

Муниципальное автономное учреждение ЗАТО Северск
«Детский оздоровительный лагерь «Зеленый мыс»

Приказ № 39-24
от «15» 04 2024г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЗАТО Северск
ДОЛ «Зеленый мыс»
О.В. Логвина

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Мир вокруг меня»

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 7-11 лет
Срок реализации: 12 дней (24 часа)

Составители:
Дикк А.В., педагог-психолог, методист
Суворова С.С., педагог доп. образования

общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Основанием для разработки программы послужила потребность создания условий для сохранения и укрепления психофизического и эмоционального здоровья учащихся с помощью мультисенсорной среды в рамках сенсорных комнат для детей в детском оздоровительном лагере «Берёзка». Дополнительная общеразвивающая программа «Мир вокруг меня» планируется к реализации на территории МАУ ЗАТО Северск ДОЛ «Зелёный мыс», в структурном подразделении Детский оздоровительный лагерь «Берёзка».

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Мир вокруг меня» имеет социально-гуманитарную направленность.

Уровень программы

Уровень программы – стартовый.

Актуальность программы

Актуальность программы «Мир вокруг меня» обусловлена необходимостью создания условий для развития психических процессов младших школьников, что является основой для дальнейшего успешного освоения различных видов деятельности.

Информатизация среды, насыщение ее смартфонами, планшетами и пр., с одной стороны, являются реальностью нашего времени и ее преимуществом, с другой стороны - грозит «экологии» развития школьника, отчуждению его от действительности, коммуникативные связи младшего школьника сужаются и упрощаются. В связи с этим возможность познать себя, Другого как источника развития уменьшается. Программа дополнительного образования восполняет этот дефицит, а, учитывая возрастную категорию обучающихся, является целесообразной и своевременной в силу восприимчивости возраста к подобным воздействиям.

Социальная значимость программы усматривается в том, что развитию познавательных процессов, коммуникативных навыков, основ саморегуляции в

общеобразовательной школе не уделяется должного внимания. В то же время эти навыки определяют успешность обучения школьника и его социальную состоятельность не только в текущий период, но и в будущем - как саморазвивающегося подростка, старшеклассника, состоявшегося специалиста и человека.

Применение сенсорной комнаты в рамках развивающей работы включает разнообразные виды стимулирующих воздействий. Комната с оборудованием для сенсорной стимуляции является важным инструментом для расширения и развития мировоззрения, сенсорного и познавательного развития детей, способствует стабилизации эмоционального состояния и повышает эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психического и физического здоровья.

Дополнительная общеразвивающая программа занятий в сенсорной комнате разработана для детей младшего школьного возраста согласно требованиями **Федерального закона № 273 от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации»**, **Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»**, руководствуясь **Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)**: приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от **18 ноября 2015 г. № 09-3242** и **Методическими консультациями** ведущих методистов ФГАУ «Федеральный институт развития образования».

Отличительные особенности программы

Основная идея программы заключается в сочетании традиционных методов занятий с инновационными технологиями сенсорной комнаты, что обеспечивает более глубокое и успешное решение задач психоэмоционального развития детей. Также необходимый уровень профессионализма педагога-психолога и педагога-дефектолога обеспечивают реализацию данной программы на должном уровне.

Реализация данной программы подразумевает создание положительного эмоционального фона и условий для формирования коммуникативных навыков, расширение представления об окружающем мире.

Педагогическая целесообразность

В общеобразовательной школе не создают специальные условия, при которых деятельность ребенка будет направлена на освоение основ саморегуляции, развитие коммуникативных навыков и познавательных процессов. А значительную часть свободного от учебы времени ребенок погружен в цифровое пространство, что не дает ему возможности в полной мере познавать себя и окружающих. Все это обуславливает проблему, которая заключается в поиске наиболее целесообразных средств, методов и условий сохранения и укрепления психофизического и эмоционального здоровья младших школьников.

Специально организованная среда сенсорной комнаты создает условия стимулирования познавательной деятельности, а применение средств и методов, направленных на развитие положительных учебных мотиваций, формирование адекватной самооценки, преодоление застенчивости и агрессии позволяют решить данную проблему.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир вокруг меня» адресована обучающимся младшего школьного возраста (7-11 лет). Младший школьный возраст – важнейший период формирования жизненного ресурса ребенка, этап становления его социальности, освоения общественных отношений, обогащения мировосприятия и развития личностных качеств.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальные, групповые, работа в парах.

