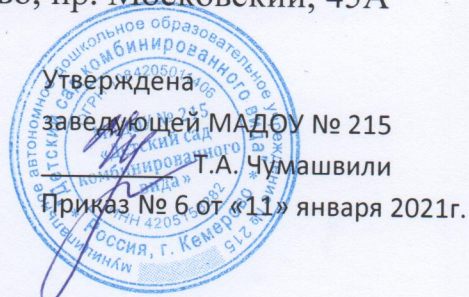


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение № 215
«Детский сад комбинированного вида»
МАДОУ № 215 «Детский сад комбинированного вида»
Адрес: 650065, г. Кемерово, пр. Московский, 45А

Принята
на заседании Педагогического совета
МАДОУ № 215
Протокол № 1 от «11» января 2021г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Психологическое сопровождение»
социально-педагогической направленности
Возраст учащихся: 2-7 года
Срок реализации программы: 1 год**

Разработчик:
Рязанова Ирина Викторовна,
педагог-психолог

г. Кемерово, 2021г.

Содержание

Пояснительная записка	стр. 2 – 7
Учебно-тематический план	стр. 8 – 16
Список литературы	стр. 16
Приложение	стр. 17

Пояснительная записка.

Современный ребенок испытывает недостаток тактильных, слуховых, обонятельных ощущений. Порой он воспринимает окружающий мир линейно, однобоко.

Вернуть всю полноту восприятия через взаимодействие с реальными объектами – главное назначение сенсорной комнаты. Известно, что чем большее число сенсорных систем задействовано в процессе воспитания и обучения ребенка, тем успешнее и эффективнее происходит его развитие.

Сенсорная комната является мощным инструментом для расширения мировоззрения ребенка, его сенсорного познавательного развития. Пребывание в ней способствует нормализации психического и эмоционального состояния дошкольника, снижению беспокойства и агрессивности, снятию нервного возбуждения и тревожности, а также активизации мозговой деятельности.

Занятия, направленные на развитие восприятия и познавательной деятельности, проводятся с использованием оборудования сенсорной комнаты, которое является средой эмоционального комфорта и благополучия, для снятия тревожности в период адаптации и переживаний. Пособия и материалы подобраны с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей. Занятия проводятся педагогом-психологом ДОУ. Яркое изменяющее цвет оборудование стимулирует мотивацию и познавательную деятельность детей. Безопасная среда способствует развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления, восприятия), органов чувств, коррекции личностных особенностей, релаксации. Все пособия, оборудование используются многофункционально.

Для развития кожно - кинестетической чувствительности используются напольные сенсорные дорожки (модули с различными тактильными покрытиями), набор тактильных шариков (из разных материалов, с различной поверхностью), набор полосок (пособие с различными тактильными

покрытиями). Тактильные поверхности развивают активность, наблюдательность, коммуникабельность, память, мышление, внимание, повышают чувствительность. Хождение по тактильным дорожкам развивает координацию движения, вестибулярный аппарат, способствует профилактике плоскостопия.

Для развития визуального восприятия используются: каскад фиброоптических волокон «Веселый фонтан», интерактивная сенсорная панель «Цветные фигуры», настенный фиброоптический гребень, световая воздушно - пузырьковая колонна, настенное панно с эффектом звука и света «Море». Изменяющиеся цвета привлекают внимание детей, стимулируют желание созерцать, способствуют эстетическому развитию и оказывают благоприятное, расслабляющее действие. Для развития зрительных ощущений используются разнообразные игры со светооптическими нитями, наборами геометрических фигур.

Для развития акустического восприятия используется настенное панно с эффектом звука и света «Море», набор «Узнай звук», развивающих умение дифференцировать звук, что положительно влияет на развитие слухового анализатора. Для музыкального сопровождения игр, упражнений и для релаксации используется музыкальный центр, к которому прилагается набор кассет и дисков с записями голосов природы, классической музыки.

Для релаксации также используются мягкие подушки, модули с наполнителями «Капля». Гранулы, наполняющие модули дают возможность принимать комфортную позу, мягко поддерживают тело, принимая его форму, обеспечивают глубокую мышечную релаксацию. Состояние расслабленности усиливает эффект психотерапевтической работы.

В сенсорной комнате создается доброжелательная, спокойная обстановка, что способствует созданию у детей уверенности в себе, развитию положительных эмоций, развитию внутренних резервов, новых качеств, основанных на эмпатии. Дети учатся конструктивному общению. Занятия детей в сенсорной комнате с использованием интерактивного оборудования,

возбуждает интерес детей, стимулирует их исследовательские действия, способствует развитию двигательной активности.

