**СМОЛЕНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних

***«ГАРМОНИЯ»***

🖂 215110, Смоленская обл., г. Вязьма, ул. 25 Октября, д.1- а Т/ф (48131) 2 – 38 – 27; 4 – 21-35 centr\_garmonia@mail.ru

**ПРОГРАММА**

**по стабилизации эмоционального состояния**

**с использованием средств и возможностей**

**сенсорной комнаты**

**«Путешествие в сказку»**

Составитель

педагог-психолог

Евсеенкова С.В.

**Пояснительная записка**

Комната психологической разгрузки с сенсорным оборудованием является мощным инструментом для расширения и развития мировоззрения, сенсорного и познавательного развития, способствует стабилизации эмоционального состояния, повышает эффективность любых мероприятий направленных на улучшение психического и физического здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья.

Уровень сенсомоторного развития составляет фундамент общего умственного развития ребенка и является базовым для успешного овладения многими видами деятельности.

Опыт работы в школе, наблюдения за детьми позволяют предположить, что чаще всего гармоничному развитию ребенка препятствует эмоциональная нестабильность.

Актуальность проведения занятий в сенсорной комнате заключается в том, что психоэмоциональное состояние является одним из важных компонентов развития ребенка, поэтому эмоциональная нестабильность
препятствует гармоничному развитию ребенка в целом

Теоретической основой данной программы является концепция А.Н. Леонтьева, где основными критериями анализа психики являются деятельность, сознание, личность.

***Общие принципы работы в сенсорной комнате***

1. Основу общеразвивающей, коррекционно-развивающей и психотерапевтической работы составляет баланс свободной самостоятельной деятельности ребенка и совместной деятельности со специалистом.

2. Специалист, работающий с ребенком индивидуально привлекает его к деятельности без психологического принуждения, опираясь на интерес ребенка к содержанию и форме занятий и активизируя его своим партнерским участием.

3. Дифференцированный подход реализуется в нескольких направлениях:

* при организации интерактивной среды для свободной самостоятельной деятельности, развития саморегуляции;
* в использовании гибких форм работы, соответствующих интересам и возможностям ребенка;
* в индивидуальном выборе времени для разных видов занятий в зависимости от возраста детей и режима их основной деятельности.

***Основные цели и задачи работы в сенсорной комнате***

1. Развитие и гармонизация эмоционально-волевой сферы детей:

* снятие психоэмоционального напряжения;
* саморегуляция и самоконтроль;
* умение управлять своим телом, дыханием;
* умение передавать свои ощущения в речи;
* умение расслабляться, освобождаться от напряжения;
* формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях;
* уверенность в себе.

2. Развитие коммуникативной сферы детей:

* эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
* формирование мотивации к общению и развитие коммуникативных навыков;
* преодоление негативных эмоций по отношению к сверстникам (агрессивность).

3. Развитие психических процессов и моторики детей:

* произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;
* память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое), умственные способности;
* развитие координации, в том числе зрительно-моторной.

***Противопоказания***

Противопоказанием для проведения занятий в сенсорной комнате являются соматические и психоневроло­гические заболевания (учитыва­ются специальные рекоменда­ции невропатолога), аллергия, инфекционные заболевания.

***Организация занятий***

Данная программа рассчитана на учащихся 5 – 6 классов с ограниченными возможностями здоровья.

Занятия по данной программе проводятся 1 раз в неделю (34 часа в год) индивидуально или малой группой детей (4 – 7 человек, в зависимости от диагноза и имеющихся нарушений). Длительность занятия – 30 - 35 минут.

***Основные методы работы***

* Элементы сказкотерапии, арттерапии с импровизацией.
* Психогимнастика.
* Элементы психодраммы.
* Игры на развитие навыков общения.
* Игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения.
* Ролевые игры.
* Релаксация.

***Формы организации коррекционно-развивающих занятий***

* Индивидуальная работа.
* Групповая работа.

***Методики работы***

1) Цвето -, светотерапия (релак­сация с помощью цвета и света).

2) Звуко-, музыкотерапия (ре­лаксация с помощью звуков и музыки).

3) Ароматерапия (воздействие запахов на нервную систему и психическое состояние челове­ка).

***Структура занятия***

* Ритуал начала занятия.
* Игровое задание на развитие психических процессов.
* Релаксационное упражнение, позволяющее детям расслабиться, снять мышечное и психоэмоциональное напряжение.
* Ритуал окончания занятия.

***Этапы реализации программы***

Реализация программы проходит в три этапа: первичная диагностика, коррекционная работа и вторичная диагностика.

