

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение центр  
развития ребенка- детский сад № 40

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета №1  
"21 " сентября 2022г.

УТВЕРЖДЕНО

Утверждающий приказ № 73-о от "21 "  
сентября 2022г.

Заведующий \_\_\_\_\_ Андриянова Н.Г.

**Развивающая программа дополнительного образования**

**«Занимательная сенсорика»**

Предназначена для детей от 1 до 7 лет

Срок реализация программы 5 лет

**Составила:**

Педагог- психолог

Королёва Ольга

Ивановна

Томск

## Содержание рабочей программы

I	Целевой раздел Программы	Стр.
1.1	Паспорт программы	3
1.2	Пояснительная записка	3
1.3	Цели и задачи реализации Программы	4
1.4	Планируемые результаты освоения Программы	5
II	Содержательный раздел Программы	6
2.1	Виды и формы работы	6
2.2	Структура тренинга	7

# 1.Целевой раздел Программы

## 1.1. Паспорт программы

<b>Наименование Программы</b>	Рабочая развивающая программа дополнительного образования «Занимательная сенсорика»
<b>Целевая группа</b>	Дети от 1 до 7 лет.
<b>Цель Программы</b>	Формирование базовых составляющих психического развития учащихся (формирование произвольной саморегуляции поведения, умения ребенка оценивать себя и свои действия (самооценка) познавательной активности, игровой активности, научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние)
<b>Задачи Программы</b>	1.Развитие эмоционально- волевой сферы. 2.Содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения; 3.Снятие страхов и эмоционального напряжения; 4. Формирование и коррекция нарушения в общении; 5. Привитие навыков социального поведения; 6. Смягчение эмоционального дискомфорта у детей; 7. Формирование и коррекция нарушения в общении.
<b>Ожидаемые конечные результаты</b>	-снятие эмоциональной напряженности, -поддержка положительной самооценки, -создание позитивного настроения, -усиление конструктивности поведения, способности выразить словами и осознать основания собственных действий, мыслей, чувств, -развитие продуктивности и контактности во взаимоотношениях с людьми, в возможности осуществить саморегуляцию, стать целостной личностью: физически и психологически здоровой.
<b>Сроки реализации программы</b>	2 раза в неделю (подгруппа по возрастам: 1-3, 3-5, 5-7 лет)

## 1.2.Пояснительная записка

Сенсорная комната и интерактивное оборудование и психологическая разгрузка, 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.

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 старшего дошкольного возраста приводит к возникновению различных трудностей в ходе начального обучения.

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;
- наличие «свободного пространства» для проявления индивидуальной активности ребенка;
- каждый следующий этап базируется на уже сформированных навыках и, в свою очередь, формирует «зону ближайшего развития»;
- необходимость поддержания высокой самооценки ребенка;
- совместное обсуждение понятого, увиденного, почувствованного и краткое резюме педагога в конце занятия.

### **1.3.Цели и задачи реализации Программы**

**Цель программы** - формирование базовых составляющих психического развития учащихся (формирование произвольной саморегуляции поведения, умения ребенка оценивать себя и свои действия (самооценка) познавательной активности, игровой активности, научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние).

#### **Задачи программы:**

1. Развитие эмоционально- волевой сферы;
2. Содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения;
3. Снятие страхов и эмоционального напряжения;
4. Формирование и коррекция нарушения в общении;
5. Привитие навыков социального поведения;
6. Смягчение эмоционального дискомфорта у детей;
7. Формирование и коррекция нарушения в общении.

### **1.4.Планируемые результаты освоения Программы:**

Данная программа даст возможность ребенку адаптироваться к новым условиям жизни, создаст у него чувство принадлежности к группе, положительного

эмоционального фона, дети смогут овладеть определенными коммуникативными навыками, умением понимать свое эмоциональное состояние, научиться распознавать чувства других людей, расширит представления об окружающем мире. Так же смогут анализировать причины межличностных конфликтов и смогут самостоятельно их регулировать, снизить уровень тревожности, эмоционального напряжения, улучшить работоспособность:

<b>Общее психофизиологическое развитие</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие физиологических, возрастных, психоэмоциональных, интеллектуальных и речевых функций;</li> <li>• активизация мышления;</li> <li>• улучшение соматического здоровья;</li> <li>• коррекция эмоционального состояния;</li> <li>• активизация деятельности;</li> <li>• нормализация сна;</li> <li>• развитие мелкой моторики.</li> </ul>
<b>Эмоциональное развитие</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• обогащение эмоционального опыта;</li> <li>• преодоление страхов; коррекция уровня тревожности и агрессивности;</li> <li>• стимуляция приятных и эстетических значимых переживаний;</li> <li>• формирование коммуникативных навыков у детей;</li> <li>• коррекция девиантного поведения.</li> </ul>
<b>Речевое развитие</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• активизация словаря;</li> <li>• формирование способности ребенка к пониманию обращенной к нему;</li> <li>• формирование диалогической речи;</li> <li>• формирование элементов словесного планирования;</li> <li>• формирование монологической речи;</li> <li>• формирование способности связно рассказывать, выделяя основную мысль.</li> </ul>
<b>Социальное развитие.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование личностной ориентации;</li> <li>• формирование способностей осознания и переживания успехов-неуспехи, результаты деятельности;</li> <li>• проекция общественных взаимодействий;</li> <li>• развитие социальных норм поведения;</li> <li>• ориентация ребенка на взрослого как на источник социального опыта;</li> <li>• формирование организационных умений;</li> <li>• развитие умения переносить освоенные навыки в незнакомую ситуацию;</li> <li>• осмысление не сложных конструкций, отражающих общественные правила, нормы общения и поведения в обществе;</li> <li>• формирование и развитие творческих способностей;</li> <li>• формирование развития самосознания, самоконтроля, способности адекватного отношения к себе и окружающим;</li> <li>• формирование правильное поведения в коллективе</li> </ul>

