундамент общего умственного развития ребенка, а с другой – имеет самостоятельное значение, так как полноценное восприятие является базовым для успешного овладения многими видами деятельности.

Развитие мелкой и крупной моторики помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, активизировать мозговую деятельность, развивать сенсомоторные процессы в условиях обогащенной мультисенсорной среды. Мир сенсорных занятий дарит позитивный настрой, создает ощущение безопасности и защищенности, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность; это комфортная обстановка, сохраняющая и укрепляющая здоровье детей. Занятия показаны для младших школьников, которые, имеют низкую мотивационную готовность к школьному обучению, нарушения эмоционально-волевой сферы, испытывающие трудности адаптации к школе. С помощью современных аудиовизуальных технологий обучающийся попадает в волшебный мир, где становится не просто зрителем, а активным участником всего происходящего. На занятиях часто используется метод релак-

сации. Детей охватывает общее состояние покоя, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением, наступающим в результате произвольных усилий, а арт-терапия (цветотерапия, звукотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, игротерапия, изотерапия, песочная терапия) воздействуют на состояние ребенка через соответствующие органы чувств. Он не просто испытывает воздействия, он активно взаимодействует с тем, что его окружает. Поэтому при каждом последующем посещении сенсорной комнаты обучающийся, находясь в контакте с теми же раздражителями, получит совершенно новые впечатления. Обучающийся уже не просто ощущает и воспринимает окружающее, он активно познает его. Таким образом, использование оборудования и материалы по развитию сенсорных навыков позволяет раскрыть резервные возможности каждого ребёнка.

Дополнительная общеобразовательная программа «Спектр» **социально-гуманитарной направленности**, ориентирована на работу с детьми младшего школьного возраста, предполагает **стартовый уровень** освоения знаний и практических навыков.

Программа «Спектр» является **модифицированной**, разработана на основе авторской программы И.В.Черняевой «Волшебный мир сенсорики», г. Базулук, 2014. В основу занятий положен программный материал программы творческой индивидуализации подростков средствами арттерапии в учреждениях дополнительного образования А.В.Гришиной.

Программа «Спектр» разработана в соответствии с требованиями и на основании следующих нормативных документов:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года №1726-р;
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 года № 3;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 N ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Минпросвещения России от 07.05.2020г. №ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий" (вместе с «Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 N ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

- Стратегия развития образования Белгородской области «Доброжелательная школа» на период 2020-2021 годы;

- Устав и образовательная программа муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белогорье» г. Белгорода.

**Новизна программы** в том, что сочетание разных стимулов в обучении (света, музыки, цвета, запахов, тактильных ощущений) оказывает развивающее воздействие, что дает возможность активизировать познавательную деятельность учащихся, способствует оптимизации психического развития ребенка и более эффективной социализации его в обществе.

#### **Актуальность программы**

Практика показывает, что современные обучающиеся нередко имеют неудовлетворительный уровень развития мелкой и крупной моторики. Это проявляется в неспособности проводить достаточно четкие и прямые линии при срисовывании образцов геометрических фигур, начертании печатных букв (так называемая «дрожащая линия»), в неумении точно вырезать по контуру фигуры из бумаги, в плохой координации движений при беге, прыжках, общей двигательной неловкости и неуклюжести.

Сегодня большое внимание уделяется развитию сенсомоторной координации детей младшего школьного возраста. Необходимо это не только первоклассникам, осваивающим сложнейший навык письма, но и всем учащимся начальных классов, поскольку, как отмечалось выше, развитие двигательной сферы выступает важным условием общего психического развития.

Начало обучения в школе – переломный этап в жизни любого ребёнка. В это время резко меняется образ в жизни и тип деятельности. Для первоклассников роль ученика зачастую становится источником ещё больших физических и эмоциональных нагрузок, что подрывает здоровье детей.

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Психологически здоровый человек – это человек, жизнь которого полна смысла. Он не тревожный, лишён комплексов, не боится неудач, не агрессивный, оптимистичный, реально воспринимать действительность через все органы чувств.

Обучение по данной программе способствует снятию стресса, эмоционального напряжения и усталости, возникающие во время учебного процесса; мобилизует силы и энергию, повышает работоспособность и мотивацию обучения в школе. Является мощным инструментом для сенсорного развития, развития познавательной сферы, расширения мировоззрения ребенка. Главное назначение сенсорной комнаты – восполнить всю полноту восприятия, что, в свою очередь, определяет развитие высших психических функций ребенка (памяти, мышления, внимания, речи) и гармоничное развитие личности ребенка и его эмоциональной сферы.

Программа занятий определяется возрастными особенностями детей младшего школьного возраста, особенностями их сенсомоторного, интеллектуального развития, психофизиологическими потребностями.

Дополнительная общеобразовательная программа «Спектр» способствует развитию сенсомоторики, инициативы, творческой активности, воображения, формирует чувство самооценки и самодостаточности, укрепляет психофизическое и эмоциональное здоровье обучающихся.

**Отличительными особенностями** данной программы от уже существующих является включение в программу не только занятий на коррекцию психофизического и эмоционального состояния, но и на развитие зрительно-моторной координации, ориентировочных реакций, слуховых ориентировочных реакций, развития тактильных ощущений, общей и мелкой моторики.

Для работы активно используются методики арт-терапия (цветотерапия, звукотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, игротерапия, изотерапия, песочная терапия) для воздействия на обучающегося через соответствующие органы чувств.

В младшем школьном возрасте продолжается интенсивный процесс развития двигательных функций ребенка. Наиболее важный прирост по многим показателям моторного и сенсомоторного развития (мышечной выносливости,

пространственной ориентации движений, зрительно-моторной координации) отмечается именно в младшем школьном возрасте. Это имеет большое значение и для общего психического развития ребенка, поскольку движения, двигательные акты, являясь внешним проявлением всякой психической деятельности (И.М. Сеченов), оказывают взаимное обратное влияние на развитие структур головного мозга. Развитие моторики играет важную роль в процессе овладения учебными навыками, прежде всего письмом. Оно является сложнейшим психомоторным навыком, успешное становление которого опирается на согласованное взаимодействие всех уровней организации движений (Н.А.Бернштейн, 1990), как правило, уже достигших необходимого развития к началу младшего школьного возраста.

**Цель программы:** развитие и совершенствование сенсомоторных процессов, сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья обучающихся через мультисенсорную среду.

**Задачи программы:**

**Образовательные задачи:**

- обучить техникам релаксации, приёмам самомассажа, дыхательным, стимулирующим, глазодвигательным кинезиологическим упражнениям;
- формировать у детей представления о своих сенсорных возможностях;
- формировать адекватную самооценку, навыки стрессоустойчивого поведения;
- расширить знания об эмоциях;
- формировать коммуникативные умения;
- формировать восприятие цвета, звука, ритма, согласование движений собственного тела;
- формировать пространственно-временных ориентировки;
- обогащать словарный запас детей на основе использования соответствующей терминологии;
- формировать представления о внешних свойствах предметов;
- познакомить с основными понятиями арт-психологии, методами и приемами арт-терапии;
- формировать представление о вербальном и невербальном общении;
- обучить способам вербального и невербального общения;
- научить применять методы и приемы арт-терапии;
- обучить приемам саморегуляции.

**Воспитательные задачи:**

- формировать положительные мотивации;
- формировать культуру общения и поведения в социуме;
- приобщить ребёнка к здоровому образу жизни.

**Развивающие задачи:**

- развитие тактильных и зрительных анализаторов;
- стимулирование воображения, образное мышление, коммуникативных навыков, интеллектуальных процессов;

- развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом;
- развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы;
- развитие коммуникативной сферы;
- развитие психических процессов и моторики.

Программа относится к **общеразвивающей**, где у ребенка формируются **компетенции** осуществлять **универсальные действия**:

- личностные (самоопределение, смыслообразование, нравственно-этическая ориентация);
- регулятивные (целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, саморегуляция);
- познавательные (общеучебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем);
- коммуникативные (планирование сотрудничества, постановка вопросов, инициативное сотрудничество в сборе информации, разрешение конфликтов).

### **Возрастные особенности обучающихся**

**Возраст детей**, участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной программе «Спектр» от 6 до 8 лет (младший школьный возраст).

Главной особенностью развития когнитивной сферы детей младшего школьного возраста является переход психических познавательных процессов ребенка на более высокий уровень. Это прежде всего выражается в более произвольном характере протекания большинства психических процессов (восприятие, внимание, память, представления), а также в формировании у ребенка абстрактно-логических форм мышления и обучении его письменной речи.

### **Организация образовательного процесса**

#### **Формы и режим занятий.**

Программа рассчитана на 2 года обучения. 1 год обучения – 144 часа, 2 год обучения – 144 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий 45 минут с обязательным 10-минутным перерывом.

Занятия осуществляются в форме групповых занятий (численность детей на первом году обучения – 12 человек, на втором году обучения – 10-12 человек). Групповая форма занятий позволяет педагогу построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

### **Этапы реализации, обоснования**

**1 этап.** Первый год обучения включает в себя занятия, направленные на сенсомоторное развитие, а также знакомство с дыхательными, стимулирующими, релаксационными, кинезиологическими упражнениями, самомассажем, упражнения с мячом, игры на внимание, память, мышление с использованием



оборудования сенсорной комнаты, которые будут использоваться на занятиях второго года обучения.

**2 этап.** Второй год обучения включает в себя занятия, направленные на коррекцию психоэмоциональной среды обучающихся, формирования чувства самооценки и самодостаточности, укрепление психофизического и эмоционального здоровья обучающихся.

Развитие общения со сверстниками знаменует собой новую стадию эмоционального развития ребенка, характеризующуюся появлением у него способности к эмоциональной децентрации. Но при этом обучающийся младшего школьного возраста находится в большой эмоциональной зависимости от учителя и других значимых взрослых.

В возрасте от 6 до 8 лет мотивационную сферу ребенка характеризует постепенный переход от аморфной одноуровневой системы побуждений к иерархическому построению системы мотивов, а также тенденция к формированию сознательного и волевого регулирования поведения ребенка.

В период младшего школьного возраста в мотивации общения ребенка наблюдается довольно резкая перемена направленности его интересов — от взрослых к сверстникам, причем общение носит в основном гомосоциальный характер.

Возникновение просоциального поведения, мотивированного моральными соображениями, долгом, альтруистическими установками, является также одной из важнейших особенностей этого периода.

Этот возраст характеризуется бурным развитием потребности в двигательной активности и в исследовании запретных зон.

Развитие Я-концепции характеризуется тем, что у детей в начале среднего детства имеется ожидание и устремленность на самоактуализацию своей личности. Перспективы дальнейшей жизни ребенка расширяют сферу его осознания себя. При поступлении ребенка в школу формируется Я-образ ученика. Значительное место в Я-концепции растущего ребенка занимает образ тела и его внешность.

Взаимодействие эмоционального и когнитивного компонентов в самооценке ребенка на этапе среднего детства неоднозначно. Наиболее высокий уровень развития когнитивного компонента соотносится либо с адекватно высокой, либо с явно заниженной самооценкой, с выраженной неудовлетворенностью ребенка собой. Самооценка ребенка сказывается на степени успешности его школьной успеваемости, и наоборот, уровень успеваемости школьника оказывает существенное влияние на формирование его самооценки.

В конечном же итоге основная цель развития Я-концепции заключается в том, чтобы помочь ребенку самому стать для себя источником поддержки, мотивации и поощрения.

Поведенческие особенности ребенка определяются переменой образа жизни в связи с поступлением в школу. Ведущей деятельностью ребенка становится учебная деятельность, при этом обучающиеся вместе со взрослыми участвуют также и в трудовой и игровой деятельности.

## **Планируемые результаты и способы их проверки**

*В итоге освоения программы обучающиеся должны знать:*

- технику выполнения дыхательных, стимулирующих, кинезиологических, релаксационных упражнений»;
- способы вербального и невербального общения;
- основные виды арт-психологии, методы и приемы арт-терапии,
- основные приемы саморегуляции;
- основные виды эмоций;
- способы развития крупной и мелкой моторики;
- внешние свойства предметов.

*Обучающиеся должны уметь:*

- выполнять дыхательные, стимулирующие, кинезиологические, релаксационные упражнения, самомассаж;
- применять методы и приемы арт-терапии;
- по выражению глаз и мимике определять самочувствие человека, его настроение;
- радоваться самим и разделять чувство радости других людей;
- словесно выражать свои эмоции, желания, чувства;
- справляться с негативными эмоциями;
- применять приемы саморегуляции.

В результате реализации общеобразовательной программы «Учимся рисовать» должны быть достигнуты определенные результаты.

**Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в познавательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения дополнительной образовательной программы:

- умение использовать техники релаксации, приёмы самомассажа, дыхательные, стимулирующие, глазодвигательные, кинезиологические упражнения;
- умение давать себе адекватную самооценку;
- использование средств информационных технологий для решения различных учебных задач в процессе поиска дополнительного материала, выполнение отдельных упражнений по сенсомоторике, арт-терапии и т.д.;
- умение планировать и грамотно осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей, находить варианты решения различных задач;
- умение рационально строить самостоятельную деятельность, умение организовать место занятий.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения учебного материала по программе «Волшебный мир сенсорики»:

- умение сотрудничать с товарищами в процессе совместной деятельности;
- умение контролировать свои эмоции;

– умение обсуждать и анализировать деятельность и работу обучающихся в учебной группе с позиций поставленных задач данной темы, с точки зрения содержания и средств его выражения.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- овладение умением вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной работы;
- овладение умением стимулировать воображение, образное мышление, интеллектуальных процессов;
- овладение умением в гармонизация эмоционально-волевой сферы;
- умение развивать психические процессы и моторику.

### **Контроль и оценка планируемых результатов.**

В основу изучения программы положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты программного материала оцениваются по трём уровням.

**Первый уровень результатов** - приобретение ребенком социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** - получение учащимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне объединения, школы, то есть в защищенной, дружественной про-социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Третий уровень результатов** – получение опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых невозможно существование гражданина и гражданского общества.

## **Проверка результативности**

Для определения уровня усвоения программы обучающимися, ее дальнейшей корректировки и определения путей достижения максимального творческого речевого и личностного развития детей предусмотрена промежуточная аттестация. Промежуточная аттестация проводится два раза в учебный год в конце декабря и в конце мая. (Приложения № 1).

Проводимые мероприятия направляют обучающегося к достижению более высоких успехов, нацеливают на достижение положительного результата.

### **Задачи промежуточной аттестации:**

- определения уровня практических умений и навыков;
- определения уровня усвоения теоретических знаний;
- соотнесение прогнозируемых результатов, содержащихся в программе, с реальными результатами обучения в объединении;
- корректировка содержания программы, форм и методов обучения.

Для отслеживания результатов усвоения программного материала предусматриваются следующие **формы промежуточной аттестации**: тестирование, практические работы, самостоятельные творческие работы учащихся, индивидуальные карточки с заданиями для самостоятельной работы.

### **Показатели, используемые для определения уровня усвоения программы:**

- степень помощи, которую оказывает педагог обучающимся при выполнении заданий: чем помощь педагога меньше, тем выше самостоятельность детей и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий;
- результаты выполнения тестовых заданий и заданий из конкурса эрудитов, при выполнении которых выявляется, справляются ли обучающиеся с этими заданиями самостоятельно;
- косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности).

### **Критерии определения уровня усвоения программы:**

- 80–100% - высокий уровень освоения программного материала;
- 50-80% - средний уровень;
- меньше 50% - низкий уровень.

## Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Календарный учебный график			Режим занятий <sup>1</sup>	Дата проведения промежуточной аттестации
			неделей	дней	часов		
1 год	сентябрь	май	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа	декабрь, май
2 год	сентябрь	май	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа	декабрь, май

<sup>1</sup>В соответствии с календарно-тематическим планированием на учебный год.

## Учебный план на 1 и 2 год обучения

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов
<b>Первый год обучения</b>		
1	Вводное занятие.	2
2	Введение в программу	2
3	Экскурсия в парк	2
4	Знакомство с оборудованием и материалами, ТБ	2
5	Развитие и совершенствование общей (крупной) и ручной (мелкой) моторики	8
6	Тактильно-двигательное восприятие	18
7	Кинестетическое и кинетическое развитие	8
8	Ориентирование в схеме собственного тела	4
9	Восприятие формы, величины, цвета	6
10	Развитие зрительного восприятия	6
11	Восприятие особых свойств предметов на основе развития осязания, обоняния	6
12	Восприятие целостного предмета	4
13	Промежуточная аттестация	2
14	Развитие слухового восприятия	6
15	Восприятие пространственных отношений	6
16	Восприятие временных отношений	8
17	Дыхательные упражнения	2
18	Глазодвигательные упражнения	2
19	Стимулирующие упражнения	2
20	Кинезиологические упражнения	2

21	Релаксационные упражнения	6
22	Координация, быстрота и точность движений	8
23	Экскурсии	6
24	Комплексные занятия по сенсомоторике	22
25	Диагностика	2
26	Итоговое занятие	2
Итого:		144
<b>Второй год обучения</b>		
1	Вводное занятие.	2
2	Введение в программу. ТБ.	2
3	«Давайте познакомимся»	2
4	Арт-терапия	2
5	Сказкотерапия	18
6	Звуко-и музыкотерапия	4
7	Игротерапия	20
8	Цветотерапия	2
9	Промежуточная аттестация	2
10	Песчаная терапия	6
11	Изотерапия	22
12	Комплексные арт-терапевтические занятия	12
13	Знакомство с миром эмоций	2
14	Эмоции и взаимопонимание	2
15	Разные настроения	2
16	«Рисуем хорошее настроение»	2
17	Эмоции: интерес, желание, любопытство.	2
18	Эмоции: гнев, злость, раздражение, обида, грусть, стыд, презрение.	2
19	Эмоции: страх, тревога, беспокойство, ужас, паника.	2
20	Эмоции: радость, удовольствие, удовлетворение, гордость	2
21	Путешествие в мир эмоций (обобщающее занятие)	2
22	Общение, способы взаимодействия	2
23	Жесты, мимика, пантомимика или общение без слов	6
24	Приемы регуляции и саморегуляции	4
25	Учитесь улыбаться	2
26	Я среди людей	2
27	«Что такое хорошо?»	2
28	Счастье	2
29	«Лучики солнца»	2
30	Экскурсии	6
11.	Диагностика	2

22.	Итоговое занятие.	2
Итого:		144

### Учебно-тематический план

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>Первый год обучения</b>				
1	Вводное занятие.	2	-	2
2	Введение в программу. ТБ.	-	2	2
3	Экскурсия в парк	-	2	2
4	Знакомство с волшебной комнатой	-	2	2
5	Развитие и совершенствование общей (крупной) и ручной (мелкой) моторики	1	7	8
6	Тактильно-двигательное восприятие	1	17	18
7	Кинестетическое и кинетическое развитие	1	7	8
8	Ориентирование в схеме собственного тела	1	3	4
9	Восприятие формы, величины, цвета	1	5	6
10	Развитие зрительного восприятия	1	5	6
11	Восприятие особых свойств предметов на основе развития осязания, обоняния, вкусовых качеств, барических ощущений	1	5	6
12	Восприятие целостного предмета	-	4	4
13	Промежуточная аттестация	-	2	2
14	Развитие слухового восприятия	1	5	6
15	Восприятие пространственных отношений	1	5	6
16	Восприятие временных отношений	1	7	8
17	Дыхательные упражнения	-		2
18	Глазодвигательные упражнения	-		2
19	Стимулирующие упражнения	-		2
20	Кинезиологические упражнения	-		2
21	Релаксация. Релаксационные упражнения	1	7	6
22	Координация, быстрота и точность движений	1	7	8
23	Экскурсии	-	6	6
24	Комплексные занятия по сенсомоторике	-	22	22
25	Диагностика	-	2	2



26	Итоговое занятие	2	-	2
<b>Итого:</b>		<b>16</b>	<b>128</b>	<b>144</b>
<b>Второй год обучения</b>				
1	Вводное занятие.	2	-	2
2	Введение в программу. ТБ.	-	2	2
3	«Давайте познакомимся»	-	2	2
4	Арт-терапия	2	-	2
5	Сказкотерапия	-	18	18
6	Звуко- и музыкотерапия	-	4	4
7	Игротерапия	-	20	20
8	Цветотерапия	-	2	2
9	Промежуточная диагностика	-	2	2
10	Песчаная терапия	-	6	6
11	Изотерапия	-	22	22
12	Комплексные арт-терапевтические занятия	-	12	12
13	Знакомство с миром эмоций	-	2	2
14	Эмоции и взаимопонимание	-	2	2
15	Разные настроения	-	2	2
16	«Рисуем хорошее настроение»	-	2	2
17	Эмоции: интерес, желание, любопытство.	-	2	2
18	Эмоции: гнев, злость, раздражение, обида, грусть, стыд, презрение.	-	2	2
19	Эмоции: страх, тревога, беспокойство, ужас, паника.	-	2	2
20	Эмоции: радость, удовольствие, удовлетворение, гордость	-	2	2
21	Путешествие в мир эмоций (обобщающее занятие)	-	2	2
22	Общение, способы взаимодействия	1	1	2
23	Жесты, мимика, пантомимика или общение без слов	-	6	6
24	Приемы регуляции и саморегуляции	1	3	4
25	Учитесь улыбаться	-	2	2
26	Я среди людей	-	2	2
27	«Что такое хорошо?»	-	2	2
28	Счастье	-	2	2
29	«Лучики солнца»	-	2	2
30	Экскурсии	-	6	6
11.	Диагностика	-	2	2
22.	Итоговое занятие.	-	2	2
<b>Итого:</b>		<b>6</b>	<b>138</b>	<b>144</b>

## Содержание программы

### *Первый год обучения*

#### **Тема 1. Вводное занятие. (2 ч.)**

##### **Теоретическая часть:**

1. Знакомство с понятиями «сенсорика», «сенсомоторика», «сенсорная комната», видами упражнений в сенсорике, с правилами и особенностями организаций занятий в сенсорной комнате.

2. План работы творческого объединения на учебный год. Правила поведения на занятиях и режим работы.

**Форма проведения занятий:** групповая.

#### **Тема 2. Введение в программу. (2 ч.)**

##### **Практическая часть:**

1. Оценка психомоторного развития (диагностические задания Н. И. Озерецкого, М. О. Гуревича).

**Оборудование и оснащение:** мячи, коробки спичек, счетные палочки разного цвета, листы белого цвета, простые карандаши, схемы для срисовывания простых геометрических фигур, букв, цифр с соблюдением пропорций, соотношения штрихов, фигуры для штриховки, расческа, зубная щетка, ластик, ложка, ключ, шар, куб, квадрат, треугольник, круг, прямоугольник.

**Форма проведения занятий:** индивидуальная.

#### **Тема 3. Экскурсия в парк. (2 ч.)**

##### **Практическая часть:**

1. Сбор природного материала для сенсорной комнаты.

**Форма проведения занятий:** групповая.

#### **Тема 4. Знакомство с волшебной комнатой. (2 ч.)**

##### **Практическая часть:**

1. Игра «Приветствие».

2. Тренинговое упражнение «Ласковое имя».

3. Игра «Путешествие».

4. Знакомство с оборудованием сенсорной комнаты.

5. «Волшебный сундучок».

6. Релаксация.

7. Рефлексия. Прощание с «веселками».

**Материалы и оборудование:** мордочки - «веселки», ноутбук, аудиозапись «Голоса леса», музыка для релаксации.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 5. Развитие и совершенствование общей (крупной) и ручной (мелкой) моторики. (8 ч.)**

##### **Теоретическая часть:**

1. Значение развития и совершенствования общей (крупной) и ручной (мелкой) моторики.

2. Виды упражнений для развития и совершенствования общей (крупной) и ручной (мелкой) моторики: пальчиковая гимнастика, упражнения на сортировку бусинок, пуговиц и т.д., катание между ладонями деревянных, пластмассовых, резиновых мячей с шипами, работа с мелким конструктором, пазлами, мозаикой и др.

#### **Практическая часть:**

Игры и упражнения для развития общей моторики.

Игры и упражнения для развития мелкой моторики:

1. Упражнения на развитие статической координации движений.
2. Упражнения на развитие динамической координации движений.
3. Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость.
4. Упражнения на развитие координированных графических движений.
5. Упражнения с предметами:
6. Игры.
7. Упражнения для расслабления рук.

#### **Оборудование и оснащение:**

- разнообразные мелкие предметы (пуговицы, бусинки, камешки, зерна, орешки, скрепки канцелярские, кнопки и др.) и различные коробки, банки, лотки для их раскладывания;
- свободные катушки для наматывания на них ниток, веревочек, проволочек;
- дощечки и игрушки-шнуровки «Чудо-пуговица» с множеством отверстий для сшивания и вышивания шнуром;
- различные виды застежек: крючки, пуговицы, шнурки, молнии, слипы;
- наборы веревочек и лент разной длины и толщины для завязывания и развязывания узлов, плетения косичек, завязывания бантов;
- наборы пластмассовых или деревянных палочек, разноцветные прищепки;
- различные виды мозаики, конструкторов, пазлы.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 6. Тактильно-двигательное восприятие. (18 ч.)**

#### **Теоретическая часть:**

1. Знакомство с понятием «тактильный». Орган осязания – рука.
2. Виды деятельности, способствующие развитию тактильно-двигательных ощущений.

#### **Практическая часть:**

1. Лепка из пластилина, соленого теста.
2. Аппликация из разного материала (бумага, ткань, пух, вата, фольга).
3. Конструирование из бумаги (оригами).
4. Рисование пальцами, кусочком ваты, бумажной «кисточкой».
5. Сортировка мелких предметов (камушки, пуговицы, желуди, бусинки, фишки, ракушки), разных по величине, форме, материалу.

6. Пальчиковая гимнастика, массаж и самомассаж рук, использование массажных мячей-валиков.

7. «Осязательные» ванны.

8. Тактильная дорожка, резиновый коврик.

9. Игры с цифрами и буквами из шершавой (бархатной, наждачной и др.) бумаги: «Определи на ощупь», «Найди нужную цифру (букву)», «Покажи цифру (букву)».

10. Дидактические игры на развитие тактильной чувствительности.

**Оборудование и оснащение:** пластилин, соленое тесто, цветная бумага, различная крупа и семена, шашки, колпачки ручек, пуговицы, ластик, монеты, орехи, матрешки, цифры и буквы, вата, мех, ткань, бумага различной фактуры, кожа, дерево, пластмасса, металл спичечные коробки, сверху оклеенные различными материалами: вельветом, шерстью, бархатом, шелком, бумагой, линолеумом и др.; пластинки, оклеенные бархатом, наждачной бумагой, фольгой, вельветом, фланелью; различные предметы: стеклянный стакан, деревянный брусок, железная лопатка, пластмассовая бутылка, пушистая игрушка, кожаные перчатки, резиновый мяч, глиняная ваза и др.; геометрические фигуры, пуговицы, «Сенсорная тропа для ног», резиновый коврик, камушки, пуговицы, желуди, бусинки, фишки, ракушки, массажные мячи-валики, пух, вата, фольга.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 7. Кинестетическое и кинетическое развитие. (8 ч.)**

#### **Теоретическая часть:**

1. Кинестетические ощущения.

2. Кинетика: мимика (движения мышц лица), пантомимика (движения всего тела), «вокальная мимика» (интонация, тембр, ритм и др.), пространственный рисунок (выразительность, сила проявления чувств, переживаний).

3. Двигательное действие.

#### **Практическая часть:**

1. Имитационные упражнения.

2. Игры на восприятие предметов в движении.

3. Двигательные упражнения.

4. Игры на восприятие команды в движении.

5. Игровые упражнения, помогающие расслабиться, снять мышечное напряжение.

6. Упражнения на смену положения туловища

7. Упражнения на развитие выразительности движений.

8. Овладению невербальными способами коммуникации детям помогут следующие упражнения:

- дыхательные: задувание свечи, выдувание мыльных пузырей и

др.;

- на согласование дыхания с движениями рук, на изменение глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения (под хлопки, под счет, под музыку);

- мимические и пантомимические упражнения.

Игры на восприятие роли в движении.

Ситуации в движении.

**Оборудование и оснащение:** коврики на каждого обучающегося, карточки со схематичным изображением движения или позы, аудиокассета с успокаивающей музыкой, музыкальный центр.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 8. Ориентирование в схеме собственного тела. (4 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Схема тела. Правая и левая сторона тела.
2. Направления пространства по отношению к себе.

**Практическая часть:**

Игры «Найди пару», «Пол, нос, потолок», задания на расположение составляющих тела, задания на ориентацию в строении собственного тела; упражнение «Проволочный человек», игры «Где право, где лево», «Найди игрушки», «Физкультурники», «Стоп – хлоп – раз», «Свистать всех наверх!»

**Оборудование и оснащение:** стимульный материал – варежки, шаблоны, карандаши, цветная бумага, карточки со схемами изображением человека, карточки, коробки с предметами, проволока, кусачки для проволоки, магнитофон, музыкальные композиции, карточки-схемы с изображением человечков, карточки с инструкциями, бубен.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 9. Восприятие формы, величины, цвета. (6 ч)**

**Теоретическая часть:**

1. Представление о форме, величине и цвете предметов.

**Практическая часть:**

1. Дидактические игры и упражнения для закрепления понятия формы.
2. Дидактические игры и упражнения на закрепление понятия величины.
3. Дидактические игры и упражнения на закрепление понятия цвета.

**Оборудование и оснащение:** таблицы с изображением растений, тематические карточки, панно с аппликационным изображением петуха, изображения предметов разных цветов и их оттенков, цветные дуги разного цвета, карточки с изображениями контуров предметов и цветные карточки, разноцветные гирлянды, флажки разного цвета, палочки, карандаши, ленточки; сыпучие и жидкие вещества в разных бытовых сосудах (банка, бутылка, кувшин и др.), маленькая чашка, мензурка, ложка, цилиндры, модели геометрических фигур, картинки с изображением предметов, различные наборы из четырех геометрических фигур, рисунки каких геометрических фигур, карточки с изображением предметов: телевизор, дом, стол, люстра, торшер, кровать и др., 10 палочек разной длины, ромбы разного цвета и

формы, разноцветные ленты разной длины, пирамидки, матрешки, разноцветные кружки, натуральные предметы: чашки, ведерки и др.; предметы, вырезанные из картона: грибочки, морковки и др., бруски.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 10. Развитие зрительного восприятия. (6 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Представление о зрительном восприятии.
2. Глазодвигательная система.

**Практическая часть:**

1. Задания для развития зрительного восприятия, основанные на принципах постепенного усложнения.
2. Упражнения, способствующие развитию зрительного анализа и синтеза, произвольного зрительного внимания и запоминания.
3. Двигательные упражнения на развитие зрительно-моторной координации.
4. Специальные упражнения, связанные с обводкой по трафарету, силуэтным и контурным изображениям.
5. Упражнения для развития глазомера.
6. Дидактические игры и упражнения для развития зрительного восприятия.

**Оборудование и оснащение:** склеенный из спичечных коробков шкафчик с выдвигающимися ящичками, маленькие игрушки, кубики, фонарик, картинки с изображениями различных предметов, разрезанные по-разному, буквы алфавита, объемные предметы разного цвета, формы, величины, сюжетные картинки, геометрические фигуры, цифры игры «Летающие тарелки», «Летающие колпачки», «Дартс», «Кольцеброс», «Попади в цель», трафареты, силуэтные и контурные изображения, карточки с буквами (словами, цифрами, геометрическими фигурами и т.д., карточки с неправильными написаниями, фигуры, состоящие из элементов букв, геометрических фигур, контурные изображения предметов, геометрических фигур, цифр, букв, которые зашумлены, т.е. перечеркнуты линиями различной конфигурации, предметных изображения, внешне очень похожие друг на друга, но имеющие до 5-7 мелких отличий, изображения с недорисованными элементами, изображения предметов, геометрических фигур, буквы, цифры, выполненные в виде точек.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 11. Восприятие особых свойств предметов на основе развития осязания, обоняния, вкусовых качеств, барических ощущений. (6 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Органы чувств: глаза, уши, нос, рот, язык, поверхность тела.
2. Осязание.
3. Обоняние.
4. Вкусовые качества.
5. Барические ощущения.

**Практическая часть:**

1. Дидактические игры на различия запахов предметов.
2. Дидактические игры для развития вкусовых ощущений.
3. Игры для восприятия температурных различий.
4. Дидактические игры на различение ощущений веса разных предметов.
5. Дидактические игры на развитие чувствительности.

**Оборудование и оснащение:** коробочки или баночки, наполненные остро пахнущими веществами, например кофе, какао, приправами, мылом, духами, цветами; картинки с изображением разных предметов и явлений (акварельные краски, еловая ветка, сильный дождь, дыня, кофе, огурец, мыло, шампунь, веточка земляники, цветущий ландыш и др.; картинкам с изображением предметов (книга, перо, камень, подушка, шляпа, лист бумаги, пуговица и др.); книга, карандаш, камень, лист бумаги, гантели, бумажная галка, воздушный шар, футбольный мяч, перышко, книга, гвоздь, семечко, банки, пипетки, ложки, четыре кувшина с водой, предметы с разной поверхностью, кусочки ткани, ножницы, бумага, 6 спичек, проволока.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 12. Восприятие целостного предмета. (4 ч.)**

##### **Практическая часть:**

Игра «Колумбово яйцо», «Мозаика», конструирование сложных форм, задание «Собери разрезанную фигуру», игра «Сложи орнамент», задание «Найди похожие предметы», «Дорисуй лес», упражнение «Определи форму», «Группировка», задание «Сделай по образцу», «Дорисуй лес», «Узнай предмет по описанию», игра «Узнай фигуру, предмет по контуру», «Что изменилось», «Найди по описанию», «Магазин», задание «Выполни по инструкции», «Делаем гирлянду», игра «Угадай, к чему относится», задание «Разложи по инструкции», игра «Не ошибись!», дидактическая игра «Узнай по описанию».

**Оборудование и оснащение:** набор геометрических фигур, набор карточек, настольная игра «Колумбово яйцо», наборы геометрических фигур по количеству детей, карточки с заданиями, образцы изображений предметов, волшебный мешочек, мозаика, картины на обнаружение сходства и различия, проволока, канцелярские скрепки, счетные палочки, наборы геометрических фигур, различающихся по форме, цвету, размеру на каждого участника, технический конструктор, мелкие пазлы.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 13. Промежуточная диагностика. (2 ч.)**

##### **Практическая часть:**

1. Оценка владения сенсорными эталонами.

**Оборудование и оснащение:** иметь лист белой бумаги и цветные карандаши: красный, синий, зеленый, черный, коричневый, оранжевый, голубой, розовый. На листе бумаги с левой стороны должен быть нарисован квадрат размером 50x50 мм (правая сторона будет предназначена для рисунка).

**Форма проведения занятий:** индивидуальная.

## **Тема 14. Развитие слухового восприятия. (6 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Ритм, сила, долгота, высота, темп музыки, тихий – громкий, характер музыкальных произведений, слуховое восприятие и внимание, слухоречевая память и фонематический слух.

### **Практическая часть:**

1. Упражнения, способствующие формированию чувства ритма.
2. Дидактические игры и упражнения для развития слухового восприятия.

**Оборудование и оснащение:** бубны по количеству детей, 8 карточек с полосками разной длины, аудиокассета с записью марша, вальса, польки, ширма, карандаши, бумага, платок, 2 мяча, по 30 кружков разного цвета каждому ребенку, рисунок пирамиды из квадратов, набор карточек, конверты с набором слогов, карточки с трехсложными словами, схемы-указатели, кукла, барабан, несколько коробочек, которые заполнены различными материалами (железными пробками, маленькими деревянными брусочками, камушками, монетками и др.), карточки с изображением музыкальных инструментов или настоящие музыкальные инструменты, аудиокассета или диск с записью музыкальных инструментов.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 15. Восприятие пространственных отношений. (6 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Пространственная ориентировка.
2. Месторасположение предметов относительно друг друга.
3. Ориентация в пространстве листа и на поверхности парты. В первую очередь детям даются понятия о разных сторонах, углах и частях листа, идет обучение ориентировке на плоскости листа.

### **Практическая часть:**

1. Дидактические игры на развитие ориентировки в пространстве.
2. Графические диктанты.

**Оборудование и оснащение:** карточки с заданиями, карточки с инструкциями, фланелеграф, разрезные картинки, листы бумаги, карандаши, набор предметов, геометрические фигуры, образцы-карточки, наборы счетных палочек, платок, картинки с изображением разных видов транспорта 10 мелких предметов, карточки с заданиями, предметы игровой мебели, макет кукольной комнаты, план комнаты, кружки трех цветов, бумажная мебель.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 16. Восприятие временных отношений. (8 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Временные представления и понятия.
2. Временная терминология (*потом, раньше, теперь, сейчас, до, после, быстро, медленно, скоро, долго* и т.д.)
3. Временные интервалы: время (части) суток; неделю, месяц, год; времена года, их последовательность и основные признаки.
4. Измерение времени по часам с точностью до минуты и секунды.



5. Определение течение времени (*быстро, долго, часто, редко, вчера, сегодня, завтра, давно, недавно*).

**Практическая часть:**

1. Дидактические игры и упражнения на формирование временных представлений.

**Оборудование и оснащение:** таблички с надписями: 1 год, 7 лет, 30 лет, 70 лет и др., иллюстрации, связанные с временами года, иллюстрации деятельности людей в разные части суток, карточка с цветным изображением деревьев в разное время года, круг, разделенный на 7 частей – дней недели, набор карточек с цифрами от 1 до 7 по количеству обучающихся, таблички с названиями дней недели, картинки, изображающие деятельность людей, карточки с изображением цвета неба и положением солнца в различные части суток, квадратики четырех цветов, мяч, игровое поле, фишки, раскраски, карандаши по количеству участников, бубен, листы бумаги, шаблоны круга, цветные заготовки, цветные знаки, модель суток, листы А4 по количеству участников, модели суток, цветные карточки, макет недели, сюжетные картинки с изображением частей суток, картинки со схематическим изображением дней недели, условные обозначения дней недели, звездочки, карточки с названием недель, календарь, символы с изображением времен года, плакаты по теме «Зима», карточки для упражнений, ручки, мячи иллюстрации пейзажей, картинно-графический план, предметные картинки, тетради, тексты по теме «Осень», разрезанные картины, плакат «Времена года», предметные картинки, картинки с изображением природных явлений в разное время суток, разрезанные сюжетные картинки с изображением времен года по количеству участников, репродукции картин с изображением зимней природы, аудиозапись, оборудование для рисования, счетные палочки, картинки с изображением месяцев, схематические изображения, тексты по теме «Лето», карточки со снежинками.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 17. Дыхательные упражнения. (2ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Понятие о дыхательных упражнениях.
2. Методика выполнения дыхательных упражнений.

**Практическая часть:**

1. Обучение техники выполнения дыхательных упражнений.

**Форма проведения занятий:** смешанная

**Тема 18. Глазодвигательные упражнения. (2ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Понятие о глазодвигательных упражнениях.
2. Методика выполнения глазодвигательных упражнений.

**Практическая часть:**

1. Обучение техники выполнения глазодвигательных упражнений.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 19. Стимулирующие упражнения. (2 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Понятие о стимулирующих упражнениях.
2. Методика выполнения стимулирующих упражнений.

### **Практическая часть:**

1. Обучение техники выполнения стимулирующих упражнений.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 20. Кинезиологические упражнения. (2 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Понятие о кинезиологических упражнениях.
2. Методика выполнения кинезиологических упражнений.

### **Практическая часть:**

1. Обучение техники выполнения кинезиологических упражнений.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 21. Релаксация. Релаксационные упражнения. (6 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Релаксация.
2. Приемы релаксации. Этапы релаксации. Релаксационный настрой.
3. Виды релаксационных упражнений.

### **Практическая часть:**

1. Релаксационные настройки.
2. Методика релаксации для детей «Буратино».
3. Релаксационные упражнения для мимики лица.
5. Релаксационные упражнения для детей для расслабления мышц шеи.
6. Релаксационные упражнения для детей на расслабление мышц плечевого пояса.
7. Релаксационные упражнения для детей расслабления мышц корпуса.
8. Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании.
9. Упражнения на расслабление мышц рук.
10. Упражнения на расслабление мышц ног.
11. Упражнения на расслабление всего организма.
12. Упражнения на снятия эмоционального напряжения.
13. Рисование манкой.

**Оборудование и оснащение:** коврики на каждого участника, музыкальный центр, музыка для релаксации.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 22. Координация, быстрота и точность движений. (8 ч.)**

### **Теоретическая часть:**

1. Тренинг ощущений. Тренировка навыка расслабления и напряжения.
2. Приёмы 4-х фазного диафрагментального дыхания Соединение дыхания с движениями.
3. Координация, быстрота и точность движений. Пластичность и ловкость движений Сogласованность движений различных частей тела.

### **Практическая часть:**

1. Упражнения «Легкое перышко», «Руки соседа», «Угадай, что внутри». Растяжки «подвески», «Лучики», «Дерево», «Половинка», «Звезда», игра «Объятие»; релаксация «потянулись – сломались», функциональное упражнение «Танцы-противоположности».

2. Показ приемов 4-х фазного диафрагментального дыхания: «Тренировка дыхания. Показ этапов правильного дыхания. Соединение дыхания с движениями. Комплексы дыхательных упражнений».

3. Игра «Не ошибись!», задание «Выполни по инструкции», подвижная игра «Расставь посты». Упражнение с мячиками. Подвижная игра «Руки – ноги», задание «Сделай как я», «Выполни по инструкции». Комплексы кинезиологических упражнений.

**Оборудование и оснащение:** перышко, 25 мелких предметов, коврики по количеству детей, мячики, шары, карточки с фразами, листы бумаги, музыкальное сопровождение, мешочек, бубен, карточки с инструкциями, кегли, дорожки, мячи, скакалки, набор картинок с заданиями.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 23. Экскурсии. (6 ч.)**

**Практическая часть:** экскурсии в музеи.

### **Тема 24. Комплексные занятия по сенсомоторике. (22 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Глазодвигательные упражнения.
2. Дыхательные упражнения.
3. Кинезиологические упражнения.
4. Упражнения с мячами.
5. Массаж, самомассаж.
6. Упражнения на снятие психоэмоционального напряжения.
7. Игры и упражнения на развитие наблюдательности, внимания, моторно-слуховой памяти, воображения, творческого мышления, координации движений в пространстве, памяти, концентрации и распределения внимания,
8. Релаксационные упражнения.

**Оборудование и оснащение:** коврики, мячи.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 25. Диагностика. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Исследование сенсомоторного развития обучающихся.

