

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №48

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Секреты внимания»
для обучающихся 1 класса с синдромом дефицита внимания и
гиперактивностью



Екатеринбург

2020

Настоящая программа внеурочной деятельности создана для учителя начальных классов. В содержании программы представлены арт-терапевтические занятия для обучающихся 1 классов с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью. Екатеринбург: МАОУ СОШ, 2020

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Тематическое планирование	8
Содержание занятий	9
Материально – техническое обеспечение	14

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Секреты внимания» для обучающихся 1 классов с СДВГ это - проявление и раскрытия себя, каждым ребенком, здесь обучающийся делает выбор, свободно проявляет свою волю и эмоции, раскрывается как личность. Все это способствует психологической разрядке, снятию стрессовых ситуаций, гармоничному включению в мир человеческих взаимоотношений, развивает внимание, а значит, повышает эффективность обучения. Программа «Секреты внимания» – развивающее направление педагогической арт-терапии, которое успешно оказывает помощь в развитии внимания у обучающихся с СДВГ. Данное направление связано с укреплением психического здоровья ребенка и выполняет коррекционные функции. Программа основана на комплексном подходе, имеет индивидуальную коррекционно-развивающую направленность и ориентирована не столько на прямую передачу детям специальных умений и навыков, сколько на решение задач активизации их внутреннего потенциала, развития внимания, повышения мотивации к различным видам художественной деятельности, развития творческой активности, формирования адекватного межличностного поведения и конструктивного общения на основе эмоционально-значимой деятельности. Настоящая программа «Секреты внимания» предусматривает использование широко известных приемов, упражнений и методов психолого-педагогической арт-терапии, собранных воедино, структурированных согласно указанным целям и задачам.

Цель программы по внеурочной деятельности студии «Секреты внимания»: создание организационных и содержательных условий для развития внимания у обучающихся 1 класса с СДВГ.

Задачи программы:

- способствовать формированию мотивации к различным видам художественной деятельности;
- формировать изобразительно-выразительные навыки обучающихся, связанные с усвоением особенностей выразительного языка каждого вида искусства;
- обучение приёмам саморегуляции посредством арт-терапевтических методик.
- развитие внимания, памяти, логического и абстрактного мышления;
- развитие мелкой моторики рук и глазомера;
- развитие художественного вкуса, творческих способностей и фантазии обучающихся.
- развитие коммуникативных способностей;
- формирование культуры труда и совершенствование трудовых навыков.

Программа внеурочной деятельности младших школьников «Секреты внимания» реализует общекультурное направление внеурочной деятельности в рамках ФГОС НОО. Эта программа актуальна тем, что она широко и многосторонне связывает личностное развитие с общечеловеческими ценностями средствами художественного творчества

Программа «Секреты внимания» адресована обучающимся первого класса и рассчитана на 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю, что составляет 33 часа в год.

Основная задача на всех этапах освоения программы – содействовать

развитию внимания у обучающихся 1 класса с СДВГ.

Программа внеурочной деятельности школьников общекультурного направления «Секреты внимания» основывается на принципах природосообразности, культуросообразности, соответствия возрастным особенностям обучающихся, диалогичности и коллективности.

Принцип природосообразности предполагает, что художественное творчество школьников основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовываться с общими законами развития природы и человека, воспитывать его сообразно полу и возрасту, а также формировать у него ответственность за развитие самого себя.

Принцип культуросообразности предполагает, что художественное творчество школьников должно основываться на общечеловеческих ценностях культуры и строиться в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур, специфическими особенностями, присущими традициям тех или иных регионов, не противоречащими общечеловеческим ценностям.

Трактовка принципа коллективности применительно к художественному творчеству предполагает, что художественное воспитание и образование, осуществляясь в детско – взрослых общностях, детско – взрослых коллективах различного типа, даёт юному человеку опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими. Может создавать условия для позитивно направленных самопознания. Эстетического самоопределения, художественно – творческой самореализации.

