

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
Пронского района Рязанской области

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета

Протокол № 1 от «31» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «ЦППМ и СП»
С.А. Сальникова Г.А. Сальникова

Приказ № 43-д «31» августа 2020 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Солнышко в ладошке»

Адресат программы:
дети старшего дошкольного возраста
Срок реализации: 1 год

Педагог-психолог
Свиридова Е.А.

Новомичуринск, 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа составлена на основе:

- Программы воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой, рекомендованной Министерством образования и науки РФ.
- Развитие эмоциональной отзывчивости и навыков общения у детей 3-7 лет. Игры и упражнения / авт.-сост. М.В. Егорова. – Волгоград: Учитель.

Развивающая программа «Солнышко в ладошке» для детей старшего дошкольного возраста является программой дополнительного образования социально-педагогической направленности. Актуальность программы определена потребностью современной системой дополнительного образования.

Программа способствует эмоциональному развитию ребенка, профилактике отклоняющегося поведения. Упражнения, включаемые в каждое занятие программы, являются важным элементом, позволяющим улучшить самочувствие и тем самым создать основу для усвоения больших объемов информации.

Сенсорная комната создает безопасную атмосферу для комфортного, удобного, приятного отдыха, расслабления и накопления сенсорно-моторного опыта, что особенно важно для детей.

Сенсорная комната помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, активизировать функции ЦНС в условиях обогащенной мультисенсорной среды. Она создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность. Это комфортная обстановка, сохраняющая и укрепляющая здоровье детей.

Сочетание разных стимулов (света, музыки, цвета, запахов, тактильных ощущений) оказывает различное воздействие на психическое и эмоциональное состояние человека: как успокаивающее, расслабляющее, так и тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее. Поэтому сенсорная комната не только способствует достижению релаксации, но и позволяет активизировать различные функции центральной нервной системы:

- стимулирует все сенсорные процессы;
- создает положительный эмоциональный фон и помогает преодолеть нарушения в эмоционально-волевой сфере;
- возбуждает интерес к исследовательской деятельности;
- корректирует нарушенные высшие корковые функции;
- развивает общую и мелкую моторику и корректирует двигательные нарушения.

Главная особенность сенсорной комнаты - то, что в ней удалось объединить один из основных принципов обучения и развития - от простого к сложному. Большинство элементов сенсорной комнаты и развивающих игр, не исчерпываются предлагаемыми заданиями, а позволяют детям составлять новые варианты, придумывать новые образы и даже новые игры, заниматься творческой деятельностью. Осуществляя решение практически, у детей развивается умение брать всё необходимое из окружающей действительности самостоятельно. Главное отличие - это многофункциональность игр и безграничный простор для творчества.

Реализация программы способствует развитию эмоциональной сферы детей, улучшению восприятия и обработки сенсорных раздражителей, лучше воспринимать информацию, ликвидировать ее дефицит, то есть обеспечивает ему более высокий функциональный уровень развития. Акцент в программе делается на стимулирование сенсорных процессов, развитие коммуникативных навыков, двигательной координации детей, умение осознавать и контролировать свои переживания, снятие мышечного и эмоционального напряжения на основе работы с собственным телом. Занятия в сенсорной комнате повышают эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психического и физического здоровья детей.

Адресат. Дети старшего дошкольного возраста, в том числе дети с ОВЗ.

Противопоказаниями для проведения занятий в сенсорной комнате являются глубокая умственная отсталость, инфекционные заболевания. Частичными противопоказаниями являются наличие у пациента частых эпилептических припадков, в данном случае используются только релаксационные приёмы. При работе с людьми, имеющими неврологические нарушения, необходимо учитывать специальные рекомендации

невропатолога.

Объем программы: 34 часа.

Срок реализации: 1 год.

Форма реализации: групповая.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: еженедельно, 34 часа в год; 1 раз в неделю, продолжительность занятия 25-30 минут.

Цель: развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Создавать условия для обучения детей замечать положительные особенности другого человека.
2. Создавать условия для развития умений правильно реагировать на негативные переживания.
3. Создавать условия для развития эмоциональной отзывчивости, сопереживания.
4. Способствовать выражению своего внутреннего состояния, развитию умения слушать друг друга.
5. Способствовать развитию умения управлять своими чувствами.
6. Способствовать развитию произвольности поведения.
7. Способствовать развитию коммуникативных умений.
8. Способствовать развитию воображения детей.
9. Способствовать организации и проведению релаксации. Установить контакт с телом, раскрепостить его.