## 2.Содержательный раздел Программы

### 2.1.Виды и формы работы в сенсорной комнате с интерактивным сенсорным оборудованием

Наименование оборудования	Назначение	Виды и формы работы	Категория детей
Мягкое напольное покрытие (маты, пуфы)	<p><b>Релаксация:</b> -снятие негативных эмоций и состояний. -развитие воображения.</p> <p><b>Развитие:</b> -общей моторики; -пространственных представлений.</p> <p><b>Саморегуляция психического состояния.</b></p>	<p>-упражнения на релаксацию.</p> <p>-упражнения на воображение.</p> <p>-игры на снятие агрессивности.</p> <p>-сеансы психофизической разгрузки.</p> <p>-игры на воображение.</p>	Все категории детей
Интерактивная панель Интерактивная пол Безопасная «Пузырьковая колонна» Фиброоптические волокна Балансирующая доска Су-джоки, мячи, балансиры Бросовой материал	<p>-снижение уровня психоэмоционального напряжения.</p> <p>-снижение двигательного тонуса.</p> <p>-регуляция мышечного напряжения.</p> <p>-обогащение восприятия и воображения.</p> <p>-создание психологического комфорта.</p> <p><b>Релаксация:</b> -воздействие слуховых образов.</p> <p>-снижение нервно-психического и эмоционального напряжения.</p> <p>-активизация двигательной активности.</p> <p>-формирование навыков саморегуляции.</p> <p><b>Развитие:</b> -кинестетической и тактильной чувствительности; -мелкой и крупной моторики; -укрепление мышечного тонуса; -точных движений рук; -зрительного восприятия, внимания; -ориентировки в пространстве. -снижение уровня тревожности.</p>	<p>-светотерапия;</p> <p>-упражнения на укрепление общего мышечного тонуса, снижения психоэмоционального напряжения (перебираем фиброоптические волокон);</p> <p>-упражнение на развитие мелкой моторики и точных движений рук</p> <p>-зарядка «Смываем страхи, плохое настроение и т.п.»</p>	Все категории детей

	-коррекция страхов. <b>Релаксация:</b> воздействие зрительных образов		
--	---	--	--

## 2.2. Структура занятий

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.**

<b>Часть 1. Вводная</b>	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).
<b>Часть 2. Рабочая</b>	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.
<b>Часть 3. Завершающая</b>	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:**

Форма работы	Ожидаемые результаты
Упражнения на мышечную релаксацию	Снижение уровня возбуждения, напряжения.
Дыхательная гимнастика	Успокаивающее действие нервной системы.
Мимическая гимнастика	Снятие общего напряжения.
Двигательные упражнения, включающие	Развитие межполушарного взаимодействия.

попеременное или одновременное выполнение движений (логоритмика)	
Чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи.	Способствует развитию произвольности

#### **Основные методы:**

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

**Формы** организации коррекционно-развивающего процесса: групповая работа.

#### **Методы обучения:**

В содержание работы включены следующие формы и методы, эффективные как для взрослого (педагоги и родители), так и ребенка:

- Метод игрового моделирования поведения.
- Методы телесно-ориентированной терапии.
- Релаксационные методы.
- Метод продуктивной деятельности (рисование, аппликация).
- Метод сказкотерапии в книгах автора Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой.
- Психогимнастика.
- Пальчиковая гимнастика.
- Технология обучения в сотрудничестве.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Алябьева Е. А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений. — М.: ТЦ Сфера, 2004. — 96 с.
2. Кальмова С. Е., Орлова Л. Ф., Яворовская Т. В. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья: Учебно- методическое пособие — СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006.
3. Колос Г. Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении — М., 2006.
4. Кокорева А. В. Использование сенсорной комнаты в коррекционной работе с детьми, имеющими отклонения в поведении. Психолог в детском саду 2008.



5. Панфилова М. А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов. М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2005. — 160с.
6. Сорокин, В.М. Специальная психология.— СПб.: Речь, 2003. – 216 с.
7. Стребелева, Е.А. Специальная дошкольная педагогика: Учебное пособие / Е.А. Стребелева, А.Л. Венгер, Е.А. Екжанова. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 312 с.
8. Титарь А.И. «Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате», АРКТИ, 2009.