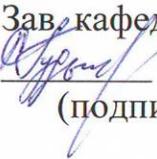


РАССМОТРЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 1
от 29. 08.2018г.
Зав. кафедрой
 Гудыменко Л.Д.
(подпись)

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
МБОУ «СШ № 17»
 Н.А. Демидова
(подпись)
от 29.08. 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «СШ № 17»
 Балыкина В.Д.
(подпись)
от 31.08.2018 г.



РАБОЧАЯ АДАПТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА
для обучающихся с задержкой психического развития
«Сенсорно-релаксационные занятия»
5-9 классы

I. Пояснительная записка

Рабочая адаптированная программа «Сенсорно-релаксационные занятия» для обучающихся 5-9 классов, реализующих АООП ООО, разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
2. Адаптированной основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СШ № 17».
4. Методических рекомендаций Семенович А.В.

В настоящее время наблюдается увеличение дизонтогенетических форм нарушений в детской популяции: увеличение процента детей с СДВГ, появление детей с задержками психического развития на фоне соматической дисплазии, общего недоразвития речи с трудно корреклируемым дизартрическим компонентом, парциальных трудностях обработки сенсорной информации. Особую категорию занимают гиперактивные дети и все, кто обладают низким уровнем развития управляющих функций мозга: импульсивные, инертные, с трудностями программирования собственной деятельности и речи. Такие учащиеся с трудом удерживают себя в рамках общих правил, они неустойчивы в выполнении нормативов коллектива и очень часто становятся причиной гнева педагога. Обычные методы психологической коррекции улучшают самоотношение, но не решают проблему низкой произвольности и самоконтроля. Поскольку незрелость управляющих функций мозга, как и другие парциальные нарушения отдельных функций имеют под собой нейрофизиологическую основу, они требуют вмешательства на сенсомоторном и сенсорно-образном уровне.

Данная психологическая программа комплексного развития когнитивной и эмоциональной сферы обучающихся с ограниченными возможностями здоровья основана на авторской разработке Ю.Н. Хрящева, С.И. Макшанова, Е.В. Сидоренко «Психогимнастика в тренинге».

Коррекционная цель:

стабилизация и активация энергетического потенциала, снижение психоэмоционального напряжения учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Коррекционные задачи:

- активизация общего психического тонуса подростка;
- развитие, дифференциация глубинной и поверхностной тактильной чувствительности,

- освоение ребенком схемы тела: развитие осевых вертикальных и горизонтальных направлений в теле,
- осознание себя через телесные ощущения,
- снижение тревожности;
- снижение психоэмоционального напряжения;
- развитие воображения, правополушарных функций.

Условия правильной организации коррекционной работы:

1. Учет особенностей психического и соматического здоровья учащихся.
2. Учет объема и характера учебного материала, необходимости чередования относительно сложных и легких заданий, а также смены видов деятельности в процессе занятия.
3. Значительная детализация заданий.
4. Доброжелательная атмосфера, отсутствие системы оценивания
5. «Я-высказывания» и принцип «здесь и сейчас».
7. Инструкции по выполнению заданий должны быть точными и на начальных этапах работы не содержать нескольких требований.
8. Уважение к друг другу.

Общая характеристика учебного предмета.

Воздействие на сенсорную сферу является одной из эффективных технологий в развитие психоэмоциональной сферы учащихся с ограниченными возможностями развития.

Описание места учебного предмета (курса) в учебном плане.

«Сенсорно-релаксационные занятия» проводятся в групповой форме.

Программа разработана для учащихся 5 - 9 классов МБОУ «СШ № 17», реализующих адаптированную образовательную программу для детей с задержкой психического развития. Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю) в 5-9 классах. Каждое занятие включает в себя динамические игры, двигательные упражнения, образные

релаксации. Длительность занятий – 40 минут. Содержание занятий соответствует возрастным, индивидуальным особенностям детей данной группы.

Формы контроля

Данная программа коррекционно-развивающих занятий не предусматривает отметочное оценивание достижений учащихся. Формой подведения итогов работы по курсу предполагается проведение диагностических обследований.