Объем и срок реализации программы

Срок реализации программы – 12 дней (основной период летней тематической смены). Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 24. Занятия проходят каждый день по 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – создание условий для сохранения и укрепления психофизического и эмоционального здоровья учащихся с помощью мультисенсорной среды.

Задачи программы:

Образовательная: формирование адекватного отношения к обучению и развитие положительных учебных мотиваций.

Воспитательная: формирование адекватной самооценки, преодоление застенчивости и агрессии.

Развивающие: развитие памяти, воображения, мышления, восприятия, внимания, речи.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	«Здравствуй, волшебная комната»	2 ч	15 мин	75 мин	Входная диагностика.
2.	Рисование песком	1 ч	10 мин	35 мин	Рефлексивные вопросы «Каким размером теперь твой страх? Можешь ли ты обозначить его размер каким-то предметом? А какой по сравнению с ним ты?».
3.	«Волшебный лес»	1 ч	20 мин	25 мин	Экран настроения.
4.	«Музыкальная шкатулка»	1 ч	10 мин	35 мин	Рефлексивные вопросы «Понравилось ли тебе выполнять это упражнение? Улучшилось ли твое настроение? Какие упражнения можно использовать дома?».
5.	«Сквозь звезды»	1 ч	10 мин	35 мин	Рефлексивные вопросы «Расскажи, что ты представил во время своего путешествия? Какие чувства и ощущения ты испытал? Что волшебное или чудесное с тобой произошло?».

6.	«Загадочный остров»	1 ч	10 мин	35 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе выполнения упражнения «Рисунок на спине».
7.	«Остров дружбы»	1 ч	15 мин	30 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе выполнения упражнения «Дружеский обед»
8.	«Необычный цветок»	1 ч	5 мин	40 мин	Чтение и обсуждение сказочной истории «Цветок кактуса»
9.	«В гостях у солнца»	1 ч	20 мин	25 мин	Экран настроений.
10.	«Страна Упряндия»	1 ч	20 мин	25 мин	Беседа «Хорошо ли быть упрямым?»
11.	«Дружба»	1 ч	15 мин	30 мин	Рефлексивные вопросы «Что ты чувствовал, когда говорил комплименты другим? А когда комплименты говорили тебе? Можешь ли ты говорить приятные слова другим в обычной жизни?»
12.	«Я и другие»	1 ч	25 мин	20 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе выполнения упражнения «Какой я, какие другие»
13.	«Владение собой»	1 ч	25 мин	20 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе выполнения упражнения «Моё мнение».
14.	«Я + ты»	1 ч	15 мин	30 мин	Рефлексивные вопросы «Ты согласен с мнением других? А как ты думаешь?»
15.	«Путешествие на воздушном шаре»	1 ч	10 мин	35 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе коммуникативной игры «Путешествие на воздушном шаре».
16.	«Конфликты и способы их разрешения»	1 ч	10 мин	35 мин	Рефлексивные вопросы «Ты согласен с мнением других? А как ты думаешь? Как ты можешь выразить свое несогласие другим? Что ты чувствуешь в этот момент?»
17.	«Я чувствую»	1 ч	10 мин	35 мин	Рефлексивные вопросы «Что ты сейчас чувствуешь? Почему? Как ты можешь выразит свои чувства?».
18.	«Обидки, упрямки, грустинки, веселинки»	1 ч	25 мин	20 мин	Устный опрос занимающихся «Как мы можем выражать свои эмоции?»
19.	«Какой я»	1 ч	20 мин	25 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе выполнения упражнения «Мой портрет»
20.	«Узнай себя»	1 ч	30 мин	15 мин	Рефлексивные вопросы «Как бы ты описал себя? А как ты думаешь, как тебя опишут другие? А что на это влияет?»
21.	«Прогулка в сказочном лесу»	1 ч	20 мин	25 мин	Рефлексивные вопросы «Что ты узнал во время нашей прогулки? Как

					ты можешь применить это в своей обычной жизни?»
22.	«Настроение бывает разным»	1 ч	15 мин	30 мин	Экран настроек.
23.	«Солнечные зайчики»	1 ч	15 мин	30 мин	Наблюдение за занимающимися в ходе упражнения «Какое у него настроение?»
24.	Итоговый контроль	2 ч	15 мин	75 мин	Итоговая диагностика.

