

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение № 193
**«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
познавательнo-речевому направлению развития воспитанников»**
(МАДОУ № 193 «Детский сад общеразвивающего вида»)

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «01» сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 193
«Детский сад общеразвивающего вида»
_____ О.Н. Корякова
Приказ № 69-ОД «01» сентября 2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Волшебная комната»
Возраст учащихся: 3 -7 лет
Срок реализации: 1 год**

Разработчик:
Лунина Анжелика Борисовна
воспитатель

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы».....	4
1.1 Пояснительная записка.....	4
1.2 Цель и задачи программы.....	5
1.3 Содержание программы.....	5
1.4 Планируемые результаты.....	13
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий».....	14
2.1 Календарный учебный график.....	14
2.2 Условия реализации программы.....	14
2.3 Определение результатов освоения программы.....	17
2.4 Оценочные материалы.....	17
2.5 Список литературы.....	18
Приложения.....	19

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Данная дополнительная общеразвивающая программа составлена в соответствии с нормативно - правовыми документами:

- Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» от 15.05 2013 г №26.

Направленность программы: профилактика эмоционального напряжения и развитие сенсорных эталонов в условиях сенсорной комнаты у детей старшего дошкольного возраста. Повышение уровня сенсорного развития детей.

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

К концу дошкольного возраста должна сформироваться система сенсорных эталонов и перцептивных действий. Уровень сенсомоторного развития составляет фундамент общего умственного развития ребенка и является базовым для успешного овладения многими видами деятельности. И готовность к школьному обучению так же напрямую зависит от уровня сенсомоторного развития, недостаточное сенсомоторное развитие детей дошкольного возраста приводит к возникновению различных трудностей в ходе начального обучения.

Опыт работы в дошкольном учреждении, постоянные наблюдения за детьми позволяют мне предположить, что чаще всего гармоничному развитию ребенка препятствует *эмоциональная нестабильность*. Актуальность проведения занятий в сенсорной комнате заключается в том, что:

Психоэмоциональное состояние является одним из важных компонентов развития ребенка, поэтому эмоциональная нестабильность препятствует гармоничному развитию ребенка в целом

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

В основу программы положены *принципы*, отражающие гуманистические установки:

- уважение к свободе и достоинству каждого ребенка;
- создание условий для развития его индивидуальности;
- обеспечение психологического комфорта;
- взаимодействие психолога с ребенком по типу субъект – субъектного общения;
- наличие «свободного пространства» для проявления индивидуальной активности ребенка;
- сочетание статично-динамичного положения;
- каждый следующий этап базируется на уже сформированных навыках и, в свою очередь, формирует «зону ближайшего развития»;
- необходимость поддержания высокой самооценки ребенка; осуществление понятной и ясной, честной и конкретной коммуникации между родителями и ребенком;
- совместное обсуждение понятого, увиденного, почувствованного и краткое резюме педагога в конце занятия;
- конфиденциальность информации о ребенке родителям, недопустимость медицинских диагнозов; акцент на рекомендации.

Программа предназначена для детей от 3 до 7 лет. Период освоения программы рассчитан на один учебный год, что составляет 72 часа.

Форма обучения – очная.

Образовательная деятельность проходит в соответствии с учебным планом в сформированной разновозрастной группе воспитанников. Состав группы переменный. Условия набора в группу: свободный. Воспитанник зачисляется с первого числа месяца, в любой период с сентября по май, после издания приказа заведующего МАДОУ №193. Занятия проходят с группой детей до 8 человек, два раза в неделю, продолжительность занятия в соответствии с СанПином. Объем программы составляет 72 часа в год.

1.2 Цель и задачи программы

Основная цель программы: Формирование базовых составляющих психического развития ребенка (формирование произвольной саморегуляции поведения, умения ребенка оценивать себя и свои действия (самооценка) познавательной активности, игровой активности, научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние.

Задачи:

1. Восстанавливать эмоциональный комфорт, поддерживать стремления ребенка к психологическому здоровью, равновесию, гармонии.
2. Снимать тревоги, создавать чувства безопасности, незащищенности.
3. Обучать детей способам обследования предметов: наложению, прикладыванию, ощупыванию, группировке по форме и цвету вокруг образцов-эталонов, а также последовательному описанию формы, выполнению планомерных действий.
4. Развивать восприятия формы, величины, цвета, пространства, движений, целостного образа предметов.
5. Выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонацию.
6. Прививать навыки социального поведения.
7. Смягчать эмоциональный дискомфорт у детей.
8. Развивать нравственные качества.
9. Повышать активность и самостоятельность детей.