Данная программа разработана на основе научно-теоретических положений культурно-исторической парадигмы Л. С. Выготского, согласно которой развитие высших психических функций осуществляется в ходе социального взаимодействия, это означает, что специфические человеческие психические функции обусловлены его социальной природой. Процессы ощущения и восприятия также зависят от условий жизни и качества обучения, в ходе которого ребенок усваивает общественный опыт, накопленный предшествующими поколениями.

В ходе работы над программой учитывались положения психологической теории деятельности, принятые в отечественной психологии, основанные на работах Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, А. Р. Лурии, А. В. Запорожца, П. Я. Гальперина и др.

Также при построении программы использовались положения концепции сенсорно-перцептивного развития, разработанные в отечественной педагогике и психологии (Б. Г. Ананьев, А. Н. Леонтьев, А. Р. Лурия, А. В. Запорожец, Л. А. Венгер, В. С. Мухина и др.) и зарубежной педагогической практике (Ф. Фребель, М. Монтессори).

Общую методологическую основу программы составляют общие принципы коррекционно-развивающей работы. При построении программы учитывались принципы составления коррекционно-развивающих программ по Г. В. Бурменской:

принцип единства диагностики и коррекции; диагностика, проведенная перед началом занятий по программе, позволяет индивидуально подобрать актуальный уровень сложности заданий для каждого ребенка, чем достигается наибольшая коррекционная эффективность занятий;

деятельностный принцип развития и коррекции; коррекция и развитие сенсорно-перцептивной сферы ребенка происходит в ходе направляемого психологом взаимодействия ребенка с оборудованием сенсорной комнаты; в

ходе каждого занятия совершенствуются практические умения и навыки ребенка;

принцип учета возрастных, психологических и индивидуальных особенностей ребенка. В зависимости от возраста детей, их индивидуально-психологических особенностей и уровня развития сенсорно-перцептивной сферы в структуре и содержании занятия производятся изменения, в том числе регулируется уровень сложности и продолжительности занятий;

принцип системности развития психологической деятельности; этот принцип задает необходимость учета в работе профилактических и развивающих задач; системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и их развития;

принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком; данный принцип реализуется в ходе индивидуальных консультаций психолога с воспитателями и родителями детей группы;

Данная программа занятий с использованием среды сенсорной комнаты является психопрофилактической и коррекционно-развивающей программой. С помощью системы специально разработанных занятий происходит направленная коррекция и развитие сенсорно-перцептивной сферы. При этом учитываются индивидуальные особенности ребенка, что способствует общей гармонизации эмоционально-волевой сферы как важного условия развития ребенка.

Цель программы: способствовать психологическому и социальному развитию личности.

Задачи программы:

1. Снимать эмоциональное и мышечное напряжение детей.
2. Создавать благоприятный психологический климат.
3. Развивать и корректировать сенсомоторные навыки, стимулировать сенсорную чувствительность и двигательную активность детей.
4. Развивать и корректировать зрительные, слуховые и тактильные ощущения.

5. Стимулировать сенсорно-перцептивные процессы.
6. Способствовать развитию познавательных процессов (восприятию, вниманию, памяти, ассоциативности мышления, словарный запас речи, воображение) и творческие способности.
7. Способствовать умению выражать свои эмоции.
8. Оптимизировать уровень тревожности.
10. Способствовать развитию коммуникативные навыки
11. Способствовать формированию адаптивных способностей.

Участниками программы занятий с использованием ресурсов сенсорной комнаты являются воспитанники МАДОУ младшего дошкольного возраста. Работа проходит в подгрупповой форме (не более 5-6 человек).

Методы, используемые в работе:

- ✓ упражнения на развитие сенсорных процессов;
- ✓ дыхательные упражнения;
- ✓ элементы сказкотерапии и игротерапии;
- ✓ двигательные упражнения;
- ✓ техники релаксации;
- ✓ упражнения, направленные на развитие процессов саморегуляции;
- ✓ психогимнастические этюды;
- ✓ элементы массажа и самомассажа;
- ✓ беседа.

В рамках проведения занятий по программе приоритетно реализуется здоровьесберегающая технология, обусловленная условиями проведения занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю в течение учебного года. Длительность занятия 20-30 минут.

Планируемые результаты освоения программы:

качественное улучшение в состоянии сенсорно-перцептивной и эмоционально-волевой сфер личности ребенка, что включает в себя: расширение ряда сенсорных эталонов, развитие умения дифференцировать

собственные сенсорные ощущения, сравнивать и называть характерные признаки предмета, снижение уровня тревожности.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

1. Тест тревожности Дорки, Амен. (Проективный тест) Цель теста: диагностика эмоциональных реакций ребенка на некоторые привычные для него жизненные ситуации, диагностика тревожности. (Приложение 1)

2. Качественные: желание детей посещать занятия в сенсорной комнате, благоприятный эмоциональный фон на занятиях, установление доброжелательных отношений между ведущим и участниками, положительная устная обратная связь в конце каждого занятия, положительные изменения в состоянии участников по результатам наблюдения ведущего, других педагогов, работающих с детьми, родителей.

