

МАДОУ «ЦРР-детский сад №16»
Ново-Савиновского района г.Казани

СОГЛАСОВАНО
Педагогический совет
протокол от 28.08.2025 № 1
Председатель педсовета
Хамидуллина А.З. _____

«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий МАДОУ
«ЦРР – детского сада № 16»
приказ № 20-ДПУ от 15.09.2025г.
_____ Шайдуллина Е.В

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально-педагогического направления
(ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ)
для детей младшего дошкольного возраста
(2-3, 3-4 года- первый год обучения)**

"Удивительный мир" развивающие занятия психолога в сенсорной комнате

Возраст обучающихся – 2-4 года

Разработчик программы

Михайловская И.В.

2025г

1

Документ передан через ELMA365

Идентификатор документа: 019bea72-ab13-715c-8821-464bb87d65f7

К

Содержание:

<i>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</i>	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2. Структура занятия	4
1.3 Цели и задачи реализации программы.....	6
1.4 Планируемые результаты	7
1.5 Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов	7
<i>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</i>	8
2.1. Перспективно-тематическое планирование.....	8
<i>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</i>	17
3.1. Материально-техническое обеспечение программы	17
3.2. Методическое обеспечение программы.....	17
Приложение	18

Введение

Предлагаемая дополнительная общеразвивающая программа МАДОУ "Центр развития ребёнка – детский сад №16»" Ново-Савиновского района г.Казани (Далее – Программа) имеет социально-педагогическую направленность, программа разработана в соответствии с:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- Приказ Мин.обр.науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении ФГОС ДО»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года N 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения";
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.Пояснительная записка.

Сенсорная комната позволяет выполнять следующие процедуры психологического и психокоррекционного воздействия: релаксацию, снятие эмоционального и мышечного напряжения; стимулирование чувствительности и двигательной активности детей, подростков, взрослых; фиксирование внимания и управления им, поддержание интереса и познавательной активности; повышение психической активности за счет стимулирования положительных эмоциональных реакций; развитие воображения и творческих способностей детей, подростков и взрослых; коррекцию психоэмоционального состояния. Программа "Удивительный мир" содержит занятия, направленные на расширение познавательной сферы и на коррекцию эмоционально-волевой сферы. Чаще всего именно здесь проявляются наибольшие трудности в развитии детей с ограниченными возможностями здоровья.

Специфическое оборудование сенсорной комнаты позволяет в привычном для детей пространстве выполнять разнообразные предметно-практические и игровые действия, сочетая двигательную и речевую активность. Кроме того, сенсорная комната обеспечивает быстрое установление эмоционально положительного контакта между ребенком и взрослым, что повышает уровень доверия и уважения ребенка к взрослому и настраивает его на эффективную и результативную работу. В целом, сенсорная комната – это реальная возможность расширения жизненного опыта детей, обогащение их чувственного мира. Она используется как «энциклопедия

стимулирующих ощущений», предлагающих гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение. Занятия для детей 2-5 лет.

Настоящая программа состоит как из релаксационных занятий, так и из развивающих. Занятия отличаются по сложности и насыщенности, что позволяет использовать их в работе с детьми, имеющими различные отклонения развития.

Работа по данной программе не требует строгого соблюдения алгоритма занятий: по собственному желанию и с учетом специфики работы в темной сенсорной комнате психолог может заменять упражнения, что позволит более творчески использовать интерактивное оборудование.

Длительность занятий 10-15(20) минут (в зависимости от индивидуальных особенностей участников занятий и целей упражнений).

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение девяти и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения. Все эти изменения обрушаются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, повышенная тревожность и т.д. Эти трудности возникают в связи с тем, что малыш переходит из знакомой и обычной для него семейной среды в среду дошкольного учреждения. Ребенок должен приспособиться к новым условиям, т.е. адаптироваться.

Одним из наиболее значимых методов психодиагностической работы, в том числе и работы по адаптации ребенка к дошкольному учреждению является сказка, она представляется «как средство трансляции опыта жизни от одного поколения к другому». Поэтому занятия в сенсорной комнате проводятся на основе технологии сказкатерапии.

1.2. 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	<p>Цель вводной части занятия – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками.</p> <p>Основные процедуры работы – приветствия, игры с именами</p> <p>Разминка в кругу: психологический настрой на занятие, приветствие (продолжительность 3 минуты).</p>
Часть 2.	Рабочая	<p>На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия.</p> <p>В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка. Методы сказкотерапии.</p>
Часть 3.	Завершающая	<p>Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии.</p> <p>Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, релаксации.</p>

Каждое занятие включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции:

<ul style="list-style-type: none"> Упражнения на мышечную релаксацию 	снижает уровень возбуждения, снимают напряжение.
<ul style="list-style-type: none"> Дыхательная гимнастика 	действует успокаивающе на нервную систему.