1.3 Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество занятий			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Проведение занятий педагога-психолога с детьми в сенсорной комнате «Волшебная комната»	72	36	36	Наблюдение, анализ, беседа
	Итого:	72	36	36	

Учебно-тематический план

Месяц, Неделя	Наименование разделов и тем	Количество занятий	Форма контроля
Сентябрь 1 неделя	Педагогическая диагностика	2	Наблюдение, Анализ, лист наблюдения
2 неделя	В гостях у Сенсорика		
	Ребенок и кукла	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Какого цвета твои глаза и волосы?	1	Беседа, наблюдение, анализ
3 неделя	Все мы разные	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Что тебе нравится?	1	Беседа, наблюдение, анализ
4 неделя	Выбор игры, любимая игрушка	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Вкусный – невкусный	1	Беседа, наблюдение, анализ
Октябрь 5 неделя	Чувства, желания, взгляды		
	Грусть и радость	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Изменение настроения.	1	Беседа, наблюдение, анализ
6 неделя	Страшно	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Социальные навыки		
	Друзья	1	Беседа, наблюдение, анализ
7 неделя	Ссора	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Как помириться?	1	Беседа, наблюдение, анализ
8 неделя	Совместная игра	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Совместное дело	1	Беседа, наблюдение, анализ
Ноябрь 9 неделя	Давайте жить дружно!		
	Паутинка	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Настроение	1	Беседа, наблюдение, анализ
10 неделя	Солнечный зайчик	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Волшебный мешочек	1	Беседа, наблюдение, анализ

11 неделя	Паровозик с именем	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь		
	Робость	1	Беседа, наблюдение, анализ
12 неделя	Радость – 1	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Радость-2	1	Беседа, наблюдение, анализ
Декабрь 13 неделя	Радость – 3	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Радость – 4	1	Беседа, наблюдение, анализ
14 неделя	Страх -1	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Страх - 2	1	Беседа, наблюдение, анализ
15 неделя	Страх – 3	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Страх – 4	1	Беседа, наблюдение, анализ
16 неделя	Удивление	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Самодовольство	1	Беседа, наблюдение, анализ
Январь 17 неделя	Закрепление знаний о чувствах	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Злость	1	Беседа, наблюдение, анализ
18 неделя	Стыд, вина	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Отвращение, брезгливость	1	Беседа, наблюдение, анализ
19 неделя	Сказочный мир		
	Волшебная поляна	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Язык прикосновений	1	Беседа, наблюдение, анализ
20 неделя	Игры с изюминкой	1	Беседа, наблюдение, анализ
	За репкой	1	Беседа, наблюдение, анализ
Февраль 21 неделя	Чудо остров	1	Беседа, наблюдение, анализ
	В стране чувств	1	Беседа, наблюдение, анализ
22 неделя	Сила добра		
	Знакомство	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Грубость и драка.	1	Беседа, наблюдение,

			анализ
23 неделя	Злой язычок	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Цирк	1	Беседа, наблюдение, анализ
24 неделя	Болезнь куклы	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Сережа и щенок	1	Беседа, наблюдение, анализ
Март 25 неделя	Красная шапочка	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Путешествие к Незнайке	1	Беседа, наблюдение, анализ
26 неделя	Волшебная страна	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Бал	1	Беседа, наблюдение, анализ
27 неделя	Сказочные персонажи	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Избушка и Баба – Яга	1	Беседа, наблюдение, анализ
28 неделя	Путешествие на Луну	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Снежная Королева	1	Беседа, наблюдение, анализ
Апрель 29 неделя	Лесная школа	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Геометрические фигуры	1	Беседа, наблюдение, анализ
30 неделя	Величина	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Конструирование из геометрических фигур. Танграмм	1	Беседа, наблюдение, анализ
31 неделя	Действительный и желаемый образ «Я»		
	Средства общения	1	Беседа, наблюдение, анализ
32 неделя	Невербальные компоненты общения	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Общение в различных жизненных ситуациях	1	Беседа, наблюдение, анализ
Май 33 неделя	Профилактика психоэмоционального напряжения элементами сказочной терапии	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Жадность	1	Беседа, наблюдение, анализ

34 неделя	Шаловливые игры	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Кривляки, хвастунишки и дразнилки	1	Беседа, наблюдение, анализ
35 неделя	Закрепление всего пройденного материала	1	Беседа, наблюдение, анализ
	Закрепление пройденного материала.	1	Беседа, наблюдение, анализ
36 неделя	Педагогическая диагностика	2	Наблюдение, анализ, лист наблюдения

Содержание программы

Сентябрь

Занятие 1. Педагогическая диагностика

Занятие 2. Педагогическая диагностика

В гостях у Сенсорика

Занятие 3. “Ребенок и кукла”

Цель: Учить выделять общие и отличительные признаки человека и его подобия.