**Оборудование и оснащение:** квадраты разных цветов, картинки с изображением предметов соответствующих квадратам цветов; квадраты основных цветов (желтый, красный, зеленый, синий, белый, черный) и их оттенков; контурные изображения предметов – ножницы, крокодил, гриб, чашка, дом; альбом оптических проб; изображения предметов без существенных деталей (слон без хобота, белочка без пушистого хвоста, заяц без длинных ушей, чашка без ручки и др.); набор карточек с буквами и цифрами; карточки с правильно и неправильно написанными буквами/цифрами; карточки с недо-

писанными буквами и цифрами; карточки с перечёркнутыми различными линиями – горизонтальными, вертикальными, волнистыми – буквами и цифрами; серия карточек с изображением графически сходных букв; карточки с образцом рисунка, лист бумаги и ручка; карточка с образцом узора («крыша» – «башня»), лист бумаги, ручка; счетные палочки; элементы печатных и рукописных букв (И, Б, Р, П, И, Х, Ж, М, Н....), вырезанные из картона; лист бумаги в клетку с заранее отмеченной точкой – началом диктанта, карандаш.

**Форма проведения занятий:** индивидуальная.

### **Тема 26. Итоговое занятие. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

Подведение итогов по реализации программы в учебном году.

**Форма проведения занятий:** групповая.

## **2 год обучения**

### **Тема 1. Вводное занятие. (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. План работы творческого объединения на учебный год. Правила поведения на занятиях и режим работы.
2. Знакомство с оборудованием сенсорной комнаты.
3. Инструктаж по технике безопасности.

**Форма проведения занятий:** групповая.

### **Тема 2. Введение в программу. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Невербальная диагностика эмоциональных состояний (А.О.Прохоров).

**Оборудование и оснащение:** лист белой бумаги и цветные карандаши: красный, синий, зеленый, черный, коричневый, оранжевый, голубой, розовый. На листе бумаги с левой стороны должен быть нарисован квадрат размером 50х50 мм (правая сторона будет предназначена для рисунка).

**Форма проведения занятий:** групповая.

### **Тема 3. «Давайте познакомимся». (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Ритуал приветствия.
2. Выполнение коррекционных упражнений:
  - растяжка «Половинка»;
  - дыхательное упражнение;
  - глазодвигательное упражнение;
  - упражнения для развития мелкой моторики рук;
  - функциональные упражнения;
  - релаксационные упражнения
  - когнитивные упражнения;
  - коммуникативное упражнение «Головомяч».
3. Ритуал прощания.

**Оборудование и оснащение:** стулья по количеству обучающихся, музыкальный центр, музыка «Шум океанского прибоя», мячи.

**Форма проведения занятий:** групповая.

#### **Тема 4. Арт-терапия. (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Знакомство с арт-терапией. Основные методы и приемы арт-терапии.
2. Влияние арт-терапии на психоэмоциональное и физическое состояние человека.

**Форма проведения занятий:** групповая.

#### **Тема 5. Сказкотерапия. (18 ч.)**

**Практическая часть:**

##### **ЗАНЯТИЕ №1.**

1. Диагностика самооценки «Лесенка».
2. Упражнения для первичного знакомства. «Мой сказочный герой».
3. Выработка ритуала приветствия и правил группы: называть друг друга по имени, не обзывать, не драться, не толкаться.
4. Упражнения на создание атмосферы доброжелательности и соучастия: «Привет! Ты мне нравишься!», «Сочиняем сказку», «Шустрики – мямки», «Ручеек по выбору».
5. Рефлексия. «Сказочные дома».

##### **ЗАНЯТИЕ №2.**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Встреча эмоций».
3. Упражнение «Сказочные герои».
4. Чтение сказки «Сказка про Чебурашку».
5. Беседа.
6. Упражнение «Чего Я боюсь».
7. Упражнение «Мы хорошие».
8. Рефлексия. «Сказочные домики».

##### **ЗАНЯТИЕ №3**

1. Приветствие. 2. Релаксация «Здравствуй Я, мой любимый».
3. Чтение сказки «Гадкий утенок». Обучающиеся удобно рассаживаются на полу, и руководитель читает им сказку.
4. Беседа.
5. Упражнение «Это я теперь!».
6. Упражнение «Веселая зарядка».
7. Рефлексия «Сказочные домики».

##### **ЗАНЯТИЕ №4**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Какой Я. Выбери».
3. Чтение сказки «Золушка».
4. Беседа.
5. Упражнение «Хвасталки».
6. Упражнение «Дизайнеры».

7. Рефлексия. «Сказочные домики».

#### **ЗАНЯТИЕ №5**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Рыбаки и рыбки».
3. Чтение сказки «Сказка о маленьком ежике».
4. Беседа.
5. Упражнение «Цветик-семицветик».
6. Упражнение «Кораблик».
7. Рефлексия «Сказочные домики».

#### **ЗАНЯТИЕ №6**

1. Приветствие.
2. Диагностика самооценки «Лесенка».
3. «Мышь в мышеловке».
4. Чтение сказки Андерсена «Дюймовочка».
5. Беседа.
6. Упражнение «Назови свои сильные стороны».
7. Упражнение «Сказка».
8. Упражнение «Соломинка на ветру».
9. Рефлексия «Сказочные домики».

#### **ЗАНЯТИЕ №7**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Дракон».
3. Чтение сказки Андерсена «Дикие лебеди».
4. Беседа.
5. Групповой рисунок «Как мы боремся с трудностями».
6. Упражнение «Закончи предложение».
7. Упражнение «Паровозик».
8. Рефлексия. «Сказочные домики».

#### **ЗАНЯТИЕ №8**

1. Приветствие.
2. Слушание песенки Шаинского «Добрым быть совсем не просто».
3. Упражнение «Говорят не только слова».
4. Чтение сказки «Заяц с рюкзаком».
5. Беседа.
6. Игра «Подушечные бои».
7. Упражнение «Ругаемся овощами».
8. Игра «Разыгрывание ситуации».
9. Рефлексия. «Сказочные домики».

#### **ЗАНЯТИЕ № 9.**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Ветер дует на...».
3. Чтение русской народной сказки «Зимовье зверей».
4. Беседа.
5. Упражнение «Рукавички».

6. Упражнение «Строим цифры».
7. Рефлексия. «Сказочные домики».

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 6. Звуко- и музыкотерапия. (4 ч.)**

##### **Практическая часть:**

1. Игры на дыхание.
2. Игра «Ассоциации».
3. Игра «Рисование под музыку».
4. Игра «Угадай эмоцию».
5. Игра «Музыкальное общение».
6. Игра «Авторская песня».
7. Прослушивание: «Аве Мария», Баха-Гуно, «Голубой Дунай», Штрауса-мл. (установление контакта)
8. Звукоподражание и подпевание.
9. Пальчиковые и жестовые игры.
10. Игры; игровой массаж; подвижные игры.
11. Упражнения, развивающие чувство ритма.
12. Игры и задания на развитие координации движений и мелкой моторики.
13. Практическое задание: «Танец пяти движений»:
14. Практическое задание: «Моё настроение».
15. Тонирование.

**Оборудование и оснащение:** детские музыкальные инструменты, аудиозаписи с классической музыкой, цветные карандаши, альбомные листы, аудиозаписи с музыкой, музыкальный центр.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 7. Игротерапия. (20 ч.)**

##### **Практическая часть:**

##### **ЗАНЯТИЕ № 1.**

1. Упражнение «Знакомство».
2. Игра «Угадайте, кто это?».
3. Упражнение «Послушай».
4. Мимическая гимнастика.
5. Игра «Рыбалка».
6. Игра «Театр зверей».
7. Упражнение «Мои эмоции».
8. Ролевая гимнастика.
9. Игра «Сиамские близнецы».
10. Игра «Сотворение чуда».
11. Игра «Сочиняем историю».
12. Упражнение «Танец».
13. Игра «Тропинка».
14. «Ритуал прощания».

##### **ЗАНЯТИЕ № 2.**

1. Упражнение «Ритуал приветствия».
2. Разминка: упражнение «Шалтай-болтай».
3. Упражнение «Счет».
4. Упражнение « Узнай по голосу».
5. Упражнение « Моё имя».
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

### **ЗАНЯТИЕ № 3.**

1. Упражнение «Ритуал приветствия».
2. Разминка: «Смена ритмов».
3. Упражнение «Превращения».
4. Упражнение « На что похоже моё настроение?».
5. Упражнение « Закончи предложение».
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

### **ЗАНЯТИЕ № 4.**

1. Упражнение «Ритуал приветствия».
2. Разминка: Упражнение «Ревущий мотор».
3. Упражнение «Ассоциации с фруктами».
4. Упражнение «Кино».
5. Упражнение «Волшебный стул».
6. Упражнение « Ласковый мелок».
7. Рефлексия.
8. Ритуал прощания.

### **ЗАНЯТИЕ № 5.**

1. Упражнение: «Ритуал приветствия».
2. Разминка: упражнение «Корабль и ветер».
3. Упражнение «Ассоциации с временами года».
4. Рисование школьных страхов.
5. Упражнение «Спрятанные проблемы».
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

### **ЗАНЯТИЕ № 6.**

1. Разминка: «Смена ритмов».
2. Упражнение «Ритуал приветствия».
3. Упражнение «Ассоциации с одеждой».
4. Упражнение «Азбука страхов».
5. Упражнение « Страшная сказка по кругу».
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

### **ЗАНЯТИЕ № 7.**

1. Упражнение «Ритуал приветствия».
2. Разминка: упражнение «Шалтай-болтай».
3. Упражнение «Угадай, где я».



4. Упражнение «Школа для животных».
5. Упражнение «Неопределённые фигуры».
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

#### **ЗАНЯТИЕ № 8.**

1. Упражнение «Ритуал приветствия».
2. Разминка: упражнение «Корабль и ветер».
3. Упражнение «Конкурс боюсек».
4. Упражнение «Принц и принцесса».
5. Рисование на тему « Волшебные зеркала».
6. Рефлексия.
7. Ритуал прощания.

#### **ЗАНЯТИЕ № 9.**

1. Упражнение: «Ритуал приветствия».
2. Разминка: Упражнение «Ревущий мотор».
3. Упражнение «Ассоциации с временами года».
4. Упражнение «Путаница».
5. Упражнение «Кораблик».
6. Упражнение «Волшебники».
7. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца».
8. Рефлексия.
9. Ритуал прощания.

#### **ЗАНЯТИЕ № 10.**

1. Упражнение: «Ритуал приветствия».
2. Разминка: «Смена ритмов».
3. Упражнение «Комплименты».
4. Упражнение «Я сильный – я слабый».
5. Упражнение «Солнышко».
6. Рефлексия
7. Ритуал прощания.

**Оборудование и оснащение:** карточки с изображением зверей, перевязочный бинт, большой лист бумаги, восковые мелки, «волшебные палочки» – карандаши, магнитофон, диск с веселой танцевальной музыкой, листы формата А 4 на каждого участника, стулья по количеству участников, мяч, цветные карандаши.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 8. Цветотерапия. (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Знакомство с цветотерапией.
2. Цвет и характер.
3. Воздействие цвета на человека.
4. Применение цвета на практике.
5. Энергия цвета.
6. Исследование цветов учеными.

7. «Мягкая» гармонизация здоровья.

**Оборудование и оснащение:** презентация, компьютер.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 9. Промежуточная диагностика. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Методика диагностики психоэмоционального состояния.

**Оборудование и оснащение:** восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

**Форма проведения занятий:** индивидуальная.

#### **Тема 10. Песчаная терапия (6 ч.)**

**Практическая часть:**

##### **ЗАНЯТИЕ № 1.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия: прикоснись ладошкой; погладь по плечу; поздоровайся улыбкой; скажи приятные слова всем детям; воздушный поцелуй и др.) «От чистого сердца, с любовью – здравствуйте!».

2. Создание доверительной обстановки. Упражнение «Знакомство». Правило: подружись с песком.

3. Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Здравствуй, песок», «Песочный дождик», «Песочный ветер».

4. Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками.

5. Этап вербализации: «Сказка о том, как мы подружились...».

6. Ритуал окончания занятия – «Похвали себя за работу».

##### **ЗАНЯТИЕ № 2.**

1. Ритуал начала занятия (улыбнись всем ребятам, пожелай хорошего настроения).

2. Создание доверительной обстановки. Пальчиковая гимнастика.

3. Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Здравствуй, песок», «Необыкновенные следы», «Узоры на песке».

4. Индивидуальная работа с песком и «бросовым» материалом (пуговицы, бусинки, трафареты и др.).

5. Этап вербализации: «Песочный круг» (использование техники активного воображения).

6. Ритуал окончания занятия – рефлексия.

##### **ЗАНЯТИЕ № 3.**

1. Ритуал начала занятия. «Здороваемся пальчиками, локтями, спинками».

2. Создание доверительной обстановки: Упражнение «Кричалки», «Песочный дождик».

3. Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Приход песчаного человечка, «Здравствуй, песок», «Игры волшебника», «Секретное задание кротов».

4. Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками: «Песочные прятки», «Кто спрятался».

5. Этап вербализации: «Сказка о песчаных человечках».
6. Ритуал окончания занятия – рефлексия. «Выставка песчаных человечков».

**Оборудование и оснащение:** песочница, пульверизаторы, мелкие игрушки, кисточки,

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 11. Изотерапия (22 ч.)**

**Практическая часть:**

#### **ЗАНЯТИЕ № 1.**

1. Ритуал начала занятия «Круг».
2. Создание доверительной обстановки: Упражнение «Знакомство» (о чем расскажет цвет?).
3. Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Игры волшебника», «Краски моего настроения», проговаривание своих чувств.
4. Индивидуальная работа с цветной манкой.
5. Этап вербализации: «Моя радость!».
6. Ритуал окончания занятия – «Радуетесь вместе!».

#### **ЗАНЯТИЕ № 2.**

1. Ритуал начала занятия «Круг».
2. Создание доверительной обстановки: упражнения «Знакомство», «Волшебные краски».
3. Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Игры волшебника», «Краски моего настроения».
4. Индивидуальная работа с цветной манкой «Сказочный друг».
5. Коллективная работа с цветной манкой «Полянка для сказочных друзей».
6. Этап вербализации: «Нарисованная сказка» (метод преобразования).
7. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

#### **ЗАНЯТИЕ № 3.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).
2. Создание доверительной обстановки: упражнения «Передай настроение», «Превращения», «Пугалки».
3. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Волшебные очки», «Пугающая музыка», «Краски страха».
4. Индивидуальная работа с масками.
5. Этап вербализации: сублимация страха, игры с масками, проговаривание чувств.
6. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

#### **ЗАНЯТИЕ № 4.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

2. Создание доверительной обстановки: упражнения «Передай настроение», «Веселые и грустные гномики».
3. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Волшебные капельки», «Краски музыки», «Краски грусти».
4. Индивидуальная работа «О чем расскажет моя клякса?».
5. Этап вербализации: проговаривание чувств, создание волшебства «Сказка моей кляксы».
6. Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки.

#### **ЗАНЯТИЕ № 5.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).
2. Создание доверительной обстановки: упражнения «Волшебная палочка», «Кричалки».
3. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
4. Упражнения «Волшебные очки», «Превращения», «Шляпа героя».
5. Индивидуальная работа: «Я в волшебном зеркале».
6. Этап вербализации: метод личностной перспективы, рассказ о себе.
7. Ритуал окончания занятия – рефлексия

#### **ЗАНЯТИЕ № 6.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).
2. Создание доверительной обстановки: упражнения «Круг друзей», «Гусеница».
3. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Танцы-противоположности», «Передай настроение», «Музыка и движения радости», «Краски радости».
4. Работа в парах «Повтори движение».
5. Индивидуальная работа: лепка (соленое тесто).
6. Этап вербализации: метод вербальной и невербальной коммуникации.
7. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

#### **ЗАНЯТИЕ № 7.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).
2. Создание доверительной обстановки: упражнения «Перо феи», «Гусеница».
3. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Упражнения «Танцы-противоположности», «Передай настроение движением», этюды «Я сердит...», «Гнев».
4. Индивидуальная работа: лепка (соленое тесто).
5. Этап вербализации: метод вербальной и невербальной коммуникации, преобразования гнева, создание волшебства.
6. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

#### **ЗАНЯТИЕ № 8.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия в кругу).
2. Релаксация: «Мы волшебники».
3. Актуализация визуальных, аудиальных ощущений. Методы активного воображения: «Воображаемое путешествие», «Заколдуй и расколдуй».
4. Индивидуальная работа: создание волшебного мира.
5. Этап вербализации: сказка о моем волшебном мире.
6. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях.

#### **7. ЗАНЯТИЕ № 9.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия в кругу).
2. Релаксация: «Самое лучшее место».
3. Актуализация визуальных, аудиальных ощущений. Методы активного воображения: «Воображаемое путешествие», «Волшебные краски».
4. Индивидуальная работа: создание цветочного волшебного мира.
5. Этап вербализации: сказка о цветочном волшебном мире.
6. Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

#### **ЗАНЯТИЕ № 10.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).
2. Актуализация визуальных, аудиальных, ощущений.
3. Создание монотипии: игры с красками, волшебные заклинания.
4. Конкретизация увиденного образа, придумывание названия.
5. Этап вербализации: использование техники активного воображения, метода личностной перспективы, вербальной и невербальной коммуникации.
6. Рефлексивный анализ: рассказ об ощущениях, оформление работ для выставки.
7. Ритуал окончания занятия.

#### **ЗАНЯТИЕ № 11.**

1. Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).
2. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
3. Создание фона для коллажа.
4. Свободное творчество.
5. Этап вербализации (вербальные и невербальные коммуникации).
6. Рефлексивный анализ.
7. Ритуал окончания занятия.

**Оборудование и оснащение:** цветное соленое тесто или пластилин, салфетки, цветная манка (8 цветов М. Люшера: серый, темно-синий, синезеленый, красно-желтый, желто-красный, красно-синий или фиолетовый, коричневый, черный), краски, кисточки, ведро с водой, непроливайки, клеенки, листы бумаги формата А 4, альбомные листы, аудиокассета с быстрой

и медленной музыкой, магнитофон, бумага большого формата обойная бумага, ножницы, клей ПВА, составляющие для коллажа.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 12. Комплексные арт-терапевтические занятия. (10 ч.)**

**Практическая часть:**

#### **ЗАНЯТИЕ № 1. «Рисуем настроение».**

1. Игра «Поздороваемся коленками (ладошками и пр.)».
2. Графическое задание «Лучи солнца»
3. Упражнение в парах «Портрет на полу»
4. Диагностическое задание «Цвета настроений»

#### **ЗАНЯТИЕ № 2. «День рождения газетного человека».**

1. Задание на конструирование «Сделай Газетного человечка».
2. Задания на снятие напряжения «Фейерверк»
3. Задание «Поздравления с днем рождения»

#### **ЗАНЯТИЕ № 3. «Дракончики».**

1. Задание на перевоплощение, снятие эмоционального напряжения «Превращение в дракончиков».
2. Задание для совместного выполнения «Дома дракончиков».
3. Задание на создание ситуации успеха «Друзья дракончиков».

#### **ЗАНЯТИЕ № 4. «Необитаемый остров».**

1. Графическое задание «Волны».
2. Задание для совместного выполнения «Остров».
3. Задание на создание ситуации успеха «Украсть отров».

#### **ЗАНЯТИЕ № 5. «Автопортреты».**

1. Диагностическое задание «Рисунок в круге».
2. Творческое задание «Автопортрет».

#### **ЗАНЯТИЕ № 6. «Слушаем дождь».**

1. Упражнение «Слушаем дождь».
2. Упражнение «Дождь прошел и тучи рассеялись»
3. Упражнение «Рисуем свое настроение в разную погоду».
4. Упражнение «Подарим друг другу улыбку».

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 13. Тема: «Знакомство с миром эмоций». (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

**Практическая часть:**

1. Упражнение «расскажи об эмоциях».
2. Сказка «Путешествие в страну настроения».
3. Общий рисунок «Страна настроения».
4. Упражнение «Шалтай-болтай».

**Оборудование и оснащение:** карточки с названиями основных эмоций, цветная коробочка, лист ватмана, лист А2, средства для рисования, маркер.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 14. Тема: «Эмоции и взаимопонимание». (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Знакомство с гномами-настроениями.
2. Знакомство с пиктограммами, изображающими схематично эмоциональное состояние.

**Практическая часть:**

1. Мимическая гимнастика.
2. Задание «Угадай эмоцию».
3. Игра «Угадай настроение».
4. Упражнение на релаксацию «Майские жуки».

**Оборудование и оснащение:** плакат «Гномы-настроения», пиктограммы основных эмоциональных состояний, карточки с заданиями.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 15. «Разные настроения». (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Что такое настроение?
2. Причины изменения настроения.
3. Способы изменения настроения.

**Практическая часть:**

1. Мимическая гимнастика.
2. Дневник настроения.
3. Упражнение «Мысли и настроение».
4. Упражнение на релаксацию «Насос и мяч».

**Оборудование и оснащение:** карточки, изображающие три настроения «чистое», «блестящее», «темное»; плакаты, на которых перечислены положительные и отрицательные мысли: «Такие мысли всегда помогут мне», «Такие мысли мне мешают».

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 16. «Рисуем хорошее настроение». (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Упражнение «Приветствие».
2. Диагностическое задание «Два солнышка».
3. Графическое задание "Лучи солнца" (рисование цветными карандашами).
4. Арт-упражнение «Раскрась человечка» (рисование гуашевыми красками).
5. Релаксация «Чудесная полянка» с музыкальным сопровождением «Летний вечер».
6. Арт-упражнение «Цветок» рисование гуашью кистью руки.