Ожидаемые результаты.

Положительная динамика в развитии произвольности действий, поведения, эмоциональной и коммуникативной активности детей старшего дошкольного возраста.

К концу занятий дети:

- Понимают и принимают эмоциональное состояние, свое и окружающих, передают свои ощущения в речи;
- умеют расслабляться, освобождаться от напряжения;
- становятся уверенными в себе, гибкими в общении и менее застенчивыми;
- преодолевают негативные эмоции по отношению к сверстникам;
- владеют навыками произвольной саморегуляции;
- умеют контактировать с окружающими людьми, оказывать друг другу эмоциональную поддержку;
- умеют самостоятельно создавать новые образы, составлять небольшой рассказ;
- умеют созерцать предметы, явления (всматриваться, вслушиваться).

Учебный план.

№	Наименование блоков	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1.	Знакомство	6 ч	1	5	Наблюдение, рефлексия, тесты
2.	Основная часть	22 ч	2,2	19,8	Наблюдение, рефлексия
4.	Подведение итогов	6 ч	0,4	5,6	Наблюдение, рефлексия, тесты
Итого		34 ч	3,6	30,4	

Содержание учебного плана.

№	Наименование блоков	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1.	Знакомство	6 ч	1	5	Наблюдение, рефлексия, тесты
1.1.	Инструктаж по технике безопасности	1 ч	0,5	0,5	Наблюдение рефлексия
1.2.	Вводное занятие	1 ч	0,2	0,8	Наблюдение рефлексия
1.3.	Практико-диагностическое занятие	2 ч	0	2	Тесты наблюдение рефлексия
1.4.	Волшебная комната	1 ч	0,2	0,8	Наблюдение рефлексия
1.5.	Давайте представим...	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.	Основная часть	22 ч	2,2	19,8	Наблюдение, рефлексия
2.1.	Прогулка по саду	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.2.	На берегу моря	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.3.	В гостях у осени	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.4.	В зоопарке	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.5.	Волшебный сон	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.6.	Я и мои чувства	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.7.	Путешествие звездочки	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.8.	Приключения в горах	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.9.	Город мастеров	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.10.	Цветное настроение	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.11.	Зима	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.12.	Практико-диагностическое занятие	2 ч	0,2	1,8	Наблюдение рефлексия
2.13.	Здравствуй цирк	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.14.	Дикие животные	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.15.	Мое настроение	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.16.	В гостях у морского царя	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.17.	Путешествие на облаке	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.18.	Прогулка по саду весной	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.19.	Разные чувства	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.20.	На арене цирка	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
2.21.	Полет в космос	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
3.	Подведение итогов	6 ч	0,4	5,6	Наблюдение, рефлексия, тесты
3.1.	Волшебный город.	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
3.2.	Будь здоров!	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
3.3.	Практико-диагностическое занятие	2 ч	0	2	Тесты
3.4.	Давайте жить дружно	1 ч	0,1	0,9	
3.5.	Заключительное занятие	1 ч	0,1	0,9	Наблюдение рефлексия
Итого		34 ч	3,6	30,4	

Содержание программы

Знакомство 6 ч.

Занятие 1

Тема – Инструктаж по технике безопасности

Теоретическая часть: ознакомление с правилами поведения в группе, в МБУ ДО «ЦППМ и СП». Беседа о правилах поведения в сенсорной комнате.

Практическая часть: Игра «Давайте познакомимся». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Улыбка».

Занятие 2.

Тема – Вводное занятие

Теоретическая часть: знакомство с детьми.

Практическая часть: Игра «Давайте познакомимся». «Волшебный клубочек». «Паровозик». «Самое интересное летом». «Сапер». Релаксационное упражнение «Лучики солнца». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Улыбка».

Занятие 3-4

Тема – Практико-диагностическое занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: работа с тестовыми бланками. Игра «Давайте познакомимся». «Минутка шалости». Игра в сухом бассейне. Упражнение «Улыбка».

Тема – Практико-диагностическое занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: работа с тестовыми бланками. Игра «Минутка шалости». Игра в сухом бассейне. Упражнение «Улыбка».