<ul style="list-style-type: none"> 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.
<ul style="list-style-type: none"> Чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи. 	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:

1. Индивидуальная работа.
2. Групповая работа.

Формы работы с родителями

- Совместное посещение занятий в сенсорной комнате.
- Индивидуальное и групповое консультирование.
- Стендовые консультации
- Анкетирование.

1.3 Цели и задачи реализации программы

Цели программы – сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья детей дошкольного возраста с помощью мультисенсорной среды.

Задачи:

1. Профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок

2. Создание положительного эмоционального состояния
3. Формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласование движения собственного тела
4. Облегчение состояния тревожности
5. Формирование адекватной самооценки
6. Развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом
7. Развитие памяти, речи, фантазии, оригинальности.
8. Развивать все формы чувствительности, внимание, память, мышление, воображение, фантазию.

Формы работы: когнитивно-поведенческие техники психокоррекции, техники телесноориентированной терапии.

Срок реализации программы

1 год

1.4.Планируемые результаты:

- позитивная самооценка, уверенность в себе;
- снижение психоэмоционального напряжения;
- снижение тревожности;
- принятие себя, формирование самооценки;
- уменьшение агрессии в межличностных отношениях;
- адекватные формы поведения;
- появление активности и самостоятельности у пассивных детей;
- создание позитивного настроения;
- ускоряются процессы развития восприятия и познания окружающего мира.

1.5. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

Мониторинг проводится исключительно с целью индивидуализации образовательного процесса и оптимизации работы с группой детей. Все данные заносятся в сводную диагностическую карту обследования, которые помогают проанализировать результаты обследования, спланировать работу и увидеть динамику развития ребенка.

Оценкой результатов является **диагностическая таблица наблюдений**, которая, включает в себя несколько граф показателей

В середине года проводится открытая образовательная деятельность, в мае итоговая. Промежуточным выявлением знаний является проведение мониторинга на начало и конец года (в виде диагностической карты).

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования: посещение открытого мероприятия педагогами ДОУ, отчет с презентацией о работе дополнительного кружка.

Критерии ФИО ребенка	позитивная самооценка, уверенность в себе	снижение психоземotionalного	снижение тревожности	принятие себя, формирование самооценки	уменьшение агрессии в межличностных отношениях	адекватные формы поведения;	появление активности и самостоятельности у пассивных детей;	создание позитивного настроения;	ускоряются процессы развития восприятия и познания окружающего мира.
----------------------------	--	---------------------------------	-------------------------	---	---	--------------------------------	---	--	--

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Перспективное планирование образовательной деятельности

Дата	неделя	Тема	Цель	Форма проведения
	3-я неделя	Воздушно-пузырьковая панель	<p>Развитие зрительного восприятия, цветовосприятия, активизация внимания.</p> <p>Релаксация в процессе представления образов.</p> <p>Создание психологического комфорта.</p> <p>Снижение уровня тревожности.</p> <p>Коррекция страхов.</p> <p>Разнообразить поток ощущений, позволить фантазии создавать причудливые картины</p>	
	4-я неделя	Сухой бассейн	<p>Снижение уровня психоэмоционального напряжения.</p> <p>Снижение двигательного тонуса.</p> <p>Регуляция мышечного напряжения.</p> <p>Развитие: кинестетической и тактильной чувствительности; образа тела;</p> <p>пространственных восприятия и представлений; проприоцептивной чувствительности.</p> <p>Коррекция уровня тревожности, агрессивности.</p> <p>Удовлетворяет потребность ребенка в гармоничных движениях, стимулирует его поисковую и творческую активность.</p>	
Октябрь				

	1-я неделя	Чтение русской народной сказки «Колобок»	учить детей эмоционально и активно воспринимать содержание сказки, принимать участие в беседе, учиться точно, отвечать на вопросы, развивать творческую инициативу.	Чтение сказки, игра - драматизация
		Рассказывание сказок « Волк и козлята»	развивает творческую инициативу, интерес к работе, учить точно, отвечать на вопросы участвовать в рассказывании.	Рассказывание и показ иллюстраций
	2-я неделя	Чтение сказки «Кот, петух и Лиса»	учить детей эмоционально воспринимать содержание сказки с загадками о животных, побуждаясь выражать свои впечатления в самостоятельных высказываниях	Чтение сказки с показом персонажей с помощью фланелеграф
		Рассказывание .«Петушок и бобовое зёрнышко».	учить понимать образное содержание и идею сказки, передавать структуру сказки с помощью моделирования, замечать и понимать образные слова.	Рассказывание сказки и беседы по содержанию.
	3-я неделя	Чтение сказки «Маша и медведь»	учится понимать тему и содержание сказки; упражняется в использовании сравнений развивать интерес к информации, которую несет текст.	Чтение сказки с показом иллюстраций на фланеллеграфе
		Терапевтическая сказка «Как слоненок пошел в детский сад»	Оказать помощь в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения	Рассказывание сказки и беседы по содержанию.
	4-я неделя	Сказка «Лесной детский сад»	Снизить чувство тревоги	Чтение сказки с показом иллюстраций
		«Теремок»	научить выражать эмоции через движения и мимику, познакомить со сказкой «Теремок». Включает в себя хоровод – игру «Мыши на лугу»	Игровое занятие
Ноябрь				