1) Пальчиковая гимнастика.

2) Способ рисования: (прижать части кисти руки с нанесенной краской к листу бумаги):

Согнутый кулачок – бутон цветка,

Ребро ладони – стебель цветка,

Ладонь – листики.

**Оборудование и оснащение:** музыкальное сопровождение для релаксации, листы бумаги формата А4, краски (гуашь), кисти, салфетки, цветные карандаши, вырезанные из бумаги человечки.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 17. Эмоции: интерес, желание, любопытство. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Клубочек «Комплементы».
3. Психогимнастика.
4. Упражнение: «Сказка о желаниях буквы Ж».
4. Упражнение «Рисунок по кругу».
5. Этюд «Доброе животное».

**Оборудование и оснащение:** лист бумаги, лист ватмана, средства для рисования, маркер.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 18. Эмоции: гнев, злость, раздражение, обида, грусть, стыд, презрение. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Упражнение «Мое настроение».
3. Упражнение: Сказка о том, как Д попала в страну Драки».
4. Упражнение: «Вылепи жителя «Страны Драки»
5. Упражнение «Измени жителя «Страны Драк»».
6. Упражнение «Новая страна».

**Оборудование и оснащение:** пластилин, стеки, дощечки.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 19. Эмоции: страх, тревога, беспокойство, паника. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Упражнение «Поздороваемся локотками, ладошками...».
- 3 Упражнение. Сказка «Темноландия».
4. Упражнение: «Нарисуй страх».
5. Упражнение: «Измени рисунок».
6. Упражнение «Путешествие на облаке».

**Оборудование и оснащение:** листы бумаги, средства для рисования.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 20. Эмоции: радость, удовольствие, удовлетворение, гордость (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Упражнение «Пожелание на день».
3. Психогимнастика.
4. Упражнение: «Сказка про то, как У поймала рыбку по имени Удовольствие»
5. Упражнение «Подарок».
6. Этюд. «Цветок».

**Оборудование и оснащение:** большой лист бумаги, простые карандаши.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 21. Путешествие в мир эмоций (обобщающее занятие) (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Ритуал приветствия «Цветок»



2. Упражнение «Угадай настроение и эмоцию».
3. Разминка «Угадай по лицу» (игра малой подвижности).
4. Дидактическая игра «Весёлая шнуровка».
5. Анализ сказки «Три медведя».
6. Исследовательская игра «Вода».
7. Комплекс «Волшебный сон» (релаксационное упражнение)
8. Рефлексия в рисунке. Моделирование.
9. Ритуал прощания «Цветок».

**Оборудование и оснащение:** набор пиктограмм эмоций, техническое оснащение, музыка спокойная для релаксации, коврик, текст сказки «Три медведя» на диске и карточках для каждого участника, карандаши, фломастеры, бумага, «Цветок» настроения, экран настроения, природный материал для моделирования (камушки среднего размера, веточки, макаронные изделия, крупа...) и ёмкость для них, набор фото-эмоций детей, ёмкость с водой, мягкая игрушка, зеркало каждому ребёнку, «волшебный» мешочек, цветные шнурки, досочки с отверстиями, скотч, кусочек краски или глины.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 22. Общение, способы взаимодействия. (2 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Общение.
2. Вербальная коммуникация.
3. Невербальная коммуникация: визуальные виды общения: жесты, мимика, пантомимика акустическая система, тактильная система

**Практическая часть:**

1. Разминка «Циферблат
2. Упражнение «Поиск сходств»
3. Упражнение «Передача движений»
4. Упражнение «Ладонка»
5. Упражнение «Круг доверия»
6. Рефлексия

**Оборудование и оснащение:** мяч.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

#### **Тема 23. Жесты, мимика, пантомимика или общение без слов. (4 ч.)**

**Практическая часть:**

##### **ЗАНЯТИЕ №1.**

1. Упражнение «Круг приветствия»
2. Упражнение «Покажи эмоции и жесты».
3. Упражнение «Отгадай рисунок на спине».
4. Игра «Театр».
5. Физминутка:
6. Игра «Животный мир».
7. Упражнение «Нарисуй подарок другу».
8. Релаксация.
9. Упражнение «Круг прощания».

## **ЗАНЯТИЕ №2.**

1. Упражнение «Какой я сегодня?».
2. Упражнение «Настроение»
3. Упражнения на внимание «Руки», «Телеграмма».
4. Общая игра «Эмоции, какие мы?».
5. Задание «Крокодил».
6. Упражнение в парах «Скульптура».
7. Общее упражнение «Дополни».
8. Упражнение «Зеркало».

**Оборудование и оснащение:** карандаши, альбомные листочки, карточки с фразами, карточки с различными выражениям лица, с разными эмоциями

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 24. Приемы регуляции и саморегуляции. (6 ч.)**

**Теоретическая часть:**

1. Что такое регуляция и саморегуляция эмоционального состояния.
2. Основные приемы и методики регуляция и саморегуляция эмоционально-го состояния: дыхание,

**Практическая часть:**

1. Диагностика уровня саморегуляции.
2. Мимическая гимнастика.
3. Тренинг смены настроений.
4. Обучение способам снятия агрессии.
5. Позитивный самонастрой.
6. Выполнение дыхательных техник.
7. Работа с телом.
8. Работа с внутренним состоянием.
9. Приемы релаксации на каждый день.
10. Развитие уверенности в себе.
11. Способы отвлечения.

**Оборудование и оснащение:** листы бумаги, карандаши, музыка для релаксации, магнитофон.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

### **Тема 25. Учитесь улыбаться. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Чтение сказки «Улыбка».
2. Упражнение «Злюка».
3. Упражнение «Тренировка улыбки».
4. Упражнение «Разыгрывание сценок».
5. Сценка «Мороженое».
6. Разыгрывание сценки «Три подруги».

**Оборудование и оснащение:** маленькое зеркало (у каждого обучающегося); картинки с изображением улыбающихся, смешных людей; мелодия В.Шаинского «Улыбка»; книга «Смешинки с уроков».

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 26. Я среди людей. (2 ч.)**

### **Практическая часть:**

1. Упражнение «Нетрадиционное приветствие».
2. Упражнение «Грани сходства».
3. Упражнение «Великий мастер» .
4. Упражнение «Неоконченные предложения».
5. Упражнение «Пять добрых слов».
6. Упражнение «Для тебя».
7. Упражнение на релаксацию «Майские жуки».

**Оборудование и оснащение:** легкая музыка, магнитофон, листы бумаги, карандаши.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 27. «Что такое хорошо?». (2 ч.)**

### **Практическая часть:**

1. Эстафета хороших новостей.
2. Самоуважение.
3. Охотник и заяц.
4. Самомассаж.
5. Доброе тепло.
6. Костер дружбы.

**Оборудование и оснащение:** теннисный мячик.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 28. Счастье. (2 ч.)**

### **Практическая часть:**

1. Упражнение «Приветствие».
2. Упражнение «Полет в Волшебную страну».
3. Упражнение «Росток».
4. Упражнение «Разговор цветов».
5. Чтение отрывка стихотворения «Что такое счастье?».
6. Упражнение «Закончи предложение».
7. Упражнение «Я, был бы счастлив, если бы...».
8. Упражнение «Дом счастья».
9. Упражнение «Автопортрет».
10. Упражнение «Передай свечу».

**Оборудование и оснащение:** магнитофон с записью спокойной музыки, ручки по количеству детей, цветы для оформления «Волшебной поляны», 2 ватмана, цветные карандаши, либо фломастеры, ромашки-визитки, по количеству участников группы, лепестки из цветной бумаги по 3 шт. на каждого, колокольчик, свеча, ширма.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

## **Тема 29. «Лучики солнца». (2 ч.)**

### **Практическая часть:**

1. Упражнение «Приветствие».
2. Разминка. Психогимнастика «Бабочка».

3. Рисование.
4. Подвижное упражнение « Волшебные шарики».
5. Упражнение «Создаем солнышко».
6. Интервью художника (рефлексия).
7. Ритуал прощания «Бутон».

**Оборудование и оснащение:** ватман, полоски из ватмана для каждого ребенка, бумажный круг, гуашь, кисточки, счетные палочки для выкладывания красок, стаканчики для воды, тряпочки для работы, клей, кисточки для клея, бумажные палитры.

**Форма проведения занятий:** смешанная.

**Тема 30. Экскурсии. (6 ч.)**

**Практическая часть:** Экскурсии в музеи.

**Тема 31. Диагностика. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Цветовой тест Люшера.

**Форма проведения занятий:** индивидуальная.

**Тема 32. Итоговое занятие. (2 ч.)**

**Практическая часть:**

1. Подведение итогов по реализации программы в учебном году.

**Форма проведения занятий:** групповая.

## **Методическое обеспечение**

### **Формы организации образовательного процесса.**

В течение всего образовательного процесса применялись такие формы обучения как: урок, тренинг, коммуникативный тренинг, лекция, беседа, игра, рисование, экскурсия (по традиционной типологии); индивидуальные, парные, коллективно-групповые формы по типу классно-урочных (по эмпирической типологии); индивидуальные, групповые и коллективные учебные занятия (по теоретической типологии).

При проведении арт-терапевтических занятий предпочтение отдается групповым формам работы, т. к. групповая арт-терапия позволяет развивать ценные социальные навыки, навыки принятия решений, повышает самооценку и ведет к усилению личной идентичности.

### **Этапы освоения программы.**

1 этап. На этом этапе учатся выполнять упражнения, направленных на развитие крупной и мелкой моторики,

2 этап. На этом этапе учатся выполнять упражнения и задания на тактильно-двигательное восприятие, кинестетическое и кинетическое развитие, ориентирование в схеме собственного тела, восприятие формы, величины, цвета, развитие зрительного восприятия, восприятие особых свойств предметов на основе развития осязания, обоняния, вкусовых качеств, барических ощущений, восприятие целостного предмета, развитие слухового

восприятия, Восприятие пространственных отношений Восприятие временных отношений.

3 этап. На этом этапе осваивают техники выполнения дыхательных, стимулирующих, релаксационных, кинезиологических упражнений, массажа, пальчиковой гимнастики, упражнений с мячом, игры на внимание, память, мышление с использованием оборудования сенсорной комнаты.

4 этап. На этом этапе осваивают техники арт-терапии.

5 этап: закрепление полученных знаний по сенсомоторике и арт-терапии.

6 этап: закрепление знаний путем практики.

**Комплексные занятия в сенсорной комнате на первом году обучения.**

*Структура комплексных занятий в сенсорной комнате на первом году обучения:*

1. Приветствие. Дыхательные, стимулирующие, кинезиологические упражнения. Разминка. Самомассаж.

2. Основная часть занятия: игры на внимание, память, мышление с использованием оборудования сенсорной комнаты.

3. Релаксация. Эмоциональная оценка занятия. Прощание.

**Игротерапия.**

*Структура занятий по игротерапии:*

1. Приветствие.

2. Разминка.

3. Основная часть.

4. Релаксация, рефлексия.

5. Ритуал прощания.

**Изотерапия.**

**Блоки занятий по изотерапии и их направленности.**

Каждый блок занятий имеет определенную направленность:

1 блок: работа с цветной манкой способствует снижению психофизического напряжения, развитию тактильной чувствительности, расслаблению, активизации интереса к деятельности.

2 блок: музыка, живопись, лепка из теста помогают формировать у детей умение распознавать свои эмоции, овладевать и управлять ими.

3 блок: путешествие в волшебный мир позволяет детям расслабиться, способствует развитию образной памяти, целостному восприятию мира.

4 блок: развитие креативности средствами монотипии, коллажа способствуют снятию мышечного напряжения, развитию функций правого полушария.

**Особенности изотерапевтических занятий.**

В структуре каждого занятия просматриваются две основные части:

- невербальная, творческая, неструктурированная, основное средство самовыражения в которой – цветной рисунок;

- вербальная, более структурированная: каждый обучающийся интерпретирует нарисованный объект, описывает возникшие у него ассоциации.

*Структура занятия:*

1. Приветствие.
2. Выявление общей атмосферы в группе, настрой всех на работу.
3. актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений. Представляется разработка темы в музыке, движениях, образах, обучающиеся играют в рамках заданной темы, участвуют в мини-беседах.
4. Индивидуальная или групповая изобразительная работа.
5. Этап вербализации (активизация вербальной и невербальной коммуникации).
6. Рефлексивный анализ
7. Ритуал окончания занятия.

### **Приемы изотерапии в работе с детьми.**

Работа ведется с помощью приемов изотерапии, в которых акцент делается не на искусство вообще, а на его визуальные разновидности: живопись, скульптуру и прочие формы творчества, где визуальный канал коммуникации играет ведущую роль.

Использование искусства как терапевтического фактора вполне доступно в работе с маленькими детьми.

Обучающиеся играют с красками, карандашами, с любым материалом, который помогает создавать изображение. Их не учат рисовать. Главное – дать ребенку возможность создать собственное произведение.

Обучающиеся могут делать то, что в обычной жизни строго запрещено либо не принято, и они позволяют себе расслабиться. Удовлетворяется желание и интерес к разрушительным действиям, выплескиваются отрицательные эмоции, и обучающиеся становятся спокойнее. Работы являются объективным свидетельством настроения и мыслей ребенка.

**Приемы и методы организации учебно-педагогического процесса, дидактический материал, техническое оснащение занятий.**

### ***Приемы и методы.***

Для успешного последовательного обучения занятия по программе строятся с использованием различных **методов**:

1. Практический (упражнения; психогимнастика, писование, лепка, эксперименты, опыты, тренинг).
2. Словесный метод (беседа, рассказ, объяснение, чтение, диалог, лекция, анализ текста).
3. Метод проблемного обучения (проблемное изложение материала, эвристическая беседа, создание проблемных ситуаций).
4. Наглядный метод (карточки, пиктограммы, картины, рисунки, плакаты, фотографии; таблицы видеofilмы, мультимедийные презентации).

5. Игровой метод (имитационные, дидактические, познавательные, подвижные игры; игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения; игры на развитие мелкой моторики, ролевые игры; настольные игры, игры конструкторы).

**Учебные пособия:**

- художественная литература (тексты сказок для занятий по сказкотерапии);
- аудиоматериалы (фонограммы музыкальных произведений: классическая музыка, музыка для релаксации, танцевальная музыка);
- электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации).

**Дидактический материал:**

- раздаточный материал для обучающихся (бланки тестов и анкет, бланки диагностических и творческих заданий, карточки с заданиями, готовые шаблоны и трафареты, объекты живой и неживой природы, фотографии, пиктограммы);
- наглядные пособия (картины, пейзажи, муляжи и др.).

**Методические материалы:**

- планы занятий;
- контрольные задания для отслеживания результатов освоения каждой темы; для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, которые включают перечень вопросов, выносимых на итоговое занятие и ключ для проверки правильности ответов (тесты, кроссворды).

**Техническое оснащение занятий.**

*Компьютерные и информационно-коммуникативные средства:* мультимедийные (цифровые) инструменты и образовательные ресурсы, обучающие программы по предмету.

*Технические средства обучения:* аудиторская доска с набором приспособлений для крепления карт и таблиц; образовательные ресурсы (диски), компьютер, проектор, магнитофон.

*Оборудование сенсорной комнаты:* ученические столы двухместные с комплектом стульев; стол учительский; шкафы для хранения, дидактических материалов, пособий и пр.; настольные игры, природный материал, музыкальные инструменты, пуговицы, крупа и т.д.

**Обеспечение программы методическими видами продукции.**

**Разработки игр.**

**Игры и упражнения для развития общей моторики:**

- бросить мяч вверх и поймать двумя руками, одной рукой;
- ударить мяч о стену и поймать его двумя руками, одной рукой;
- подбрасывать вверх воздушный шар, стараясь как можно дольше удержать его в воздухе;

- пройти по начерченной на полу линии;
- попрыгать попеременно на одной ноге, на другой;
- попрыгать на двух ногах, продвигаясь вперед;
- повернуться туловищем направо и налево;
- подлезть под натянутой веревочкой;
- удержать равновесие на одной ноге;
- игры типа «Тир»: попадание в цель различными предметами (мячом, стрелами, кольцами).

### **Игры и упражнения для развития мелкой моторики.**

*Упражнения на развитие статической координации движений.*

«Гнездо» – пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.

«Фонарики» – руки поднять вверх, кисти рук опустить, опущенные пальцы раздвинуть, тянуть вниз, имитируя форму фонарика.

«Буквы» – изобразить руками буквы О, Л, М, П, Т и др.

«Замок» – соединить пальцы обеих рук в замок, на слова «чик-чик» (поворот ключа) разъединить.

«Олень здоровается» – скрещенные руки поднять вверх, пальцы широко раздвинуть, головой и руками делать легкие полунаклоны вперед.

*Упражнения на развитие динамической координации движений.*

«Пальчики здороваются» – на счет 1, 2, 3, 4, 5 соединяются кончики пальцев обеих рук – большой с большим и т.д.

«Пальцеход» – на плотном коврике нашито 20 пуговиц – по 10 в 2 ряда. Обучающийся нажимает указательными пальцами обеих рук на пуговицы, имитируя ходьбу.

«Соревнования по бегу» – средний и указательный пальцы правой, затем левой, далее обеих рук изображают ноги бегунов (на столе).

«Необычное животное» – показать, как передвигается животное, у которого пять ног, по столу (сначала правой, а затем левой рукой).

«Посчитай-ка» – сжать руку в кулачок, считать пальцы, разгибая их (сначала на правой руке, затем на левой).

«Командир» – сжать руку в кулачок, разжимать пальцы по одному со счетом: «Ты командир, а твои пальчики – солдаты. Командуй: раз, два, три...»

*Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость.*

«Кулак – ладонь» – поочередное выполнение движений каждой рукой, затем обеими руками вместе. Выполнение обеими руками может быть одновременное или разновременное (одна кисть руки сжата, другая выпрямлена, и наоборот).

«Кулак-ребро-ладонь» – поочередное выполнение движений каждой рукой, затем обеими руками вместе.



**«Сжимание и разжимание кистей рук»** – поочередное выполнение движений обеими руками одновременно, затем обеими руками, но разновременно (одна кисть руки сжата, другая выпрямлена, и наоборот).

**«Кольцо – зайчик»** – переходы из одной статической позы в другую; выполняются поочередно каждой рукой, а затем обеими руками вместе.

**«Барабанщик»** – один обучающийся барабанит всеми пальцами обеих рук по столу, отстукивая ритм, другой повторяет.

*Упражнения на развитие координированных графических движений.*

**«Трудные виражи»** – на одном конце дорожки нарисована машинка, на другом – домик или гараж. Педагог говорит: «Ты – водитель, и тебе надо проехать на своей машинке к дому. Дорога, по которой ты поедешь, не простая. Будь внимателен и осторожен». Обучающийся должен, не отрывая руки, карандашом «проехать» по изгибам простых дорожек, а когда он освоится, ему можно предложить и более сложные варианты дорог.

*Упражнения с предметами:*

- составление контуров предметов из палочек сначала более крупных размеров, а затем более мелких (стол, дом, треугольник, машина);
- составление цепочки из 6-10 и более канцелярских скрепок разного цвета с соблюдением очередности цветов;
- вырезание из бумаги какой-либо фигуры правой и левой рукой;
- нанизывание на шнурок пуговиц, крупных бусин, а на нитку с иглой – мелких бусин, бисера;
- сортировка бобов, фасоли, гороха, а также перебор крупы (пшено, гречка, рис);
- застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, крючков;
- завинчивание и отвинчивание шайбы, крышек у пузырьков, баночек;
- доставание бусин ложкой из стакана;
- складывание мелких деталей (пуговицы, бусины) в узкий цилиндр;
- продевание нитки в иголку;
- стирание ластиком нарисованных предметов;
- капание из пипетки в узкое горлышко бутылочки;
- надевание и снятие колечка (массаж пальца);
- втыкание канцелярских кнопок в деревянный брусок;
- комканье платка (носовой платок взять за уголок одной рукой и во-звратить в ладонь пальцами только одной руки);
- прикрепление бельевых прищепок к горизонтально натянутой веревке;
- перебирание четок или бус одновременно двумя руками навстречу и обратно;
- нахождение спрятанных предметов в «сухом бассейне», наполненном горохом и фасолью, в пластиковых ведрах или тазиках;
- сжимание и разжимание эспандера;

- катание мячей-ежиков (с шипами).

**Шнуровка-флексик «Чудо-пуговица»** – пришивание пуговиц и сшивание материалов различными видами швов.

**«Рамки с застежками».** *Материал:* рамка, обтянутая тканью из двух половинок, к каждой из которых пришито по 5 тесемок (тесемки одной половинки отличаются по цвету от тесемок другой). Ребенку предлагается завязывать и развязывать банты, соединяя две половинки ткани.

*Варианты:* можно использовать рамки с разными застежками: большие и маленькие пуговицы, кнопки, петли, застежки из ремешков и др.

**Формообразующие движения** (работа с пластилином) – скатывание колбасок, скатывание под углом, скатывание округлых форм, прищипывание, вдавливание, сглаживание.

*Игры.*

**«Оркестр»** – одни обучающиеся имитируют игру на разных музыкальных инструментах (пианино, барабан, гитара, труба, баян и др.), другие обучающиеся отгадывают, кто на чем играет. Затем меняются местами.

**«Работники»** – обучающиеся по очереди изображают работу с каким-то инструментом или орудием труда (ножницами, молотком, кусачками, топором, пилой, лопатой, граблями и др.).