Принцип диалогичности предполагает, что духовно – ценностная ориентация детей и их развитие осуществляются в процессе такого взаимодействия педагога и обучающихся в художественной деятельности, содержанием которого являются обмен эстетическими ценностями (ценностями, выработанными историей культуры конкретного общества; ценностями, свойственными субъектам образования как представителям различных поколений и субкультур; индивидуальными ценностями

конкретных субъектов образования), а также совместное продуцирование художественных ценностей.

Занятия разделены на 7 тематических разделов:

- Игротерапия – воздействие посредством игры.
- Сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи.
- Музыкотерапия – воздействие через восприятие музыки.
- Песочная терапия — это возможность общения с миром и самим собой через песок; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития.
- Библиотерапия - воздействие с помощью чтения подобранной литературы.
- Каплетерапия – воздействие средствами изобразительного искусства. Метод способствует выражению ребенком своих проблем и переживаний, когда не получается выговориться. Ребенку гораздо легче проявить себя, описать свою проблему любым видом художественного творчества. Работа с разными цветами привлекает внимание ребенка, делает занятие ярким и интересным. Рисовать нужно точно и аккуратно, поэтому дети учатся концентрации внимания и их движения становятся более координированными.
- Изотерапия - воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством. К приёмам изотерапии относится коллажирование (технический приём в изобразительном искусстве, заключающийся в наклеивании на ватман предметов и материалов, отличающихся от основы по цвету и фактуре) и ниткотерапия, где рисование нитями поможет ребенку реализовать свой художественный талант в более простой форме.

Тематическое планирование

№ п/п	Темы занятий	Количество часов
1	Игротерапия	4
1.1	«Давайте познакомимся!»	1
1.2	«Пойми себя»	1
1.3	«Я и мои эмоции»	1
1.4	«Вот он я какой!»	1
2	Сказкотерапия	4
2.1	«Вспомним сказку»	1
2.2	«Оживи героя» (работа с мимикой и речью)	1
2.3	«Добро и зло в цвете и рисунке»	1
2.4	«Воспитание сказкой»	1
3	Музыкотерапия	4
3.1	«Зимняя сказка»	1
3.2	«Мир животных»	1
3.3	«Танец пяти движений»	1
3.4	«Путешествие по морю»	1
4	Песочная терапия	4
4.1	«Здравствуй песок!»	1
4.2	«Таинственные следы»	1
4.3	«Мы создаём мир»	1
4.4	«Путешествие в песочный город»	1
5	Библиотерапия	4
5.1	«Цветик - семицветик»	4
6	Каплетерапия	4
6.1	«Удивительный мир цветных капель»	1
6.2	«Путешествие капельки. Мои любимые	1

	фрукты»	
6.3	«Путешествие капельки. Цветы для мамы»	1
6.4	«Путешествие капельки. Весна в дремучем лесу».	1
7	Изотерапия	8
7.1	«Причудливые цветы» (ниткография)	2
7.2	«Танцующие краски» (эбру)	2
7.3	«Зоопарк» (пластилинография)	2
7.4	«Мой мир». Групповой коллаж	2
8	Итоговое занятие: «Чему мы научились за год?»	1

Содержание занятий

Раздел 1. Игротерапия (4 часа)

1.1. «Давайте познакомимся!». Знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения, повышение уверенности в себе, эмоциональное и мышечное расслабление. Игры на сближение: «Давайте познакомимся!», «Это-я», «Круг рукопожатий», «Чей голосок?», «Лови, лови!». Игры на раскрепощение: «Пылесосики», «Ромашка», «Девочки - мальчики», «Скованные одной цепью».

1.2. «Пойми себя». Проведение игр на развитие лучшего понимания себя и других, способности к самовыражению. Пробуждение активности, сплоченности играющих, развитие ловкости, быстроты реакции, создание здорового эмоционального возбуждения, бодрого настроения. Снятие эмоционального напряжения. Игры: «Игра с камушками», «Дружная семья», «Возьми и передай», «Иголка и нитка», «Поссорились два петушка», «Путаница», «Как здороваются в разных странах».

1.3. «Я и мои эмоции». Проведение игр направленные на создание бодрого настроения, здорового эмоционального возбуждения, снятия эмоционального

напряжения. Игры на выражение удивления: «Удивление», «Круглые глаза». Игры: «Реченька», «Злые - добрые кошки», «Пылесос и пылинки», «Двое с одним мелком».

