

**Управление образования администрации Пермского муниципального  
округа Пермского края**  
**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**  
**«Платошинский детский сад «Солнышко»**

**СОГЛАСОВАНО:**

На педагогическом совете МАДОУ  
«Платошинский детский сад «Солнышко»  
Протокол № 1  
От «29» августа 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МАДОУ  
«Платошинский детский сад  
«Солнышко»  
Ю.А. Зайнетдинова  
«29» августа 2025 г.



**Совместная деятельность по интересам  
«Волшебная комната»**

**Возрастной состав: дети раннего дошкольного возраста**  
**(1 г. 6 мес. - 4 года)**

**Срок реализации: один учебный год**

**Составитель:**  
Педагог-психолог  
Пермякова Надежда Викторовна

с. Платошино, 2025 г.

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### Пояснительная записка

Занятия психологической разгрузки являются важнейшей формой психологической поддержки дошкольников. 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. Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно правовые документы:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам",

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

#### **Направленность программы (краткое описание программы):**

Дополнительная общеразвивающая программа «Волшебная комната» относится к программам *социально-педагогической направленности* и ориентирована на снятие психоэмоционального напряжения и сенсорное развитие обучающихся раннего и младшего дошкольного возраста как одного из ведущих факторов развития дошкольников.

#### **Цель программы:**

Сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья воспитанников с помощью мультисенсорной среды. Развитие сенсорных эталонов в условиях сенсорной комнаты

#### **Задачи:**

##### **Оздоровительные:**

1. Снять чувство тревоги и психоэмоционального дискомфорта

##### **Образовательные:**

1. Обучить детей способам обследования предметов: наложению, прикладыванию, ощупыванию, группировке по форме и цвету вокруг образцов-эталонов, а также последовательному описанию формы, выполнению планомерных действий.

2. Научить выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонацию;
3. Повысить познавательную активность и самостоятельность детей.

**Развивающие:**

1. Развивать восприятие формы, величины, цвета, пространства, движений, целостного образа предметов.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать доброжелательное отношение к сверстнику, желание прийти на помощь.

**Принципы реализации программы:**

1. Принцип систематичности и последовательности: концентрическое усвоение программы; организация и последовательная подача материала «от легкого к трудному», «от простого к сложному» обучения;
2. Принцип наглядности: иллюстративное (наглядное) изображение изучаемых объектов и понятий способствует формированию более полных и четких образов и представлений в сознании дошкольников;
3. Принцип доступности и посильности: реализуется в делении изучаемого материала на этапы и в преподнесении его детям последовательными блоками и частями, соответственно возрастным особенностям и развитию речи;
4. Онтогенетический принцип (учет возрастных особенностей обучаемых). Программа предполагает проведение одного занятия в неделю, во вторую половину

**Отличительные особенности программы:**

Сочетание в программе традиционных методов работы и эффективных технологий сенсорной комнаты обеспечивают более глубокое и успешное развитие дошкольников. Использование интерактивного и сенсорного оборудования многогранно положительно влияет на эмоциональную сферу дошкольников.

Программа вариативна (чередование занятий в сенсорной комнате с использованием различных модулей и в кабинете психолога с использованием развивающего методического материала).

Программа предполагает синтез различных видов деятельности.

Особое место в программе занимают игры и упражнения, направленные на снятие психоэмоционального и мышечного напряжения.

Данная программа «открытая» - в процессе практической деятельности подлежит целесообразным дополнениям и изменениям, в зависимости от индивидуальных возможностей и способностей обучающихся.

**Планируемые результаты освоения программы:**

Предлагаемая программа позволит ребенку легче адаптироваться условиям ДОУ, создаст безопасное пространство для общения, условия для

самовыражения и развития, объединит детей совместной деятельностью, будет способствовать развитию сенсорных представлений.

### **Организация проведения занятия:**

Для успешного усвоения материала занятия проходят в игровой форме. Материал подобран с учетом возрастных особенностей и потребностей дошкольников.

### **Структура занятия:**

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной благодаря частым переключениям с одного вида деятельности на другой. Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

#### **Часть 1. Вводная**

Цель вводной части занятия — настроить ребенка на совместную работу, установить эмоциональный контакт с ним. Основная процедура работы — приветствие.

#### **Часть 2.**

**Рабочая** 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. Сенсорная комната разделена на развивающие центры, в каждом центре дети занимаются несколько минут. Дети переходят из одного центра в другой. Основные процедуры: элементы сказкотерапии с импровизацией; элементы психодрамы; игры на развитие навыков общения.

#### **Часть 3.**

**Релаксация** Целью этой части является: упражнения на мышечную релаксацию, которые снижают уровень возбуждения, снимают напряжение; дыхательная гимнастика, которая действует успокаивающе на нервную систему; мимическая гимнастика, которая направлена на снятие общего напряжения.

#### **Часть 4.**

**Завершающая** Основной целью этой части занятия является создание у участников чувства принадлежности к процессу работы и закрепление положительных эмоций, полученных на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой деятельности, например, создание рисунка.