**«Поймай рыбку»** – обучающийся удочкой с крючком пытается подцепить пластмассовых рыбок со специальным отверстием.

*Упражнения для расслабления рук.*

**Массаж** подушечек пальцев рук и фаланг пальцев (от ногтевых фаланг к основаниям пальцев), потягивание сцепленных пальцев в противоположные стороны с речевым стихотворным сопровождением, так как стихи, сопровождающие упражнения, это та основа, на которой формируется чувство ритма.

**Имитационные движения для кистей рук:**

- мытье рук перед едой;
- стряхивание воды с кисти;
- полоскание белья;
- надевание перчаток;
- поглаживание кошки;
- пальчики танцуют.

*Дидактические игры на развитие тактильной чувствительности:*

**«Поймай кошку».** Педагог касается мягкой игрушкой (киской) разных частей тела обучающегося, а обучающийся с закрытыми глазами определяет, где киска. По аналогии для касания можно использовать другие предметы: мокрую рыбку, колючего ежика и др.

**«Чудесный мешочек».** В непрозрачный мешочек кладут предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры и тела, пластмассовые буквы и цифры и др.). Ребенку предлагают на ощупь, не заглядывая в мешочек, найти нужный предмет.

**«Определи на ощупь».** В мешочке находятся парные предметы, различающиеся одним признаком (пуговицы большая и маленькая, линейки широкая и узкая и т.д.). Нужно на ощупь узнать предмет и назвать его признаки: длинный – короткий, толстый – тонкий, большой – маленький, узкий – широкий и т.д.

**«Платочек для куклы»** (определение предметов по фактуре материала, в данном случае определение типа ткани). Обучающимся предлагают трех кукол в разных платочках (шелковом, шерстяном, вязаном). Они поочередно рассматривают и ощупывают все платочки. Затем платочки снимают и складывают в мешочек. Обучающиеся на ощупь отыскивают в мешочке нужный платочек для каждой куклы.

**«Угадай на ощупь, из чего сделан этот предмет».** Ребенку предлагают на ощупь определить, из чего изготовлены различные предметы: стеклянный стакан, деревянный брусок, железная лопатка, пластмассовая бутылка, пушистая игрушка, кожаные перчатки, резиновый мяч, глиняная ваза и др. По аналогии можно использовать предметы и материалы различной текстуры и определить, какие они: вязкие, липкие, шершавые, бархатистые, гладкие, пушистые и т.д.

**«Узнай фигуру».** На столе раскладывают геометрические фигуры, одинаковые с теми, которые лежат в мешочке. Педагог показывает любую фигуру и просит обучающегося достать из мешочка такую же.

**«Узнай предмет по контуру».** Ребенку завязывают глаза и дают в руки вырезанную из картона фигуру (это может быть зайчик, елочка, пирамидка, домик, рыбка, птичка). Спрашивают, что это за предмет. Убирают фигуру, развязывают глаза и просят по памяти нарисовать ее, сравнить рисунок с контуром, обвести фигуру.

**«Догадайся, что за предмет».** На столе разложены различные объемные игрушки или небольшие предметы (погремушка, мячик, кубик, расческа, зубная щетка и др.), которые накрыты сверху тонкой, но плотной и непрозрачной салфеткой. Ребенку предлагают через салфетку на ощупь определить предметы и назвать их.

**«Найди пару».** *Материал:* пластинки, оклеенные бархатом, наждачной бумагой, фольгой, вельветом, фланелью. Ребенку предлагают с завязанными глазами на ощупь найти пары одинаковых пластинок.

**«Найди ящичек».** *Материал:* спичечные коробки, сверху оклеенные различными материалами: вельветом, шерстью, бархатом, шелком, бумагой, линолеумом и др. Внутри выдвижных ящичков также приклеены кусочки материала. Ящички находятся отдельно. Ребенку предлагают на ощупь определить, какой ящичек от какого коробка.

**«Что в мешочке».** Ребенку предлагают небольшие мешочки, наполненные горохом, фасолью, бобами или крупами: манкой, рисом, гречкой и др. Перебирая мешочки, он определяет наполнитель и раскладывает в ряд эти мешочки по мере увеличения размера наполнителя (например, манка, рис, гречка, горох, фасоль, бобы).

**«Отгадай цифру» (букву).** На ладошке ребенка обратной стороной карандаша (или пальцем) пишут цифру (букву), которую он определяет с закрытыми глазами.

**«Что это?».** Обучающийся закрывает глаза. Ему предлагают пятью пальцами дотронуться до предмета, но не двигать ими. По фактуре нужно определить материал (можно использовать вату, мех, ткань, бумагу, кожу, дерево, пластмассу, металл).

**«Собери матрешку».** Двое играющих подходят к столу. Закрывают глаза. Перед ними две разобранные матрешки. По команде оба начинают собирать каждый свою матрешку – кто быстрее.

**«Прочитай».** Играющие становятся друг за другом. Стоящий позади пальцем пишет на спине партнера буквы, слова, цифры, рисует фигуры, предметы. Стоящий впереди отгадывает. Потом обучающиеся меняются местами.

**«Золушка».** Обучающиеся (2-5 человек) садятся за стол. Им завязывают глаза. Перед каждым кучка семян (горох, семечки и др.). За ограниченное время следует разобрать семена на кучки.

**«Угадай, что внутри».** Играют двое. У каждого играющего ребенка в руках непрозрачный мешочек, наполненный мелкими предметами: шашками, колпачками ручек, пуговицами, ластиками, монетами, орехами и др. Педагог называет предмет, игроки должны быстро на ощупь найти его и достать одной рукой, а другой держать мешочек. Кто быстрее это сделает?

**Имитационные упражнения:** бабочка летает, обезьянка прыгает, кенгуру скачет, мячик подпрыгивает, пружинка распрямляется, маятник раскачивается, рыбка плавает, собака идет по следу, ветер дует и т.д. Упражнения выполняются стоя, сидя, лежа; на месте и в движении, при сочетании движений туловища, ног с подобными и противоположными движениями рук.

**Игры на восприятие предметов в движении:** игры в воображаемые снежки, камушки (бросаем в море, играем на берегу и др.); передача по кругу воображаемого предмета (мяч, кирпич, флажок и др.), рисование орнамента рукой в воздухе и др.

**Двигательные упражнения:** различные движения головой, руками, туловищем с остановкой по сигналу и проверкой правильной осанки. Использование музыкального сопровождения при выполнении подобных упражнений усиливает коррекционный эффект, создает положительный эмоциональный настрой.

### **Игры на восприятие команды в движении.**

**«Стоп-сигнал»** – остановка по одному сигналу, а по другому сигналу изменение направления движения.

**«Противоположное действие»** – на фоне всех дословно повторяемых действий выполнение одного из них, обозначенного заранее, в противоположном виде.

«*Запретный номер*» – педагог называет количество повторений каждого упражнения, обучающиеся выполняют за исключением того, который заранее обозначен запретным номером.

Сохранение позы требует от детей с интеллектуальной недостаточностью специальной внутренней активности. Решению этой задачи способствуют следующие простые упражнения: присесть, встать, топнуть, хлопнуть руками, покачать головой и т.д.; более сложные движения: прыжки, действия с предметами – переносить, переставлять, перекладывать кубики, кегли и т.д.

«*Сделай по рисунку и замри*». Ребенку показывают карточки со схематичным изображением движения или позы. Обучающийся должен принять такую же позу. *Варианты*: показ поз другим ребенком, взрослым.

**Игровые упражнения, помогающие расслабиться, снять мышечное напряжение.**

«*Хлопай и качайся*» (под успокаивающую музыку).

«*Штанга*» (имитация ее подъема и бросания на пол).

«*Качели*» (имитация качания на качелях).

«*Подвески*» (кукла-марионетка).

«*Тряпичная кукла*» (выполнение разных движений расслабленными руками, ногами, головой и т.д.).

«*Холодно – жарко*» (холодно – сжались, напряглись; жарко – расслабились).

«*Спать хочется*» (обучающийся хочет встретить Новый год, но не может и засыпает: повисли руки, опустилась голова и т.д.).

«*Котенок*» (спит, потягивается, умывается и др.).

«*Шалтай-болтай*» – выполнение движений с одновременным произнесением слов. Инсценируя стихотворение, обучающиеся передают в движениях и мимике напряжение, усталость, расслабленность, беззаботность. Соединение разных контрастных состояний человека требует переключения внимания и быстроты реакции.

**Упражнения на смену положения туловища** (например, вытягивание вверх туловища и рук, затем полное расслабление и опускание в полу-присед) и на смену движения (например, резкие движения в напряженной ходьбе на мягкие плавные движения в мягкой ходьбе и др.) помогают ребенку сконцентрировать внимание на анализе своих кинестетических ощущений, что в дальнейшем приводит к свободному управлению своим телом.

**Упражнения на развитие выразительности движений.**

«*Пешиеходы идут*». Обучающиеся изображают людей разного возраста с разными походками: старушка ведет собачку на поводке, ученик опаздывает в школу, старичок идет с палочкой, мама ведет за руку малыша, шагают военные и др.

«*Выразительные движения*»:

- поднять тяжелый чемодан: корпус наклонен вперед, колени чуть согнуты, прямые руки опущены вниз;

- брать в руки поочередно то очень холодный, то очень горячий предмет: резко отдергивать протянутую руку;
- нести в руках легкий пакет;
- показать движениями, что на улице жарко и др.

«Зоопарк». Каждый обучающийся изображает какого-либо животного, сидя за стулом (как будто в клетке).

Овладению **невербальными способами** коммуникации детям помогут следующие упражнения:

- дыхательные: задувание свечи, выдувание мыльных пузырей и др.;
- на согласование дыхания с движениями рук, на изменение глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения (под хлопки, под счет, под музыку);
- мимические и пантомимические упражнения.

«Иностранец». В гости «приехал» иностранец, который не знает русского языка, а вы не знаете его языка. Предложите ребенку пообщаться. Все это надо сделать без слов.

«Через стекло». Детям предлагается сообщить что-либо через стекло мимикой и жестами на определенную тему: вернись домой; надень шапку, а то холодно; купи бананы и др.

#### **Игры на восприятие роли в движении.**

«Иголка и нитка» – один обучающийся (иглолка) бегаёт, меняет направление движения, темп, использует дополнительные движения; остальные обучающиеся (нитка) детально повторяют все его движения.

#### **Ситуации в движении.**

«Назойливая муха» – упражнение на мимику: воображаемая муха летает – следим, села на нос – сморщились, сдуваем, махнули рукой, нахмурились и т.д.

*Дидактические игры и упражнения для закрепления понятия формы.*

«**Найти предмет указанной формы**». Педагог предлагает назвать модели геометрических фигур, а затем найти картинки с изображением предметов, по форме похожие на круг (квадрат, овал, треугольник, прямоугольник, ромб).

«**Из каких фигур состоит машина?**». Обучающиеся должны определить по рисунку, какие геометрические фигуры включены в конструкцию машины, сколько в ней квадратов, кругов и т.д.

«**Коврик**». Ребенку предлагают рассмотреть коврик из геометрических фигур и набор составных частей этого коврика. Среди элементов этого набора следует найти ту часть, которой нет в коврике.

#### **«Найди предмет такой же формы».**

Обучающиеся выделяют форму в конкретных предметах окружающей обстановки, пользуясь геометрическими образцами. На одном столе геометрические фигуры, на другом – предметы. Например, круг и предметы круглой формы (мяч, тарелка, пуговица и т.д.), овал и предметы овальной формы (яйцо, огурец, желудь и т.д.).

**«Какая фигура лишняя?»**. Ребенку предлагают различные наборы из четырех геометрических фигур. Например: три четырехугольника и один треугольник, три овала и один круг и др. Требуется определить лишнюю фигуру, объяснить принцип исключения и принцип группировки.

*Варианты:* группировать по форме реальные предметы по 2-3 образцам, объяснять принцип группировки.

**«Составь целое из частей»**. Составить конструкцию из 2-3 геометрических фигур по образцу.

*Варианты:*

- составить конструкцию по памяти, по описанию;
- составить геометрическую фигуру, выбрав необходимые ее части из множества предложенных деталей (8-9).

**«Определи правильно»**. Ребенку предлагают по рисункам определить, из каких геометрических фигур состоит замок.

**«Зрительный диктант»**. Обучающиеся запоминают орнамент из 3-4 геометрических фигур, складывают его по памяти.

*Варианты:* обучающиеся запоминают и воспроизводят комбинации фигур (в том числе и из объемных геометрических фигур).

**«Определи форму предмета»**. Перед ребенком разложены карточки с изображением предметов: телевизор, дом, стол, люстра, торшер, кровать и др. Педагог предлагает в соответствующую прорезь перфокарты с вырезанными геометрическими фигурами вписать название мебели, изображение которой похоже на данную геометрическую фигуру.

*Упражнения, способствующие развитию зрительного анализа и синтеза, произвольного зрительного внимания и запоминания:*

- определение изменений в ряду предметов;
- нахождение «выпавшей», «лишней» игрушки, картинки;
- нахождение различий у двух сходных сюжетных картинок;
- нахождение нереальных элементов нелепых картинок;
- запоминание 4-6 предметов, игрушек, картинок, геометрических фигур, букв, цифр и воспроизведение их в исходной последовательности.

*Двигательные упражнения на развитие зрительно-моторной координации:* ходьба и бег по разметкам, катание на велосипеде, самокате по дорожкам и ограниченными площадкам; метание в цель различными предметами в играх «Летающие тарелки», «Летающие колпачки», «Дартс», «Кольцеброс», «Попади в цель».

*Специальные упражнения, связанные с обводкой по трафарету, силуэтным и контурным изображениям:*

Обвести по контуру столько квадратиков, сколько слышится звуков.

Обвести на верхней полоске 7 кружочков, а на нижней полоске – на 2 треугольника больше.

Второй, четвертый и шестой квадратики на верхней строчке закрасить красным цветом, а третий, пятый и седьмой на нижней строчке заштриховать.

В разных местах листа обвести по внешнему или внутреннему контуру трафареты игрушек, а затем соединить их дорожками.

*Упражнения для развития глазомера:*

Определить, сколько шагов до стола, стула, до куклы, до перекрестка (на улице) и т.д.; кто дальше сидит: Коля или Марина; кто выше: Саша или Толя и т.д.

Подобрать на глаз предметы, находящиеся между собой в таком же соотношении по величине, как в образце (две матрешки контрастного размера).

Показать соотношение двух предметов по высоте с помощью столбиков (полосок) и т. д.

Разделить круг, квадрат, прямоугольник на 2, 4, 3 равные части.

Разрезать ленточку на равные части.

*Дидактические игры и упражнения для развития зрительного восприятия.*

**«Что изменилось?»**. Ребенку предлагают рассмотреть несколько карточек с буквами (словами, цифрами, геометрическими фигурами и т.д.) и отвернуться (выйти из комнаты). Педагог убирает (добавляет или меняет местами) карточки. Обучающийся определяет, что изменилось.

**«Найди ошибку»**. Ребенку предлагают карточку с неправильными написаниями:

- **слов** – одна буква написана зеркально (пропущена, вставлена лишняя);

- **примеров** – сделана ошибка на вычисление, цифра написана зеркально и др.;

- **предложений** – пропущено или вставлено неподходящее по смыслу слово (сходное по написанию и т. д.).

Обучающийся объясняет, как исправить эту ошибку.

**«Найди отличия»**. Детям предлагают рассмотреть парные картинки с признаками различий (карточки букв и цифр с различным написанием, различным изображением одних и тем же геометрических фигур и т. д.) и найти эти признаки различия, сходства.

**«Знаковая таблица»**. Детям предлагают на цветной таблице показать числа определенного цвета в порядке возрастания (убывания) за определенное время.

**«Наложенные изображения»**. Ребенку предъявляют 3-5 контурных изображений (предметов, геометрических фигур, букв, цифр), наложенных друг на друга. Необходимо назвать все изображения.

**«Спрятанные изображения»**. Предъявляют фигуры, состоящие из элементов букв, геометрических фигур. Требуется найти все спрятанные изображения.

**«Зашумленные» изображения»**. Предъявляют контурные изображения предметов, геометрических фигур, цифр, букв, которые зашумлены,



т. е. перечеркнуты линиями различной конфигурации. Требуется их опознать и назвать.

**«Парные изображения».** Предъявляют два предметных изображения, внешне очень похожие друг на друга, но имеющие до 5-7 мелких отличий. Требуется найти эти отличия.

*Упражнения, способствующие формированию чувства ритма:*

- отхлопывание в ладоши (оттопывание ногой, отстукивание мячом об пол) простого ритмического рисунка по показу и по слуху;
- повторение на звучащем инструменте прохлопанного ритмического рисунка;
- ускорение и замедление ходьбы (бега) при изменении звучащей музыки;
- выполнение движения в заданном темпе по прекращению подсчета или звучащей музыки;
- ходьба с хлопками, ритмичными стихами, под удары барабана (бубна);
- переход с ходьбы на бег (и обратно) при изменении ритма темпа, характера музыки;
- поднимание рук вперед до ориентира без зрительного контроля под удары бубна;
- воспроизведение ритма (или темпа) в движениях рук (по выбору детей);
- выполнение имитационных упражнений под музыку разного характера: марш, колыбельная, полька и др.

*Дидактические игры и упражнения для развития слухового восприятия.*

**«Различай веселую и грустную музыку».** Детям выдают по 2 карточки. Одна из них раскрашена в яркие, светлые, веселые тона, соответствующие веселой музыке, другая – в холодные, мрачные, соответствующие грустной музыке. Прослушав музыку, обучающиеся показывают карточку, условно обозначающую данный характер музыки.

**«Тихо и громко».** Поочередно звучит то тихая, то громкая музыка; обучающийся под тихую музыку ходит на цыпочках, под громкую – топает ногами.

*Варианты:*

- можно предложить детям использовать свои произвольные варианты движений, соответствующие силе звучания музыки;
- использовать большой и маленький барабан: большой звучит громко, маленький – тихо;
- на громкое звучание большого барабана отвечать громкой игрой на металлофоне, на тихое звучание отвечать тихой игрой на металлофоне;
- на громкую музыку рисовать широкие и яркие полосы, на тихую – узкие и более бледные;

- найти игрушку, ориентируясь на громкое или тихое звучание колокольчика.

**«Угадай, какой музыкальный инструмент звучит».** Обучающимся раздают карточки с изображением музыкальных инструментов или демонстрируют настоящие музыкальные инструменты. Включается магнитофонная запись со звучанием одного из них. Обучающийся, угадавший по тембру музыкальный инструмент, показывает нужную карточку и называет его.

*Варианты:* перед ребенком выставляют звучащие игрушки и инструменты: барабан, флейту, гармонику, погремушку, металлофон, детское пианино и др. Ребенку предлагают закрыть глаза и определить, какая игрушка или инструмент прозвучали.

**«Шагаем и танцуем».** Ребенку предлагают послушать звучание различных инструментов и действовать на каждое звучание по-разному: под барабан – шагать, под гармонь – танцевать, под бубен – бежать и т.д.

**«Высокий и низкий звук».** Ребенку предлагают, услышав высокий или низкий звук инструмента, выполнить задание: на высокий звук поднять руку вверх, на низкий – опустить.

*Варианты:*

- использовать различные инструменты: скрипку, тамбурин, треугольник, фортепьяно, аккордеон, губную гармошку и др.;

- выполнять разные задания: расставлять на верхней и нижней полках игрушки в зависимости от тона звука;

- изображать голосом воспринятый тон.

**«Ударь в бубен».** *Материал:* бубен, карточки с нарисованными в разном порядке длинными и короткими полосками. Детям предлагают отбить бубном ритм, нарисованный на карточке полосками (длинные полоски – медленные удары, короткие – быстрые).

*Варианты:* полоски могут обозначать громкость; тогда обучающиеся ударяют в бубен то тихо, то громко.

**«Далеко – близко».** У водящего закрыты глаза. Кто-то из детей называет имя водящего то близко от него, то на расстоянии. Водящий должен по голосу узнать того, кто назвал его имя.

**«Будь внимателен».** Обучающиеся свободно маршируют под музыку. Педагог дает разные команды, а обучающиеся имитируют движения названного животного. Например, «аист» – стоять на одной ноге, «лягушка» – присесть и скакать вприсядку, «птицы» – бегать, раскинув руки, «зайцы» – прыгать и т.д. В ходе игры обучающиеся обучаются быстрому и точному реагированию на звуковые сигналы.

**«Звоночки».** *Материал:* несколько звоночков различного звучания. Обучающийся должен построить ряд, начиная с самого высоко звука (или с самого низкого).

**«Определи, что слышится».** Из-за ширмы доносятся различные звуки: переливающейся воды из стакана в стакан; шуршание бумагой – тон-

кой и плотной; разрезание бумаги ножницами; упавшего на стол ключа, судейского свистка, звонка будильника и др. Нужно определить, что слышится.

*Варианты:* возможно одновременное звучание двух-трех различных звуков (шумов).

**«Шумящие коробочки».** *Материал:* несколько коробочек, которые заполнены различными материалами (железными пробками, маленькими деревянными брусочками, камушками, монетками и др.) и при сотрясении издают разные шумы (от тихого до громкого). Ребенку предлагают проверить шумы всех коробочек. Затем педагог просит дать коробочку с тихим шумом, а потом с громким шумом. Обучающийся выполняет.

**«Повтори».** Педагог производит серию неречевых звуков, например: один щелчок языком, два хлопка в ладоши, три притопа ногой. Обучающийся должен запомнить и повторить.