Занятие 4. “Какого цвета твои глаза и волосы?”

Цель: Знакомить с отличительными особенностями внешности – цветом глаз и волос.

Занятие 5. “Все мы разные”

Цель: Знакомить с отличительными особенностями других детей (голос, имя)

Занятие 6. “Что тебе нравится?”

Цель: Помочь детям понять, что их вкусы и предпочтения могут быть разными.

Занятие 7. “Выбор игры, любимая игрушка”

Цель: Определять вместе с детьми их предпочтения в играх и игрушках.

Занятие 8. “Вкусный – невкусный”

Цель: Определить вместе с детьми их предпочтения в еде

Октябрь

Чувства, желания, взгляды

Занятие 9. «Грусть и радость»

Цель: Помочь понять причины возникновения основных эмоциональных состояний (радость- грусть), учить определять их по внешним проявлениям.

Занятие 10. «Изменение настроения»

Цель: Помочь понять причины и внешние проявления изменения настроения.

Занятие 11. «Страшно»

Цель: Помочь понять причины возникновения страха; способствовать профилактике страхов у детей.

Социальные навыки

Занятие 12. «Друзья»

Цель: Развивать элементарные представления о дружеских отношениях

Занятие 13. «Ссора»

Цель: Помочь понять некоторые причины возникновения ссоры.

Занятие 14. «Как помириться?»

Цель: Учить простым способам выхода из конфликтов.

Занятие 15. «Совместная игра»

Цель: Помочь понять, что играть вместе интереснее

Занятие 16. «Совместное дело»

Цель: Помочь понять, что вместе легче справиться с любым делом.

Ноябрь

Давайте жить дружно!

Занятие 17. «Паутинка»

Цель: Развивать чувства принадлежности к группе. Развивать навыки позитивного социального поведения.

Занятие 18. «Настроение»

Цель: Дать ребенку возможность ощутить свою принадлежность у группе, выразить свое настроение. Учить детей ощущать близость, тепло другого

Занятие 19. «Солнечный зайчик»

Цель: Развивать чувство единства, сплоченности. Учить детей действовать согласованно

Занятие 20. «Волшебный мешочек»

Цель: развивать групповую сплоченность. Повышать у детей уверенность в себе

Занятие 21. «Паровозик с именем»

Цель: Повышать у детей уверенность в себе, развивать координацию движений, развивать слуховое восприятие.

Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь

Занятие 22. «Робость»

Цель: Повышение у детей уверенность в себе, сплочение группы, знакомство с чувством робости

Занятие 23. «Радость – 1»

Цель: Знакомство с чувством радости, развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние, развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека

Занятие 24. «Радость-2»

Цель: Продолжение знакомства с чувством радости

Декабрь

Занятие 25. «Радость – 3»

Цель: Развитие способности понимать и выражать эмоциональное состояние другого

Занятие 26. «Радость – 4»

Цель: Закрепление и обобщение знаний о чувстве радости

Занятие 27. «Страх -1»

Цель: Знакомство с чувством страха, изучение выражения эмоциональных состояний в мимике

Занятие 28. «Страх – 2»

Цель: Поиск путей преодоления страха, развитие эмпатии, умение сопереживать другим

Занятие 29. «Страх – 3»

Цель: Учить детей узнавать чувство страха по его проявлениям, развивать умение справляться с этим чувством. Учить детей выражать чувство страха в рисунке

Занятие 30. «Страх – 4»

Цель: Продолжение знакомства с чувством страха

Занятие 31. «Удивление2»

Цель: Знакомство с чувством удивления, закрепление мимических навыков

Занятие 32. «Самодовольство»

Цель: Знакомство с чувством самодовольства

Январь

Занятие 33. «Закрепление знаний о чувствах»

Цель: Закрепление умения различать чувства

Занятие 34. «Злость»

Цель: Знакомство с чувством злости, тренировка умения различать эмоции

Занятие 35. «Стыд, вина»

Цель: Знакомство с чувством вины

Занятие 36. «Отвращение, брезгливость»

Цель: Знакомство с чувством отвращения

Сказочный мир

Занятие 37. «Волшебная поляна»

Цель: Развитие идентификации со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я». Стимулирование творческого самовыражения

Занятие 38. «Язык прикосновений»

Цель: Развитие сенсорно – перцептивной сферы, развитие произвольности поведения, развитие воображения, символических представлений

Занятие 39. «Игры с изюминкой»

Цель: Развитие творческого мышления и воображения. Совершенствование механизмов саморегуляции.