II. Личностные, метопрдметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

С помощью рабочей адаптированной программы «Сенсорно-релаксационные занятия» у обучающихся с ОВЗ развиваются УУД во всех сферах:

Регулятивные УУД:

1. осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
2. определять и формулировать цель в совместной работе
3. учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
4. осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
5. реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
6. планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
7. соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

1. планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
2. наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
3. обогатить представление о собственных возможностях и способностях
4. учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
5. оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости

6. учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
7. находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
8. адекватно воспринимать оценку учителя

Коммуникативные УУД:

1. ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
2. учиться контролировать свою речь и поступки
3. учиться толерантному отношению к другому мнению
4. учиться самостоятельно решать проблемы в общении
5. осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
6. формулировать своё собственное мнение и позицию
7. учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средства формирования УУД: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), **метод творческого самовыражения** (литературное, художественное и др. виды творчества), **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Планируемые результаты

К **результатам обучения** относятся:

- психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),
- психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),
- навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),
- опыт творческой самодеятельности,**

**овладение культурой психической деятельности,
формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.**

III. Содержание программы.

Началу проведения коррекционно-развивающих занятий предшествует диагностический этап, на который отводится одно занятие в начале учебного года. Его цель – выявление трудностей и недостатков в развитии когнитивной и эмоционально-волевой сферах.

Содержание программы сенсорно-релаксационных занятий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья можно разделить на три блока:

1 блок партнерского общения:

- упражнения на создание работоспособности;
- упражнения на установление контакта, восприятие и понимание эмоционального состояния;
- прием и передача информации невербальным способом.

2 блок - развития сенситивности:

- упражнения, направленные на развитие наблюдательской сенситивности;
- упражнения, развивающие способности понимания состояний, свойств личности.

3 блок – развитие креативности:

- упражнения, направленные на развитие нестандартного, творческого мышления.

**VI. Тематическое планирование
5 класс, реализующий АООП ООО**

Дата	Содержание коррекционных занятий	Характеристика основных видов деятельности обучающегося
1	Вводное занятие (диагностическое)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисунок «настроения». ➤ Функциональное упражнение «море волнуется» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля элиминация импульсивности</i>
2-3	Активизация энергетического потенциала.	<p>I. Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «море волнуется» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля элиминация импульсивности</i> ➤ Релаксация «поза покоя» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.</i>
4-5	Оптимизация мышечного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • ➤ Функциональное упражнение «колпак мой треугольный» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Когнитивное упражнение «чаша доброты» (визуализация) <i>Цель: эмоциональное развитие.</i> ➤ Когнитивное упражнение «Визуализация цвета». <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия.</i> ➤ Релаксация «кулачки» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления</i>

		<i>мышц рук.</i>
6-7	Базовые сенсомоторные занятия.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка <i>Цель: оптимизация тонуса мышц</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «Чайничек с крышечкой» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Функциональное упражнение «Черепашка» <i>Цель: развитие двигательного контроля</i> Когнитивное упражнение «олени» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
8-9	Проработка синкинезий верхне-нижнего уровня.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Когнитивное упражнение «ритм» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «маска» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «загораем» <i>Цель: расслабление мышц ног</i>
10-11	Проработка синкинезий	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i>

	язык-глаза.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «крик в пустыне» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «штанга» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.</i>
12-13	Развитие схемы тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «медуза» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация трехмерного объекта» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «головомяч» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «кораблик» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса</i>
14-15	Развитие одновременных взаимодействий на	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i>

	сенсомоторном уровне.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «ухо-нос» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация человека» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «скала» ➤ Коммуникативное упражнение «золотая рыбка» <i>Цель: развитие навыков взаимодействия и двигательного контроля</i> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Функциональное упражнение «буратино» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «любопытная варвара» <i>Цель: расслабление мышц шеи</i>
16-17	Развитие реципрокных взаимодействий на сенсомоторном уровне.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «ритм по кругу» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Функциональное упражнение «парад» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.</i> ➤ Функциональное упражнение «каратист» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Функциональное упражнение «пчелка» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Релаксация «шарик» <i>Цель: расслабление мышц живота.</i>

18-19	Формирование одновременных и реципрокных взаимодействий на уровне глаз, языка и рук.	<p>Растяжка «травинка на ветру» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» ➤ Коммуникативное упражнение «неожиданные картинки» <i>Цель: развитие взаимоотношений со сверстниками</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация геометрических фигур» ➤ Когнитивное упражнение «перекрестное марширование» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Функциональное упражнение с правилами «шалуны» <i>Цель: развитие произвольной регуляции</i> ➤ Релаксация «пляж» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
20-21	Развитие самоконтроля.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «дерево» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» ➤ Функциональное упражнение «что исчезло?» <i>Цель: развитие концентрации</i>