**«Быстро и медленно».** *Материал:* кукла, барабан. Ребенку предлагают передвигать куклу под удары барабана (количество шагов и темп соответствуют ударам). Например: три коротких быстрых удара, два медленных, два коротких быстрых удара. Для создания интереса можно предложить довести куклу до площадки, на которой лежит лакомство или стоит стакан сока. Кукла (а значит, и обучающийся) получает заслуженную награду.

**«Слушай и выполняй».** Педагог называет несколько действий, но не показывает их. Обучающиеся должны повторить эти действия в такой последовательности, в какой они были названы.

Например:

1) повернуть голову направо, повернуть голову вперед, опустить голову вниз, поднять голову;

2) повернуться налево, присесть, встать, опустить голову.

**«Что слышно?».** По сигналу педагога внимание детей обращается к двери на окно, с окна на дверь, предлагается послушать и запомнить, что там происходит. Затем каждый обучающийся должен рассказать, что происходило за дверью и за окном.

*Дидактические игры и упражнения на развитие ориентировки в пространстве.*

**«Какая рука?».** На картинке нужно определить, в какой руке девочка держит флажок, в какой руке мальчик держит шар, на какой ноге стоит девочка и т.д.

**«Покажи правильно».** Педагог на кукле показывает разные части тела в быстром темпе. Обучающиеся должны показать эту же часть на себе (левая нога, правая рука, левая щека и т.д.)

**«Незаконченные изображения».** Детям предлагают карточки с недорисованными изображениями (у собаки не нарисована правая лапа, у кошки – левое ухо и т.д.). Предлагают дорисовать, назвать и подписать, используя пространственную терминологию.

**«Твой путь в клуб».** Ребенку предлагают рассказать, как он идет в школу (в магазин, в парк и т.д.). В процессе рассказа педагог уточняет у ребенка, что находится справа от дороги, слева, впереди, сзади и др.

**«Автомобили».** По сигналу педагога обучающиеся двигаются в различных направлениях, изображая автомобили, изменяя направления движения и скорость.

*Варианты:* каждый обучающийся проводит свой автомобиль до автостоянки, пользуясь схемой маршрута.

**«Выполни задание».** Ребенку предлагают различные задания на ориентировку в пространстве комнаты и на улице.

*Варианты:*

- определить местоположение отдельных предметов мебели;
- определить местоположение других детей относительно себя;
- определить местоположение других детей относительно себя при повороте на 180 градусов;
- определить местоположение предметов относительно друг друга;
- расположить предметы в пространстве по инструкции педагога (по образцу, макету, рисунку).

**«Что дальше, что ближе к нам в комнате?».** Обучающиеся отвечают на вопрос, а потом проверяют с помощью условных мерок (или метра) правильность ответа.

**«Назови самые высокие и самые низкие предметы в комнате».** Обучающиеся называют предметы, объясняя, где они находятся, а затем сравнивают некоторые из них с помощью условной мерки (или метра).

**«Что где находится?».** Ребенку предлагается по картинке назвать предметы, изображенные в середине листа, в левом верхнем углу, в правом нижнем и т.д.

**«Откуда и чей голос?».** Ребенку предлагают встать спиной к классу и по слуху определить, откуда и чей звучит голос: справа, слева от него, сзади, близко за спиной, далеко в правом углу комнаты и т. д.

**«Внимательно слушай и рисуй».**

Педагог называет геометрические фигуры с указанием их места на листе. Обучающийся должен их изобразить согласно данной инструкции.

Например, вверху слева прямоугольник, справа от него квадрат, в центре круг и т. д.

*Варианты:* разделить лист на четыре части путем сгибания. Ребенку дают инструкции: «В верхнем правом углу нарисуй треугольник, в нижнем правом углу нарисуй...» И т.д.

**«Где что лежит?».** Педагог располагает различные предметы на столе, под столом, около стола и т. д. и предлагает ребенку ответить на вопросы, где какой предмет находится.

*Варианты:*

- предложить ребенку расположить предметы по инструкции педагога за столом, на столе и т. д. и при этом объяснить свои действия;

- по предложенной схеме с изображением геометрических фигур расставить на столе предметы, соответствующие по форме геометрическим фигурам и по ходу объяснять свои действия.

**«Фигуры высшего пилотажа».** Педагог на фланелеграфе показывает моделью самолета разные фигуры высшего пилотажа, меняя направление движения, а ученики объясняют изменение маршрута, используя слова: вверх, вниз, направо, слева направо и т. д.

**«Составление разрезных картинок»** (предметных и сюжетных по готовому образцу и без него).

**«Следопыт».** По рисунку-схеме комнаты обучающиеся находят спрятанную игрушку.

*Варианты:*

- обучающиеся по очереди сами прячут игрушку и составляют рисунок-схему комнаты с обозначением места, где находится игрушка;

- по тем же правилам игра проводится на улице, в парке, около школы.

**«Разведчики».** По письменной инструкции обучающиеся находят спрятанное в тайнике важное донесение.

Пример инструкции:

1. Встаньте у парты, повернувшись к ней спиной.

2. Сделайте 5 шагов вперед и 3 шага влево.

3. Повернитесь налево.

4. Внимательно осмотрите все, что находится впереди на уровне ваших глаз.

Что видите необычного? Ищите!

**«Самый внимательный».** На доске лист ватмана с написанными на нем рядами букв (6 рядов по 6 букв). Обучающимся предлагают карточки с заданиями: напиши в тетради все согласные буквы из второго горизонтального ряда, напиши все гласные из третьего вертикального ряда и т.д.

*Дидактические игры и упражнения на формирование временных представлений.*

**«Неделька».** Ребенку предлагают разложить по порядку таблички с названиями дней недели.

*Варианты:*

- разложить таблички, начиная с определенного дня (например, с четверга); в обратном порядке;

- каждому ребенку раздают таблички с названием дня недели, педагог называет громко любой день недели, например среду. По команде «Неделька, стройся» обучающийся с табличкой «среда» встает первым, а все остальные выстраиваются по порядку следования дней недели;

-использовать таблички с названиями месяцев, времен года; разложить их по порядку, начиная с заданного месяца (времени года); в обратном порядке.

**«Молчанка».** *Материал:* круг, разделенный на 7 частей – дней недели, набор карточек с цифрами от 1 до 7 по количеству обучающихся.

Педагог на демонстрационном круге молча показывает день недели, ученики должны поднять карточку с цифрой, которой соответствует этот день.

*Варианты:* педагог показывает цифру, а обучающийся должен показать карточку с названием дня недели.

**«Когда деревья надевают этот наряд?».** Педагог демонстрирует карточку с цветным изображением деревьев в разное время года, читает отрывок из стихотворения и спрашивает, в какое время года это происходит в природе.

*Варианты:* у каждого обучающегося табличка с названием времени года; когда педагог показывает иллюстрацию с изображением определенного пейзажа, обучающиеся поднимают соответствующую карточку.

**«Когда это бывает?».** *Материал:* иллюстрации деятельности людей в разные части суток. Педагог показывает иллюстрацию и задает вопросы: что делает мальчик? Какая это часть суток? Как догадался? И т.д.

*Варианты:* иллюстрации, связанные с временами года. Вопросы: в какое время года нужны эти предметы? (Лыжи, сачок, зонт, скакалка и т.д.) По каким признакам вы определили это время года?

**«Что длится короче».** Педагог спрашивает детей, что длится короче: час или минута, час или день и т.д.

*Варианты:* педагог спрашивает детей, какое дело можно сделать быстрее, какое дольше: построить домик из конструктора – построить настоящий дом; посадить дерево – вырастить его и т. д.

**«Определи возраст человека».** Педагог демонстрирует детям картинки (фотографии) с изображением людей разного возраста и предлагает показать, где изображен обучающийся, пожилой человек, подросток и т.д.

*Варианты:* предлагается разложить таблички с надписями: 1 год, 7 лет, 30 лет, 70 лет и др. под соответствующие картинки (фотографии) людей разного возраста.

*Релаксационные упражнения для мимики лица.*

1. Сморщить лоб, поднять брови (удивиться), расслабить его. Совсем расслабить. Постараться сохранить лоб абсолютно гладким хотя бы в течение одной минуты.

2. Нахмуриться (сердиться) – расслабить брови.

3. Расширить глаза (страх, ужас) – расслабить веки (лень, хочется подремать).

4. Расширить ноздри (вдыхаем – запах; выдыхаем страстно) – расслабление.

5. Зажмуриться (ужас, конец света) – расслабить веки (ложная тревога).

6. Сузить глаза (китаец задумался) – расслабиться.

7. Поднять верхнюю губу, сморщить нос (презрение) – расслабиться.

8. Оскалить зубы – расслабить щеки и рот.

9. Оттянуть вниз нижнюю губу (отвращение) – расслабление.

4. Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц лица: «Солнечный зайчик», «Пчелка», «Бабочка», «Качели», «Улыбка», «Дудочка», «Озорные щечки», «Рот на замочке», «Злюка успокоилась».

#### **Упражнения на концентрацию внимания.**

*Методика выполнения концентрационных упражнений:*

Помещение, в котором предполагается заниматься, должно быть изолировано от сильных звуков. Сесть на стул в удобной позе к спинке, чтобы не опираться на нее (стул должен быть с жестким сиденьем, иначе эффективность упражнения снизится). Руки свободно положить на колени, глаза закрыть (они должны быть закрыты до окончания упражнения, чтобы внимание не отвлекалось на посторонние предметы). Дышать через нос спокойно, не напряженно. Стараться сосредоточиться лишь на том, что вдыхаемый воздух холоднее выдыхаемого.

Выполнять релаксационно-концентрационные упражнения необходимо в течение нескольких минут. Время не ограничено: упражняться можно до тех пор, пока это доставляет удовольствие. После выполнения упражнений – провести ладонями по векам, не спеша открыть глаза и потянуться. Варианты концентрационных упражнений.

*Упражнение 1. «Концентрация на счете».*

*Инструкция педагога:*

Мысленно медленно считайте от 1 до 10 и сосредоточьтесь на этом медленном счете. Если в какой-то момент мысли начнут рассеиваться и вы будете не в состоянии сосредоточиться на счете, начните считать сначала. Повторяйте счет в течение нескольких минут.

*Упражнение 2. «Концентрация на слове».*

*Инструкция педагога:*

Выберите какое-нибудь короткое (лучше всего двусложное) слово, которое вызывает у вас положительные эмоции или же с которым связаны приятные воспоминания. Пусть это будет имя любимого человека, или ласковое прозвище, которым вас называли в детстве родители, или название любимого блюда... Если слово двусложное, то мысленно произносите первый слог на вдохе, второй – на выдохе. Сосредоточьтесь на «своем» слове, которое отныне станет вашим персональным лозунгом при концентрации.

*Упражнение 3. «Сосредоточение на предмете».*

*Инструкция педагога:*

Внимание! В вашей голове прожектор. Его луч может осветить что угодно с безмерной яркостью. Этот прожектор – ваше внимание. Управляем его лучом! В течение 2-3 минут «освещаем прожектором» любой предмет. Все остальное уходит во тьму. Смотрим только на этот предмет. Можно моргать, но взгляд должен оставаться в пределах предмета. Возвращаемся к нему снова и снова, разглядываем, находим все новые черточки и оттенки...

*Упражнение 4. «Сосредоточение на звуке».*

*Инструкция педагога:*

А теперь сосредоточили свое внимание на звуках за окном (стеной) кабинета. Прислушаемся к ним. Для того чтобы лучше сосредоточиться, можно закрыть глаза. Выделим один из звуков. Вслушаемся в него, выслушиваем, держим его.

*Упражнение 5. «Сосредоточение на ощущениях».*

*Инструкция педагога:*

Сосредоточьтесь на Ваших телесных ощущениях. Направьте луч Вашего внимания на ступню правой ноги. Почувствуйте пальцы, подошву. Почувствуйте соприкосновение ног с полом, ощущения, которые возникают от этого соприкосновения.

Сосредоточьтесь на правой руке. Почувствуйте пальцы, ладонь, поверхность кисти, всю кисть. Почувствуйте ваше предплечье, локоть; почувствуйте соприкосновение подлокотника кресла с рукой и вызываемое им ощущение. Точно так же почувствуйте левую руку.

Почувствуйте поясницу, спину, соприкосновение с креслом.

Сосредоточьте внимание на лице-нос, веки, лоб, скулы, губы, подбородок. Почувствуйте прикосновение воздуха к коже лица.

*Упражнение 6. «Сосредоточение на эмоциях и настроении».*

*Инструкция педагога:*

Сосредоточьтесь на внутренней речи.

Остановите внутреннюю речь.

Сосредоточьтесь на настроении.

Оцените свое настроение. Какое оно? Хорошее, плохое, среднее, веселое, грустное, приподнятое?

А теперь сосредоточьтесь на Ваших эмоциях, попытайтесь представить себя в радостном, веселом эмоциональном состоянии. Вспомните радостные события вашей жизни.

Выходим из состояния релаксации.

Рефлексия Вашего эмоционального состояния.

*Упражнение 7. «Сосредоточение на чувствах».*

*Инструкция педагога:*

Закройте глаза. Сосредоточьтесь на внутренних ощущениях. Выберите мысленно одного из присутствующих здесь – это может быть Ваш сосед, друг или любой другой человек из группы.

Какие чувства Вы испытываете по отношению к нему? Вы ему рады, Вам он нравится, Вы его не переносите, он Вам безразличен?

Осмыслите Ваши чувства, осознайте их.

*Упражнение 8. «Концентрация на нейтральном предмете».*

В течение нескольких минут сконцентрируйте свое внимание на каком-нибудь нейтральном предмете. Ниже приведены четыре возможности:

- Записать 10 наименований предметов, вещей, событий, которые доставляют удовольствие.
- Медленно сосчитать предметы, никак эмоционально неокрашен-



ные: листья на ветке, буквы на отпечатанной странице и т. д.

- Потренировать свою память, вспоминая 20 осуществленных вчера действий.
- В течение двух минут: запомнить те качества, которые Вам больше всего в себе нравятся, и привести примеры каждого из них.

### **Упражнения на сюжетное воображение.**

*Цель упражнений:* тренировать преднамеренное моделирование разнообразных эмоциональных состояний, научиться уравнивать процессы возбуждения и торможения.

#### *Упражнение «Зрительные образы».*

Предлагается выбрать какой-либо предмет, ярко окрашенный определенным цветом, лучше без оттенков. Цвет выбирается в соответствии с состоянием, которое моделируется: красный, оранжевый, желтый – цвета активности; голубой, синий, фиолетовый – цвета покоя; зеленый – нейтральный.

Необходимо произнести про себя несколько раз название какого-либо цвета. В воображении возникнут очертания и цвет этого предмета. Постепенно возникнет состояние расслабленности и покоя или, наоборот, активности, мобилизованности.

*Упражнение «Парк» (на создание настроения покоя, внутреннего комфорта, глубокого отдыха).*

#### *Самоприказ:*

«Зеленая-зеленая зелень. Зеленая-зеленая листва. Зеленая листва шелестит».

Представить себя в парке в теплый и солнечный летний день: солнечные блики перемежаются с пятнами тени от листвы; телу тепло, но не жарко, листва свежая, яркая; просторные поляны и аллеи, уходящие вдаль, листва шелестит под слабым ветерком, далекие и смутные голоса людей; запах свежей листвы (температурный образ, цветовой, пространственный, звуковой, осязательный, обонятельный).

*Упражнение «Сирена» (рекомендуется выполнять при засыпании для создания состояния отдыха и покоя).*

#### *Самоприказ:*

«Гулкий-гулкий гул.

Гулкая-гулкая сирена.

Гулкая сирена удаляется».

Представьте себе гулкий звук паровой сирены над ночным рейдом.

Стенка причала в порту ночью, ярко освещенный паровой корабль, готовящийся к отходу, ходовые огни судов, скользящих по темному рейду. Дальнейшее развитие сюжета – паровой корабль уходит в рейс, убран трап, полоса черной маслянистой воды между бортом и причальной стенкой становится все шире, голоса провожающих и отплывающих отдаляются; паровой корабль уже далеко, лиц не разобрать; движется его светящийся силуэт; снова звучит удаляющаяся сирена, ходовые огни словно скользят по воздуху. От воды тянет запахом водорос-

лей, смолы и моря (обонятельный образ); вечерняя прохлада (температурный образ).

Упражнение сопровождается музыкальным оформлением (спокойная, мелодичная музыка). Выход из аутогенного погружения – естественный сон, так как внимание в данном случае не сосредоточивается, а рассредоточивается, идет от малого круга к среднему и большому.

*Упражнение «Ковер» (на создание ощущения уюта и комфорта).*

Основные сенсорные представления - осязательные (тактильные).

*Самоприказ:*

«Пушистый-пушистый пух. Пушистый-пушистый ковер. Пушистый ковер нежит».

Представьте прикосновение босых ног к пушистому ковру, большому и теплому, в большой уютной комнате. Комната должна быть обязательно большая, не заставленная мебелью (пространственный образ); освещение - в теплых желто-оранжевых тонах (цветовой образ).

Методика обучения по программе также предполагает формы обучения в образовательном пространстве с применением дистанционных образовательных технологий, реализуемых в основном с применением рекомендуемых информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогов.

Учебный материал состоит из следующих компонентов:

- тематические презентации;
- видеоролики;
- тесты;
- задания;
- анкеты и др.

Образовательный процесс, соответствующий содержанию программы, может транслироваться в сети Enternet, в режиме *online и/или offline* – изменяя структуру занятия, способы взаимодействия педагога и обучающегося, организацию информационно-образовательной среды учебного процесса, когда учащиеся, имеют доступ к учебным материалам, в виде (*видео ролики, тематические презентации, информационные файлы и др.*), которые педагог использует непосредственно на занятии. Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (*offline-занятия*), с предоставлением ему результатов выполненной творческой работы. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (*onlin-чат, через мессенджеры; в режиме видеоконференции* в приложении Zoom и др.), проверяя задание и корректируя работу учащихся. При выполнении задания, обучающиеся могут обсудить материал, проконсультироваться с педагогом в чате.

### **Электронные ресурсы**

1. Официальный сайт образовательной системы «Школа 2100»:  
<http://www.school2100.ru>

- 2.Единая коллекция Цифровых Образовательных ресурсов:  
<http://schoolcollection.edu.ru>
- 3.Справочно - информационный Интернет портал: <http://www.gramota.ru>
- 4.Я иду на урок начальной школы; <http://nsc.1september.ru/urok>

## Список использованной литературы

1. Агафонова И. Рисую и читаю, учусь и играю. – СПб: «Светлячок», 1998.
2. Ананьев Б.Г., Рыбалко Е.Ф. Особенности восприятия пространства у детей. – М.: Просвещение, 1964.
3. Бабкина И. В. Радость познания. – М.: 2000.
4. Бережная, М.С. Арттерапия как метод социокультурной адаптации личности / М.С. Бережная // <http://www.art-education.ru/AE-magazine/new-magazine-1-2006.htm> (26.01.2009).
5. Буторина М., Хилтунен Е. Монтессори-материал. – М.: Мастер, 1992.
6. Вайзман И. П. Психомоторика. – М., 1976.
7. Вальдес Одриосола, М.С. Арт-терапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности: метод. пособие / М.С. Вальдес Одриосола. – М.: ВЛАДОС, 2007. – 63с.
8. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1991.
9. Галкина О.И. Развитие пространственных представлений у детей в начальной школе. – М.: АПН РСФСР, 1961.
10. Демирчоглян Г. Г. Гимнастика для глаз. – М: «ФиС», 1988.
11. Жевнеров В.Л. Детям нужны «умны игрушки» // Игры и обучающиеся. – 2006. – № 5.
12. Забрамная С. Д. От диагностики к развитию. - М: Новая школа, 1998.
13. Игры – обучение, тренинг, досуг...// Под ред. В. В. Петруссинского. В 4-томах. м М.: Новая школа, 1994.
14. Ильина М. В. Чувствуем, познаём, размышляем. – М.: АРКТИ, 2004.
15. Карелина И. О. Эмоциональное развитие детей. – Ярославль: «Академия развития», 2006.
16. Карелина И.О. Эмоциональное развитие детей 5-10 лет. – Ярославль: Академия развития, 2006.
17. Киселева, М.В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007. – 160 с.
18. Ковалько В. И. Младшие школьники на уроке: 1000 развивающих игр, упражнений, физкультминуток. – М: ЭКСМО, 2007.
19. Кожохина, С.В. Растем и развиваемся с помощью искусства / С.В. Кожохина. – СПб.: Речь, 2006. –216 с.
20. Козак О. Н. Путешествие в страну игр. – СПб.: «Союз», 1997.
21. Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И.Копытин, Е.Е. Свистовкая // <http://www.art-education.ru/AE-magazine/new-magazine-4-2007.htm> (29.12.2008)

## Входящая диагностика 1 год обучения

Все обучающиеся по желанию проходят определенное тестирование, определяющее уровень подготовки в начале учебного года. Им предлагаются определенные упражнения.

**Оценка психомоторного развития (диагностические задания Н. И. Озерецкого, М. О. Гуревича).**

**Оценка одновременности движений:** одновременно, вытянув две руки перед грудью, сжимать одну и разжимать другую.

**Оценка динамической координации верхних конечностей:** бросить мяч в цель с закрытыми глазами. Отклонение направления движения мяча не должно быть при этом более 50 см.