**Методы и приемы:**

1. Элементы сказкотерапии, песочной терапии;
2. Психогимнастика;
4. Игры на развитие навыков общения;
5. Игры на развитие сенсорных эталонов;
6. Релаксационные упражнения.

**Возрастные особенности усвоения программного материала:**

1. Непроизвольность всех психических процессов .
2. Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения.
3. Высокая эмоциональность.
4. Формирование самостоятельности, инициативы.
5. Совершенствуются крупная моторика.
6. Стремительно развивается речь.

**II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ****Учебный план**

№	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1.	Игры гномиков	40	40	1ч. 20 мин.	Наблюдение
2.	В гостях у куклы Кати	40	40	1ч. 30 мин.	Наблюдение
3.	В гостях у Малой и большой медведицы	40	40	1ч. 30 мин.	Наблюдение
4.	У царя Нептуна	40	40	1ч. 30 мин.	Наблюдение
5.	Весна	40	40	1ч. 30 мин.	Наблюдение
6.	Я самый, я самая	20	20	40 мин.	Наблюдение
7.	В гостях у зайчика	20	20	40 мин.	Наблюдение

## Содержание обучения

<b>№ занятия</b>	<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Контроль</b>
<b>1-4</b>	Игры гномиков	Знакомство с сенсорной комнатой	«Здравствуйте, ладошки» «Волшебный мешочек» «Бассейн» «Пирамидка» «Тактильные дорожки»	Наблюдение
<b>5-8</b>	В гостях у куклы Кати	Складываем пирамидку, используя способ «примеривания»	«Здравствуйте, ладошки» «Разные пирамидки» «Поможем Кате убрать игрушки»	Игра «Сложи пирамидку»
<b>9-12</b>	«В гостях у большой и малой медведицами»	Сказка про большую и маленькую медведицу	«Добрый день!» «В гостях у медведицы» «Волшебный мешочек» «Животное и его детеныш»	Игра «Где домик Мишки, где домик Медведицы»
<b>13-16</b>	«У царя Нептуна»	Правила игры с песком и водой	«Добрый день» «Игры с песком и водой» «Найди камушки» «Поймай рыбку»	Наблюдение за игрой с песком и водой
<b>17-20</b>	«Весна»	Сказка «Зайчики и солнышко»	«Ладошки» «Найди такой же» «Солнечные зайчики» «Аромат цветов» «Дождик»	Наблюдение
<b>21-24</b>	«Я самый, я самая»	Сказка «Машенька»	«Что умеют мои ручки» «Что умеют мой ножки» «Что умеют мои ушки» «Что умеют мои глазки» «Что умеет мой носик»	Игра «Я умею лучше всех...»
<b>25-28</b>	«В гостях у Зайчика»	Сказка «Лесные жители»	«Здравствуй, зайка» «Кто это?» «Чей хвостик?» «Картинки-половинки»	

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **Материально-техническое оснащение образовательного процесса**

1. *Сухой бассейн.* Игры в «сухом» бассейне способствуют психоэмоциальному развитию ребенка. Сухой бассейн удовлетворяет потребность ребенка в гармоничных движениях, стимулирует его поисковую и творческую активность, снижает уровень психоэмоционального напряжения. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Мягкие стенки бассейна и пластмассовые шарики служат безопасной опорой для тела. Если на бассейн направить источник меняющегося света, то в его лучах меняется и цвет шариков, что стимулирует зрительные ощущения и восприятия ребенка.
2. *Музыкальный центр + набор музыкальных дисков –* (специальные записи, в которых музыка переплетена с шумом воды, ветра, пением и птиц и т.п.) Музыка может повышать/понижать тонус мускулатуры, оказывать обезболивающее воздействие, усиливать иммунные реакции. Ее благотворное влияние на нейроэндокринную систему помогает преодолевать состояние одиночества, улучшает психоэмоциональный фон, повышает социальную активность, облегчает формирование новых отношений и установок; развитие слухового восприятия; создание психологического комфорта. Музыкотерапия - психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние, идеально подходит для релаксации.
3. *Аквалампа - (детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной).* Такая колонна – основной и неотъемлемый элемент сенсорной комнаты. Она эффективна для стимуляции зрительных и тактильных ощущений. Безопасное угловое зеркало, помещенное за пузырьковой колонной, заполненной водой, резвятся разноцветные шарики, подталкиваемые пузырьками воздуха. Они, то всплывают вверх, в цветных, переливающихся струях, то падают вниз. Всё это визуально увеличивает пространство, а мягкая платформа, окружающая колонну, позволяет удобно расположиться рядом и ощущать тактильно и зрительно ее благотворное терапевтическое воздействие: успокоиться, расслабиться, настроиться на позитивное взаимодействие с окружающей средой.
4. *Аромонабор – генератор запахов –* для аромоигр и аромотерапии. Запахи выполняют важную связующую функцию между телом и сознанием и направленно воздействуют на настроение ребенка

(лаванда, корица, сandalовое дерево, роза, валериана - и оказывают расслабляющее и успокаивающее действие).