Содержание учебно-тематического плана

1. Вводное занятие

Цель: знакомство с сенсорной комнатой, каждый ребенок должен посмотреть и потрогать все стимуляторы.

Теория. Знакомство с коллективом и с правилами поведения в сенсорной комнате. Обсуждение плана работы на год. Требования к знаниям и умениям. Требования к нормам поведения. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Игра «Снежный ком», «Знакомство». Входная диагностика.

2. Рисование песком

Цель: обогащение восприятия и воображения, снижение нервно-психического напряжения.

Теория. Обучение техникам рисования на песочном столике.

Практика. Пальчиковая гимнастика. Рисование на песочном столике. Рисуем свои страхи и выполняем упражнение.

Упражнение «Страх совсем не страшный». Ребенок рисует свои страхи на песке. «Посмотри, какой он твой страх, а теперь давай его напугаем (ребенок с психологом показывают «страху» страшные-страшные рожицы).

3. Волшебный лес

Цель: создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, формирование навыков саморегуляции.

Теория. Обучение техникам релаксации

Практика. Упражнения «Ветер и ветерок», «Моргание».

4. Музыкальная шкатулка

Цель: создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, формирование навыков саморегуляции.

Теория. Обучение техникам релаксации

Практика. Упражнения «Музыкальная шкатулка», «Сломанный ксилофон», «Волшебный мешочек», «Белый пазл», «Перевертыш».

5. Сквозь звёзды

Цель: формирование навыков саморегуляции.

Теория. Обучение техникам расслабления, снятия психоэмоционального напряжения

Практика. Упражнения «Пальчики», «Весёлые медузы», «Звёздная прогулка», «Весёлая планета», «Космический сон».

6. Загадочный остров

Цель: снижение нервно-психического напряжения.

Теория. Обучение техникам расслабления, снятия психоэмоционального напряжения, навыкам взаимодействия со сверстниками

Практика. Упражнения «Морское настроение», «Ромашка», «Рисунок на спине», «Объясни слово», «Морские узлы».

7. Остров дружбы

Цель: создание условий для формирования коммуникативных навыков.

Теория. Беседа об эмоциях, которые испытывает человек и как их можно выражать.

Практика. Упражнение «Комплименты», «Послание», «Дружеский обед».

8. Необычный цветок

Цель: создание положительного эмоционального фона, развитие зрительного восприятия, снятие эмоционального и мышечного напряжения, развитие произвольной саморегуляции.

Практика. Упражнения «Подуем на цветочки», «Цветок», чтение и обсуждение сказочной истории «Цветок кактуса»

9. В гостях у солнца

Цель: создание положительного эмоционального настроения, активизация пассивных детей, преодоление двигательного автоматизма, снятие мышечного напряжения.

Теория. Ознакомление со способами снятия напряжения, беседа о том, из-за чего мы можем испытывать напряжение.

Практика. Слушаем и распознаём звуки природы

10. Страна Упрямдия

Цель: преодоление двигательного автоматизма, снижение агрессивности, снижение эмоционального напряжения, развитие навыков саморегуляции.

Теория. Беседа «Хорошо ли быть упрямым»

Практика. Упражнение «Я упрямый».

11. Дружба

Цель: формирование коммуникативных навыков, развитие координации движений, развитие навыков саморегуляции.

Теория. Беседа о том, как часто мы говорим другим приятные слова, как другие реагируют на это и что в этот момент чувствуем мы.

Практика. Упражнения на релаксацию и упражнение «Комплименты», «Мне нравится, когда ты ...»

12. «Я и другие»

Цель: формирование коммуникативных навыков.

Теория. Понятие конфликтов и способы их разрешения.

Практика: Освоение приёмов активного общения «Я и другие». Раскрытие качеств, необходимых для активного общения «Какой я и какие другие».

13. «Владение собой»

Цель: формирование коммуникативных навыков.

Теория. Отработка навыков неконфликтного поведения.

Практика. «Обучение владению собой». Отстаивание своей точки зрения и аргументации «Моё мнение».

14. «Я + ты»

Цель: формирование коммуникативных навыков.

Теория. Обучение умению согласованности коммуникативных действий с партнёрами.

Практика. Сплочение группы «Учимся общаться». Устранение барьеров общения «Я + Ты». Навыки совместной работы.

15. «Путешествие на воздушном шаре»

Цель: формирование коммуникативных навыков.

Теория. Обучение умению согласованности коммуникативных действий с партнёрами.

Практика. Коммуникативная игра «Путешествие на воздушном шаре». Навыки совместной работы.

16. «Конфликты и способы их разрешения».

Цель: формирование коммуникативных навыков.

Теория. Обучение адекватным способам разрешения конфликтных ситуаций.

Практика. Коммуникативная игра.

17. «Я чувствую»

Цель: создание условия для самопознания.

Практика. Развитие рефлексивных навыков «Я чувствую...».

18. «Обидки, упрямки, грустинки, веселинки»

Цель: создание условия для самопознания, формирования коммуникативных навыков.

Теория. Снижение тревожности, снижение агрессивности, снижение эмоционального напряжения, развитие навыков саморегуляции.

Практика. Упражнение «Я обиделся, я грущу, я веселюсь»

19. «Какой я»

Цель: Формирование адекватной самооценки, развитие самопознания.

Практика. Упражнение «Сундук с сокровищами»

20. «Узнай себя»

Цель: создание условия для самопознания.

Теория. Активизация зрительного восприятия; развитие тактильных ощущений, мелкой моторики, самосознания.

Практика. Упражнение «Нарисуй себя»

21. «Прогулка в сказочном лесу»

Цель: формирование коммуникативных навыков и познавательных процессов, снижение эмоционального напряжения.

Теория. развитие произвольного внимания, восприятия.

Практика. Упражнение «Отгадай настроение»

22. «Настроение бывает разным»

Цель: формирование коммуникативных навыков.

Теория. Формирование представления о собственном теле и эмоциях.

Практика. Упражнение «Какое настроение у героя картинки»

23. «Солнечные зайчики»

Цель: создание положительного эмоционального состояния, снижение уровня тревожности, формирование коммуникативных навыков.

Практика. Учимся определять настроение других людей

Планируемые результаты:

К концу обучения школьники *будут знать:*

- способы саморегуляции, самоконтроля и расслабления;
- способы преодоления различных страхов;
- формы адекватного поведения в различных ситуациях;
- способы организации самостоятельной и групповой деятельности.

Школьники *будут уметь:*

- управлять своим телом и дыханием;
- формулировать и выражать свою мысль;
- использовать полученные навыки в обычной жизни;

Будут развиты:

- внимание, воображение, память, мышление;
- познавательные интересы.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации программы

Оборудование сенсорной комнаты:

- сенсорный проектор «Меркурий», проектор «Лазурь», звукоактивированный проектор «Брейнскан», проектор «Нирвана».

Восприятие светозффектов и изображений, производимых данными приборами, развивает: зрительное восприятие, воображение, снижает уровень тревожности, способствует психоэмоциональному комфорту во время занятий и отдыха.

- световой стол для рисования песком.

Выполнение различных заданий с использованием песка развивает тактильное восприятие, воображение, мелкую моторику рук, снижает уровень тревожности, способствует психоэмоциональному комфорту во время занятий.

- кресло – груша, мягкая мебель «Зебра» позволяют принять комфортную для расслабления позу, отдохнуть и спокойно понаблюдать за происходящим вокруг.
- сухой бассейн с шариками.

Используется как для релаксации, так и для активных игр. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Такое воздействие способствует снижению уровня психоэмоционального напряжения и коррекции уровня тревожности. Если на бассейн направить источник меняющегося света, то в его лучах меняется и цвет шариков, что стимулирует зрительные ощущения и восприятия ребенка.

- акустическая тактильная панель
- тактильная дорожка «Зиг-Заг»
- multifunctional световой стол
- лабиринт 5 дорожек

- настенные панели для развития тактильных ощущений
- нейропсихологическая игра "Попробуй повтори"
- домино и развивающие игры
- комплект Эбру
- наборы фигурок для сказкотерапии различных тематик
- распылитель эфирных масел
- музыкальный центр
- набор инструментов для песочной терапии
- свето-звуковые панели «Дорожка-6», «Природа», «Аудиорадуга»
- воздушно – пузырьковая колонна (с двумя колоннами, мягким основанием и комплексом зеркал).

Всё оборудование сенсорной комнаты направлено на развитие воображения, внимания, памяти, эмоционально – волевой сферы и познавательной деятельности обучающихся.

Кадровое обеспечение программы

Программа «Мир вокруг меня» реализуется педагогом-психологом и педагогом-дефектологом.

2.2. Формы мониторинга освоения программы

2.2.1.Формы аттестации

Свидетельством успешного обучения и развития являются результаты входных и итоговых диагностик, а также наблюдения педагогов. Формы подведения итогов реализации образовательной программы: проведение диагностического обследования и фиксирование результатов наблюдения.

2.2.2. Диагностические и оценочные материалы

Формой подведения итогов по образовательной программе выбраны диагностические методики:

- Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З.Друкаревич);
- Графическая методика «Кактус» (М.А. Панфилова);

- «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская);
- «Найди и вычеркни» для определения уровня продуктивности и устойчивости внимания (Т.Д. Марцинковская);
- «Запомни рисунки» для диагностики зрительной и слуховой памяти (Р.С. Немов);
- «Нелепицы» для исследования наглядно-действенного мышления (Р.С. Немов);
- «Спасти зайку» для исследования воображения (В. Синельников и В. Кудрявцев);
- «Какие предметы спрятаны в рисунках?» для диагностики зрительного восприятия (Р.С. Немов).

Также в течение учебного процесса проводится текущий контроль по освоению конкретной темы, упражнения.

Применяются следующие формы проверки усвоения знаний:

- участие в упражнениях;
- выполнение индивидуальных, парных и групповых работ.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айхингер А., В. Холл «Психодрама в детской групповой терапии». –М: ГЕНЕЗИС, 2003
2. Бабкина Н. В. Радость познания. – М.: 2000 г.
3. Вагапова Д. Х. «Риторика в интеллектуальных играх и тренингах». –М.: Цитадель, 1999.
4. Винник М. О. «Задержка психического развития». – Ростов – на –Дону: «ФЕНИКС», 2007.
5. Гунина Е. В. «Диагностика и коррекция мышления неуспевающих школьников». – КЛИО, 1997.
6. Зинкевич – Евстигнеева Т. Д., Тихонова Е. А. «Проективная диагностика в сказкотерапии». – СПб «РЕЧЬ», 2003.
7. Игры – обучение, тренинг, досуг...// Под ред. В. В. Петруссинского. В 4-х томах. – М.: Новая школа, 1994.
8. Ильина М. В. «Чувствуем, познаём, размышляем». – М.: АРКТИ, 2004.
9. Истратова О. Н. «Практикум по детской психокоррекции: Игры, упражнения, техники». – Ростов-на-Дону «Феникс», 2008.
10. Карелина И. О. «Эмоциональное развитие детей». – Ярославль: «Академия развития», 2006.
11. Кипнис М. «128 лучших игр и упражнений для любого тренинга. Как зарядить, оживить, настроить и сплотить группу». – М.: «аСТ», СПб: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2009.
12. Козак О. Н. «Путешествие в страну игр». – СПб.: «Союз», 1997.
13. Комплексная методика психомоторной коррекции // Под ред. А. В. Семенович, 1998 г.
14. Кряжева Н. Л. «Мир детских эмоций». – Ярославль: «Академия развития», 2001.

15. Леванова Е. А., Волошина А. Е. «Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия». – ПИЕЕР, 2009 г.
16. Локалова Р. П. «90 уроков психологического развития младших школьников». – М.: 1995.
17. Любимова Т. Е. «Учить не только мыслить, но и чувствовать». –Чебоксары: «КЛИО», 1994.
18. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции: учеб. для вузов/Ю.В.Щербатых.-СПб.и др.: Питер,2008
19. Пурин В.Д. Профилактика и коррекция педагогической запущенности:учеб.пособие для вузов /В.Д.Пурин - М.:Академия,2008
20. Гилленбранд К. Коррекционная педагогика:обучение трудных школьников: учеб. пособие для вузов / К.Гилленбранд; пер. с нем.Н.А.Горловой; ред.Н.М. Назарова.-2-е изд., стер.- М.:Академия,2007
21. Стребелева Е. А. Психолого-педагогическая диагностика нарушений развития детей раннего и дошкольного возраста:пособие для учителя-дефектолога: учеб. пособие для вузов / Е.А.Стребелева,Г.А.Мишина.- М.:Владос,2008