		<p><i>внимания.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Когнитивное упражнение «фотография» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Когнитивное упражнение «мельница» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Коммуникативное упражнение «сиамские близнецы» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «огонь и лед» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
22-23	Развитие произвольности и стратегии планирования.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «подвески» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «кто летает?» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация перемещений» ➤ Коммуникативное упражнение «Сороконожка» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «путаница» ➤ Релаксация «ковер-самолет» <i>Цель: расслабление мышц всего тела</i>
24-25	Работа с отдельными сегментами мышечного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «снеговик» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна»

		<ul style="list-style-type: none"> • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «что слышно?» Цель: развитие концентрации внимания ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебника» ➤ Функциональное упражнение «рубка дров» Цель: элиминация агрессии ➤ Коммуникативное упражнение «точка» ➤ Релаксация «раскачивающееся дерево»
26-27	Развитие схемы тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «кошка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «считвлочка-бормоталочка» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «животные» ➤ Функциональное упражнение «тух-тиби-дух» <i>Цель: элиминация агрессии</i> ➤ Функциональное упражнение «танцы-противоположности» <i>Цель: элиминация агрессии и импульсивности</i> ➤ Релаксация «море»

28-29	Номинативные процессы.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация водопада» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «хвасталки» ➤ Функциональное упражнение «шалуны» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Коммуникативное упражнение «компас» <i>Цель: элиминация импульсивности и развитие навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «парусник»
30-31	Развитие произвольности и избирательности внимания.	<ul style="list-style-type: none"> Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «птенцы» <i>Цель: развитие концентрации внимания и</i>

		<p>навыков совместной деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебной восьмерки» ➤ Когнитивное упражнение «зашифрованное предложение» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «принц на цыпочках» ➤ Релаксация «потянулись - сломались»
32-33	Развитие коммуникации и социального пространства.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «звезда» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «пуантизм» <i>Цель: формирование тактильных ощущений, элиминация агрессии</i> ➤ Коммуникативное упражнение «мост дружбы» ➤ Коммуникативное упражнение «распускающийся бутон» <i>Цель: развитие навыков совместной деятельности и двигательного контроля</i> ➤ Релаксация «росток»
34	Заключительное занятие (диагностическое)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисунок «настроения». ➤ Функциональное упражнение «шалуны» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности</i>

Количество занятий: 34 часа.

6 класс, реализующий АООП ООО

Дата	Содержание коррекционных занятий	Характеристика основных видов деятельности обучающегося
1	Вводное занятие (диагностическое)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисунок «настроения». ➤ Релаксация «поза покоя» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.</i>
2-3	Активизация энергетического потенциала.	<p>I. Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «море волнуется» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля элиминация импульсивности</i> ➤ Релаксация «поза покоя» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.</i>
4-5	Оптимизация мышечного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» ➤ Функциональное упражнение «колпак мой треугольный» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Когнитивное упражнение «чаша доброты» (визуализация) <i>Цель: эмоциональное развитие.</i> ➤ Когнитивное упражнение «Визуализация цвета». <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия.</i> ➤ Релаксация «кулачки» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
6-7	Базовые сенсомоторные	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка <i>Цель: оптимизация тонуса мышц</i>

	занятия.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «Чайничек с крышечкой» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Функциональное упражнение «Черепашка» <i>Цель: развитие двигательного контроля</i> Когнитивное упражнение «олени» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
8-9	Проработка синкинезий верхне-нижнего уровня.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Когнитивное упражнение «ритм» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «маска» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «загораем» <i>Цель: расслабление мышц ног</i>
10-11	Проработка синкинезий язык-глаза.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i>

		<ul style="list-style-type: none"> • «змеяка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» <p>➤ Функциональное упражнение «крик в пустыне» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i></p> <p>➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i></p> <p>➤ Релаксация «штанга» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.</i></p>
12-13	Развитие схемы тела.	<p>➤ Растяжка «медуза» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p> <p>➤ Глазодвигательное упражнение</p> <p>➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «замок» <p>➤ Когнитивное упражнение «визуализация трехмерного объекта» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i></p> <p>➤ Коммуникативное упражнение «головомяч» <i>Цель: эмоциональное развитие</i></p> <p>➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i></p> <p>➤ Релаксация «кораблик» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса</i></p>
14-15	Развитие одновременных взаимодействий на сенсомоторном уровне.	<p>➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p> <p>➤ Глазодвигательное упражнение</p> <p>➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «змеяка»