Занятие 5

Тема - Волшебная комната

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Волшебный клубок». «Девочки и мальчики умеют». «Пересядьте все, кто...». «Зайчик». Релаксационное упражнение «Лучики солнца». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Поднимите руку те, кто...». «Улыбка».

Занятие 6

Тема - Давайте представим...

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Волшебный клубок». «Карлики – великаны». «Представь себе...». Упражнение «Хлопните в ладоши те, кто...». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Лучики солнца». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга».

Основная часть 22 ч.

Занятие 7

Тема – Прогулка по саду

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Представь себе...». «День – ночь». Упражнение «Я знаю». «Улыбка». «Волшебный мешочек с фруктами». Загадки на тему занятия. Релаксационное упражнение «Цветок». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 8

Тема - На берегу моря

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Морские обитатели». «Море волнуется». Упражнение «Назовите, что это». «Играем с песком и

муравьем». «Солнышко и тучка». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Отдых на море». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 9

Тема - В гостях у осени

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Паровозик». «Деревья – кусты – трава». «Тропинка». Загадки на тему занятия. Упражнение «Звуки леса». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Путешествие в волшебный лес». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 10

Тема - В зоопарке

Теоретическая часть: объяснение темы занятия. Беседа о правилах дорожного движения.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Можно – нельзя». «По зоопарку мы шагаем...». Загадка на тему занятия. Загадки о животных. Релаксационное упражнение «Лучики солнца». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Улыбка».

Занятие 11

Тема - Волшебный сон

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Паровозик». «Представь себе...». «Четыре стихии». «Веселая зарядка». Упражнение «Волшебный сон». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Воздушный шарик». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 12

Тема - Я и мои чувства

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Ролевая гимнастика». Упражнение «Комплименты с передачей колокольчика». «Угадай эмоции». «Чем похожи и чем отличаются?». «Улыбка». Загадки на тему занятия. Релаксационное упражнение «Необычная радуга». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 13

Тема - Путешествие звездочки

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «На старт!». «Представь себе...». «Космонавт». Упражнение «Скажи наоборот». «Звездочка». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Полет». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 14

Тема - Приключения в горах

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Представь себе...». Игра «Ладони». «Игра в снежки». Упражнение «Подскажи словечко». «Скала». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Полет высоко в небе». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 15

Тема - Город мастеров

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Представь себе...». «День – ночь». Упражнение «Любопытная Варвара». «Покажи профессию». «Улыбка». Загадки на тему занятия. Релаксационное упражнение «Лучики солнца». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга».

Занятие 16

Тема - Цветное настроение

Теоретическая часть:

объяснение темы занятия. Беседа «Настроение, его сравнение».

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Ветер, дождь, гром». «Поймай настроение». Упражнение «Тренируем эмоции». «Маски». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Тихое озеро». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 17

Тема - Зима

Теоретическая часть: объяснение темы занятия. Беседа о зиме.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Скажи ласковое слово». «Снежки – снежинки». «Снегопад». «На дворе мороз и ветер». Загадки о лесных животных. Релаксационное упражнение «Путешествие в волшебный лес». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 18-19

Тема – Практико-диагностическое занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Передай улыбку по кругу». «Веселая зарядка». Упражнение «Настроение в кармашке». Упражнение на определение самооценки «Волшебные дома». Релаксационное упражнение «Волшебный сон». Игра в сухом бассейне. Упражнение «Улыбка».

Тема – Практико-диагностическое занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Ролевая гимнастика». «Передай улыбку по кругу». Упражнение «Мама рассердилась». Упражнение «Стоп, кулак!». Релаксационное упражнение «Волшебный сон». Игра в сухом бассейне. Упражнение «Улыбка».

Занятие 20

Тема - Здравствуй цирк

Теоретическая часть: объяснение темы занятия. Беседа на тему занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Представь себе...». «Поймай солнечный зайчик». «Клоуны и зеркало». Упражнение «Назови, что это». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Порхание бабочки». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 21

Тема - Дикие животные

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Скажи ласковое слово». «Подбери пару». «День - ночь». Загадки о животных. Игра – пантомима «Угадай животное». Релаксационное упражнение «Лучики солнца». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Улыбка».