**Оценка динамической координации нижних конечностей:**

– преодолеть расстояние 5 м прыжками на одной ноге, продвигая перед собой носком ноги коробок спичек (отклонение направления движения не должно быть при этом более 50 см);

– совершить прыжок на 360° с сомкнутыми ступнями и руками, расположенными на поясе, из исходного положения, без потери равновесия.

**Оценка статического равновесия (по Н. А. Бернштейну)**

– сохранить равновесие в течение не менее 6-8 с (*средний уровень, удовлетворительный результат*) в позе «аист»;

– стоя на одной ноге, другую согнуть в колене так, чтобы ступня касалась коленного сустава опорной ноги, руки на поясе. Бедро отведено кнаружи. Обучающийся должен сохранять равновесие и не допускать дрожания конечностей.

**Оценка быстроты движений:**

– провести линии карандашом между линейками листа за 1 минуту;

– в спичечной коробке лежат по 12 белых и красных палочек. Их по команде выбрасывают на стол, затем 12 красных палочек раскладывают точно по чёрным линиям, начерченным на белом картоне.

**Оценка мелкой моторики рук (выполнение поочередно каждой рукой следующих движений):**

– вытянуть вперед второй и пятый пальцы («коза»), второй и третий пальцы («ножницы»), сделать «кольцо» из первого и каждого следующего пальца;

– координация движений обеих рук «кулак – ладонь»: руки лежат на столе, причем одна кисть сжата в кулак, другая – с распрямленными пальцами. Одновременное изменение положения обеих кистей, распрямляя одну и сжимая другую.

**Кинестетический праксис:**

– указательный палец вперед, остальные пальцы сжаты в кулак;

– мизинец вперед, остальные – в кулак;

- кольцо из пальцев рук: 1-2,1-3, 1-4,1-5.

***Тесты зрительно-моторной координации:***

- срисовывание простых геометрических фигур, пересекающихся линий, букв, цифр с соблюдением пропорций, соотношения штрихов;
- движение в заданном направлении по схеме;
- выполнение графической пробы на слух (методика Д. Б. Эльконина), штрихование нарисованного предмета;
- используется методика «Вырежь фигуры» Р. С. Немова.

***Оценка умения выполнять движения и владения частями тела:***

- по показу – ребёнок выполняет движения, следуя за показом педагога;
- по сигналу – педагог показывает ряд движений, которые ребёнку необходимо повторить после окончания комплекса;
- придумай движение – ребёнку предлагается самому придумать ряд движений и показать их.

***Оценка тактильных ощущений :***

- узнавание знакомых предметов на ощупь (расческа, зубная щетка, ластик, ложка, ключ) правой и левой рукой попеременно;
- узнавание на ощупь объемных (шар, куб) и плоскостных (квадрат, треугольник, круг, прямоугольник) геометрических фигур.

***Оценка выполнения заданий:***

Задания оцениваются по 10-бальной шкале

Все данные заносятся в таблицу, которая строится сразу на период: учебный год.

***Выполнение любого задания оценивается 10 балльной шкале:***

**9-10 баллов** – обучающийся понимает словесную инструкцию педагога с первого раза. Выполняет задание самостоятельно и правильно, полностью следуя инструкции. Не допускает при этом ошибки, проявляет заинтересованность в работе, которая сохраняется на протяжении времени выполнения задания. Правильно и полно объясняет задание.

**7-8 баллов** – обучающийся понимает словесную инструкцию педагога. Выполняет задание самостоятельно и правильно, следуя инструкции. Правильно, но кратко объясняя его, допуская иногда незначительные ошибки. Допускается единичное повторение инструкции педагогом.

**5-6 баллов** – обучающийся самостоятельно выполняет только легкий вариант задания. Если имеются умеренные трудности, требуется помощь разного объема, при выполнении основного задания и комментировании действий.

**3-4 балла** – словесную инструкцию обучающийся понимает только после многократных повторений. Задание выполняется с трудом при оказании помощи или наглядном показе. Обучающийся испытывает затруднения в комментарии своих действий.

**1-2 балла** – словесную инструкцию обучающийся понимает с большим трудом, легче усваивает после наглядного показа на аналогичном ма-

териале. Задание выполняется с большим количеством ошибок или обучающийся совсем не справляется с заданием. Испытывает значительные затруднения или совсем не справляется в комментировании своих действий. Помощь педагога используется редко или вообще не использует.

## 2 год обучения

### **Невербальная диагностика эмоциональных состояний (А.О.Прохоров).**

Шкалы: активность, радость, сосредоточение, мечтание, утомление, дружелюбность, искренность, бодрость, азарт, сочувствие

#### *Назначение теста.*

Для изучения **эмоционального состояния** можно использовать цвето-рисуночный тест диагностики психических состояний младших школьников. В рисунках и цвете обучающиеся могут выразить то, что им трудно сказать словами в силу недостаточного развития самосознания, рефлексии и способности к идентификации. Кроме того, вследствие привлекательности и естественности задания эта методика способствует установлению хорошего эмоционального контакта, снимает напряжение, возникающее в ситуации обследования.

#### *Необходимый материал*

Для работы необходимо иметь лист белой бумаги и цветные карандаши: красный, синий, зеленый, черный, коричневый, оранжевый, голубой, розовый. На листе бумаги с левой стороны должен быть нарисован квадрат размером 50x50 мм (правая сторона будет предназначена для рисунка).

#### *Инструкция к тесту.*

Инструкция №1. Ребята! Перед каждым из вас лежит листок бумаги и цветные карандаши. На листе бумаги с левой стороны нарисован квадрат. Сейчас вам надо в этом квадрате цветным карандашом изобразить ваше состояние, то есть то, что вы в данный момент испытываете. Если ваше состояние нельзя нарисовать одним цветом, то разделите квадрат на несколько частей и закрасьте его карандашами разных цветов. При этом рекомендуется показать мелом на доске, как можно разделить квадрат (одной диагональю, двумя диагоналями, горизонтальной линией, двумя перпендикулярами на четыре части, горизонтально и перпендикулярно к ней на три части и т. д.)

После того, как обучающиеся справятся с заданием, педагог дает Инструкцию 2.

Ребята! Сейчас каждый из вас изобразил свое состояние цветом, а теперь подумайте, на что похоже ваше состояние, в виде какого образа вы могли бы его представить и нарисовать. Это могут быть и окружающие вас предметы (парта, доска, наш класс), а могут быть и предметы, которых здесь нет, но на которые похоже ваше состояние. Например, цветок, мяч, солнце, дождь и т. д. Если вы затрудняетесь нарисовать свое состояние одним предметом или образом, то нарисуйте целую композицию (рисунок). Рисовать нужно на правой стороне листа.

Время для проверки теста не должно ограничиваться.

*Ключ к тесту.*

Цвет (в квадрате)	Рисунок	Состояние
Красный	Тетрадь Парта Класс Доска и другие школьные атрибуты	Активность (активация)
Красный, сочетание красного и желтого	Радуга Новый год, елка Торт, мороженое Конфеты Подарок Горка «5» Солнце Воздушные шары	Радость
Зеленый	Светофор Машина Телевизор Беговая дорожка Жонглер в цирке Классная доска	Внимание, сосредоточение*
Розовый	Робот Компьютер Машина Принцесса Кукла	Мечтание, фантазирование
Черный	Дождь Клякса Обучающийся спит за партой	Утомление, усталость
Оранжевый	Цветы Обучающиеся играют Животные Обучающийся помогает старушке	Дружелюбие, доброжелательность
Желтый	Разбитая ваза Обучающийся с учительницей, мамой	Искренность



Голубой	Душ Бассейн Море	Бодрость
Синий	Скакалка Волейбол Футбол Поднятая рука Обучающиеся с учительницей, со старшими	Азарт Уважение
Коричневый	Поле «Скорая помощь» Могилка Обучающийся упал, мама гладит его по головке	Сочувствие, состра- дание

В таблице представлены не все, а только *основные психические состояния*, отмеченные как наиболее часто встречающиеся. При обработке результатов нужно также учитывать особенности изображения. Наличие сильной штриховки, маленькие размеры рисунка часто свидетельствуют о неблагоприятном физическом состоянии ребенка, напряженности, скованности и т. п., тогда как большие размеры говорят об обратном.

Пользуясь данной методикой, педагог должен помнить, что динамическая структура психического состояния может не иметь «монохарактеристики», так как динамическое значение на какое-то время может приобрести не один, а несколько компонентов психики.

## Материалы промежуточной аттестации.

### 1 год обучения

#### Оценка владения сенсорными эталонами.

##### *Оценка зрительного восприятия:*

- узнавание и называние реалистичных изображений (10-15 изображений);
- узнавание контурных изображений (5-10 изображений);
- узнавание зашумленных и наложенных изображений (5-10 изображений).

*Сформированность образных представлений:* придумать историю или сказку о каком - либо живом существе. Изложить устно в течение 5 минут. На продумывание темы даётся 1 минута.

##### *Различение формы:*

- узнавание и называние основных геометрических форм;
- группировка геометрических фигур с учетом формы (перед ребенком выкладывают в ряд треугольник, круг, квадрат. Необходимо подобрать к ним соответствующие фигуры из 15 предложенных).

В зависимости от возраста детей можно усложнить данное задание: увеличить количество предъявляемых форм (до 8) и раздаточного материала (до 30).

##### *Тесты цветоразличения:*

- раскладывание в ряд 5-8 карточек одного цвета, но разных оттенков: от темного до самого светлого;
- называние и показ цветов спектра, называние и показ оттенков цвета, имеющих собственное название (малиновый, алый и т. д.).

##### *Оценка восприятия величины*

- раскладывание в порядке убывающей (возрастающей) величины 10 картинок;
- ранжирование по величине в ряд 10 элементов на основе абстрактного восприятия, определение места, куда нужно поставить в ряд ту фигуру, которую убрал педагог.

##### *Оценка слухового восприятия:*

- воспроизведение ритмических рисунков;
- определение на слух реальных шумов и звуков (или записанных на магнитофон): шуршание газеты, плач ребенка, звуки капающей воды из крана, стук молотка и др.;
- умение слушать музыкальные произведения;
- реагирование на словесную инструкцию, умение понимать её и выполнять действия в соответствии с указаниями;
- определение начального согласного в слове (ребенку дают 4 предметные картинки; услышав слово, он поднимает ту картинку, которая начинается с соответствующего звука).

### **Оценка пространственного восприятия:**

- показ и называние предметов, которые на листе (на экране компьютера) изображены слева, справа, внизу, вверху, в центре, в правом верхнем углу и т. д.;
- выполнение аналогичного задания в комнате,
- определение расположения предметов в пространстве (*над - под, на - за, перед - возле, сверху - снизу, выше - ниже и т. д.*);
- конструирование по образцу из 10 геометрических фигурок.

### **Оценка восприятия времени:**

- ориентировка в текущем времени (часть суток, день недели, месяц, время года),
- прошедшее и будущее (*например: "Какое время года наступит после того, как закончится зима?" и т. д.*).

### **Оценка восприятия эмоций человека.**

«Используется методика "Пиктограмма». Из предложенных на картинке изображений необходимо узнать, какие изображены эмоции. Представляется проба из 9 изображений.

## **2 год обучения**

Методика диагностики психоэмоционального состояния.

*Авторы методики:* Грабенко Т., Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д.

*Цель:* исследование психоэмоционального состояния.

Перед обучающимся педагог раскладывает восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики (рис. 1).

**Инструкция 1:** «Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое Чувство живет в домике определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом... Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами. Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось. И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда — всю краску унес ветер. У вас есть цветные карандаши. Пожалуйста, помогите жителям и раскрасьте домики».

Таким образом, обучающимся предлагается поработать с первой колонкой, где изображены домики.

**Инструкция 2:** «Спасибо вам от лица всех жителей. Вы восстановили страну. Настоящие волшебники! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помогите каждому жителю найти свой домик. Закрасьте или подчеркните название чувства цветом, соответствующим цвету его домика».

Здесь педагог предлагает поработать со второй колонкой, в которой перечислены названия чувств.

В результате мы узнаём, с каким цветом ассоциируется у каждого обучающегося определенное чувство.

**Инструкция 3:** «Спасибо! Вы не только восстановили страну, но и помогли жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (педагог показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только вы можете раскрасить карту. Для этого возьмите, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли вам восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту».

**Обработка результатов.** При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

1. На то, все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков.

1. На адекватность подбора цвета при «заселении» чувств в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, тем не менее, он является диагностичным.

3. На распределение цветов, обозначающих чувства, внутри силуэта человека. Причем целесообразно символически разделить силуэт на 5 зон:

- голова и шея (символизируют ментальную деятельность);
- туловище до линии талии, исключая руки (символизируют эмоциональную деятельность);
- руки до плеч (символизируют коммуникативные функции);
- тазобедренная область (символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний);
- ноги (символизируют чувство «опоры», уверенность, а также возможность «заземления» негативных переживаний).

Исследуя «карту», мы узнаём, какие чувства «живут» в разных частях тела. Например, чувства, «живущие в голове», окрашивают мысли. Если в голове «живет» страх, наверное, осуществлять мыслительную деятельность будет непросто. В руках «живут» чувства, испытываемые в контактах с окружающими. В ногах находятся чувства, которые дают человеку психо-

логическую уверенность, или же (если в ногах поселились «негативные» чувства) человек имеет стремление «заземлить», избавиться от них.

<i>Домики</i>	<i>Жители</i>	<i>Страны</i>
	<b>РАДОСТЬ</b>	
	<b>УДОВОЛЬСТВИЕ</b>	
	<b>СТРАХ</b>	
	<b>ВИНА</b>	
	<b>ОБИДА</b>	
	<b>ГРУСТЬ</b>	
	<b>ЗЛОСТЬ</b>	
	<b>ИНТЕРЕС</b>	

### Диагностика

#### 1 год обучения

#### Исследование сенсомоторного развития обучающихся

#### Исследование соматопропространственных ощущений

##### 1. Показ частей своего тела и тела человека, сидящего напротив

Цель: изучение способности ребенка ориентироваться в собственном теле и теле человека, сидящего напротив.

Инструкция: 1. «Покажи свою правую руку (ногу, глаз, ухо)», «Покажи глаз-нос, ухо-бровь, глаз-нос-ухо»; 2. «Покажи мою (педагога) правую руку (ногу, глаз, ухо)», «Покажи мою левую ногу (бровь, ухо и т. д.)».

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – правильное, замедленное выполнение;

3 балла – выполнение задания с небольшим количеством ошибок (2-3), которые ребёнок замечает самостоятельно;

2 балла – выполнение задания с большим количеством ошибок, которые обучающийся замечает самостоятельно;

1 балл – не справляется с заданием.

**Оценки выполнения заданий соответствуют следующим критериям уровня усвоения программного материала:**

5 баллов – высокий уровень,

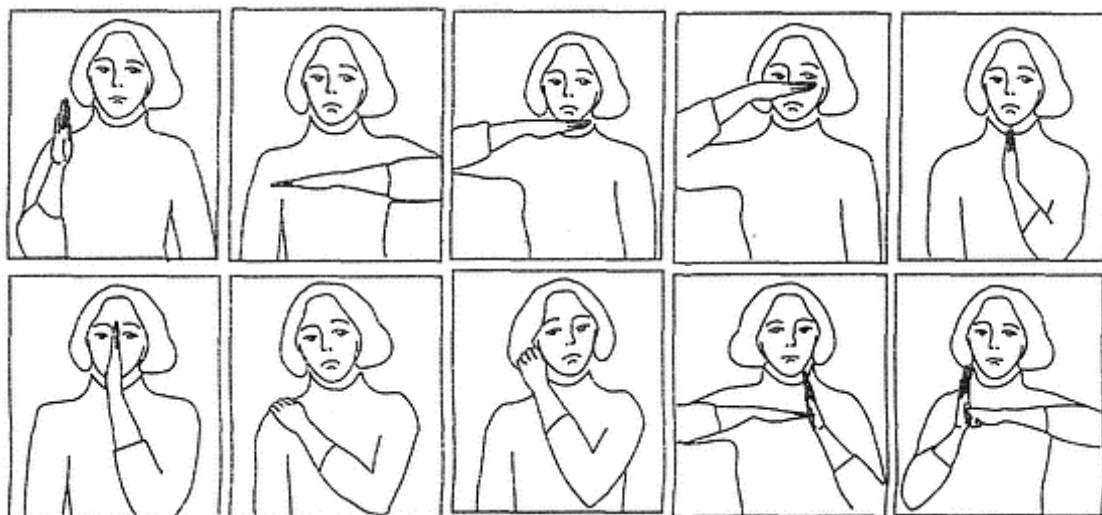
3-4 балла – средний уровень,

1-2 балла – низкий уровень.

*2. Проба Хэда на отражённые действия*

Цель: изучение способности обучающегося ориентироваться в собственном теле и теле человека, сидящего напротив, в окружающем пространстве.

Предлагается выполнение сначала одноручных (экспериментатор постоянно меняет руки), затем двухручных проб, отраженных на рис. 5.



Инструкция:

1 вариант: «Когда я подниму правую руку, ты поднимешь свою правую руку, а когда я подниму левую руку, ты тоже поднимешь левую».

2 вариант: «Подними правую руку, покажи левый глаз, правую бровь», «Возьми правой рукой левое ухо», «Покажи левой рукой правую бровь», «Положи правую руку на левую ногу» и т. д.

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – правильное, замедленное выполнение;

3 балла – выполнение задания с небольшим количеством ошибок (2-3), которые ребёнок замечает самостоятельно;

2 балла – выполнение задания с большим количеством ошибок, которые обучающийся замечает самостоятельно;

1 балл – не справляется с заданием.

**Исследование зрительно-пространственного восприятия, пространственных представлений**

### *1. Подбор картинки к цветовому фону.*

Цель: изучение цветового гнозиса, аналитико-синтетической деятельности.

Оборудование: квадраты разных цветов, картинки с изображением предметов соответствующих квадратам цветов.

Инструкция: «Посмотри на картинки, лежащие перед тобой, и выбери среди них те, на которых изображения только красного (желтого, синего и др.) цвета, и положи их на красный (желтый, синий и др.) квадрат».

### *2. Предъявление цветных фигур.*

Цель: изучение способности обучающегося различать цвета.

Оборудование: квадраты основных цветов (желтый, красный, зеленый, синий, белый, черный) и их оттенков.

Инструкция: «Покажи жёлтый квадрат (оранжевый, зелёный, красный, синий, белый, голубой, серый, чёрный...))».

### *3. Узнавание контурных изображений.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать предмет в усложненных для восприятия условиях.

Оборудование: контурные изображения предметов – ножницы, крокодил, гриб, чашка, дом; альбом оптических проб.

Инструкция: «Посмотри внимательно на картину, назови, что на ней нарисовано?».

### *4. Узнавание перечёркнутых изображений.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать предмет в усложненных для восприятия условиях.

Оборудование: альбом оптических проб (изображения предметов, перечеркнутых различными линиями – горизонтальными, вертикальными, волнистыми).

Инструкция: Посмотри внимательно на картинку, назови, что на ней нарисовано?».

### *5. Узнавание фигур Поппельрейтера.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать предмет в усложненных для восприятия условиях.

Оборудование: альбом оптических проб (изображения наложенных друг на друга предметов).

Инструкция: «Посмотри внимательно на картинку, скажи, что ты на ней увидел?»

### *6. Узнавание недорисованных изображений.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать предмет в усложненных для восприятия условиях.

Оборудование: изображения предметов без существенных деталей (слон без хобота, белочка без пушистого хвоста, заяц без длинных ушей, чашка без ручки и др.).

Инструкция: «Посмотри внимательно на картинку, скажи, что изображено?».

Оценка выполнения:

5 баллов – все ответы правильные;

4 балла – правильно узнаёт и называет цвета, предметы, но при рассмотрении «зашумлённых», наложенных друг на друга изображений сам прибегает к вспомогательным приёмам: обводит контуры пальцами, комментирует предположения словами;

3 балла – самостоятельно справляется только с более лёгкими вариантами заданий (1-3), прибегает к вспомогательным приёмам только после подсказки педагога, но и тогда в части заданий повышенной трудности (4-6) делает ошибки;

2 балла – и после организующей помощи педагога задания 4-6 выполняются с ошибками;

1 балл – не справляется ни с какими заданиями.

### **Исследование буквенного и цифрового гнозиса**

#### *1. Узнавание и выбор букв и цифр.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать буквы и цифры в простых для восприятия условиях.

Оборудование: альбом оптических проб; набор карточек с буквами и цифрами.

Инструкция: «Покажи букву (цифру), которую я назову», «Назови букву (цифру), которую я тебе показала», «Найди такую же букву (цифру) среди этих трёх».

#### *2. Узнавание неправильно написанных букв/цифр.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать буквы и цифры в простых для восприятия условиях.

Оборудование: карточки с правильно и неправильно написанными буквами/цифрами.

Инструкция: «Найди и назови неправильно написанные буквы/цифры».

#### *3. Узнавание букв и цифр, написанных пунктиром.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать буквы и цифры в затруднённых для восприятия условиях.

Оборудование: карточки с написанными пунктиром буквами и цифрами.

Инструкция: «Внимательно посмотри и назови буквы/цифры».

#### *4. Узнавание недописанных букв и цифр.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать буквы и цифры в затруднённых для восприятия условиях.

Оборудование: карточки с недописанными буквами и цифрами; альбом оптических проб.

Инструкция: «Внимательно посмотри, узнай и назови буквы/цифры».

#### *б. Узнавание перечёркнутых букв и цифр.*



Цель: изучение способности обучающегося узнавать буквы и цифры в затрудненных для восприятия условиях.

Оборудование: карточки с перечёркнутыми различными линиями – горизонтальными, вертикальными, волнистыми – буквами и цифрами.

Инструкция: «Назови буквы и цифры, которые ты узнал».

*6. Узнавание наложенных друг на друга букв/цифр.*

Цель: изучение способности обучающегося узнавать буквы и цифры в затрудненных для восприятия условиях.

Оборудование: альбом оптических проб.

Инструкция: «Назови буквы/цифры, которые ты узнал».

*7. Узнавание графически сходных букв.*

Цель: изучение способности обучающегося различать сходные по написанию буквы.

Оборудование: серия карточек с изображением графически сходных букв.

Инструкция: «Назови буквы, которые ты узнал».

Оценка выполнения:

5 баллов – все ответы правильные;

4 балла – правильно узнаёт и называет буквы/цифры, но при рассмотрении их в усложнённых условиях самостоятельно прибегает к вспомогательным приёмам: обводит контуры пальцами, комментирует предположения словами;

3 балла – самостоятельно справляется только с более лёгкими вариантами заданий (1 – 2), прибегает к вспомогательным приёмам только после подсказки педагога, но и тогда в части заданий повышенной трудности (3 – 7) делает ошибки; допускает 2 ошибки.

2 балла – после организующей помощи педагога задания повышенной трудности выполняются с 3-4 ошибками;

1 балл – не справляется с заданиями.

### **Выполнение копирования**

*Графический тест «Эллис».*

Цель: определить уровень сформированности зрительно-пространственных представлений и зрительно-моторной координации ребенка.

Оборудование: карточки с образцом рисунка, лист бумаги и ручка.

Инструкция: «Срисуй то, что видишь. Старайся срисовать точно».

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – в конце ряда замедляется, часто отрывает ручку от бумаги;

3 балла – при сохранной топологической схеме выраженное истощение, нарушение плавности, микрографии и макрографии;

2 балла – утрата топологической схемы в конце графического ряда;

1 балл – отсутствие топологической схемы.

### **Исследование ручной моторики**

### **Исследование оптико-кинестетической организации движений**

Цель: изучение особенностей ручной моторики.

Пробы: сложение 1-го и каждого следующего пальца в кольцо, вытягивание вперёд 2-го и 5-го пальцев («коза»), 2-го и 3-го пальцев («зайчик»), 2-го пальца (указательный жест) и др.

Инструкция и при необходимости демонстрация движения: «Сложи пальцы в кольцо: 1 и 2, 1 и 4, 1 и 3, 1 и 5 (сначала на левой руке, затем на правой). Сложи пальцы в кулак. Вытяни пальцы 2 и 3, 2 и 5, 1 и 5».

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – замедленное выполнение, с предварительным поиском нужной позы;

3 балла – выполнение правильное при наличии синкинезий;

2 балла – формирование позы с помощью второй руки;

1 балл – заданная поза не формируется.

### **Исследование динамической организации движений**

Цель: изучение особенностей ручной моторики.

Пробы: последовательное касание стола 1-м, а затем 2-м пальцем; 2-м, а затем 5-м пальцем и т. д., и так менять позы несколько раз; поочерёдное прикосновение большим пальцем ко 2-му, 3-му, 4-му, 5-му пальцам (5 серий движений), которые должны проводиться одновременно обеими руками сначала в замедленном темпе (2-3 серии в 5 с), а потом в максимально быстром (5-7 серий движений в 5 с); «кулак-ребро-ладонь» и др..

Инструкция: «На обеих руках одновременно прикоснись по очереди первым пальцем ко 2, 3, 4, 5-му пальцу, и так несколько раз. Сделай: кулак-ребро-ладонь» и др..

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное, четкое выполнение задания;

4 балла – правильное, замедленное выполнение;

3 балла – дезавтоматизация движений на истощении;

2 балла – явления персевераторности на истощении;

1 балл – выраженная персевераторность движений.

### **3.3. Исследование графомоторного навыка**

*Графическая проба «Забор».*

Цель: оценить возможность усвоения двигательной программы при графическом предъявлении образца, ее автоматизации.

Оборудование: карточка с образцом узора («крыша» – «башня»), лист бумаги, ручка.

Инструкция: «Нарисуй как на образце. Старайся не часто отрывать ручку от бумаги».

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – в конце ряда замедляется, часто отрывает ручку от бумаги;

- 3 балла – при сохранной топологической схеме выраженное истощение, нарушение плавности, микрографии и макрографии;
- 2 балла – утрата топологической схемы в конце графического ряда;
- 1 балл – отсутствие топологической схемы.

### **Исследование реципрокной координации движений**

*Проба Н.И.Озерецкого (воспроизведение двигательного ряда).*

Цель: изучение особенностей реципрокной координации.

Процедура: серии из шести движений (правую кисть сжать-разжать; левую сжать-разжать; обе кисти одновременно сжать и разжать, кулак-ребро-ладонь), демонстрируется испытуемому три раза подряд, затем он воспроизводит столько же раз. При наличии затруднений ошибок демонстрация повторяется (не более трех раз).

Оценка выполнения:

- 5 баллов – правильное выполнение задания;
- 4 балла – движения координированные, плавные, но замедленные;
- 3 балла – дезавтоматизация движений на истощении, нарушение координации ближе к концу выполнения задания;
- 2 балла – стойкое нарушение координации, изолированность движений; выполнение движения только совместно с педагогом;
- 1 балл – выраженная персевераторность.

### **Исследование конструктивного праксиса**

*1. Воспроизведение фигур из палочек по образцу.*

Цели: определение уровня сформированности зрительно-пространственных представлений, изучение моторики, оценка доступности конструктивного праксиса.

Оборудование: счетные палочки.

Инструкция и процедура:

1) простое копирование (педагог сидит рядом).

Инструкция: «Посмотри внимательно на фигуру, сложенную из палочек, сделай такую же».

2) копирование с «перешифровкой», «перевертыванием» на 180 градусов (педагог сидит напротив). Это задание должно выполняться после предварительного обучения.

Инструкция: «Посмотри внимательно на мою фигуру, сложи точно такую же».

Оценка выполнения:

- 5 баллов – правильное выполнение задания;
- 4 балла – простое копирование выполняет правильно, при выполнении копирования с «перешифровкой» наблюдается замедленный темп;
- 3 балла – простое копирование выполняет правильно, наблюдается зеркальное выполнение копирования с «перешифровкой»;

2 балла – во всех заданиях, требующих «перешифровки», наблюдаются грубые ошибки;

1 балл – ошибки во всех видах заданий.

2. *Воспроизведение фигур из палочек по памяти.*

Цель: определение уровня сформированности зрительно-пространственных представлений, изучение моторики, оценка доступности конструктивного праксиса, оценка зрительной памяти.

Оборудование: счетные палочки.

Инструкция: «Посмотри внимательно на фигуру и запомни её. Сейчас я её уберу, а ты воспроизведи фигуру по памяти».

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – правильное выполнение в замедленном темпе;

3 балла – выполнение задания с небольшим количеством ошибок (1-2);

2 балла – выполнение задания с большим количеством ошибок;

1 балл – не справляется с заданием.

3. *Конструирование и реконструирование букв из элементов.*

Цели: определение уровня сформированности зрительно-пространственных представлений, изучение сформированности навыков конструирования.

Оборудование: элементы печатных и рукописных букв (И, Б, Р, П, И, Х, Ж, М, Н...), вырезанные из картона.

Инструкция:

1) выполнение задания *по образцу*: «Сделай точно такую же букву из предложенных элементов».

2) выполнение задания *по словесной инструкции*: «Выбери из предложенных элементов нужные и сложи из них, пожалуйста, заглавную рукописную букву Б», «Посмотри внимательно на букву Н (заглавная печатная). Как можно из этой буквы сделать букву И (заглавная печатная)?» «Переделай, пожалуйста, букву Ж в Х, П в Н...»

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – правильное выполнение в замедленном темпе;

3 балла – выполнение задания с небольшим количеством ошибок, которые ребёнок самостоятельно исправляет;

2 балла – выполнение задания с большим количеством ошибок;

1 балл – не справляется с заданием.

## **Исследование слухомоторной координации**

1. *Графический диктант.*

Цель: определение способности обучающегося отобразить графически воспринимаемый на слух ритмический ряд, определение пространственной ориентировки.

Оборудование: лист бумаги в клетку с заранее отмеченной точкой – началом диктанта, карандаш.

Инструкция: «Рисуем узор. Нужно рисовать строго от точки, обозначенной красной ручкой. Слушай внимательно! Начали! Рисуем линию: 2 клеточки вниз, 1 – вправо, 1 – вверх, 2 – вправо, 1 – вниз, 1 – вправо, 2 – вверх, 2 – вправо, 2 – вниз».

Примечание: Далее цикл повторяется. После двух циклов просим ребенка дорисовать узор до конца самостоятельно. (Проверяем уловил ли обучающийся алгоритм действий).

Оценка результатов:

5 баллов – правильно воспроизводит программу, дорисовывает узор до конца строки;

4 балла – правильно, но медленно выполняет задание;

3 балла – допускает не более 2-х ошибок при воспроизведении программы, узор дорисовывает;

2 балла – допускает более двух ошибок при воспроизведении программы, при попытке дорисовать узор отмечаются множественные ошибки;

1 балл – не справляется с заданием.

2. *Выстукивание различных по сложности ритмических групп.*

Цель: исследование способности обучающегося воспринимать и воспроизводить на слух серии ритмических ударов.

Материал: серии ударов с короткими и длинными промежутками, без акцентирования и с акцентированием (громким и тихим поочередно).

... ..; ... ..; ... ..;

||...||...||; ...|||...|||; ||.....|| (с акцентами).

Инструкция: «Послушай, как я постучу и когда я закончу, постучи точно также».

Примечание: руки педагога закрываются экраном (листом бумаги).

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – замедленное выполнение, одна ошибка в серии с акцентированием;

3 балла – 2-3 ошибки в серии с акцентированием;

2 балла – более трех ошибок, появление персевераций ближе к концу выполнения задания;

1 балл – беспорядочное выстукивание, помощь неэффективна.

### **Исследование зрительно-моторной координации**

1. *«Повтори движения».*

Цель: определение уровня развития зрительно-моторной координации.

Материал: движения: подъем правой руки вверх, руки над головой, приседание, встать на одну ножку, попрыгать на месте.

Инструкция: «Я сейчас буду выполнять движения, а ты должен будешь повторить их».

Оценка выполнения:

5 баллов – правильное выполнение задания;

4 балла – правильное выполнение в замедленном темпе;

3 балла – выполнение задания с единичными ошибками;

2 балла – выполнение задания с 2 - 3 ошибками;

1 балл – не справляется с заданием.

2. «Мышка ищет сыр»

Цель: определение уровня развития зрительно-моторной координации.

Оборудование: карточка с изображением лабиринта, карандаш.

Инструкция: «Возьми карандаш и помоги мышке добраться до куска сыра, отметив карандашом ее путь».

Примечание: обучающийся не должен «выходить» за границы поля. Если обучающийся ошибается в выборе пути, это свидетельствует о низком распределении внимания (он заранее не продумал, не проследил глазами, как проложить путь). Задание на время – 30 сек.

Оценка выполнения:

5 баллов – справляется с заданием за меньшее количество времени, ни разу не ошибившись в выборе пути, не «выходя» за границы поля;

4 балла – правильно, но медленно выполняет задание;

3 балла – справляется с заданием строго за отведенное время, несколько раз ошибается в выборе пути, не «выходит» за границы поля;

2 балла – справляется с заданием за большее количество времени, много раз ошибается в выборе пути, часто «выходит» за границы поля;

1 балл – не справляется с заданием.

## 2 год обучения

### 1. Цветовой тест Люшера.

#### Изучение самооценки личности младшего школьника

Цель: нахождение количественного выражения уровня самооценки методом набора слов, соответствующих «идеалу» и «антиидеалу».

Инструкция: Перед вами – ряд положительных качеств и ряд отрицательных (по 10 качеств в каждом столбце). Перепишите их с доски и подчеркните те, которые у вас есть.

«Идеал»

«Антиидеал»

Смелость	Хвастовство
доброта	грубость
любопытность	лень
трудолюбие	трусость
вежливость	зависть
усидчивость	лживость

честность	жадность
правдивость	драчливость
настойчивость	жестокость
активность	обидчивость

Лучше, если каждый ряд будет состоять из 10 слов, так как находить коэффициент самооценки проще. Если в графе «Идеал» подчеркнута 8-9 качеств, то коэффициент равен 0,9 или 0,8. Это свидетельствует о завышенной самооценке. Если по «Антиидеалу» такая картина, то это говорит о заниженной самооценке.

### **Диагностика наличия страхов**

Можно провести опрос по следующей схеме – вначале задается вопрос: «Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься...»

1. Когда остаешься один?
2. Заболеть?
3. Умереть?
4. Каких-то детей?
5. Учителей?
6. Того, что они тебя накажут?
7. Бабу-Ягу, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча?
8. Страшных снов?
9. Темноты?
10. Волка, медведя, собак, пауков, змей?
11. Машин, поездов, самолетов?
12. Бури, грозы, урагана, наводнения?
13. Когда очень высоко?
14. В маленькой тесной комнате, туалете?
15. Воды?
16. Огня, пожара?
17. Войны?
18. Врачей (кроме зубных)?
19. Крови?
20. Уколов?
21. Боли?
22. Неожиданных резких звуков?

На основе ответов делается вывод о наличии у детей страхов. Наличие большого количества разнообразных страхов – важный показатель пре-невротического состояния (группа риска). Все перечисленные страхи можно разделить на группы: «медицинские» (боль, уколы, врачи, болезни); страхи, связанные с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, пожар, стихия, война); страхи смерти (себя); страхи животных и сказочных персонажей; страхи кошмарных снов и темноты; социально опосре-

дованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества); «пространственные» страхи (высоты, воды, замкнутые пространства).

### **Саморегуляция и самоконтроль в деятельности**

Оценивается способность обучающегося полностью принять задание, следовать инструкции до конца выполнения, не отвлекаться в работе, самостоятельно находить и исправлять ошибки, проверить работу после её завершения.

Оценка самоконтроля:

**5 баллов** – быстро включается в работу, сосредоточен на протяжении всей работы, способен замечать и исправлять часть ошибок по ходу выполнения задания, сосредоточен и заинтересован при проверке результатов после завершения работы;

**4 балла** – включается в работу не сразу, к концу ее выполнения появляется отвлекаемость, способен заметить и исправить ошибку по ходу работы, в проверке результатов заинтересован, выполняет ее добросовестно;

**3 балла** – сильная отвлекаемость в начале и конце работы, ошибок в процессе работы не замечает, в проверке заинтересован слабо, осуществляет ее поверхностно;

**2 балла** – отвлекаемость на протяжении всей работы, ошибок не замечает, в проверке не заинтересован и не выполняет ее (либо выполняет частично);

**1 балл** – способен выполнить лишь часть задания, самоконтроль полностью отсутствует.

### **Методика «Определения уровня саморегуляции»**

Испытуемому предлагается **задание**: «На этом листе дан образец написания палочек: |—||—||—| и т.д. Продолжи написание палочек, соблюдая **следующие** правила:

- пиши **палочки** и черточки в такой же последовательности;
- правильно переноси их с одной строчки на другую;
- не пиши на полях;
- пиши не в каждой строчке, а через одну».

Время выполнения **задания** 5 минут.

Анализ проводится по следующим критериям:

**5 баллов** – обучающийся воспринимает задание полностью и во всех компонентах сохраняет его до конца **занятия**; работает, не отвлекаясь, примерно в одинаковом темпе на протяжении всего времени; если допускает **ошибки**, то сам их находит и исправляет; не спешит **сдать** работу после сигнала, стремится проверить ее, **делает** все возможное, чтобы работа была выполнена правильно и аккуратно.

**4 балла** – по ходу работы обучающийся допускает немногочисленные ошибки, но не замечает и не устраняет их; качество работы, ее оформление его не заботит, хотя желание получить хороший результат есть.



**3 балла** – обучающийся воспринимает лишь **часть** задания, но и ее не может сохранить до конца в полном объеме; постепенно (примерно через 2-3 минуты) **система** знаков нарушается, допускаются ошибки, он не замечает их, не проявляет **желания улучшить** качество работы; к результату работы безразличен.

**2 балла** – обучающийся воспринимает лишь небольшую часть задания, но сразу ее теряет и пишет палочки и строчки в случайном порядке; ошибки не замечает и не исправляет, к качеству работы безразличен.

**1 балл** – обучающийся не воспринимает задания и пишет (или рисует) на своем листе что-то свое или ничего не делает.

Приложение

### Ключевые понятия

*Сенсорика*: 1. Совокупность органов чувств организма, реагирующих на внешние раздражители. 2. Совокупность ощущений, полученных организмом от внешних раздражителей.

*Сенсомоторика* – взаимосоординация сенсорных и моторных компонентов деятельности: получение сенсорной информации приводит к запуску тех или иных движений, а те, в свою очередь, служат для регуляции, контроля или коррекции сенсорной информации. В качестве основного сенсомоторного механизма выступает рефлекторное кольцо.

*Координация движений* – управление работой отдельных мышечных групп, осуществляющееся при достижении определенной задачи в реальном времени и пространстве.

*Глазодвигательные упражнения* – упражнения для профилактики нарушения зрения. Они способствуют снятию статического напряжения, улучшают кровоснабжение, циркуляцию внутриглазной жидкости, совершенствуют координацию в горизонтальной плоскости, повышают устойчивость вестибулярных реакций, упругость век.

*Дыхательные упражнения* стимулируют движения диафрагмы, улучшают осанку, кровообращение, гармонизируют деятельность дыхательной, нервной и сердечно-сосудистых систем.

*Кинезиологические упражнения* направлены на повышение стрессоустойчивости. Совершенствуется регулирующая и координирующая функция нервной системы.

*Стимулирующие упражнения* – упражнения, повышающие энергетический потенциал.

*Релаксация* – один из способов преодоления внутреннего напряжения, основанного на более или менее сознательном расслаблении мышц.

*Пальчиковая гимнастика* – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев.

*Вербальное общение* (знаковое) осуществляется с помощью слов. К вербальным средствам общения относится человеческая речь.

*Невербальная коммуникация* – это сторона общения, состоящая в обмене информацией между индивидами без помощи речевых и языковых средств, представленных в какой-либо знаковой форме. Такие средства невербального общения как: мимика, жесты, поза, интонация и др. выполняют функции дополнения и замещения речи, передают эмоциональные состояния партнёров по общению. Инструментом такого «общения» становится тело человека, обладающее широким диапазоном средств и способов передачи информации или обмена ею, которое включает в себя все формы самовыражения человека.

*Мимика* – выразительные движения мышц лица, являющиеся одной из форм проявления тех или иных чувств, настроений человека.

*Пантомима* – вид сценического искусства, в котором основным средством создания художественного образа является пластика человеческого тела, без использования слов.

*Пантомимика* – выразительные движения человеческого тела.

*Жест* – некоторое действие или движение человеческого тела или его части, имеющее определённое значение или смысл, то есть являющееся знаком или символом.

*Эмоции* – субъективные реакции человека и животных на воздействие внутренних и внешних раздражителей, проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия, радости, страха и т. д.

*Чувства* – устойчивые эмоциональные отношения человека к явлениям действительности, отражающие значения этих явлений в связи с его потребностями и мотивами; высший продукт развития эмоциональных процессов в общественных условиях.

*Настроение* – более или менее устойчивое эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания.

*Стресс* – состояние психического напряжения, возникающее у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных условиях как в повседневной жизни, так и при особых обстоятельствах.

*Тревожность* – можно рассматривать как реакцию на неопределённую ситуацию, потенциально несущую в себе угрозу, опасность.

*Отчаяние* – эмоциональное проявление уверенности в неуспехе действия, которое необходимо совершить.

*Арт-терапия* – это метод психотерапии, который основан на развитии креативности у детей и помогает личности обрести гармонию, а также справиться со многими психологическими и другими проблемами. Арт-терапия представляет собой методику лечения при помощи художественного творчества. Основная задача арт-терапии состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка.

*Цветотерапия* – это уникальная методика, оказывающая влияние при проникновении разнообразных оттенков цвета на мозг и светозависимые гормоны ребенка. При помощи этой простой и несложной методики по

воздействию цвета, можно добиться значительных улучшений при лечении апатии у ребенка. Если обучающийся немного раздражителен, в этом тоже можно помочь при помощи цвета, также убрать начинающуюся агрессию и чрезмерную активность.

*Музыкотерапия* – это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (записи на магнитофоне, прослушивание пластинок, игра на музыкальных инструментах, пение и др.) Музыкотерапия дает возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние.

*Сказкотерапия* – метод, использующий сказочную форму для коррекции эмоциональных нарушений детей и совершенствования взаимоотношений с окружающим миром.

*Звукотерапия* – это метод, использующий звуки природы или мелодичных музыкальных композиций с целью расслабления или наоборот поднятия тонуса.

*Игровая терапия* – одна из разновидностей арт-терапии, это метод, в основе которого лежит использование игры – в самом широком смысле этого слова – в качестве способа исцеления душевных травм. Игротерапия – это своеобразный процесс проецирования мыслей, чувств, переживаний человека на игрушки или различные вспомогательные предметы

*Изотерапия* – лечебное воздействие, коррекция посредством изобразительной деятельности (рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и др.).

*Песочная терапия* – сочетание невербальной формы психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка (композиции из фигурок) и вербальной (рассказ о готовой работе)