	1-я неделя	Чтение сказки «Гуси - лебеди»	продолжаться учиться внимательно слушать форму, понимать содержание, помочь осмыслить значение обратных выражений.	Чтение сказки и беседа по содержанию.
		Чтение сказки «Бычок – чёрный бочок»	продолжаться учиться внимательно слушать сказку понимать содержание, помочь осмыслить значение обратных выражений, активизировать эмоционально-оценочную лексику.	Чтение сказки и беседа по содержанию с показом иллюстраций
	2-я неделя	Чтение сказки «Лиса и заяц»	продолжать учить д. понимать содержание сказки осмыслить значение образных выражений в тексте.	Показ настольного театра
		Рассказывание д. сказки «Теремок».	продолжать учить д. понимать содержание сказки осмысливать значение образных выражений в тексте.	Рассказывание сказок с показом иллюстраций, игра –драматизация.
	3-я неделя	«По следам сказки»	учить вспоминать знакомую сказку, характеризовать героев, сообща, вместе с воспитателем пересказывать знакомую сказку, показывая характер героя при помощи интонации.	Игровое занятие
		«В огороде зайчика»	вовлекать детей в игровую ситуацию, создавать положительный эмоциональный настрой, дать пример диалога с героем, учить детей ориентировать в пространстве, выполнять несложные движения.	инсценирование игры «В огороде зайчика» (русская народная песня).
	4-я неделя	«Везёт, везёт лошадка»	расширить круг действий с предметами, побуждать к звукоподражанию, упражнять в имитации, учить переключаться с одного действия на другой.	возможность проявлять себя индивидуально в общей игре
		«Наступили холода»	целью является дать представление о «холодном» настроении в музыке и побуждать эмоционально на него отзываться, упражнять в звукоподражании, учить выразительной артикуляции, побуждать к участию в играх – драматизациях. Включает в себя беседу воспитателя о том, что осень подходит к концу, облетают последние листья и т.д, чтение стихотворения <i>о начале зимы, игра</i> –разминка «Холодок», этюд – упражнение «Как воет ветер», игра – драматизация «Сыпал белый снежок». Занятие заканчивается песней про снежок	Игровое занятие

Декабрь				
	1-я неделя	«Зима пришла»	Игровое занятие включает в себя беседу воспитателя о зиме, двигательную импровизацию «Саночки летят», игра «Кто за ёлкой?» Музыкальные записи, костюмы гномов, искусственные ёлки - декорации	Беседа, двигательная импровизация, подвижная игра
		Рассказывание сказки «Лесной мишка и проказница мышка»	воспринимать и осознавать образное содержание сказки, замечать образные слова и выражать в тексте, учить придумывать новые эпизоды.	Рассказывание сказки
	2-я неделя	Чтение «Кот, петух и лиса»	продолжать учить д. воспринимать литературный текст, осознавать образное содержание сказки.	Показ кукольного театра
		«Козочки и волки» в обработке А. Толстого.	целью является учить воспроизведению сюжета игры, побуждать к участию в игровом сюжете, упражнять в звукоподражании, учить детей взаимодействовать друг с другом в игре, учить выразительно двигаться в подвижной игре. Включает в себя игру – разминку «Козочка, ау»!, игру «Козочки и волки»	Рассказывание сказок с показом иллюстраций
	3-я неделя	«Сказка – ложь, да в ней намёк»	Игровое занятие целью которого является учить вниманию, вслушиваться в рассказ воспитателя и отвечать на вопросы по сюжету. Включает в себя беседу воспитателя с детьми о прошлом занятии, чтение сказки «Козлятки и волк» (беседа после прочтения), игра «Козочки и волк». Книга со сказкой «Козлятки и волк» (в обработке А.Толстого)	Беседа, чтение сказки, подвижная игра
		«В театре кукол»	Игровое занятие целью которого является знакомство с искусством театра, дать представление о его атрибутике (афиша, зрительный зал, билеты), учить правилам поведения в театре, учить настраиваться на восприятие сказки с первых звуков, внимательно слушать сказку, учить рассказывать о своих первых впечатлениях сразу после окончания спектакля. Включает в себя разыгрывание ситуации «Посещение театра» с теоретической частью	разыгрывание ситуации