		<ul style="list-style-type: none"> • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «ухо-нос» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация человека» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «скала» ➤ Коммуникативное упражнение «золотая рыбка» <i>Цель: развитие навыков взаимодействия и двигательного контроля</i> ➤ Функциональное упражнение «буратино» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «любопытная варвара» <i>Цель: расслабление мышц шеи</i>
16-17	Развитие реципрокных взаимодействий на сенсомоторном уровне.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «ритм по кругу» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Функциональное упражнение «парад» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.</i> ➤ Функциональное упражнение «каратист» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Функциональное упражнение «пчелка» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Релаксация «шарик» <i>Цель: расслабление мышц живота.</i>

18-19	Формирование одновременных и реципрокных взаимодействий на уровне глаз, языка и рук.	<p>Растяжка «травинка на ветру» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» ➤ Коммуникативное упражнение «неожиданные картинки» <i>Цель: развитие взаимоотношений со сверстниками</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация геометрических фигур» ➤ Когнитивное упражнение «перекрестное маршрутирование» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Функциональное упражнение с правилами «шалуны» <i>Цель: развитие произвольной регуляции</i> ➤ Релаксация «пляж» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
20-21	Развитие самоконтроля.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «дерево» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» ➤ Функциональное упражнение «что исчезло?» <i>Цель: развитие концентрации внимания.</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Когнитивное упражнение «фотография» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Когнитивное упражнение «мельница» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Коммуникативное упражнение «сиамские близнецы» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «огонь и лед» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤
22-23	Развитие произвольности и стратегии планирования.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «подвески» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «кто летает?» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация перемещений» ➤ Коммуникативное упражнение «Сороконожка» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «путаница» ➤ Релаксация «ковер-самолет» <i>Цель: расслабление мышц всего тела</i>
24-25	Работа с отдельными сегментами мышечного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «снеговик» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна»

		<ul style="list-style-type: none"> • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <p>➤ Функциональное упражнение «что слышно?» Цель: развитие концентрации внимания</p> <p>➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебника»</p> <p>➤ Функциональное упражнение «рубка дров» Цель: элиминация агрессии</p> <p>➤ Коммуникативное упражнение «точка»</p> <p>➤ Релаксация «раскачивающееся дерево»</p>
26-27	Развитие схемы тела.	<p>➤ Растяжка «кошка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p> <p>➤ Глазодвигательное упражнение</p> <p>➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <p>➤ Функциональное упражнение «считвлочка-бормоталочка» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i></p> <p>➤ Коммуникативное упражнение с правилами «животные»</p> <p>➤ Функциональное упражнение «тух-тиби-дух» <i>Цель: элиминация агрессии</i></p> <p>➤ Функциональное упражнение «танцы-противоположности» <i>Цель: элиминация агрессии и импульсивности</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Релаксация «море»
28-29	Номинативные процессы.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация водопада» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «хвасталки» ➤ Функциональное упражнение «шалуны» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Коммуникативное упражнение «компас» <i>Цель: элиминация импульсивности и развитие навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «парусник»
30-31	Развитие произвольности и избирательности внимания.	<ul style="list-style-type: none"> Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик»

		<ul style="list-style-type: none"> • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «птенцы» Цель: развитие концентрации внимания и навыков совместной деятельности ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебной восьмерки» ➤ Когнитивное упражнение «зашифрованное предложение» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «принц на цыпочках» ➤ Релаксация «потянулись - сломались»
32-33	Развитие коммуникации и социального пространства.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «звезда» Цель: оптимизация тонуса мышц. ➤ Дыхательное упражнение Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики Цель: развитие межполушарного взаимодействия • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» ➤ Когнитивное упражнение «пуантизм» Цель: формирование тактильных ощущений, элиминация агрессии ➤ Коммуникативное упражнение «мост дружбы» ➤ Коммуникативное упражнение «распускающийся бутон» Цель: развитие навыков совместной деятельности и двигательного контроля ➤ Релаксация «росток»
34	Заключительное занятие (диагностическое)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисунок «настроения». ➤ Релаксация «потянулись - сломались».

Количество занятий: 34 часа.

7 класс, реализующий АООП ООО

№	Тема	Содержание
1	Вводное занятие (диагностическое)	Рисунок «настроения».
2-3	Оптимизация мышечного тонуса.	<p>I. Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «море волнуется» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля элиминация импульсивности</i> ➤ Релаксация «поза покоя» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.</i>
4-5	Работа с мышечными сегментами.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» ➤ Функциональное упражнение «колпак мой треугольный» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Когнитивное упражнение «чаша доброты» (визуализация) <i>Цель: эмоциональное развитие.</i> ➤ Когнитивное упражнение «Визуализация цвета». <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия.</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Релаксация «кулачки» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
6-7	Развитие моторики.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка <i>Цель: оптимизация тонуса мышц</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «Чайничек с крышечкой» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Функциональное упражнение «Черепашка» <i>Цель: развитие двигательного контроля</i> Когнитивное упражнение «олени» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
8-9	Развитие схемы тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Когнитивное упражнение «ритм» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «маска» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «загораем» <i>Цель: расслабление мышц ног</i>
10-11	Развитие чувства ритма с телесной и слухоречевой	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля,</i>

	сферах.	<p><i>ритмирование организма</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «крик в пустыне» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «штанга» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.</i>
12-13	Развитие однонаправленных телесных взаимодействий.	<ul style="list-style-type: none"> - Растяжка «медуза» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация трехмерного объекта» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> - Коммуникативное упражнение «головомяч» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> - Релаксация «кораблик» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса</i>
14-15	Развитие реципрокных взаимодействий.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i>

		<ul style="list-style-type: none"> • «змеяка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «ухо-нос» • «замок» - Когнитивное упражнение «визуализация человека» - Коммуникативное упражнение с правилами «скала» - Коммуникативное упражнение «золотая рыбка» <i>Цель: развитие навыков взаимодействия и двигательного контроля</i> - Функциональное упражнение «буратино» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> - Релаксация «любопытная варвара» <i>Цель: расслабление мышц шеи</i>
16-17	Развязка орально-мануальных синкинезий.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «ритм по кругу» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Функциональное упражнение «парад» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.</i> ➤ Функциональное упражнение «каратист» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Функциональное упражнение «пчелка» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Релаксация «шарик» <i>Цель: расслабление мышц живота.</i>
18-19	Развитие вертикальной и горизонтальной оси тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «травинка на ветру» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» ➤ Коммуникативное упражнение «неожиданные картинки» <i>Цель: развитие взаимоотношений со сверстниками</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация геометрических фигур» ➤ Когнитивное упражнение «перекрестное маршрутирование» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Функциональное упражнение с правилами «шалуны» <i>Цель: развитие произвольной регуляции</i> ➤ Релаксация «пляж» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
20-21	Развитие произвольности.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «дерево» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» ➤ Функциональное упражнение «что исчезло?» <i>Цель: развитие концентрации внимания.</i> ➤ Когнитивное упражнение «фотография» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Когнитивное упражнение «мельница» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Коммуникативное упражнение «сиамские близнецы» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «огонь и лед» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
22-23	Развитие умения осознанного напряжения-расслабления.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «подвески» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «кто летает?» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация перемещений» ➤ Коммуникативное упражнение «Сороконожка» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «путаница» ➤ Релаксация «ковер-самолет» <i>Цель: расслабление мышц всего тела</i>
24-25	Развитие межмодальных синтезов.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «снеговик» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин»

		<ul style="list-style-type: none"> • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «что слышно?» Цель: развитие концентрации внимания ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебника» ➤ Функциональное упражнение «рубка дров» Цель: элиминация агрессии ➤ Коммуникативное упражнение «тачка» ➤ Релаксация «раскачивающееся дерево»
26-27	Эмоциональное отыгрывание телесных зажимов.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «кошка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «считалочка-бормочка» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «животные» ➤ Функциональное упражнение «тух-тиби-дух» <i>Цель: элиминация агрессии</i> ➤ Функциональное упражнение «танцы-противоположности» <i>Цель: элиминация агрессии и импульсивности</i> ➤ Релаксация «море»
28-29	Развитие коммуникации в телесном пространстве.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна»

		<ul style="list-style-type: none"> • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация водопада» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «хвасталки» ➤ Функциональное упражнение «шалуны» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Коммуникативное упражнение «компас» <i>Цель: элиминация импульсивности и развитие навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «парусник»
30-31	Развитие номинативных процессов.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «птенцы» <i>Цель: развитие концентрации внимания и навыков совместной деятельности</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебной восьмерки» ➤ Когнитивное упражнение «зашифрованное предложение» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «принц на цыпочках» ➤ Релаксация «потянулись - сломались» ➤

32-33	Развитие самоконтроля и навыков совместной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «звезда» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «пуантизм» <i>Цель: формирование тактильных ощущений, элиминация агрессии</i> ➤ Коммуникативное упражнение «мост дружбы» ➤ Коммуникативное упражнение «распускающийся бутон» <i>Цель: развитие навыков совместной деятельности и двигательного контроля</i> ➤ Релаксация «росток»
34	Заключительное занятие (диагностическое)	Рисунок «настроения». Рефлексия.

Количество занятий: 34 часа.