1.4. «Вот он я какой!». Игры, направленные на повышение самооценки: «В магазине зеркал», «Конкурс хвастунов», «Теплый, как солнце, легкий, как дуновение», «Зайки и слоники», «Волшебные очки», «Ласковое имя», «Имена – качества», «Я – лев», «Атомы».

Раздел 2. Сказкотерапия (4 часа)

2.1. Вспомним сказку. Разбор сказки «Колобок». Характеристика сказочных героев, оценка их поступков.

2.2. Оживи героя (работа с мимикой, речью). Речевая гимнастика. Образ сказочного героя через мимику, жесты и речь. Монологи и диалоги сказочных героев со словами и без слов. Музыкальное сопровождение героев.

2.3. Добро и зло в цвете и рисунке. Цвет и мироощущение. Изображение на бумаге красками добра и зла в цвете. Изображение мимики добра и зла. Рассказ о своих представлениях, о добре и зле.

2.4. Воспитание сказкой. Герои русских сказок. Чему учат нас сказочные герои? Какого злого героя сделать добрым?

Раздел 3. Музыкотерапия (4 часа)

3.1. «Зимняя сказка». Музыкальное моделирование. Изображение на бумаге своих эмоций после прослушивания музыкальной композиции. Формирование состояния покоя, защищённости, выполняя релаксационное упражнение.

3.2. «Мир животных». Развитие умения передавать настроение музыки, снятия эмоционального напряжения, развитие творческого самовыражения через беседу, прослушивание музыкальных произведений со звуками животных. Выполнение творческих заданий.

3.3. «Танец пяти движений». Развитие активного внимания, слухового восприятия, фантазии и творческого воображения через прослушивание пяти

мелодий: плавная музыка, импульсивная, резкая музыка или бой барабанов, хаотичный набор звуков, лирическая музыка, спокойная музыка или шум воды. Обсуждение мелодий. Исполнение танца «Пяти движений».

3.4. «Путешествие по морю». Речевая работа с абстрактным понятием «настроение моря», знакомство с музыкально - шумовым инструментом «Море». Игры «Угадай моё настроение», «Море волнуется». Рисование под музыку.

Раздел 4. Песочная терапия (4 часа)

4.1. «Здравствуй песок!». Упражнение «Знакомство». Правило: подружись с песком. Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Здравствуй, песок", "Песочный дождик", "Песочный ветер". Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками. Сочинение сказки "Сказка о том, как мы подружились...". Ритуал окончания занятия – "Похвали себя за работу".

4.2. «Таинственные следы». Игра «Песочные прятки». Упражнение «Слова с заданной буквой». Игра «Необыкновенные следы». Развитие воображения (придумывание существ, которые могли оставить эти следы). Организация групповой рефлексии. Оформление выставки «таинственные следы».

4.3. «Мы создаем мир». Построение песочного мира. Дети строят песочный мир с использованием коллекции фигурок и ламинированных картинок. Описывают его и придумывают названия.

4.4. «Путешествие в песочный город». Игра «Путешествие в песочный город». Упражнения: «Узоры на песке», «Дружба», «Маршрут», «Песочные прятки», «Что изменилось?», «Песочный ветер».

Раздел 5. Библиотерапия (4 часа)

«Цветик – семицветик». Чтение сказки В.П.Катова «Цветик – семицветик», беседа по прочитанному, просмотр мультфильма, выполнение творческих заданий (аппликация методом обрывания бумаги, пластилинография). Игра «Лепесток желаний». Упражнение «Пирамида моих качеств».

Раздел 6. Каплетерапия (4 часов)

6.1. «Удивительный мир цветных капель». Подвижная игра «Превращение в капельки», игра «Дождик», сказка «Про волшебные капельки и маленькую художницу», обсуждение сказки, обучение рисованию капельками. Создание картины, в нетрадиционной технике рисования капельками (каплетерапия). Релаксационное упражнение «Катание на облаках». Организация выставки готовых работ.