Занятие 40. «За репкой»

Цель: Снятие напряжения, получение позитивного, двигательного опыта. Развитие памяти, воображения. Развитие уверенности в себе

Февраль

Занятие 41. «Чудо остров»

Цель: Развитие воображения, Стимулирование творческого воображения

Занятие 42. «В стране чувств»

Цель: Стабилизация психических процессов, снятие напряжения. Обучение способам адекватного телесного выражения различных эмоциональных состояний. Развитие уверенности в себе

Сила добра

Занятие 43. «Знакомство»

Цель: Обратить внимание детей на индивидуальные особенности сверстников. Подготовить к общему действию, игре. Настроить детей на активную совместную деятельность, на беседу, игру. Познакомить с элементами выразительных движений, мимикой, позой. Учить высказывать свою точку зрения.

Занятие 44. «Грубость и драка»

Цель: Развивать у детей фантазию, чувства, учить контролировать мышечные ощущения, чтобы уметь менять характер движений. Учить отображать отрицательные и положительные черты характера героев.

Занятие 45. «Злой язычок»

Цель: Учить детей передавать чувства интонацией. Учить детей подбирать характерные для героев интонации, движения. Учить давать моральную оценку происходящему. Развивать быстроту реакций, волевые процессы. Учить детей расслабляться.

Занятие 46. «Цирк»

Цель: Учить детей самостоятельно выражать свои мысли, чувства. Учить детей передавать характеры героев движениями. Учить детей активно принимать участие в обсуждении, создавать эмоциональные образы. Учить расслабляться

Занятие 47. «Болезнь куклы»

Цель: Закреплять выразительные движения, учить детей сопереживать, учить в проблемной ситуации находить позитивные решения. Учить детей расслабляться

Занятие 48. «Сережа и шенок»

Цель: Учить детей передавать задуманный образ движениями, анализировать поступки

героев. Дать детям представление, что «хороших» и «плохих» детей не бывает, а бывают разные поступки

Март

Занятие 49. «Красная шапочка»

Цель: Дать детям понятие доброты через сказочного героя. Закреплять навыки совместных действий при разыгрывании общей истории.

Занятие 50. «Путешествие к Незнайке»

Цель: Закреплять у детей навыки совместных действий при разыгрывании общей истории. Учить детей анализировать поведение свое и окружающих. Закреплять понятие доброты, зла на конкретных примерах.

Занятие 51. «Волшебная страна»

Цель: Развивать творческие способности детей, учить подбирать характерные для героев движения (мимику, пантомимику)

Занятие 52. «Бал»

Цель: Развивать невербальные средства общения. Учить передавать эмоциональные переживания в образах, сопереживать героям. Учить анализировать переживания, события.

Занятие 53. «Сказочные персонажи»

Цель: Учить детей определять эмоции по условным графическим изображениям. Закреплять образ «доброе» и «злого» героя в движениях.

Занятие 54. «Избушка и Баба – Яга»

Цель: Закреплять выразительность мимики, мимики. Пантомимики. Развивать воображение.

Занятие 55. «Путешествие на Луну»

Цель: Учить детей управлять своим телом. Учить интонациями, жестами передавать настроение, эмоции

Занятие 56. «Снежная Королева»

Цель: Закреплять навыки совместных действий в разыгрывании сказочного сюжета. Закреплять навыки самостоятельности в ведении беседы, развивать волевые процессы

Апрель

Занятие 57. «Лесная школа»

Цель: Закреплять выразительность мимики, пантомимики. Учить распределять внимание. Закреплять представление о школе. Учить детей высказывать свою точку зрения.

Занятие 58. «Геометрические фигуры»

Цель: формирование целостного образа, стимулирующий массаж кистей рук, выполнение фигурок из пальцев.

Занятие 59. «Величина»

Цель: Сравнение предметов по величине: длина, высота

Занятие 60. «Конструирование из геометрических фигур»

Танграмм.

Занятие 61. «Действительный и желаемый образ «Я»

Занятие 62. «Средства общения»

Цель: Дать представления о средствах общения.

Занятие 63. «Невербальные компоненты общения»

Цель: Ознакомить и закрепить невербальные средства общения. Дать понятие кто может так общаться

Занятие 64. «Общение в различных жизненных ситуациях»

Цель: Закрепить навыки общения. Закрепить навыки владения своими эмоциями.

Май

Занятие 65. «Профилактика психоэмоционального напряжения элементами сказочной терапии»

Цель: Закрепить навыки саморегуляции.