5. *Набор тактильных шариков (мячей)* - пластмассовые, металлические, резиновые, используются с целью повышения мышечного тонуса, снятия мышечных зажимов, развития вестибулярного аппарата, развития тактильной чувствительности, пространственных представлений, коррекции осанки, развития навыков партнерского взаимодействия.
6. *Проектор направленного света, зеркальный шар*. При одновременной работе данных приборов возникает эффект бесконечного множества бликов, напоминающих падающий снег или «солнечных зайчиков». В сочетании со спокойной музыкой эти блики создают ощущения сказки, героями которой становятся те, кто находится в сенсорной комнате. Дополнительный эффект создается при автоматической смене цвета луча, направленного на зеркальный шар. Прибор активно используется в процессе проведения релаксационных упражнений, а также занятий по фантастическим сказочным сюжетам, стимулируя зрительное восприятие, развивая воображение, концентрируя внимание на движущихся бликах. Магический зеркальный шар создаст в помещение атмосферу загадочности, таинственности и волшебства.
7. *Песок в ящике с подсветкой*. Рисование песком - нетрадиционное направление изобразительного искусства. Песочная живопись (в том числе, как и общение с натуральным материалом) - развивает тактильную чувствительность и моторику пальцев, пространственное восприятие, мышление и внимание, воображение и фантазию. При рисовании песком развивается умение адаптироваться в меняющихся условиях, исследовательский интерес, познавательная активность. Это как способ снятия психологического напряжения, страхов и фобий, успокаиваться, гармонизировать внутренний мир, поднимать себе настроение.
8. *Мягкое напольное покрытие* - маты обеспечивают комфорт и безопасность в сенсорной комнате; предназначены преимущественно для релаксации и спокойных развивающих игр.
9. *Большой пуфик-кресло с гранулами* - позволяет снять излишнюю напряженность, успокоиться, принять удобную для наблюдения позу. Поверхность пуфика способствует тактильной стимуляции соприкасающихся с ним частей тела. Легкие пенополистерольные гранулы оказывают мягкое приятное воздействие и способствуют лучшему расслаблению за счет легкого точечного массажа. Кроме того, воздушное пространство между гранулами обеспечивает вентиляцию и сухое тепло.

10. *Панель «Лестница света».* Восприятие светоэффектов, производимых данным прибором, развивает: - зрительное восприятие; воображение; - снижает уровень тревожности; - способствует психоэмоциальному комфорту во время занятий и отдыха.

11. *Панно «Звездное небо».* Это – важная составляющая интерактивной среды сенсорной комнаты. При взаимодействии с панно у ребенка возникает ощущение, будто бы он дотрагивается рукою до звезд. Панно и ковер находят применение в развивающей и коррекционной работе для стимуляции тактильно-визуальных ощущений, пространственных представлений и ориентировок, развития восприятия, воображения, внимания, а также снижения уровня психоэмоционального и мышечного напряжения.

12. *Сенсорная тропа для ног.* – ходьба по ней полезна для развития тактильного восприятия, координации и профилактики плоскостопии.

### Календарный учебный график

	Возрастные группы		
	1 ранняя	Младшая	Средняя
Количество групп/ подгрупп	1	1	1
Начало обучения	01.10.2023	01.10.2023	01.10.2023
Окончание Обучения	30.04.2024	30.04.2024	30.04.2024
Количество недель	28	28	28
Количество занятий в неделю	1	1	2
Длительность занятия	10 минут	15 минут	20 минут
Объем недельной дополнительной образовательной	10 минут	15 минут	20 минут

## **Диагностический инструментарий**

Результативность работы по программе «Волшебная комната» по снижению уровня психоэмоционального напряжения определяется путём проведения текущего психодиагностического обследования «Наблюдение в период адаптации».

Форма проведения – метод наблюдения по следующим психолого-педагогическим критериям:

- эмоциональное состояние;
- аппетит;
- сон;
- познавательная/игровая активность;
- взаимоотношения с детьми;
- взаимоотношения со взрослыми.

В процессе наблюдения вместе с воспитателем фиксируются и оцениваются также отдельные возможные индивидуальные показатели дезадаптации:

- беспричинный плач;
- двигательное возбуждение;
- отсутствие самостоятельной активности;
- навязчивые движения или действия;
- вредные привычки;
- нарушения тактильных контактов со взрослым.

Формами и методами отслеживания также являются: психолого-педагогическое наблюдение, беседы с детьми, воспитателями, отзывы родителей.

## **Программно-методическое обеспечение**

1. Жевнеров В.Л. Сенсорная комната - волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие/Под общей ред. В.Л.
2. Жевнерова, Л.Б. Баряевой, Ю.С. Галлямовой. - СПб.: ХОКА, 2007 - ч. 1: Темная сенсорная комната.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Игры в сказкотерапии [Текст] / Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева. - СПб.: Речь, 2006. - 208 с. 3.
4. Кириченко Ю.А. Коррекция игровой деятельности в сенсорной комнате // В сб. Сенсорные комнаты «Снузлин» (сборник статей и методических рекомендаций). М.: ООО Фирма «Вариант», 2001. -с. 58 - 64.
5. Колос Г. Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. — М.: АРКТИ, 2006.
6. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. - М.: АРКТИ, 2008.