6.2. «Путешествие капельки. Мои любимые фрукты». Подвижная игра «Превращение в капельки», «Сказка про фрукты», обсуждение сказки, рисуем фрукты в технике каплетерапии, дидактическое упражнение «Варенье из фруктов», загадки. Релаксационное упражнение «Катание на облаках». Выставка работ.

6.3. Подвижная игра «Превращение в капельки», «Сказка про цветы весной», обсуждение сказки, игра «Я садовником родился...»,

6.4. Подвижная игра «Превращение в капельки», стихи о весне, дидактическая игра с мячом «Что бывает весной?», сказка «Весна в дремучем лесу», обсуждение сказки, загадки о весне. Рисование весеннего леса в технике каплетерапии, вставка готовых работ. Релаксационное упражнение «Катание на облаках».

Раздел 7. Изотерапия (6 часов)

7.1 «Причудливые цветы». Сказка «Школа необычных художников», просмотр презентации, загадки, знакомство с техникой ниткография, отработка элементов. Создание картины с помощью ниток и красок. Создание картины с помощью ниток и клея. Выставка работ.

7.2. «Танцующие краски» (эбру). История возникновения эбру. Просмотр видеофрагмента «Живопись на воде», знакомство с базовыми элементами, движениями нетрадиционной техники рисования эбру, отработка базовых элементов. Совместная творческая деятельность, выставка работ.

7.3. «Зоопарк» (пластилинография). Беседа о представителях зоопарка. Упражнение «Зоопарк». Знакомство с приёмами и способам работы с

пластилином: расплющивание, примазывание, деление на части с помощью стеки, прищипывание, оттягивание, сглаживание границ соединения. Практическая работа.

7.4. «Мой мир». Групповой коллаж. Упражнение «Клубок»: обучающиеся передают друг другу клубок и рассказывают о том, какой он идеальный мир, кто в нем живет, какие деревья растут, какие в нем здания, сколько жителей и т.д. Просмотр картинок с изображением коллажей. Знакомство с техникой изготовления коллажа. Создание группового коллажа «Мой мир». Упражнение «Комплименты». Релаксационное упражнение «Лимон». Рассказ «Я и мой мир». Упражнение «Мой круг».

Итоговое занятие (1 час)

«Чему мы научились за год?». Игра - путешествие с элементами игротерапии, музыкотерапии, сказкотерапии, песочной терапии, изотерапии. Выставка работ, выполненных за год.

Ожидаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия, её структуре, пространстве взаимодействия, способах управления социокультурным пространством; овладение способами самопознания, рефлексии; знания танцевальных движений и музыкальных игр и произведений, эмоциональных состояний сказочных персонажей, художественных произведений отечественных и зарубежных авторов, форм, величин, цвета, правил поведения в общественных местах; правила общения со взрослыми; правила общения со сверстниками (девочками и мальчиками); различных техник рисования, 7 цветов сектора, их оттенки по насыщенности и цветовому тону.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к родному Отечеству, родной природе и культуре, к труду, к другим людям, к своему здоровью и внутреннему миру.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): школьник может приобрести опыт самообслуживающей деятельности; опыт природосберегающей деятельности; опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений; опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

Материально – техническое обеспечение

№ п/п	Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения
Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)	
1	Арт-терапия — новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. – М.: Когито-Центр, 2012. – 336 с.
2	Анищенкова Е.С. Пальчиковая гимнастика для развития речи – М.: АСТ: Астрель, 2012.
3	Белинская, Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников / Е.В. Белинская. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 20014. – 125 с.
4	Богуславская З.М., Развивающие игры для детей младшего школьного возраста. – М.: Просвещение, 2013.
5	Вачков, И.В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом / И.В. Вачков - М.: Генезис, 2012 – 288 с.
6	Винтенбах, И.В. Игры на выражение эмоций / И.В. Винтенбах // Детский досуг. – 2013. – № 4. – с. 34-37. Давыдова Г.Н.
7	Пластилинография. Анималистическая живопись. - М.: Издательство