Занятие 66. «Жадность»

Цель: Учить детей изображать модели поведения персонажей разными чертами характера.

Учить детей расслабляться

Занятие 67. «Шаловливые игры»

Цель: Развивать внимание детей. Учить детей передавать заданный образ движениями.

Учить искать выход из конфликтных ситуаций.

Занятие 68. «Кривляки, хвастунишки и дразнилки»

Цель: Настроить детей на общую игру. Учить использовать выразительные движения.

Формировать у детей с помощью игры моральные представления

Занятие 69. «Закрепление всего пройденного материала»

Цель: Определить уровень усвоенных понятий по теме «Эмоции и конфликты»

Занятие 70. «Закрепление пройденного материала»

Цель: Определить уровень усвояемости в саморегуляции.

Занятие 71. Педагогическая диагностика

Занятие 72. Педагогическая диагностика

1.4 Планируемые результаты

Данная программа даст возможность ребенку:

- адаптироваться к новым условиям жизни, создаст у него чувство принадлежности к группе, положительного эмоционального фона;
- овладеть определенными коммуникативными навыками, игровой деятельностью, умением понимать свое эмоциональное состояние, научиться распознавать чувства других людей, расширит представления об окружающем мире;
- преодолеть страхи; коррекцию уровня тревожности и агрессивности;
- сформировать развитие самосознания, самоконтроля, способности адекватного отношения к себе и окружающим;
- сформировать правильное поведения в коллективе;
- сформировать коммуникативные навыки у детей.

Раздел 2.
«Комплекс организационно-педагогических условий»
2.1 Календарный учебный график

Начало учебного года	Окончание учебного года	Количество учебных недель/ дней	Продолжительность каникул
15 сентября	31 мая	36/5	31 декабря по 11 января

Время занятий: два раза в неделю. Продолжительность занятий соответствует СанПин 2.4.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» от 15.03.2013 г. №26.

2.2 Условия реализации программы

Данная программа предполагает варьирование содержания программы, форм и методов работы с детьми. Следует проанализировать и определить собственные условия педагогической деятельности в дошкольном образовательном учреждении, с учетом имеющихся специалистов, используемых программ и методик, материальной базы, а также более общих социокультурных и региональных особенностей.

Предполагается нерегламентируемая деятельность, основными видами деятельности является: игра, изобразительная и театрализованная деятельность, ручной труд.

Основные принципы, строгое их соблюдение гарантирует достижение поставленных целей и задач:

- Системность
- Интеграция программного содержания
- Координация деятельности педагогов

Важно объединить содержание занятий по программе с повседневным опытом детей и знакомыми им ситуациями, искать новые формы для закрепления, пройденного материала. Придумывать сюрпризы, включать в занятия небольшие паузы для разрядки, песенки, шутки, загадки, потешки.

Условия дошкольного учреждения должны способствовать развитию в детях уверенности в себе, формировать высокую самооценку, поддерживать стремление к успеху в разных видах деятельности.

Воспитательные усилия педагогов и родителей должны быть согласованными, т.к. специфичность программы предполагает тесное сотрудничество педагогов и родителей в достижении целей и задач данной программы.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников:

- Родительские собрания
- Индивидуальные беседы

Материально-техническое обеспечение:

Наименование оборудования	Назначение	Виды и формы работы
---------------------------	------------	---------------------

Мягкое напольное покрытие	Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний. Развитие воображения. Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • образа тела; • общей моторики; • пространственных представлений. Саморегуляция психического состояния	Упражнения на релаксацию. Упражнения на воображение. Игры на снятие агрессивности
Сухой бассейн	Снижение уровня психоэмоционального напряжения. Снижение двигательного тонуса. Регуляция мышечного напряжения. Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • кинестетической и тактильной чувствительности; • образа тела; • пространственных восприятий и представлений; • проприоцептивной чувствительности. Коррекция уровня тревожности, агрессивности	Игра «Море шариков». Имитация плавания. Игра на снятие агрессивности. Игровые упражнения по коррекции уровня тревожности. Упражнения на релаксацию. Сеансы психофизической разгрузки. Игры на воображение. Игра «Дыши и думай»
Мягкий остров	Реабилитация нервно-психического состояния. Релаксация. Снятие негативных эмоций и состояний. Саморегуляция психического состояния	Упражнение «Улыбка». Комплекс упражнений на релаксацию. Комплекс упражнений на воображение
Проектор направленного света	Обогащение восприимчивости и воображения	Музыкотерапия. Светотерапия
Зеркальный шар (ороецирование специальных светоэффектов)	Развитие: <ul style="list-style-type: none"> • зрительного восприятия; • ориентировки в пространстве. • Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов. Релаксация: воздействие зрительных образов	Сказкотерапия. Комплекс упражнений по релаксации. Упражнение «Солнечные зайчики». Игра «Путешествие к звезде». Упражнение «Дискотека»
Музыкальный центр и набор СД дисков	Обогащение восприятия и воображения. Создание психологического комфорта. Релаксация: воздействие слуховых образов. Снижение нервно-психического и эмоционального напряжения. Активизация двигательной активности. Формирование навыков саморегуляции	Музыкальное фоновое сопровождение игр, упражнений, заданий, релаксации