	4-я неделя	Чтение сказки «Гуси-лебеди».	продолжать учить д. понимать содержание сказки осмысливать значение образных выражений в тексте.	Чтение сказки с показом д. иллюстраций на фланеллеграфе
		«Новогодние приключения»	Игровое занятие целью которого является создание сказочной атмосферы занятия, порадовать детей, расширить круг воспринимаемых музыкально – драматических образов, побуждать к двигательной активности.	Чтение сказки, игра - хоровод
Январь				
	2-я неделя	Чтение сказки «Бабушка Вьюга»	продолжать учить д. эмоционально образное содержание сказки, осмыслить характеристики и поступки персонажей, уточнить представление д. о жанровых особенностях сказки.	Чтение сказки с показом д. иллюстраций.
		Чтение сказки «Раз-два – дружно». В. Сутеев	осмыслить характеристики и поступки персонажей, уточнить представление д. о жанровых особенностях сказки.	Чтение сказки с показом театра на фланеллеграфе
	3-я неделя	«В тесноте, да не в обиде» (по сказке «Рукавичка»)	цель: Учить детей отгадывать загадки; воспитывать коммуникативные качества; учить сочетать речь с движением, развивать воображение.	Чтение сказки
		Восприятие и обыгрывание потешки «Тили-бом! Тили- бом!».	Цель. Развитие у детей умений художественного восприятия игровых образов, понимание характера героя потешки, особенностей его поведения, эмоциональные отношения.	Беседа, чтение сказки, подвижная игра

	4-я неделя	Сказка «Лиса и заяц»	Цель: Вызвать интерес к прослушиванию сказки, развивать ассоциативное мышление; развивать исполнительское умение через подражание повадкам животных, их движениям.	Беседа, чтение сказки, подвижная игра
		Упражнение: вести рассказ от первого лица и рассказать о себе: «Я маленький зайчик», и т. д.	Цель: Создать условия для сочетания в роли движения и слова, развивать чувство партнерства.	Беседа, чтение сказки, подвижная игра
Февраль				
	1-я неделя	Чтение сказки «Морозко»	осмыслить характеристики и поступки персонажей	Чтение сказки и беседа по содержанию
		«По щучьему велению»	продолжать учить д. эмоционально образное содержание сказки, осмыслить характеристики и поступки персонажей,	Чтение сказки с показом д. иллюстраций
	2-я неделя	«Пых».	воспринимать и осознавать образное содержание сказки, замечать образные слова	Показ кукольного театра подготовительной группы
		«Два жадных медвежонка».	понимать содержание, помочь осмыслить значение обратных выражений, активизировать эмоционально-оценочную лексику.	Чтение и беседа по содержанию сказки
	3-я неделя	«Сидит белка на тележке»	Развитие у детей умений художественного восприятия игровых образов, понимание характера героя потешки, особенностей его поведения, эмоциональные отношения.	Восприятие и обыгрывание потешки
		«Почему плакал котенок»	Цель:Создать необходимые условия для драматизации этой сказки, развивать интерес к театрально – игровой деятельности.	Чтение и беседа по содержанию сказки
	4-я неделя	«Мороз –Красный нос»	Игровое занятие целью которого является порадовать детей, вызвать эмоциональный отклик на игру, приобщить к инсценировке песни, вести в волшебный мир театра, познакомить со сказкой «Заяц – Хваста», учить внимательно слушать сказку. Включает в себя	Чтение и беседа по содержанию сказки

			игру «Заморожу», песенку – игру «Мы погреемся немножко», кукольный спектакль «Заяц – Хваста».	
		«На дворе метёт, у печки - жарко»	Игровое занятие целью которого является приобщить детей к русской национальной традиции, учить инсценировке, учить взаимодействовать друг с другом в игровом сюжете. Включает в себя инсценировку «Во светлице», разыгрывание сценок «Свинка Ненила», «Две вороны», отгадывание загадок, инсценировка «Гости прощаются»	Чтение и беседа по содержанию сказки, отгадывание загадок
Март				
	1-я неделя	«Маша и медведь»	осмыслить характеристики и поступки персонажей	Показ настольного театра
		«Кошкин дом» С. Маршак	учить понимать образное содержание и идею сказки, передавать структуру сказки с помощью моделирования, замечать и понимать образные слова	Показ сказки на фланеллеграфе
	2-я неделя	«Лиса и заяц»	продолжать учить д. эмоционально образное содержание сказки, осмыслить характеристики и поступки персонажей,	Показ настольного театра
		«У страха глаза велики».	осмыслить характеристики и поступки персонажей	Беседа по содержанию сказки
	3-я неделя	«Забыла девочка котенка покормить, не мог он вспомнить, как покушать попросить».	Цель:Отождествление себя с театральным персонажем; развивать внимательность; сочетание движения и речь; закреплять знания об окружающем.	Беседа по содержанию сказки
		«Ловкий мышонок»	Игровое занятие целью которого является дать прикладное понимание о колыбельной, приобщить детей к колыбельной песни, будить воображение детей, познакомить детей со сказкой В.Бианки, вовлечь в игровой сюжет, учить самостоятельно действовать в игре. Включает в себя игру «Мышиная зарядка». Книга со сказкой В.Бианки «Лис и мышонок», шапочки лиса и мышат, мягкие игрушки (лис и мышонок), колыбельная для мышонка.	Подвижная игра
	4-я неделя	«Кошка и ее котята»	Игровое занятие целью которого является познакомить детей со сказкой «Кошка и котята», и театром на фланелеграфе,	Чтение и беседа по содержанию сказки

			развивать сопереживание, учить внимательно слушать сказку, учить отвечать на вопросы по её содержанию	
		«Мамины детки»	Игровое занятие целью которого является развитие сопереживания, чуткое отношение к другому, учить показывать сказку на фланелеграфе, учить пересказывать сюжет знакомой сказки, дать заряд положительных эмоций в этюдах и играх	Чтение и беседа по содержанию сказки
Апрель				
	1-я неделя	«Лиса – нянька»	воспринимать и осознавать образное содержание сказки, замечать образные слова и выражать в тексте, учить придумывать новые эпизоды.	Чтение и беседа по содержанию сказки
		«Лисичка со скалочкой»	воспринимать и осознавать образное содержание сказки, замечать образные слова и выражать в тексте, учить придумывать новые эпизоды	Показ иллюстраций
	2-я неделя	«Кто сказал мяу?»	развивает творческую инициативу, интерес к работе, учить точно, отвечать на вопросы участвовать в рассказывании.	Показ пальчикового театра
		«Кот – рыболов»	учится понимать тему и содержание сказки; упражняется в использовании сравнений развивать интерес к информации, которую несет текст.	Беседа по содержанию сказки показ сказки на фланелеграфе
	3-я неделя	«Путешествие на автобусе»	Игровое занятие целью которого является учить детей вступать во взаимодействие в сюжетно – ролевой игре и распределять роли, развивать двигательную активность детей, учить внимательно слушать сказку, следить за сюжетом, дать представление о театре игрушек на ковре. Включает в себя сказку «Лис и лисёнок»	Театр игрушек
		«Корзина с подснежниками»	Игровое занятие целью которого является порадовать детей и вовлечь их в игровой сюжет, побуждать детей к двигательной импровизации, активизировать их слуховое внимание и восприятие, учить самостоятельности в ролевом поведении, прививать эстетический вкус	Игра – импровизация, игра - хоровод
	4-я неделя	Сказка «Пых» обр. Н.Мялика белорусская сказка	Цель: Продолжать работу над интонационной выразительностью речи детей и их умение имитировать	Беседа по содержанию сказки

			движения персонажей театрального действия.	
		Игра - драматизации по сказке «Почему плакал котенок»	Цель. Создать необходимые условия для драматизации этой сказки, развивать интерес к театрально – игровой деятельности.	Чтение и беседа по содержанию сказки
Май				
	1-я неделя	«Мешок яблок»	учить детей эмоционально и активно воспринимать содержание сказки, принимать участие в беседе, учиться точно, отвечать на вопросы, развивать творческую инициативу.	Показ иллюстраций на фланеллеграфе
	2-я неделя	«Палочка – выручалочка»	учить понимать содержание и идею сказки, передавать структуру сказки с помощью моделирования, замечать и понимать образные слова	Беседа по содержанию сказки
		«Мышонок и карандаш»	осмыслить характеристики и поступки персонажей, уточнить представление д. о жанровых особенностях сказки.	Показ иллюстраций из книги
		«Такие разные дожди»	занятие целью которого является развить эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, ритмическое и ладово – интонационное чувство детей, упражнять в пальчиковой гимнастике, учить ролевому воплощению, учить отчётливой и выразительной речи, порадовать детей.	Включает в себя пальчиковую игру – гимнастику
	3-я неделя	«Дедушка Ежик»	Игровое занятие целью которого является порадовать детей, создать эмоционально – положительное отношение к произведениям малых фольклорных форм, научить детей выступать перед сверстниками, развивать эстетический вкус, побуждать к импровизации, познакомить со сказкой «Как ёжик друга нашёл». Включает в себя русскую народную песенку – игру «Дедушка Ежик», кукольный театр «Как ёжик друга нашёл»	
		«Выходи на зелёный лужок»	Игровое занятие целью которого является порадовать детей, вовлечь в игру, учить действовать в игре группой и по одному, учить выразительно двигаться под музыку в соответствии с текстом, будить	Песня – игра, песня – этюд

			воображение детей, побуждать к двигательной активности. Включает в себя песню – игру «По лугу», песню – этюд «Ручейки». Музыкальные записи (народных мелодий), корзинки, султанчики, накидки для ручейков.	
	4-я неделя	«Палочка – выручалочка»	учить понимать содержание и идею сказки, передавать структуру сказки с помощью моделирования, замечать и понимать образные слова	Беседа по содержанию сказки

Всего:
65 занятий 2 раза в неделю

II. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Материально-техническое обеспечение программы:

Образовательная деятельность проводится в кабинете сенсорной комнаты, согласно расписанию МАДОУ «ЦРР-детский сад №16».