3. Количественные: увеличение числа воспитанников с высоким и средним уровнем развития процессов восприятия. Снижение числа воспитанников с высоким уровнем тревожности.

Содержание программы

Программа включает 3 этапа:

1. Ознакомительный этап (2 занятия). Цель: знакомство с участниками, создание благоприятного психологического климата, знакомство с материалами и оборудованием сенсорной комнаты.

2. Коррекционно-развивающий этап (16 занятий).

Цель: коррекция и развитие сенсорно-перцептивной и эмоционально-волевой и познавательной сфер.

3. Завершающий этап (2 занятия). Цель: подведение итогов занятий, выполнение коллективного творческого дела.

Примерная структура занятия:

Вводный этап занятия включает в себя ритуал приветствия, определение эмоционального благополучия детей в начале занятия, целеполагание, создание благоприятного психологического климата в группе, ритуал прощания.

Коррекционно-развивающий этап занятия может включать в себя активизирующую, основную и релаксационную части, которые состоят из функциональных, дыхательных, коммуникативных и т. п. упражнений и релаксации. Педагог-психолог может варьировать части занятия в соответствии с его задачами.

Заключительный этап занятия включает в себя подведение итогов, получение обратной связи, определение эмоционального благополучия детей в конце занятия, ритуал прощания.

Обратная связь проводится в конце каждого занятия (кроме первого и последнего) по следующим вопросам:

- Что больше всего понравилось на занятии?
- Как вы себя чувствуете, какое настроение?

Работа в рамках реализации программы не требует соблюдения строгого алгоритма занятий, педагог-психолог в сенсорной комнате может заменять и варьировать упражнения, что позволит более творчески использовать интерактивное оборудование.

Учебно-тематический план

№ этапа	№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов
Под гото вите льн ый этап	1.	Диагностика социальной адаптации детей к ДОУ.	
	2.	Первичная беседа с родителями и ребенком о состоянии здоровья ребенка, его физическом и биологическом развитии.	25-30 мин.
	3.	Диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей.	30-40 мин.
	4.	Интерпретация данных диагностики.	30 мин.

Осн овно й этап	1.	Занятие №1 «Знакомство с Чудесной комнатой» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинков». 2. «Путешествие по Чудесной комнате». Ходьба по сенсорной дорожке. Знакомство с оборудованием. 3. Игра «У волшебного фонтана». 4. Игра «Все на ножки становитесь!». 5. Релаксация «Чудесная летняя ночь» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со «Смешинками».	20 мин.
	2.	Занятие №2 «Мягкий мир» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинков». 2. Знакомимся с мягкими игрушками, модулями, креслами. 3. Игра «Мягкий – твердый». 4. Релаксация «Путешествие на воздушном облаке» 5. Ритуал окончания занятия. Прощание со «Смешинками».	20 мин.

	3.	Занятие №3 «Путешествие к морю». 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие». 2. <i>Идем к морю.</i> «Сенсорная дорожка». Настенное панно «Море». 3. Игра «На морском берегу». Слушаем шум моря, играем с ракушками и камешками. 4. Упражнение «Качаем кораблик на волнах» 5. Релаксация «Отдых на берегу моря». 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со «Смешинками»	20 мин.
	4.	Занятие №4 «Праздник на морском дне». 1. Ритуал начала занятия. «Приветствие Смешинки» 2. Сенсорная дорожка 3. Игра «Акула и рыбки» 4. «Пройди через тоннель». 5. Танец «Веселые медузы» 6. Релаксация «У водопада» 7. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	20 мин.
		Занятие №5 «В гостях у гномиков».	

	1. Ритуал начала занятия. «Приветствие Смешинок». 2. Сенсорная дорожка. 3. Путешествие в волшебный лес к гномам. 4. Игра «Покажи гнома», «Покажи великана». 5. Медитативная сказка для расслабления "Гномик" 8. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
5.	Занятие №6 «Радуга» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие» 2. «Назови цвет». Сенсорная дорожка. 3. «Покажи цвет». Настенная цветовая панель.... 4. Игра «Цветовые дорожки» 5. Релаксация «Радуга» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	20мин.
6.	Занятие №7 «Цвета и настроение» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинок». 2. «Сенсорная дорожка» 3. Игра «Веселые и грустные мячики». 4. Игра «Выложи радостный мостик». 5. Релаксация «Волшебный сон» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со «Смешинками».	20 мин.
7.	Занятие №8	