Ароманбор	Развитие обоняния. Формирование умения дифференцировать запахи. Стабилизация психического состояния. Релаксация	Упражнение «Узнай запах»
Пуфик-кресло	Тактильная стимуляция соприкасающихся с ним частей тела. Релаксация	Релаксационные упражнения
Панно «Звездное небо»	Привлекает внимание. Завораживает. Релаксационное воздействие. Развитие фантазии и воображения	Упражнения на воображение
Оптическое волокно «Тучка»	Можно держать в руках, перебирать, обматывать вокруг тела, лежать на волокнах. Изменяющиеся цвета привлекают внимание, успокаивают.	Упражнения для развития мелкой моторики. Релаксация
Пузырьковая колонна	Развитие зрительного восприятия. Создание психологического комфорта. Снижение уровня тревожности. Коррекция страхов	Сказкотерапия. Релаксация

Кадровое обеспечение

Реализация данной программы обеспечивается педагогом-психологом с высшим или средне-профессиональным образованием подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки». Требования к опыту практической работы не предъявляются.

Методическое обеспечение

Форма занятий	Приемы и методы работы с детьми	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов
Индивидуально коррекционно-развивающее занятие	<ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения для развития кожно-кинестетической (общей) чувствительности; • медитативная сказка; • аутотренинг с использованием записи звуков природы, релаксационной музыки; • практико- 	<ul style="list-style-type: none"> • Предметные игрушки; • сенсорные дидактические игры; • настольные дидактические игры 	<ul style="list-style-type: none"> • Напольные детские сенсорные дорожки; • центр тактильности; • центр, развивающий активность; • центр спокойных игр; • аквалампа; • проектор направленного света; 	Обратная связь (рефлексия занятия)

	<p>ориентированная деятельность;</p> <ul style="list-style-type: none"> • сказкотерапия; • цветотерапия; • комплекс упражнений для коррекции страхов, упражнений по релаксации. 		<ul style="list-style-type: none"> • мягкие подушечки; • ультразвуковой распылитель для ароматерапии; • детский зеркальный уголок с пузырь. колонной; • сухой бассейн • набор рыбок для пузырьковой колонны; • тактильная настенная панель; • пучок волокон с боковым свечением 	
--	--	--	--	--

2.3 Определение результатов освоения программы

В начале обучения по дополнительной общеразвивающей программе проводится входная педагогическая диагностика для определения стартового уровня развития детей. Результаты диагностики фиксируются в Таблице результатов педагогической диагностики. Итоговая диагностика осуществляется по результатам обучения при завершении освоения всего объема программы в конце учебного года (май). Педагогическая диагностика в рамках данной программы направлена на определение уровня развития навыков произвольной саморегуляции; снижение уровня тревожности, агрессивности; умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих, взаимодействовать в группе, достигать состояния расслабления. По итогам работы и достигнутым результатам педагог-психолог оформляет аналитическую справку.

Методы проведения психологической диагностики усвоения ДОП: психологические тесты и методики.

2.4 Оценочные материалы

Способы проверки ожидаемых результатов: освоения детьми программного материала проходит с помощью применения методик и тестов.

Используемые методики:

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова).
2. Цветовой тест (М. Люшер).
3. Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич).
4. Социометрическая методика.

Карта мониторинга представлена в Приложение 1.

Методические материалы Приложение 2.