Занятие 22

Тема - Мое настроение

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Волшебные цветы». «Поймай рыбку». «Веселая зарядка». Упражнение «Солнышко настроения». «Тух-туби-дух». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Цветок». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 23

Тема - В гостях у морского царя

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Представь себе...». «Море волнуется». Упражнение «Лодочка». «Где живет?». «Приглашение на бал». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Бал». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 24

Тема - Путешествие на облаке

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Представь себе...». «Коровы, собаки, кошки». «Ролевая гимнастика». Упражнение «Что слышно?». «Тух-туби-дух». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Волшебный сон». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 25

Тема - Прогулка по саду весной

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем». «Деревья – кусты - трава». «Поварята». Упражнение «Я знаю». «Улыбка». Загадки на тему занятия. Релаксационное упражнение «Цветок». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 26

Тема - Разные чувства

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Ручеек радости». Упражнение «Комплименты с передачей колокольчика». «Грустная Темнота». «Оле-Лукойе». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Рыбки». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 27

Тема - На арене цирка

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Паровозик с клоунами». «Представь себе...». «Шалтай - Болтай». «Зеркало». Упражнение «Назови, что это». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Солнце». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 28

Тема - Полет в космос

Теоретическая часть: объяснение темы занятия. Беседа на тему занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Космонавты». «Представь себе...». «Собери звезды». Упражнение «Ракета». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Полет». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Подведение итогов 6 ч.

Занятие 29

Тема - Волшебный город.

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «День – ночь». Упражнение «Комплементы с передачей колокольчика». «Грустная Маша». «Гусли самогуды». «Улыбка». Релаксационное упражнение «Солнце». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга»

Занятие 30

Тема - Будь здоров!

Теоретическая часть: объяснение темы занятия. Беседа на тему занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». Игра «Полезное - вредное». «Веселая зарядка». «Мои привычки». Загадки на тему занятия. Релаксационное упражнение «Солнце». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Улыбка»

Занятие 31-32

Тема – Практико-диагностическое занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: работа с тестовыми бланками. Игра «Минутка шалости». Игра – упражнение «Необычный колобок». Игра в сухом бассейне. Упражнение «Улыбка».

Тема – Практико-диагностическое занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: работа с тестовыми бланками. Игра «Минутка шалости». Игра – упражнение «Необычный колобок». Игра в сухом бассейне. Упражнение «Улыбка».

Занятие 33

Тема - Давайте жить дружно

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». Игра «Толкалки». «Объятия». «Лохматый пес». Релаксационное упражнение «Золотая рыбка». Упражнение «Найди пару». «Улыбка». Игра в сухом бассейне.

Занятие 34

Тема - Заключительное занятие

Теоретическая часть: объяснение темы занятия.

Практическая часть: игра «Здравствуй друг». «Поймай веселое настроение». «Представь себе...». «Веселая зарядка». Релаксационное упражнение «Полет». Игра в сухом бассейне. Дыхательное упражнение «Радуга». Упражнение «Что слышно?». «Улыбка». «Всем-всем до свиданья»

Условия реализации программы

Для занятий учебных групп требуется два помещения:

1. Просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам. Помещение должно быть сухое, с естественным освещением. В вечернее время помещение должно быть хорошо освещено;
2. Сенсорная комната – просторное затемненное помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам. Помещение должно быть сухое, с электрическим освещением.

Оборудование. Для занятий необходимы столы и стулья по количеству обучающихся, ноутбук, интерактивная доска, доска.

Оборудование сенсорной комнаты: мягкая мебель (диван, кресла), настенное зеркало; светильники: «плазма», «пузырьковая колонна», «водопад», «звездное небо», «зеркальный шар» с подсветкой; музыкальный центр, диски с релаксационной музыкой; набор для релаксации, сухой бассейн.

Необходимые материалы: бумага, карандаши, мел, бумажные звезды, скакалки, мяч, трубочка с шариками, мягкий кубик,

Учебно – наглядные пособия: папка «Мир эмоций и чувств» карточки: «Эмоции», «Космос», «Профессии», «Кто живет в лесу?», «Животные жарких стран», «Домашние животные», «Деревья», «Что растет в саду?», «Что растет на клумбе?», «Что растет на грядке?».

Формы контроля

Наблюдение, тесты, рефлексия.