Дополнительные средства :

1. Зеркало 1шт.
2. Ковер напольный 1шт .
3. Зеркальный шар 1 шт.
4. Источник света 1 шт.
5. Интерактивная воздушно-пузырьковая трубка
6. Мягкая платформа угловая.
7. Комплект из двух акриловых зеркал
8. Интерактивный сухой бассейн
9. Шары для сухого бассейна прозрачные (1300 шт)
10. Фиброоптическое волокно
11. Источник света к фиброоптическому волокну.
12. Планшет для рисования песком с крышкой"Студийная"700*500)
13. Песок кварцевый (1000 г)
14. Набор трафаретов (подводный мир,домашние животные,транспорт)

Учебно- методическое обеспечение:

1. Хухлаев О.А., Хухлаева О.В. Волшебный капельки счастья: терапевтические сказки. – М.: Проспект, 2019.-384.
2. **Под ред** канд. пед. наук *Н.В. Микляевой. Программа «Здоровые дети — шанс на семью»*
3. *Белинская Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников.*
4. Вачков И.В. Введение в сказкотерапию. — М. Генезис. 2011 г.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Формы и методы работы со сказками. - СПб.: Речь.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии – СПб. : Речь, 2007
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии – СПб. : Речь, 2006.
8. Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия – М. : Эксмо-Пресс, 2005.
9. Чистякова М.И. Психогимнастика. М.: Просвещение, 1995.

10. Фесюкова Л.Б. Воспитание сказкой. М.: АСТ, 2000.
11. Акулова О. Театрализованные игры // Дошкольное воспитание, 2005, №4, с. 24.
12. Артёмова Л. В. Театрализованные игры дошкольников: Кн. для воспитателя дет. сада.—М.: Просвещение, 1991.— 127 с;

Интернет ресурсы

<https://nsportal.ru/>

<https://razvivashka.online/metodiki/skazkoterapiya-dlya-detey>

<https://www.maam.ru/>

<https://melkie.net/>

Приложение 1

Рекомендации по использованию оборудования темной сенсорной комнаты с отдельными категориями детей в темной сенсорной комнате

Крайне осторожно следует подходить к занятиям в сенсорной комнате с детьми, имеющими следующие проблемы:

Астенические проявления. Активная стимуляция людей с астеническим синдромом к разнообразной деятельности в интерактивной среде часто приводит к быстрому их утомлению, поэтому занятия с ними нужно заканчивать до того, как наступит спад активности. Индивидуальная продолжительность занятий в данном случае меньше, чем для людей с нормальной работоспособностью. Время пребывания в сенсорной комнате людей необходимо наращивать от занятия к занятию (от 7 до 15-20 мин).

Коммуникативные нарушения. При работе с данной категорией рекомендуется выявить наиболее «приятные» раздражители, создающие эмоциональный комфорт, и постараться ограничиться только ими.

Синдром гиперактивности. Для занятий с гиперактивными детьми необходимо регламентировано использовать аудиовизуальные и тактильные раздражители. Занятие проводится не более 15 минут. Световые эффекты до 5 минут. При работе с гиперактивными детьми необходимо снизить нагрузку на сенсорику, исключить элементы активной стимуляции. На занятиях с такими детьми рекомендуется применять напольный мат в сочетании с трапедией с гранулами вместо бассейна с шариками (легковозбудимому ребенку труднее расслабиться в подвижных шариках).

Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии. Занятия с детьми и взрослыми, страдающими данным заболеванием проводятся только после консультации с врачом-психоневрологом. Звуковые и световые сигналы при этом не должны быть ритмичными. Необходимо отказаться от мелькающих эффектов и не использовать проекторы с мерцающим светом, например такие, как зеркальный шар, проектор «Меркурий», прибор

динамической заливки света, набор «Бегущие огни». Не рекомендуется использовать полную темноту. Больные эпилепсией или с готовностью к ней приходят в помещение комнаты только тогда, когда один из осветительных приборов, рекомендованный для использования во время занятий с ними, уже включен. У детей с судорожной готовностью, частыми эпилептическими припадками рекомендуется применять только релаксационные приемы и оборудование. Например, ребенок, лежа в бассейне, принимает комфортную позу. Он расслаблен, при этом ощущает постоянный контакт всей поверхности тела с шариками, наполняющими сухой бассейн, который создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию.

Умеренная и тяжелая умственная отсталость. С тяжелой умственной отсталостью не следует предлагать оборудование, которое требует достаточно точного уровня взаимодействия на тактильном уровне (например, волшебная нить с контролером, светильник «Фонтан света», пузырьковая панель, пузырьковая колонна, интерактивная панель, пучок фиброоптических волокон с боковым свечением «Звездный дождь»). Использование этого оборудования в работе возможно только в процессе индивидуальной работы, на этапе достаточно точной ориентировки их в пространстве комнаты и под контролем специалиста. Также можно дозированно использовать взаимодействие с такими приборами, как зеркальный шар, проектор «Меркурий» (1-2 мин), панно «Бесконечность» (0,5-1 мин). Остальные приборы применяются по рекомендации врача.

Психоневрологические заболевания. Нежелательно проводить занятия с теми, кто проходит лечение различными психотропными препаратами. В этом случае также необходима рекомендация лечащего врача. В работе с детьми, имеющими неврологические нарушения, необходимо учитывать специальные рекомендации невропатолога.

Нарушения зрения. Опора на занятиях делается на более сохранные слуховые и тактильные анализаторы. Например, во время занятий с интерактивной двухметровой колонной, установленной на мягкой платформе, нельзя использовать зеркальный уголок, так как он не позволяет ребенку сконцентрировать зрение на самом объекте и рассмотреть движение пузырьков или рыбок внутри нее. Занятия в комнате с людьми, имеющими нарушения зрения, учитывают их особенности (уменьшение поля зрения, четкости, искажение зрительного образа). Не рекомендуются мелькающие изображения. Желательно использовать контраст. При работе с детьми с нарушениями зрения следует с осторожностью пользоваться лампами направленного света.

Нарушения слуха. Поскольку система работы в комнате ориентирована на тактильное, зрительное и слуховое восприятие, людям с нарушенным слухом трудно понимать без звукового сопровождения или словесного пояснения те или иные зрительные или тактильные интерактивные эффекты. Восприятие аудиальных ощущений становится для глухих людей недоступным. Поэтому использование этого оборудования, наряду с интерактивным оборудованием, доступным для их восприятия, требует

специального отбора и комплексного взаимодействия психолога и сурдопедагога.

Тревожные дети. В процессе занятий с тревожными детьми необходимо исключить резкие переходы от одного стимула к другому. Первое посещение тревожным ребенком темной сенсорной комнаты следует начать с того, что ребенок вместе с педагогом (психологом) подходит к открытой двери в комнату, где включены все сенсорные стимулы. Если ребенок сам входит в комнату, то педагог дает возможность ему в течение 5 минут исследовать ее и удостовериться в ее безопасности. По истечении 5 минут рекомендуется выключить все оборудование, а затем использовать максимум три стимула в зависимости от целей занятия. Психолог должен знать какое оборудование следует включить в начале, а какое — в конце занятия.

Приложение 2

Примеры релаксации с использованием сенсорного оборудования

При проведении релаксации желательно использовать зеркальный шар и аудиозаписи.

Дети располагаются на мягком напольном покрытии и мягком кресле.

Летняя ночь

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь.

Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по темному небу. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: лицо, спину, руки и ноги... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым, послушным...

Дышим легко...ровно...глубоко... (2 раза)

- Ласковый ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен.

Дышим легко...ровно...глубоко...

Гаснут звезды. Наступает утро. Настроение становится бодрым и жизнерадостным. Мы полны сил и энергии...

Постарайтесь сохранить ощущение бодрости и радости на весь день.

Отдых на море

- Представьте себе, что вы находитесь на берегу огромного синего моря. Вы лежите на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно...

Теплые легкие лучики солнышка нежно глядят вас по лицу, шее, рукам, ногам – по всему телу... Ваши руки отдыхают...Ваши ноги отдыхают.

Дышим легко...ровно...глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все ваше тело легкой свежестью. Вам тепло и приятно...

Лучики солнышка скользят по вашей коже, приятно согревая ее. Вы спокойно отдыхаете и...засыпаете.

Дышим легко...ровно...глубоко...

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали.

Хорошо вам отдыхать?

Но уже пора вставать!
Подтянуться, улыбнуться,
Всем открыть глаза и встать!

Отдых в волшебном лесу

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь и закройте глаза.
Представьте себе, что вы находитесь в лесу, отдыхаете на мягкой зеленой траве. Вокруг вас много деревьев, кустарников. Растут яркие, разноцветные, очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Вы слышите пение птиц, шорохи травинки, шелест листьев деревьев.
Дышим легко...равно...глубоко...
Вам хорошо и спокойно.
Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

Водопад

- Сядьте поудобнее, представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Вода чистая и теплая. Вам тепло и приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, рукам и ногам. Они стекают и продолжают свой бег дальше.
Постойте немного под водопадом - пусть вода омоет ваше лицо и тепло, унесет прочь все страхи и неприятности. Пусть все ваши беды уплывут вместе с водой.
Ваши страхи, беды смысла и унесли с собой вода. Чистая теплая вода омыла вас.
Возьмите хорошее настроение с собой на весь день.