8 класс, реализующий АООП ООО

№	Тема	Содержание
1	Вводное занятие (диагностическое)	Рисунок «настроения».
2-3	Оптимизация мышечного тонуса.	<p>I. Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «море волнуется» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля элиминация импульсивности</i> ➤ Релаксация «поза покоя» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.</i>
4-5	Работа с мышечными сегментами.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» ➤ Функциональное упражнение «колпак мой треугольный» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Когнитивное упражнение «чаша доброты» (визуализация) <i>Цель: эмоциональное развитие.</i> ➤ Когнитивное упражнение «Визуализация цвета». <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия.</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Релаксация «кулачки» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
6-7	Развитие моторики.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка <i>Цель: оптимизация тонуса мышц</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «Чайничек с крышечкой» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Функциональное упражнение «Черепашка» <i>Цель: развитие двигательного контроля</i> Когнитивное упражнение «олени» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
8-9	Развитие схемы тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Когнитивное упражнение «ритм» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «маска» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «загораем» <i>Цель: расслабление мышц ног</i>
10-11	Развитие чувства ритма с телесной и слухоречевой сферах.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «крик в пустыне» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «штанга» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.</i>
12-13	Развитие однонаправленных телесных взаимодействий.	<ul style="list-style-type: none"> - Растяжка «медуза» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация трехмерного объекта» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> - Коммуникативное упражнение «головомяч» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> - Релаксация «кораблик» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса</i>
14-15	Развитие реципрокных взаимодействий.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i>

		<ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «ухо-нос» • «замок» - Когнитивное упражнение «визуализация человека» - Коммуникативное упражнение с правилами «скала» - Коммуникативное упражнение «золотая рыбка» <i>Цель: развитие навыков взаимодействия и двигательного контроля</i> - Функциональное упражнение «буратино» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> - Релаксация «любопытная варвара» <i>Цель: расслабление мышц шеи</i>
16-17	Развязка орально-мануальных синкинезий.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «ритм по кругу» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Функциональное упражнение «парад» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.</i> ➤ Функциональное упражнение «каратист» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Функциональное упражнение «пчелка» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Релаксация «шарик» <i>Цель: расслабление мышц живота.</i>
18-19	Развитие вертикальной и	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «травинка на ветру» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i>

	горизонтальной оси тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» ➤ Коммуникативное упражнение «неожиданные картинки» <i>Цель: развитие взаимоотношений со сверстниками</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация геометрических фигур» ➤ Когнитивное упражнение «перекрестное марширование» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Функциональное упражнение с правилами «шалуны» <i>Цель: развитие произвольной регуляции</i> ➤ Релаксация «пляж» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
20-21	Развитие произвольности.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «дерево» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» ➤ Функциональное упражнение «что исчезло?» <i>Цель: развитие концентрации внимания.</i> ➤ Когнитивное упражнение «фотография» <i>Цель: эмоциональное развитие</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Когнитивное упражнение «мельница» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> ➤ Коммуникативное упражнение «сиамские близнецы» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «огонь и лед» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i>
22-23	Развитие умения осознанного напряжения-расслабления.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «подвески» ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «кто летает?» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация перемещений» ➤ Коммуникативное упражнение «Сороконожка» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «путаница» ➤ Релаксация «ковер-самолет» <i>Цель: расслабление мышц всего тела</i>
24-25	Развитие межмодальных синтезов.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «снеговик» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка»

		<ul style="list-style-type: none"> • «змеяка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <p>➤ Функциональное упражнение «что слышно?» Цель: развитие концентрации внимания</p> <p>➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебника»</p> <p>➤ Функциональное упражнение «рубка дров» Цель: элиминация агрессии</p> <p>➤ Коммуникативное упражнение «тачка»</p> <p>➤ Релаксация «раскачивающееся дерево»</p>
26-27	Эмоциональное отыгрывание телесных зажимов.	<p>➤ Растяжка «кошка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p> <p>➤ Глазодвигательное упражнение</p> <p>➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змеяка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <p>➤ Функциональное упражнение «считалочка-бормоталочка» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i></p> <p>➤ Коммуникативное упражнение с правилами «животные»</p> <p>➤ Функциональное упражнение «тух-тиби-дух» <i>Цель: элиминация агрессии</i></p> <p>➤ Функциональное упражнение «танцы-противоположности» <i>Цель: элиминация агрессии и импульсивности</i></p> <p>➤ Релаксация «море»</p>
28-29	Развитие коммуникации в телесном пространстве.	<p>➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация водопада» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «хвасталки» ➤ Функциональное упражнение «шалуны» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Коммуникативное упражнение «компас» <i>Цель: элиминация импульсивности и развитие навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Релаксация «парусник»
30-31	Развитие номинативных процессов.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <ul style="list-style-type: none"> ➤ Функциональное упражнение «птенцы» <i>Цель: развитие концентрации внимания и навыков совместной деятельности</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебной восьмерки»

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Когнитивное упражнение «зашифрованное предложение» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «принц на цыпочках» ➤ Релаксация «потянулись - сломались»
32-33	Развитие самоконтроля и навыков совместной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «звезда» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «пуантизм» <i>Цель: формирование тактильных ощущений, элиминация агрессии</i> ➤ Коммуникативное упражнение «мост дружбы» ➤ Коммуникативное упражнение «распускающийся бутон» <i>Цель: развитие навыков совместной деятельности и двигательного контроля</i> ➤ Релаксация «росток»
34	Заключительное занятие (диагностическое)	Рисунок «настроения». Рефлексия.

9 класс, реализующий АООП ООО

№	Тема	Содержание
1	Вводное занятие (диагностическое)	Рисунок «настроения».
2-3	Активизация энергетического потенциала.	<p>I. Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «море волнуется» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля элиминация импульсивности</i> ➤ Релаксация «поза покоя» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.</i>
4-5	Оптимизация мышечного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» ➤ Функциональное упражнение «колпак мой треугольный» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Когнитивное упражнение «чаша доброты» (визуализация) <i>Цель: эмоциональное развитие.</i> ➤ Когнитивное упражнение «Визуализация цвета». <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия.</i> ➤ Релаксация «кулачки» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
6-7	Базовые сенсомоторные занятия.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка <i>Цель: оптимизация тонуса мышц</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «Чайничек с крышечкой» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности</i> ➤ Функциональное упражнение «Черепашка» <i>Цель: развитие двигательного контроля</i> Когнитивное упражнение «олени» <i>Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.</i>
8-9	Проработка синкинезий верхне-нижнего уровня.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка» • «ухо-нос» ➤ Когнитивное упражнение «ритм» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «маска» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «загораем» <i>Цель: расслабление мышц ног</i>
10-11	Проработка синкинезий язык-глаза.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лезгинка»

		<ul style="list-style-type: none"> • «ухо-нос» ➤ Функциональное упражнение «крик в пустыне» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «штанга» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.</i>
12-13	Развитие схемы тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «медуза» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «колечко» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация трехмерного объекта» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Коммуникативное упражнение «головомяч» <i>Цель: эмоциональное развитие</i> ➤ Функциональное упражнение «руки-ноги» <i>Цель развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «кораблик» <i>Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса</i>
14-15	Развитие одновременных взаимодействий на сенсомоторном уровне.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «змейка» • «кулак-ребро-ладонь» • «лягушка» • «ухо-нос» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация человека»

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «скала» ➤ Коммуникативное упражнение «золотая рыбка» <i>Цель: развитие навыков взаимодействия и двигательного контроля</i> ➤ Функциональное упражнение «буратино» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы</i> ➤ Релаксация «любопытная варвара» <i>Цель: расслабление мышц шеи</i>
16-17	Развитие реципрокных взаимодействий на сенсомоторном уровне.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» ➤ Когнитивное упражнение «ритм по кругу» <i>Цель: ритмирование правого полушария</i> ➤ Функциональное упражнение «парад» <i>Цель: развитие концентрации внимания и двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания программы.</i> ➤ Функциональное упражнение «каратист» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Функциональное упражнение «пчелка» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.</i> ➤ Релаксация «шарик» <i>Цель: расслабление мышц живота.</i>
18-19	Формирование одновременных и реципрокных взаимодействий на уровне глаз, языка и рук.	<ul style="list-style-type: none"> Растяжка «травинка на ветру» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок»