Система оценки достижения планируемых результатов включает в себя входную, промежуточную и итоговую оценку.

Входная оценка достижения результатов включает самооценку участников, диагностическое обследование и экспертную оценку воспитателя ДОО (анкетирование).

Промежуточная оценка достижения планируемых результатов состоит из наблюдений психолога за изменениями в поведении, словах, способах разрешения трудностей каждого участника и рефлексии прошедшего занятия.

Итоговая оценка достижения планируемых результатов включает в себя повторную самооценку участников, диагностическое обследование и экспертную оценку воспитателей, отзывы участников о программе.

Оценочные материалы

Психодиагностические методики: Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен; Методика определения самооценки дошкольника "Лесенка" В.Г. Щур; Методика изучения понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина); Графическая методика "Кактус" (М.А. Панфилова); анкета для воспитателей (М.А. Панфилова).

Методические материалы

Методы обучения: словесный, наглядный, игровой, исследовательский проектный, элементы арт-терапии, техника телесно-ориентированной терапии, элементы тренинга, метод релаксации, поощрение, стимулирование, мотивация.

Технологии: образовательные технологии по их здоровьесберегающей направленности: личностная ориентированность; психологическая и физическая безопасность; направленность на формирование здорового образа жизни.

Формы организации учебного занятия: беседа, игра, презентация.

Тематика и формы методических материалов по программе:

Программа развивающих занятий состоит из трех блоков: знакомство, основная часть, подведение итогов.

Чтобы эффективно использовать сенсорную комнату, на первом этапе - «Знакомство» - дети должны подробно ознакомиться с ней, почувствовать себя в ней свободно. Необходимо установление контакта педагога с детьми, создание эмоционального настроя в группе, организация совместной деятельности (игры на объединение, подвижные игры, упражнения на релаксацию).

На втором этапе - «Основная часть» - поэтапно вводятся в действие элементы сенсорной комнаты: игры со светоптическими волокнами, стимулирующими различные зрительные ощущения; упражнения с использованием пузырьковой колонной, игры в сухом бассейне для развития кожно-кинестической, тактильной чувствительности. Для развития слухового анализатора используется музыкальный центр; напольные массажные коврики, воздействуя на рецепторы стопы, стимулируют внутренние органы, оказывают оздоровительный эффект. В основную часть программы входят упражнения, игры, направленные на развитие эмоциональной сферы. Используются игровые (с принятием ролей, правил), и так же неигровые приемы (релаксация, беседа).

На заключительном этапе - «Подведение итогов» - закрепление полученных навыков.

Каждое занятие включает в себя этюды, игры, упражнения. Они коротки, разнообразны, доступны детям по содержанию. Процесс проведения занятий предполагает гибкость и творчество.

Дидактические материалы: раздаточный материал: бланки с заданиями, карточки с заданиями.

Демонстрационный материал: папка «Мир эмоций и чувств» карточки: «Эмоции», «Космос», «Профессии», «Кто живет в лесу?», «Животные жарких стран», «Домашние животные», «Деревья», «Что растет в саду?», «Что растет на клумбе?», «Что растет на грядке?».

Алгоритм учебного занятия:

Приветствие и разминка: познакомить детей с правилами и особенностями организации занятий в сенсорной комнате; ритуал приветствия; разминка и упражнение на снятие волнения, напряжения, создание настроения на совместную работу.

Основная часть включает в себя:

- ритуал попадания в волшебную комнату;
- на развитие произвольной и волевой сферы;
- игры и упражнения направленные на умение проявлять положительные эмоции по отношению к другим детям, управлять своими действиями, эмоциями, подчиняться правилам и нормам;
- физкультминутка;
- релаксационные упражнения, способствующие развитию терпения и выдержки;
- игры в сухом бассейне с шариками;
- ритуал выхода из волшебной комнаты.

Рефлексия и ритуал прощания: подведение итогов; обобщение приобретенного опыта, рефлексия; ритуал прощания.

Литература:

1. Алябьева Е.А. Игры для детей 5-8 лет: Развитие логического мышления и речи. – М.: ТЦ Сфера, 2010.
2. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений. - М.: ТЦ Сфера, 2003.
3. Кальмова С.Е., Орлова Л.Ф., Яворовская Т.В. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. Л.Б. Баряевой. – СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006.
4. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми. М.: Книголюб, 2005.
5. Организация деятельности образовательного учреждения при внедрении проекта «Школа здоровья» в детских домах и школах-интернатах/Под ред. И.В.Кузнецовой. М. 2001.
6. Панфилова М.А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры. Москва, 2000.
7. Постоева Л., Лукина Г. Словарь дошкольника.//Школьный психолог, №2, 2008г. С.22-29.
8. Программа воспитания и обучения в детском саду/ Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Мозаика — Синтез, 2005.
9. Развитие эмоциональной отзывчивости и навыков общения у детей 3-7 лет. Игры и упражнения / авт.-сост. М.В. Егорова. – Волгоград: Учитель. 2012.
10. Семенака С.И. Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. - М.: АРКТИ, 2003.
11. Социально-эмоциональное развитие дошкольников / Под ред. Н.В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2013.
12. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. - М.:АРКТИ, 2009.
13. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие внимания и воображения дошкольников. - Ярославль, Академия развития,2000.
14. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Т. 1. Москва, 2003.
15. Формирование познавательной сферы у детей 5-7 лет: развивающие игровые занятия / авт.-сост. Ф.Х. Никулина. – Волгоград: Учитель, 2012.
16. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. Санкт-Петербург, 2002.

Электронные ресурсы:

<http://iemcko.ru>

<http://www.maam.ru>

<https://nsportal.ru>

Календарный учебный график.

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Цели	Оборудование	Форма контроля
Знакомство						
1		Инструктаж по технике безопасности	1	Познакомить с правилами поведения в сенсорной комнате.	Оборудование сенсорной комнаты: светильник «Зеркальный шар», музыкальный центр, мяч, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
2		Вводное занятие	1	Познакомить с правилами поведения в сенсорной комнате. Создать благоприятную атмосферу в группе, положительный настрой, познакомиться друг с другом.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», музыкальный центр, мяч, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
3		Практико-диагностическое занятие Ч.1	2	Определить уровень самооценки детей. Выявить наличие агрессии, ее направленности и интенсивности.	Комната для занятий. Диагностический комплекс. Бланки, бумага для рисования, простой карандаш, цветные карандаши, ластик. Оборудование сенсорной комнаты: сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия тесты
4		Практико-диагностическое занятие Ч.2		Определить уровень тревожности ребёнка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. Выявить, доступно ли детям понимание эмоциональных состояний.	Комната для занятий. Диагностический комплекс. Бланки, бумага для рисования, простой карандаш, цветные карандаши, ластик. Оборудование сенсорной комнаты: сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия тесты
5		Волшебная комната	1	Создать условия для установления доверительных отношений в группе, положительного настроения, знакомства друг с другом. Способствовать развитию умений присматриваться друг к другу, действовать сообща. Способствовать развитию воображения, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «пузырьковая колонна», «водопад», «звездное небо». Музыкальный центр, мяч, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
6		Давайте представим...	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать организации и проведению релаксации, развитию воображения, памяти, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «водопад». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
Основная часть						
7		Прогулка по саду	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «пузырьковая колонна», «водопад». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, массажные коврики, кресла. Наглядный материал: муляжи овощей и	Наблюдение рефлексия

					фруктов.	
8		На берегу моря	1	Способствовать развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «пузырьковая колонна». Музыкальный центр, сухой бассейн, массажные коврики, кресла. Наглядный материал: картинки на морскую тему.	Наблюдение рефлексия
9		В гостях у осени	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: картинки с осенним пейзажем, лесными животными.	Наблюдение рефлексия
10		В зоопарке	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, мяч, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: картинки с изображением диких животных.	Наблюдение рефлексия
11		Волшебный сон	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «водопад». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
12		Я и мои чувства	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения, логического мышления.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, кресла. Демонстрационный материал	Наблюдение рефлексия
13		Путешествие звездочки	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «звездное небо». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: бумажные звезды, картинки на тему космоса.	Наблюдение рефлексия
14		Приключения в горах	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу. Способствовать развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, массажные коврики, сухой бассейн, кресла, стулья. Наглядный материал: бумажные шарики.	Наблюдение рефлексия
15		Город мастеров	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу. Способствовать, развитию	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия

				произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения.	Наглядный материал: картинки на тему профессий.	
16		Цветное настроение	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «пузырьковая колонна». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: карточки с изображением солнечной и пасмурной погоды, карточки из цветной бумаги, две бумажные рыбки.	Наблюдение рефлексия
17		Зима	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «водопад». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Игрушка (гость из жарких стран). Наглядный материал: зимние пейзажи, картинки на тему зимних игр.	Наблюдение рефлексия
18		Практико-диагностическое занятие Ч.1	2	Определить уровень самооценки детей. Выявить, доступно ли детям понимание эмоциональных состояний.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Магнитная доска Наглядный материал: картинки с изображением трех домов.	Наблюдение рефлексия
19		Практико-диагностическое занятие Ч.2		Выявить, доступно ли детям умение распознавать чувства других людей, выражать сочувствие. Способствовать развитию умения управлять своими чувствами.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
20		Здравствуй цирк	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: платок, трубочка с шариками, обруч, скакалка	Наблюдение рефлексия
21		Дикие животные	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, внимания.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Игрушка - лисичка. Наглядный материал: картинки диких животных, мест, где они живут.	Наблюдение рефлексия
22		Мое настроение	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «пузырьковая колонна». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: картинки с изображением цветов, бумажные рыбки с	Наблюдение рефлексия

					настроением.	
23		В гостях у морского царя	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, быть внимательным, наблюдательным.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «плазма». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: картинки с изображением морских и речных обитателей.	Наблюдение рефлексия
24		Путешествие на облаке	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения, произвольности поведения, быть внимательным, наблюдательным.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: картинки с изображением животных.	Наблюдение рефлексия
25		Прогулка по саду весной	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, быть внимательным, наблюдательным.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «водопад». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: муляжи овощей и фруктов.	Наблюдение рефлексия
26		Разные чувства	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения, произвольности поведения.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, мягкий кубик, сухой бассейн, кресла, темный плед. Рисунки детей (предварительная работа)	Наблюдение рефлексия
27		На арене цирка	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию воображения, мышления, быть внимательным, наблюдательным.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», зеркальная стена. Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
28		Полет в космос	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения, произвольности поведения, быть внимательным, наблюдательным.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «звездное небо». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла, обручи. Наглядный материал: фото космонавтов, картинки на тему космоса.	Наблюдение рефлексия
Подведение итогов						
29		Волшебный город.	1	Создать условия для обучения детей умению выражать свое внутреннее состояние, умению прислушиваться друг к другу; способствовать развитию воображения, произвольности поведения, быть внимательным, наблюдательным.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла. Наглядный материал: рисунки грустных и веселых человечков, картинки на тему профессий.	Наблюдение рефлексия
30		Будь здоров!	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения; организации и проведению релаксации, развитию	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар». Музыкальный центр, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия

				воображения, мышления, быть внимательным, наблюдательным.	Наглядный материал: карточки с полезными и вредными продуктами питания, рисунки с полезными и вредными привычками. Книга Г. Остера «Вредные советы»	
31		Практико-диагностическое занятие Ч.1	2	Определить уровень самооценки детей. Выявить наличие агрессии, ее направленности и интенсивности.	Комната для занятий. Диагностический комплекс. Бланки, бумага для рисования, простой карандаш, цветные карандаши, ластик. Оборудование сенсорной комнаты: сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия тесты
32		Практико-диагностическое занятие Ч.2		Определить уровень тревожности ребёнка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми. Выявить, доступно ли детям понимание эмоциональных состояний.	Комната для занятий. Диагностический комплекс. Бланки, бумага для рисования, простой карандаш, цветные карандаши, ластик. Оборудование сенсорной комнаты: сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия тесты
33		Давайте жить дружно	1	Способствовать активизации деятельности детей на работу, развитию произвольности поведения. Способствовать развитию коммуникативных умений.	Оборудование сенсорной комнаты: светильник «Зеркальный шар», «Пузырьковая колонна», музыкальный центр. Сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия
34		Заключительное занятие	1	Создать условия для завершения работы, позитивного настроения.	Оборудование сенсорной комнаты: светильники «зеркальный шар», «пузырьковая колонна», «водопад», «звездное небо», «плазма». Музыкальный центр, мяч, сухой бассейн, кресла.	Наблюдение рефлексия