2.5 Список литературы

1. Жевнерова, В. Л. «Сенсорная комната – волшебный мир здоровья»: учебно-методическое пособие / В. Л. Жевнерова. – М. : АРКТИ, 2012.
2. Ключева Н. В. Общение. Дети 5-7 лет : 2 - е издание, переработанное и дополненное / Н. В. Ключева, Ю. В. Филиппова. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2001.
3. Колос, Г. Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: практические рекомендации / Г. Г. Колос. – М. : АРКТИ, 2012.
4. Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей: популярное пособие для родителей и педагогов / Н. Л. Кряжева. – Ярославль: Академия развития, 1996.
5. Ледина, В. Ю. ИБИС. Игровое биоуправление и саморегуляция. Антистрессовый тренинг для детей и подростков: Метод. Пособие / В. Ю.Ледина. – СПб., 2000.
6. Психолого-педагогические программы сопровождения ФГОС НОО / под общ. Ред. Щеголенковой. – Новокузнецк: МАОУ ДПО, 2012. – 364 с.
7. Титарь, А. И. «Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате»: практическое пособие для ДОУ / А. И. Титарь. – М. : АРКТИ, 2008.
8. Шипицина Л. М. Азбука общения / Л. М. Шипицина. – СПб., 1998
9. Юрчук, Е. Н. Эмоциональное развитие дошкольников: методические рекомендации / Е. Н. Юрчук. – М. : ТЦ Сфера, 2008.

Электронные ресурсы

10. <https://reamed.org/stati/sensornaya-komnata/>
11. <https://nsportal.ru/user/486460/page/materialy-o-sensornoy-komnate>

Методики выявления психофизического и эмоционального состояния ребенка

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова)

Цель: Выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальные особенности эмоционального развития. Выявить возможности детей в воспроизведении основных эмоциональных состояний и их вербализации.

Стимульный материал: пиктограммы (схематическое изображение эмоций различной модальности), фотографии лиц взрослых и детей с различным эмоциональным выражением.

Детям показать изображения лиц людей, задача детей определить их настроение и назвать эмоцию. Предлагается определить такие эмоции, как радость, печаль, гнев, страх, презрение, отвращение, удивление, стыд, интерес, спокойствие.

Сначала детям предлагаются изображения (фотографии), по которым можно легко узнать эмоциональные состояния, затем схематические (пиктограммы) изображения эмоциональных состояний. Детям предлагается соотнести схематическое изображение эмоций с фотографическим. После того, как дети называли и соотносили эмоции, педагог предлагал каждому ребёнку изобразить разные эмоциональные состояния на своем лице.

Оценивалось восприятие экспрессивных признаков (мимических), понимание эмоционального содержания, идентификация эмоций, вербализация эмоций, воспроизведение эмоций (выразительность и произвольность), актуализация эмоционального опыта и эмоциональных представлений, индивидуальные эмоциональные особенности. Также оценивались виды педагогической помощи, которая потребовалась ребёнку: ориентировочная (о), содержательная (с), предметно-действенная (п-д).

Все данные заносились в протокол и оценивались в баллах.

1 – Высокий уровень развития эмоциональной сферы. Ребёнок правильно назвал все эмоциональные состояния, смог соотнести пиктограммы с фотографическими изображениями. Изобразил различные эмоциональные состояния. Помощи ребёнку не потребовалось.

0.5 – Средний уровень развития эмоциональной сферы. Ребенку потребовалась содержательная помощь. Ребёнок смог определить 4 – 6 эмоций, правильно назвал эти эмоции и смог их выразительно изобразить.

0 – Низкий уровень развития эмоциональной сферы. Потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно – действенная. Ребёнок смог правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

2. Методика: Цветовой тест (М. Люшер).

Цель: выявить особенности эмоционального развития, наличие тревожности и агрессивности.

Стимульный материал: набор карточек из 8 цветов: серого (0), темно-синего (1), сине-зеленого (2), оранжево – красный (3), светло – жёлтый (4), фиолетового (5), коричневого (6) и черного (7).

Метод проведения теста: Ребёнку предлагается выбрать из предложенного ряда цветных карточек самый приятный для него в настоящий момент цвет, затем наиболее приятный из оставшихся – и так до последней карточки. Выбранные карточки педагог переворачивает. Педагог фиксирует в протокол все выбранные ребёнком карточки в позициях от 1 до 8.

Данный тест проводится 2 раза с промежутком 2-3 минуты.

Характеристика цветов (по Максу Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

- 1) синий — символизирует спокойствие, удовлетворенность;
- 2) сине-зеленый — чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;
- 3) оранжево-красный — символизирует силу волевого усилия, наступательные тенденции, возбуждение;
- 4) светло-желтый — активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета: 5) фиолетовый; 6) коричневый, 7) черный, 8) серый. Символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям.

Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй — действительное.

Выполнение теста было оценено в баллах при соотнесении обоих выборов ребёнка:

1 – Основные цвета занимают первые 5 позиций. Отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний.

0.5 – Основные цвета занимают преимущественно первые позиции (1,2,3) дополнительные цвета подняты на 4, 5 позицию. При этом основные цвета не занимают позицию дальше 7. Наблюдается тревога, стресс невысокой степени.

0 – Основные цвета занимают преимущественно позиции с 5 – 8. Дополнительные цвета подняты на позиции с 1 – 5. Наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

3. Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич)

Цель: Выявить особенности эмоциональной сферы, наличие тревожности, негативных эмоциональных проявления, скрытых страхов.

Метод проведения теста: Детям предлагалось на чистом листе бумаги простым карандашом средней мягкости нарисовать животное, которого нет в природе. Детям даётся инструкция, что нельзя рисовать животное, которое они видели в мультфильмах. Каждый ребёнок должен придумать своё животное. Дети должны придумать своему животному необычное имя и рассказать о нём.

Оценивалось расположение животного на листе бумаги, характер линий и их толщина, размер животного, наличие у него частей тела и их количество, положение головы относительно рисующего, наличие дополнительных частей тела, имя животного и рассказ о нём.

Во время проведения экспериментального задания экспериментатор заносил данные в протокол.

Выполнение задания оценивалось в баллах.

1 – Нарисовал вымышленное животное. Животное расположено в центре листа, животное среднего размера, характер линий ровный, нажим на карандаш средней силы, ребёнок составил полный рассказ, в котором не наблюдалось наличие скрытых страхов и негативных эмоциональных проявлений.

0.5 – Нарисовал вымышленное животное, но потребовалась помощь экспериментатора. Животное маленького размера расположено внизу листа или сверху. Наблюдается прерывистый характер линий, сильный нажим на карандаш. В рассказе о животном наблюдаются проявления скрытых страхов и агрессии.

0 – Отказался от выполнения задания, или не смог нарисовать несуществующее животное даже с помощью педагога. Проявил агрессивный настрой по отношению к заданию.

4. Социометрическая методика

Социально-психологический тест, разработанный Дж. Морено, применяется для оценки межличностных эмоциональных связей в группе, т.е. взаимных симпатий между членами группы, и решения следующих задач:

- а) измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;
- б) выявление относительного авторитета членов групп по признакам симпатии-антипатии;
- в) обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

Перед началом опроса - инструктаж тестируемой группы. В ходе него следует объяснить группе цель исследования, подчеркнуть важность его результатов для группы, показать, как нужно выполнять задания, гарантировать сохранение тайны ответов.

Возможны три основных способа выбора:

- 1) Количество выборов ограничивается 3 - 5;
- 2) разрешается полная свобода выбора;
- 3) испытуемый ранжирует всех членов группы в зависимости от предложенного критерия.

Методические материалы Структура занятия

Настроение детей, их психологическое состояние в конкретные моменты могут стать причиной варьирования методов, приемов и структуры занятий.

➤ Структура занятий гибкая, разработанная с учетом возрастных особенностей детей, она включает в себя познавательный материал и элементы психотерапии.

➤ Выбор тематики занятий определяется характером нарушения развития и подбором наиболее адекватной тактики коррекционно-развивающей работы.

➤ Формы работы определяются целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов, так и инновационных (рисуночные тесты, рисование под музыку, и др.).

➤ Психологическое воздействие конструируется путем создания дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим, эмоциональным и психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций.

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

➤	Часть 1. Вводная	<ul style="list-style-type: none"> ○ Цель вводной части занятия – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. ○ Основные процедуры работы – приветствия, игры с именами ○ Разминка в кругу: психологический настрой на занятие, приветствие (продолжительность 3 минуты).
➤	Часть 2. Рабочая	<ul style="list-style-type: none"> ○ На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. ○ В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка.
➤	Часть 3. Завершающая	Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, релаксации.

Каждое занятие включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции:

• Упражнения на мышечную релаксацию	снижает уровень возбуждения, снимают напряжение.
• Дыхательная гимнастика	действует успокаивающе на нервную систему.
• Мимическая гимнастика	направлена на снятие общего напряжения, играет большую роль в формировании выразительной речи детей.
Двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку	способствует межполушарному взаимодействию.
• Чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и	способствует развитию произвольности

Основные методы:

- Элементы сказкотерапии, арттерапии с импровизацией;
- Психогимнастика;
- Элементы психодраммы;
- Игры на развитие навыков общения;
- Игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
- Ролевые игры

Формы организации коррекционно-развивающего процесса:

- Индивидуальная работа.
- Групповая работа.

Формы работы с семьями воспитанников:

- Совместное посещение занятий в сенсорной комнате ;
- Индивидуальное и групповое консультирование;
- Стендовые консультации;
- Анкетирование;
- Занятия для родителей в сенсорной комнате.