Радуга

- Ложитесь поудобнее, расслабьтесь и закройте глаза.
Представьте себе, что вы лежите на мягкой зеленой траве. Над вами голубое небо, а на небе яркая разноцветная радуга. Радуга блестит, переливается всеми цветами и передает вам свое настроение. Вы видите красный и оранжевый цвет.
Красный цвет дает вам тепло и силу. Вы становитесь сильнее, вам тепло и приятно.
Желтый цвет приносит радость. Солнышко тоже желтого цвета, лучики солнца вас гладят, и вы улыбаетесь.
Зеленый цвет – это цвет травы, листьев. Вам хорошо и спокойно.
Голубой и синий – цвета неба и воды. Голубой – мягкий и успокаивающий, освежающий, как вода в жару.
Запомните ощущения, которые приносил вам каждый цвет радуги, - пусть настроение у вас сегодня будет таким же разноцветным, как радуга.

Примеры упражнений по мышечной релаксации

Ноги

Подними левую ногу, поверни ее носком к себе и напряги ее. Отметь места, где вы почувствуете максимальное напряжение (верхняя и нижняя часть бедра, колено, икра, передняя и задняя часть стопы и носок). Медленно расслабь ногу и опускай ее, пока стопа не окажется на полу. Убедись, что нога полностью расслаблена. Заметь и запомни разницу в мышечных ощущениях. Повтори упражнение с правой ногой.

Живот

Напряги живот, поджав его и сделав твердым, как доска. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабь живот. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь и запомни разницу в мышечных ощущениях.

Спина

Наклонись вперед. Отведи локти максимально назад и попробуй свести лопатки. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабься, выпрямись в кресле и вытяни руки до тех пор, пока они не лягут на колени в расслабленном состоянии. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью.

Грудная клетка

Напряги грудную клетку. Попытайся сжать ее. Отметь места, где чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабь грудь. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь разницу в мышечных ощущениях.

Ниже пояса

Напряги нижнюю часть тела, включая бедра и ягодицы. Ты должен почувствовать, как будто слегка приподнялся над креслом. Ты можешь заметить, что твои ноги тоже немного напряглись. Отметь места, где чувствуешь максимальное напряжение. Медленно расслабься в кресле. Заметь разницу в мышечных ощущениях.

Руки

Выпрями правую руку, сожми кулак и напряги руку от плеча до кисти. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (бицепсы, предплечье, тыльная часть ладони, локоть, сверху и снизу запястья и пальцы). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Медленно расслабь руку, начиная с предплечья до тех пор, пока она не ляжет на колени в расслабленном состоянии. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь разницу в мышечных ощущениях. Повтори упражнение с левой рукой.

Шея

Напряги шею. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (кадык, мышцы по бокам и сзади шеи). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Медленно расслабь шею. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Лоб

Наморщи лоб. Отметь те места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (над переносицей и под каждой бровью). Медленно расслабь лоб и особо внимательно следи за теми областями, которые напряжены больше всего. Понаблюдай несколько секунд, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Заметь разницу в мышечных ощущениях.

Глаза

Очень плотно закрой глаза. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение. Твои глаза должны быть напряжены в верхней и нижней частях век и по внешним и внутренним границам глаза. Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Постепенно расслабь глаза, медленно открывая их. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Нос

Наморщи нос. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (переносица и ноздри). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Постепенно расслабь нос, сняв все напряжение. Понаблюдай несколько секунд, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Улыбка

Широко улыбнись. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (верхняя и нижняя губа, щеки). Губы должны быть широко растянуты. Постепенно расслабь лицо. Понаблюдай несколько секунд, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью.

Язык

Крепко прижми язык к небу. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (между нёбом и языком и мышцы под нижней челюстью). Медленно расслабь эти мускулы, опуская язык вниз. Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Челюсти

Напряги челюсти. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (мускулы с обеих сторон лица и виски). Медленно разожми челюсти и отметь ощущение освобождения. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Губы

Подожми губы. Отметь места, где ты чувствуешь максимальное напряжение (верхняя и нижняя губа и уголки губ). Обрати особое внимание на те области, которые напряжены больше всего. Медленно расслабь губы. Заметь, как чувствуют себя расслабляющиеся мышцы, затем расслабь их полностью. Отметь разницу в мышечных ощущениях.

Сведения о подписях:

Документ подписан

Организация: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ
САД № 16" НОВО-САВИНОВСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ
Имя подписанта: Хамидуллина Алсу Зуфаровна
Сертификат: 138879319997223468448425675660045653506
Срок действия сертификата: 25.01.2027
Дата подписания: 23.01.2026 13:46

К

Идентификатор ЭДО 019bea71-d3be-7041-8a1c-f16da4426bee