***Ожидаемый результат***

Данная программа даст возможность ребенку адаптироваться к новым условиям жизни, создаст у него чувство принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, дети смогут овладеть определенными коммуникативными навыками, игровой деятельностью, умением понимать свое эмоциональное состояние, научиться распознавать чувства других людей, расширит представления об окружающем мире. Так же смогут анализировать причины межличностных конфликтов и смогут самостоятельно их регулировать.

**Общее психофизиологическое развитие**

* Развитие физиологических, возрастных, психоэмоциональных, интеллектуальных и речевых функций;
* активизация мышления;
* повышение иммунитета;
* улучшение соматического здоровья;
* коррекция эмоционального состояния;
* активизация деятельности;
* нормализация сна;
* развитие мелкой моторики.

**Эмоциональное развитие**

* Обогащение эмоционального опыта;
* преодоление страхов; коррекция уровня тревожности и агрессивности;
* стимуляция приятных и эстетических значимых переживаний;
* формирование эмоционально спокойного состояния, способствующее снятию негативных эмоций и состояний;
* формирование коммуникативных навыков у детей;
* коррекция девиантного поведения.

**Речевое развитие**

* Активизация словаря;
* накопление языковых представлений;
* формирование способности ребенка к пониманию обращенной к нему и контекстуальной речи;
* формирование диалогической речи;
* формирование элементов словесного планирования;
* формирование монологической речи;
* формирование способности связно рассказывать, выделяя основную мысль;
* развитие выразительности речи.

**Социальное развитие**

* Формирование личностной ориентации;
* формирование способностей осознания и переживания успехи-неуспехи, результаты деятельности;
* проекция общественных взаимодействий;
* развитие социальных норм поведения;
* ориентация ребенка на взрослого как на источник социального опыта;
* формирование организационных умений
* развитие умения переносить освоенные навыки в незнакомую ситуацию;
* осмысление не сложных конструкций, отражающих общественные правила, нормы общения и поведения в обществе;
* освоению теоретических знаний посредством обогащения чувственного опыта;
* развитие умения подчинять свои поступки усвоенным моральным и этическим нормам;
* формирование и развитие творческих способностей;
* формирование развития самосознания, самоконтроля, способности адекватного отношения к себе и окружающим;
* формирование правильное поведения в коллективе.

**Краткое содержание программы**

**Занятия 1 – 6.**

***Первичная диагностика***

Перед проведением коррекционной работы с детьми проводятся следующие диагностические методики:

1. Проективный тест «Кактус» М.А.Панфиловой. Данный тест предназначен для определения состояния эмоциональной сферы ребенка, наличия агрессивности, ее направленности и интенсивность.
2. Тест тревожности Дорки, Амен. *(Компьютерное тестирование).* Цель теста: диагностика эмоциональных реакций ребенка на некоторые привычные для него жизненные ситуации, диагностика тревожности.
3. Тест школьной тревожности Филипса. *(Компьютерное тестирование).* Цель: определить уровень и характер тревожности, а также выявить область действительности, объекты, являющиеся для школьника основными источниками тревоги.
4. Социально-психологическая адаптированность (СПА). Автор: К. Роджерс, Р. Даймонд, Т. В.Снегирёва. Цель: выявляется уровень социально-психологической адаптированности обучающихся; причины дезадаптации подростков.
5. Анкета школьной мотивации Н. ГЛускановой. Цель: выявляются ведущие тенденции в сфере отношений обучающихся к школьному обучению.
6. Цветовой тест Люшера.*(Компьютерное тестирование).* Цель: определение нервно-психического напряжения, работоспособности.
7. Карта эмоционального состояния ребенка (заполняется после каждого занятия).

***Коррекционная работа* *(22 часа)***

Коррекционные занятия проводятся в форме игровой терапии в течение всего курса. В программе используются упражнения, игры, релаксация.

Дети испытывают трудности в обучении из-за того, что основным способом восприятия для них, как правило, является лишь один из сенсорных каналов. Важно обучить ребенка многосенсорному восприятию, поскольку умение пользоваться всеми каналами восприятия является фундаментом, обеспечивающим эффективность любого обучения.

**Занятие 1.**

Вводное. «Секреты волшебной комнаты**»**

Познакомить обучающихся с оборудованием сенсорной комнаты: тропой здоровья, массажными мячиками, сухим бассейном, сухим душем, вибродорожкой и т. д.

Ознакомить с правилами использования данного оборудования. Продемонстрировать приёмы работы с данным оборудованием.