	«Скрипторий», 2014.
8	Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. –СПб.: Речь, 2013.
9	Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков /А.И.Копытин, Е.Е. Свистовская. – М.: Когито-Центр, 2012 – 197 с.
10	Копытин, А.И. Терапия искусством в системе образования / А.И. Копытин //Школьный психолог. – 2012. – №1
11	Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2013. –256 с.
12	Ляхов П.Р. Я познаю мир: Животные: Дет. Энциклопедия. – М.: Издательство АСТ, 2012.
13	Петухова, М.И. Музыкальная терапия как метод социально-педагогической адаптации младшего школьника / М.И. Петухова //Известия ТГУ. – 2013. – № 3. – с.254-263
14	Самойлова, В.Г. Арттерапия как одна из инновационных педагогических технологий коррекции эмоциональной сферы младших школьников / В.Г. Самойлова. – Ч.: ЧГАКИ, 2014. – 155 с.
15	Саморукова, В.В. Психологическое сопровождение развития эмоциональной сферы младших школьников в условиях творческой активности / В.В. Саморукова // Социально-экономические явления и процессы. – 2012. – № 5-6 – с. 367-371
16	Слобожанин А.В. Мастер-класс «Арт-терапия: цвет, символ, сказка» / А.В. Слобожанин // Гуманитарные ведомости ТГПУ им. Л.Н.Толстого. – 2013. – №1-2 (3-4). – с.69-76
17	Ткач, Р.М. Сказкотерапия детских проблем / Р.М. Ткач — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2012. — 118 с.
18	Щанникова, Е.А. Технология сказкотерапии / Е.А. Щанникова // Дополнительное образование и воспитание. – 2015. –№ 6. – с. 22-23
Электронные ресурсы	

1	Каплетерапия как метод психологической работы с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://www.maam.ru/detskijsad/kapleterapija-kak-metod-psihologicheskoi-raboty-s-detmi-s-sindromom-deficita-vnimaniya-i-giperaktivnostyu.html
2	Музыкотерапия [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://mkdou6.org.ru/wp-content/uploads/2015/04/
3	Упражнения для повышения самооценки детей [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://infourok.ru/uprazhneniya-na-povishenie-samoocenki-detey-1769560.html
4	Путешествие в песочный город [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/dopolnitelnoe-obrazovanie/pedagogicheskaja-masterskaja/229580-puteshestvie-v-pesochnyj-gorod-programma-zanj.html
5	Арт-терапевтические занятия для младших школьников [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://open-lesson.net/1225/
Печатные пособия	
1	Картинки по тематике, определённой примерной программой кружка
2	Справочная литература
Технические средства обучения	
1	Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, постеров, картинок.
2	Настенная доска с набором приспособлений для крепления картинок
3	Аудиопроигрыватель
4	Мультимедийный проектор (по возможности)
5	Экспозиционный экран (по возможности)
6	Компьютер
7	Сканер (по возможности)
8	Принтер (по возможности)

9	Мультимедийная доска (по возможности)
Экранно - звуковые пособия	
1	Видеофильмы, соответствующие содержанию обучения
2	Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения
3	Слайды, соответствующие содержанию обучения
Демонстрационные и раздаточные материалы	
1	Игрушки и предметы со световыми, звуковыми эффектами
2	Кукольный театр
3	Массажеры для рук
4	Мозаики (крупные и мелкие)
5	Плоские и объемные геометрические фигуры разной величины
6	Шумовые музыкальные инструменты (бубен, барабан, дудочка, свистульки, маракас и т.п.)
7	Камни, ракушки, бусины
8	Репродукции картин, соответствующие содержанию обучения
Учебно – практическое и учебно - лабораторное оборудование	
	Бумага цветная разной плотности Картон цветной, белый Кисточки, баночки для воды Гуашь, акварель, краски эбру Карандаши цветные, фломастеры Песок очищенный Клей ПВА, клеящий карандаш Набор цветного пластилина Альбомы, бумага для рисования формата А3, А4
Оборудование класса	
1	Ученические столы двухместные с комплектом стульев
2	Стол учительский с тумбой

3	Шкафы для хранения учебной литературы, дидактических материалов, пособий и пр.
4	Настенные доски для вывешивания иллюстративного материала
5	Полка для книг
6	Подставки для хранения книг, держатели для схем, таблиц.
7	Классная доска