		<ul style="list-style-type: none"> • «змеяка» • «массаж ушных раковин» <p>➤ Коммуникативное упражнение «неожиданные картинки» <i>Цель: развитие взаимоотношений со сверстниками</i></p> <p>➤ Когнитивное упражнение «визуализация геометрических фигур»</p> <p>➤ Когнитивное упражнение «перекрестное марширование» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <p>➤ Функциональное упражнение с правилами «шалуны» <i>Цель: развитие произвольной регуляции</i></p> <p>➤ Релаксация «пляж» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i></p>
20-21	Развитие самоконтроля.	<p>➤ Растяжка «дерево»</p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p> <p>➤ Глазодвигательное упражнение</p> <p>➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «замок» • «змеяка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» <p>➤ Функциональное упражнение «что исчезло?» <i>Цель: развитие концентрации внимания.</i></p> <p>➤ Когнитивное упражнение «фотография» <i>Цель: эмоциональное развитие</i></p> <p>➤ Когнитивное упражнение «мельница» <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p> <p>➤ Коммуникативное упражнение «сиамские близнецы» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i></p> <p>➤ Релаксация «огонь и лед» <i>Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.</i></p>
22-23	Развитие произвольности и стратегии планирования.	<p>➤ Растяжка «подвески»</p> <p>➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i></p> <p>➤ Глазодвигательное упражнение</p> <p>➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <ul style="list-style-type: none"> ➤ Функциональное упражнение «кто летает?» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация перемещений» ➤ Коммуникативное упражнение «Сороконожка» <i>Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «путаница» ➤ Релаксация «ковер-самолет» <i>Цель: расслабление мышц всего тела</i>
24-25	Работа с отдельными сегментами мышечного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «снеговик» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» <ul style="list-style-type: none"> ➤ Функциональное упражнение «что слышно?» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебника» ➤ Функциональное упражнение «рубка дров» <i>Цель: элиминация агрессии</i> ➤ Коммуникативное упражнение «точка» ➤ Релаксация «раскачивающееся дерево»
26-27	Развитие схемы тела.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «кошка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «считвлочка-бормоталочка» <i>Цель: развитие концентрации внимания</i> ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «животные» ➤ Функциональное упражнение «тух-тиби-дух» <i>Цель: элиминация агрессии</i> ➤ Функциональное упражнение «танцы-противоположности» <i>Цель: элиминация агрессии и импульсивности</i> ➤ Релаксация «море»
28-29	Номинативные процессы.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «половинка» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> <ul style="list-style-type: none"> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Когнитивное упражнение «визуализация водопада» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «хвасталки» ➤ Функциональное упражнение «шалуны» <i>Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности</i>

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Коммуникативное упражнение «компас» Цель: элиминация импульсивности и развитие навыков взаимодействия со сверстниками ➤ Релаксация «парусник»
30-31	Развитие произвольности и избирательности внимания.	<p>Растяжка «лучики» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик» • «рисующий слон» ➤ Функциональное упражнение «птенцы» <i>Цель: развитие концентрации внимания и навыков совместной деятельности</i> ➤ Когнитивное упражнение «визуализация волшебной восьмерки» ➤ Когнитивное упражнение «зашифрованное предложение» ➤ Коммуникативное упражнение с правилами «принц на цыпочках» ➤ Релаксация «потянулись - сломались»
32-33	Развитие коммуникации и социального пространства.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Растяжка «звезда» <i>Цель: оптимизация тонуса мышц.</i> ➤ Дыхательное упражнение <i>Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма</i> ➤ Глазодвигательное упражнение ➤ Развитие мелкой моторики <i>Цель: развитие межполушарного взаимодействия</i> • «волна» • «лягушка» • «лезгинка» • «змейка» • «сова» • «массаж ушных раковин» • «паровозик»

		<ul style="list-style-type: none"> • «<i>рисующий слон</i>» ➤ Когнитивное упражнение «пуантизм» Цель: формирование тактильных ощущений, элиминация агрессии ➤ Коммуникативное упражнение «мост дружбы» ➤ Коммуникативное упражнение «распускающийся бутон» Цель: развитие навыков совместной деятельности и двигательного контроля ➤ Релаксация «росток»
34	Заключительное занятие (диагностическое)	Рисунок «настроения». Подведение итогов.

V. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Учебно-методические пособия.

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учеб. пособие. – 2-е изд., переаб. и доп. – М., 2000.
2. Грачева Л.В. Актерский тренинг: теория и практика. – М.: Дрофа, 2008.
3. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. Пособие для студ. высш.учеб. заведений. – М., 2001.
4. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция. – М.: 1998, Эксмо.
5. Федеральный закон Р.Ф. «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г №273 ФЗ.
6. Хрящева Ю.Н., С.И. Макшанова С.И. , Е.В. Сидоренко Е.В. «Психогимнастика в тренинге». – Спб.: Питер, 2008.

Интернет-ресурсы

1. Журнал "Воспитание и обучение детей с нарушениями в развитии" <http://www.schoolpress.ru/journal/issues/razvitie/index.php>
2. Газета "Школьный психолог"
3. "Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" - [http:// festival. I september.ru](http://festival.1september.ru)
4. "Педагогическая библиотека" - <http://www.pedlih.rti>
5. "Мир Психологии" - <http://psychology.net.ru>