		«Путешествие в волшебный лес» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие» 2. Лесными тропами. Сенсорная дорожка. Пройди по мостику через ручей. 3. На лесной полянке. Изобрази бабочку. 4. Покажи елку высокую и низкую. 5. Собираем гигантскую пирамиду и маленькую. 6. Релаксация «Дождь» 7. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	20 мин.
	8.	Занятие №9 <i>«В гости к мишке»</i> 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинки». 2. Упражнение «По волшебной тропинке» Сенсорная дорожка. 3. Игра «Бурый медвежонок». 4. Игра «Помоги мишке собрать шишки» 5. Релаксация «Ночь в лесу» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со «Смешинками».	20 мин.
	9.	Занятие №10 <i>«Встреча с ежиком»</i> 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие». 2. «Лесная тропинка». «Волшебные кочки». 3. Игра «Угадай кто это». 4. Упражнение «Ежи». Игра «Раз яблоко, два яблоко». 5. «Поиграй с ежиками». Игра с массажерами. 6. Релаксация «Лесные звуки».	20 мин.

		7. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
	10.	Занятие №11 «В лесу у зайчика» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие». 2. «Лесные тропинки» (сенсорная тропа). 3. Игра «Зайка серенький сидит» 4. Игра «Волк и заяц» 5. Релаксация «Ночь в лесу» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
	11.	Занятие №12 «Подарки для лесных жителей» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинкам» 2. Сенсорная дорожка. 3. Знакомство с лесными жителями. 4. Упражнение «Сделай бусы для лесного друга» 5. Релаксация «Волшебный сон» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
	12.	Занятие №13 «Кот ученый» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинкам» 2. «На мягких лапках». Сенсорная дорожка. 3. Изучаем сенсорную панель «Цветные фигуры». 4. Игра «Какая фигура спряталась?» 5. Игра «Волшебный мешочек»	

		6. Релаксация «Спите кошечки и котики» 7. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
	13.	Занятие №14 «Фея в гости к нам пришла» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинков» 2. «Тихие и громкие шаги». Сенсорная дорожка. 3. Знакомство с Феей. 4. «Волшебный цветок» 5. Игра «Выложи узор» 6. Релаксация «Волшебный сон» 7. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
	14.	Занятие №15 «Музыкальная шкатулка» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинков». 2. Сенсорная дорожка. 3. Слушаем разные звуки. (Набор звуковых.... 4. Игра «Угадай звук» 5. Релаксация «Птичьи голоса». 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
	15.	Занятие №16 «Азбука эмоций» 1. Ритуал начала занятия. Игра «Приветствие Смешинков». 2. Сенсорная дорожка.	

		3. Игра «Мячики». Найди веселый, злой, грустный и т.д. мячик. 4. Упражнение «Различи веселую и грустную музыку». 5. Релаксация «Я радостный» 6. Ритуал окончания занятия. Прощание со Смешинками.	
Заключительный этап	1.	Диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей (Приложение №1)	20 -25 мин.
	2.	Диагностика социальной адаптации детей.	
	3.	Интерпретация данных диагностики.	30 мин.

Список литературы:

1. Алябьева Е. А. Психогимнастика в детском саду: методические материалы в помощь психологам и педагогам. – М.: ТЦ Сфера, 2005.
2. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ. - М.: Айрис-Пресс, 2008. - 160 с.
3. Ильина М.В. Чувствуем – познаём – размышляем. Комплексные занятия для развития восприятия и эмоциональной сферы у детей 5-6 лет. – М.: АРКТИ, 2004
4. Обеспечение психологически комфортной образовательной среды ДОУ: возможности сенсорной комнаты. С.Ю. Прохорова // Ж-л «Справочник педагога-психолога» № 9, 2013г. (стр. 17-27).
5. От рождения до школы. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 304 с.

6. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.: Практическое пособие – М.: Генезис, 2005.
7. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – 2-е изд., испр. И доп. –М.: АРКТИ, 2007.
8. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред.В.Л. Женерова, Л.Б. Баряевой, Ю.С. Галямовой. – Спб.: ХОКА, 2007. – Ч. I: Темная сенсорная комната.
9. Тест тревожности (Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен) / Дерманова И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития – СПб., 2002. С.19-28
10. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДООУ. — М.: АРКТИ, 2008. — 88 с.: ил. (Развитие и воспитание).

Приложение 1

Тест тревожности (Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен)

Описание теста

Экспериментальный материал состоит из 14 рисунков размером 8,5*11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни младшего школьника ситуацию.

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: *для девочки* (на рисунке изображена девочка) и *для мальчика* (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из

дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное.

Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, учитель дает инструкцию.

Инструкция к тесту

1. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное?»

Анализ результатов теста

Количественный анализ

На основании данных протокола вычисляется **индекс тревожности** ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$\text{ИТ} = (\text{число эмоциональных негативных выборов} / 14) * 100\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

- *высокий* уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- *средний* уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- *низкий* уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Качественный анализ

Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации.