


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 67 с углубленным изучением отдельных предметов
имени Героя Российской Федерации Завитухина А.А.»
городского округа Самара

Приложение №2 к ООП ООО,
утвержденной Приказом № 330-од от 30.08.2022 г.

«Рассмотрено»
на заседании методического
объединения учителей
гуманитарного цикла
Протокол № 6
от «30» 08 2022 г.
Председатель МО
 А.В.Щёлокова

«Проверено»
Заместитель директора по ВР
 И.А.Соколова
«30» 08 2022 г.

«Утверждаю»
Директор
МБОУ Школы № 67 г.о. Самара
 В.В. Ионов
«30» 08 2022 г.



Программа

внеурочной деятельности

по направлению «Спортивно-оздоровительная деятельность»

«Динамический час. Волшебный мир сенсорной комнаты»

1 класс- 33 ч.
2 класс- 34 ч.
3 класс – 34 ч.

Учителя:

Гурко А.В.

Пояснительная записка

Сенсорное развитие играет важную роль в психологическом и социальном становлении личности ребёнка. В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО)- одно из центральных идей является сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как ценностной составляющей, способствующей познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

Рабочая программа по курсу «Волшебный мир сенсорной комнаты» для 1-4 классов разработана в соответствии с требованиями:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: «Обучающиеся воспитанники гражданских образовательных учреждений имеют право на свободное посещение мероприятий, не предусмотренных учебным планом»;
- Постановление Главного государственного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10...» р. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»: «Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п.»;
- Приказ МОиН РФ от 6.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Информационное письмо МОиН РФ N 03-296 от 12 мая 2011 г «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Приказ МОиН РФ от 31 декабря 2015 года N 1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО»
- Письмо МОиН РФ от 14 декабря 2015 года N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»
- Письмо МОиН Самарской области от 17.02.2016 № МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности».
- Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010.
- Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ Школы № 67 г.о. Самара
- Положение о внеурочной деятельности, утвержденное приказом №330-од от 30.08.2022г.

Сенсорная комната для школьника – это идеальная обстановка, в которой ребенок не только расслабляется, но и развивается, получает новые представления о мире, ощущения, заряжается энергией для активной деятельности. Сенсорная комната – это среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов, которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния и вестибулярные рецепторы. Это – профилактическое средство школьного переутомления, особенно для младших школьников, так как они более всех подвержены утомлению. Сенсорная комната создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность. Это комфортная обстановка, сохраняющая и укрепляющая здоровье детей. Периодическое и многократное посещение ребенком сенсорной комнаты позволяет решать многие задачи его развития, сохраняя и укрепляя здоровье детей.

Актуальность программы: Данная программа направлена на снятие психо-эмоционального напряжения, социализацию личности и самоутверждение, что соответствует требованиям современной педагогики.

Цель программы: сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья учащихся через использование возможностей мультисенсорной среды.

Задачи программы:

Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей:

- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, достижение состояния релаксации и душевного равновесия;
- активация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
- стимуляция ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух и т. д.);
- устранение агрессивности и других форм нарушения поведения детей;
- создание положительного эмоционального фона,
- профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок, снятие состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло;
- формирование адекватной самооценки, преодоление застенчивости и агрессии;
- формирование адекватного отношения к обучению и развитие положительных учебных мотиваций, улучшение успеваемости школьника.

Развитие коммуникативной сферы детей:

- эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
- формирование мотивации к общению и развитие коммуникативных навыков;
- формирование у обучающихся опыта позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом.
- преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).

Развитие психических процессов и моторики детей:

- произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;
- память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое), умственные способности;
- развитие двигательных функций;
- психомоторная коррекция: развитие общей и мелкой моторики, тактильная тренировка рук и стоп,
- развитие координации, в том числе зрительно-моторной.

Данная программа предназначена для учащихся начальной школы и рассчитана на 4 года. Программа рассчитана на 33 часа в год (1 час в неделю) для обучающихся 1-х классов и 34 часа в год (1 час в неделю) для обучающихся 2-4 классов.

Результат изучения курса

В результате у выпускников будут сформированы *личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные УУД* как основа умения учиться.

Личностные результаты:

- Понимание и осознаний взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека;
- Осознание негативных факторов, пагубно влияющих на здоровье.
- Умение делать осознанный выбор поступков, поведения, образа жизни, позволяющих сохранить и укрепить здоровье.

- Способность выполнять правила личной гигиены и развивать готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье.
- Представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
- Потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к образовательному учреждению;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;

Выпускник получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;

Выпускник получит возможность научиться:

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме;

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действий;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Воспитательный результат внеурочной деятельности — непосредственное духовно-нравственное приобретение ребёнка благодаря его участию в том или ином виде деятельности.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Волшебный мир сенсорной комнаты»
1 класс – 33 ч. (1 час в неделю)**

№ занятия	Название	Основные моменты	Виды деятельности	Формы организации занятия
1	Волшебный мир, здравствуй!	Снятие напряжения, состояния тревожности, создание положительного эмоционального настроя, позитивного отношения к школе.	Игровая, познавательная	Сюжетно- ролевые игры, викторины, познавательные игры
2	На лужайке дружбы	Формирование у обучающихся опыта позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом, создание положительного эмоционального настроя	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно- ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия
3-4	Когда мои друзья со мной!	Снятие напряжения, повышение групповой сплоченности	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
5-6	Я на солнышке лежу!	Обучение технике расслабления	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
7-8	Будь здоров!	Снятие накопившейся энергии		
9-10	Ловкие, умелые	Развитие зрительно-двигательной координации	Игровая, спортивно-оздоровительная	
11-12	Самый внимательный	Развитие произвольного внимания	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные и подвижные игры
13-14	День, ночь.	Развитие концентрации внимания и произвольности	Игровая	Подвижные игры, психогимнастика, сказкотерапия
15-16	Праздник на морском дне	Развитие зрительного восприятия	Игровая, познавательная	Подвижные и познавательные игры
17-18	Море волнуется...	Развитие двигательной сферы и концентрации внимания	Игровая	Подвижные и ролевые игры
19-20	Волшебный мостик	Развитие осязательных ощущений и концентрации внимания	Игровая,	Пальчиковая гимнастика, подвижные игры
21-22	Доброе тепло	Снятие накопившегося напряжения, развитие концентрации внимания, формирование сплоченности	Игровая, проблемно-ценностное	Этические беседы, деловая игра, подвижные игры

		группы	общение	
23-24	Зеркало	Формирование элементов самоконтроля	Игровая, познавательная	Ролевые и познавательные игры
25-26	Танец пузырьков	Развитие умения подчиняться словесным указаниям взрослого; развитие двигательной сферы и концентрации внимания	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
27-28	Обезьянки	Развитие произвольного внимания	Игровая	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
29-30	Клоунада	Развитие двигательной раскрепощённости; упражнения на релаксацию	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
31-32	Радуга талантов	Обогащение восприимчивости и воображения	Игровая, досугово-развлекательная	Подвижные и ролевые игры, инсценировки
33	По реке хорошего настроения.	Снятие напряжения, состояния тревожности, создание положительного эмоционального настроения. Промежуточная аттестация учащихся.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры

**Содержание курса внеурочной деятельности «Волшебный мир сенсорной комнаты»
2 класс- 34 часа (1 час в неделю)**

№ занятия	Название	Основные моменты	Виды деятельности	Формы организации занятия
1	Волшебный мир, здравствуй!	Снятие напряжения, состояния тревожности, создание положительного эмоционального настроя, позитивного отношения к школе.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры
2	Ты, да я, да мы с собою..	Формирование у обучающихся опыта позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом, создание положительного эмоционального настроя	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия
3-4	Когда мои друзья со мной!	Снятие напряжения, повышение групповой сплоченности	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
5-6	Плывем по течению	Обучение технике расслабления	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
7-8	Будь здоров!	Снятие накопившейся энергии		
9-10	Ловкие, умелые	Развитие зрительно-двигательной координации	Игровая, спортивно-оздоровительная	
11-12	Самый внимательный	Развитие произвольного внимания	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные и подвижные игры
13-14	День, ночь.	Развитие концентрации внимания и произвольности	Игровая	Подвижные игры, психогимнастика, сказкотерапия
15-16	Праздник на морском дне	Развитие зрительного восприятия	Игровая, познавательная	Подвижные и познавательные игры

17-18	Море волнуется...	Развитие двигательной сферы и концентрации внимания	Игровая	Подвижные и ролевые игры
19-20	Волшебный мостик	Развитие осязательных ощущений и концентрации внимания	Игровая,	Пальчиковая гимнастика, подвижные игры
21-22	Доброе тепло	Снятие накопившегося напряжения, развитие концентрации внимания, формирование сплоченности группы	Игровая, проблемно-ценностное общение	Этические беседы, деловая игра, подвижные игры
23-24	Зеркало	Формирование элементов самоконтроля	Игровая, познавательная	Ролевые и познавательные игры
25-26	Танец пузырьков	Развитие умения подчиняться словесным указаниям взрослого; развитие двигательной сферы и концентрации внимания	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
27-28	Обезьянки	Развитие произвольного внимания	Игровая	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
29-30	Клоунада	Развитие двигательной раскрепощённости; упражнения на релаксацию	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
31-32	Радуга талантов	Обогащение восприимчивости и воображения	Игровая, досугово-развлекательная	Подвижные и ролевые игры, инсценировки
33-34	По реке хорошего настроения.	Снятие напряжения, состояния тревожности, создание положительного эмоционального настроения. Промежуточная аттестация учащихся.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры

**Содержание курса внеурочной деятельности «Волшебный мир сенсорной комнаты»
3 класс- 34 часа (1 час в неделю)**

№ занятия	Название	Основные моменты	Виды деятельности	Формы организации занятия
1	Уроки здоровья	Ознакомление с работой в группе, преодоление барьеров перед общением друг с другом, снятие психоэмоционального напряжения.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры
2	Добрый мир вокруг меня	Обучение применению мимики и жестов в обыденной жизни, развитие умения находить положительные стороны в людях.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия
3	Учись управлять собой	Обучение элементам аутотренинга, самостоятельному расслаблению организма, повышение сплоченности группы.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
4	Я могу...	Повышение уверенности в себе, развитие умения говорить о своих сильных сторонах, повышение внутригруппового доверия. Ознакомление со способами восстановления эмоционального равновесия.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
5	Диалог добра и зла	Развитие умения различать проявления добра и зла, снятие психоэмоционального напряжения, установление телесного контакта, обучение приемам релаксации.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
6	Настроение	Обучение определению положительных и отрицательных черт характера, передачи настроения других людей.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
7	Когда мои	Обучение детей работе в группе,	Игровая,	Викторины,

	друзья со мной	ознакомление с правилами взаимопомощи.	познавательная	познавательные и подвижные игры
8	Зеркало души	Обучение определению положительных и отрицательных черт характера, бережному отношению к себе.	Игровая, познавательная	Подвижные игры, психогимнастика, сказкотерапия
9	Дыхание жизни	Определение симпатии детей по отношению друг к другу. Обучение гимнастике соединения движения с дыханием.	Игровая, познавательная	Подвижные и познавательные игры, психогимнастика, сказкотерапия
10	С любовью к людям	Обучение детей выражению своего настроения через движение, развитие симпатии друг к другу.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
11	Мы – самые лучшие!	Развитие сплоченности коллектива, дружеских чувств по отношению к участникам группы.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
12	Помоги себе сам!	Развитие уверенности во взаимоотношениях друг с другом, обучение самомассажу.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Этические беседы, деловая игра, подвижные игры
13	Ступеньки роста	Развитие положительного эмоционального фона в группе, развитие внимания, памяти.	Игровая, познавательная	Ролевые и познавательные игры
14	Дружба начинается с улыбки	Развитие коммуникативных навыков, обучение самомассажу.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
15	Барометр настроения	Развитие навыков наблюдения и самонаблюдения, снятие психоэмоционального напряжения.	Игровая	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика

				тика
16	Кривые зеркала	Осознание своего эмоционального состояния и мотивов поведения, самоопределение настроения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
17	Я, ты, он, она-вместе дружная семья	Развитие позитивного сотрудничества детей, обучение приемам релаксации.	Игровая, досугово-развлекательная	Подвижные и ролевые игры, инсценировки
18	Мир друзей	Развитие чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры
19	Радуга талантов	Развитие психологической комфортности в группе участников, навыков самосознания, самоопределения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
20	Мое настроение	Развитие умения понимать свое эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
21	Саморазвитие	Развитие положительной самооценки друг к другу, коррекция эмоционально – личностной сферы ребенка.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
22	Путь к вершинам	Формирование чувства успешности, осознание личных целей.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия

23	Гром и молнии настроения	Вербализация содержания школьной тревожности, осознание и отреагирование эмоций.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
24	Разгоним тучки.	Разрядка школьной тревожности; обучение способам самоконтроля, снятия напряжения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия
25	Театр теней.	Проработка страхов путём проигрывания.	Игровая	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
26	В паутине неприятностей.	Тренировка гибкости поведения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
27	По реке хорошего настроения.	Закрепление позитивного отношения к школе.	Игровая	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
28	На дороге успеха	Повышение самооценки.	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные и подвижные игры
29	Земля общения.	Развитие коммуникативных навыков.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
30	Мир друзей.	Закрепление представлений о бесконфликтном общении.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая

				беседа, проблемно-ценностная дискуссия
31	На вершине успеха.	Повышение самооценки.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия, сказкотерапия
32	Доброе тепло	Обучение детей выражению своего настроения через движение, развитие симпатии друг к другу.	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные и подвижные игры, психогимнастика, сказкотерапия
33	Солнечный мир	Помощь детям бережному и внимательному отношению к себе и принятия себя.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
34	Все кончается, а мы – остаемся!	Осознание своего эмоциональные состояния и мотивов поведения, самоопределение настроения. Промежуточная аттестация учащихся.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика

**Содержание курса внеурочной деятельности «Волшебный мир сенсорной комнаты»
4 класс- 34 часа (1 час в неделю)**

№ занятия	Название	Основные моменты	Виды деятельности	Формы организации занятия
1	«Уроки здоровья»	Ознакомление с работой в группе, преодоление барьеров перед общением друг с другом, снятие психоэмоционального напряжения.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры
2	«Я один такой на свете»	Повышение уверенности в себе, развитие умения говорить о своих сильных сторонах, повышение внутригруппового доверия. Ознакомление со способами восстановления эмоционального равновесия.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия
3	«Учись управлять собой»	Обучение элементам аутотренинга, самостоятельному расслаблению организма, повышение сплоченности группы.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
4	«Все мы разные»	Обучение применению мимики и жестов в обыденной жизни, развитие умения находить положительные стороны в людях.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
5	«Диалог добра и зла»	Развитие умения различать проявления добра и зла, снятие психоэмоционального напряжения, установление телесного контакта, обучение приемам релаксации.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
6	«Покажи себя со стороны»	Обучение определению положительных и отрицательных черт характера, передачи настроения других людей.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
7	«Друг познается»	Обучение детей работе в группе,	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные

	в беде»	ознакомление с правилами взаимопомощи.		ые и подвижные игры
8	«Мой мир»	Обучение определению положительных и отрицательных черт характера, бережному отношению к себе.	Игровая, познавательная	Подвижные игры, психогимнастика, сказкотерапия
9	«Дыхание жизни»	Определение симпатии детей по отношению друг к другу. Обучение гимнастики соединения движения с дыханием.	Игровая, познавательная	Подвижные и познавательные игры, психогимнастика, сказкотерапия
10	«Доброе тепло»	Обучение детей выражению своего настроения через движение, развитие симпатии друг к другу.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
11	«Мы – самые лучшие!»	Развитие сплоченности коллектива, дружеских чувств по отношению к участникам группы.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
12	« Помогите себе сам!»	Развитие уверенности во взаимоотношениях друг с другом, обучение самомассажу.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Этические беседы, деловая игра, подвижные игры, самомассаж
13	«Хорошее настроение»	Развитие положительного эмоционального фона в группе, развитие внимания, памяти.	Игровая, познавательная	Ролевые и познавательные игры
14	«Что такое хорошо?»	Развитие коммуникативных навыков, обучение самомассажу.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
15	«Потаенные места»	Развитие навыков наблюдения и самонаблюдения, снятие психоэмоционального напряжения.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика

				тика
16	«Учись самовыражаться»	Осознание своего эмоционального состояния и мотивов поведения, самоопределение настроения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
17	«Мы живем среди людей»	Развитие позитивного сотрудничества детей, обучение приемам релаксации.	Игровая, досугово-развлекательная	Подвижные и ролевые игры, инсценировки
18	«Я и мои друзья»	Развитие чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона.	Игровая, познавательная	Сюжетно-ролевые игры, викторины, познавательные игры
19	«Все самое интересное»	Развитие психологической комфортности в группе участников, навыков самосознания, самоопределения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
20	«Мое настроение»	Развитие умения понимать свое эмоциональное состояние и распознавать чувства окружающих людей.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
21	«Саморазвитие»	Развитие положительной самооценки друг к другу, коррекция эмоционально – личностной сферы ребенка.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
22	«На распутье»	Формирование чувства успешности, осознание личных целей.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
23	«В пещере»	Вербализация содержания школьной тревожности,	Игровая, проблемно-	Социально-моделирующ

	страхов».	осознание и отреагирование эмоций.	ценностное общение	ая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
24	«На мосту бесстрашия».	Разрядка школьной тревожности; обучение способам самоконтроля, снятия напряжения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия
25	«В лесном театре».	Проработка страхов путём проигрывания.	Игровая	Ролевые игры, релаксация, психогимнастика
26	«На болоте неприятностей».	Тренировка гибкости поведения.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
27	«По реке хорошего настроения».	Закрепление позитивного отношения к школе.	Игровая	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
28	«Горы уверенности».	Повышение самооценки.	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные и подвижные игры
29	«Земля общения».	Развитие коммуникативных навыков.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Социально-моделирующая игра, ролевая игра, этическая беседа, дискуссия
30	«Радость общения».	Закрепление представлений о бесконфликтном общении.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная

				дискуссия
31	«По дороге успеха».	Повышение самооценки.	Игровая, проблемно-ценностное общение	Сюжетно-ролевые игры, этическая беседа, проблемно-ценностная дискуссия, сказкотерапия
32	«Доброе тепло»	Обучение детей выражению своего настроения через движение, развитие симпатии друг к другу.	Игровая, познавательная	Викторины, познавательные и подвижные игры, психогимнастика, сказкотерапия
33	«Мой мир»	Помощь детям бережному и внимательному отношению к себе и принятию себя.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика
34	«Все кончается, а мы – остаемся!»	Осознание своего эмоционального состояния и мотивов поведения, самоопределение настроения. Промежуточная аттестация учащихся.	Игровая, спортивно-оздоровительная	Подвижные и ролевые игры, релаксация, психогимнастика

**Тематическое планирование программы «Волшебный мир сенсорной комнаты»
1 класс- 33 часа (1 час в неделю)**

№	Тема	Количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Планируемые сроки
1	Волшебный мир, здравствуй!	1		1	1 неделя сентября
2	На лужайке дружбы	1		1	2 неделя сентября
3-4	Когда мои друзья со мной!	2		2	3-4 неделя сентября
5-6	Я на солнышке лежу!	2		2	1-2 неделя октября
7-8	Будь здоров!	2		2	3-4 неделя октября
9-10	Ловкие, умелые	2		2	2-3 неделя ноября
11-12	Самый внимательный	2		2	4-5 неделя ноября
13-14	День, ночь.	2		2	1-2 неделя декабря
15-16	Праздник на морском дне	2		2	3-4 неделя декабря
17-18	Море волнуется...	2		2	2-3 неделя января
19-20	Волшебный мостик	2		2	1-2 неделя февраля
21-22	Доброе тепло	2		2	3-4 неделя февраля
23-24	Зеркало	2		2	1-2 неделя марта
25-26	Танец пузырьков	2		2	3-4 неделя марта
27-28	Обезьянки	2		2	1-2 неделя апреля
29-30	Клоунада	2		2	3-4 неделя апреля
31-32	Радуга талантов	2		2	1-2 неделя мая
33	По реке хорошего настроения.	1		1	3-4 неделя мая
ИТОГО		33 часа	0 часов (0 %)	33 часа (100 %)	

**Тематическое планирование программы «Волшебный мир сенсорной комнаты»
2 класс- 34 часа (1 час в неделю)**

№	Тема	Количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Планируемые сроки
1	Волшебный мир, здравствуй!	1		1	1 неделя сентября
2	Ты, да я, да мы с собою..	1		1	2 неделя сентября
3-4	Когда мои друзья со мной!	2		2	3-4 неделя сентября
5-6	Плывем по течению	2		2	1-2 неделя октября
7-8	Будь здоров!	2		2	3-4 неделя октября
9-10	Ловкие, умелые	2		2	2-3 неделя ноября
11-12	Самый внимательный	2		2	4-5 неделя ноября
13-14	День, ночь.	2		2	1-2 неделя декабря
15-16	Праздник на морском дне	2		2	3-4 неделя декабря
17-18	Море волнуется...	2		2	2-3 неделя января
19-20	Волшебный мостик	2		2	1-2 неделя февраля
21-22	Доброе тепло	2		2	3-4 неделя февраля
23-24	Зеркало	2		2	1-2 неделя марта
25-26	Танец пузырьков	2		2	3-4 неделя марта
27-28	Обезьянки	2		2	1-2 неделя апреля
29-30	Клоунада	2		2	3-4 неделя апреля
31-32	Радуга талантов	2		2	1-2 неделя мая

33- 34	По реке хорошего настроения.	2		2	3-4 неделя мая
ИТОГО		34 часа	0 часов (0 %)	34 часа (100 %)	

**Тематическое планирование программы «Волшебный мир сенсорной комнаты»
3 класс- 34 часа (1 час в неделю)**

№	Тема	Количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Планируемые сроки
1	Уроки здоровья	1		1	1 неделя сентября
2	Добрый мир вокруг меня	1		1	2 неделя сентября
3	Учись управлять собой	1		1	3 неделя сентября
4	Я могу...	1		1	4 неделя сентября
5	Диалог добра и зла	1		1	1 неделя октября
6	Настроение	1		1	2 неделя октября
7	Когда мои друзья со мной	1		1	3 неделя октября
8	Зеркало души	1		1	4 неделя октября
9	Дыхание жизни	1		1	2 неделя ноября
10	С любовью к людям	1		1	3 неделя ноября
11	Мы – самые лучшие!	1		1	4 неделя ноября
12	Помоги себе сам!	1		1	1 неделя декабря
13	Ступеньки роста	1		1	2 неделя декабря
14	Дружба начинается с улыбки	1		1	3 неделя декабря
15	Барометр настроения	1		1	4 неделя декабря
16	Кривые зеркала	1		1	2 неделя января
17	Я, ты, он, она- вместе дружная семья	1		1	3 неделя января
18	Мир друзей	1		1	4 неделя января
19	Радуга талантов	1		1	1 неделя февраля
20	Мое настроение	1		1	2 неделя февраля
21	Саморазвитие	1		1	3 неделя февраля
22	Путь к вершинам	1		1	4 неделя февраля
23	Гром и молнии настроения	1		1	1 неделя марта
24	Разгоним тучки.	1		1	2 неделя марта

25	Театр теней.	1		1	3 неделя марта
26	В паутине неприятностей.	1		1	4 неделя марта
27	По реке хорошего настроения.	1		1	1 неделя апреля
28	На дороге успеха	1		1	2 неделя апреля
29	Земля общения.	1		1	3 неделя апреля
30	Мир друзей.	1		1	4 неделя апреля
31	На вершине успеха.	1		1	1 неделя мая
32	Доброе тепло	1		1	2 неделя мая
33	Солнечный мир	1		1	3 неделя мая
34	Все кончается, а мы – остаемся!	1		1	4 неделя мая
ИТОГО		34 часа	0 часов (0 %)	34 часа (100 %)	

**Тематическое планирование программы «Волшебный мир сенсорной комнаты»
4 класс- 34 часа (1 час в неделю)**

№	Тема	Количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Планируемые сроки
1	«Уроки здоровья»	1		1	1 неделя сентября
2	«Я один такой на свете»	1		1	2 неделя сентября
3	«Учись управлять собой»	1		1	3 неделя сентября
4	«Все мы разные»	1		1	4 неделя сентября
5	«Диалог добра и зла»	1		1	1 неделя октября
6	«Покажи себя со стороны»	1		1	2 неделя октября
7	«Друг познается в беде»	1		1	3 неделя октября
8	«Мой мир»	1		1	4 неделя октября
9	«Дыхание жизни»	1		1	2 неделя ноября
10	«Доброе тепло»	1		1	3 неделя ноября
11	«Мы – самые лучшие!»	1		1	4 неделя ноября
12	« Помогите себе сами!»	1		1	1 неделя декабря
13	«Хорошее настроение»	1		1	2 неделя декабря
14	«Что такое хорошо?»	1		1	3 неделя декабря
15	«Потаенные места»	1		1	4 неделя декабря
16	«Учись самовыражаться»	1		1	2 неделя января
17	«Мы живем среди людей»	1		1	3 неделя января
18	«Я и мои друзья»	1		1	4 неделя января
19	«Все самое интересное»	1		1	1 неделя февраля
20	«Мое настроение»	1		1	2 неделя февраля
21	«Саморазвитие»	1		1	3 неделя февраля
22	«На распутье»	1		1	4 неделя февраля
23	«В пещере страхов».	1		1	1 неделя марта
24	«На мосту бесстрашия».	1		1	2 неделя марта

25	«В лесном театре».	1		1	3 неделя марта
26	«На болоте неприятностей».	1		1	4 неделя марта
27	«По реке хорошего настроения».	1		1	1 неделя апреля
28	«Горы уверенности».	1		1	2 неделя апреля
29	«Земля общения».	1		1	3 неделя апреля
30	«Радость общения».	1		1	4 неделя апреля
31	«По дороге успеха».	1		1	1 неделя мая
32	«Доброе тепло»	1		1	2 неделя мая
33	«Мой мир»	1		1	3 неделя мая
34	«Все кончается, а мы – остаемся!»	1		1	4 неделя мая
ИТОГО		34 часа	0 часов (0 %)	34 часа (100 %)	

Литература:

1. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие /Под ред. В.Л.Женеврова, Л.Б.Баряевой, Ю.С.Галлямовой. –СПб.: ХОКА, 2007
2. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. Г.Г.Колос. –М.: АРКТИ, 2006
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: Союз, 1997.
4. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика ума. — М., 1993.
5. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. СПб.: Речь, 2001
7. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. — М., 1993.
8. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000.
9. Матюшкин А.М. Творческий потенциал одаренности: структура и развитие// Психология сегодня. Т. 2. Вып. 1. М., 1996.
10. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. — М., 2002.
11. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 1995.