

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 50/ОД от 30 августа 2024 г.  
Заведующий МАДОУ Детский сад № 34  
Ахунова Л.Ю.

Программа рассмотрена и принята  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 1 от 28 августа 2024 года

## Дополнительная образовательная программа «Развивайка»

Социально-коммуникативная направленность

Срок реализации программы 1 учебный год (9 месяцев)

(3-7 лет)

Составитель:  
Батталова Д.Р.  
педагог-психолог

## **Пояснительная записка**

Период дошкольного детства является периодом интенсивного сенсорного развития ребенка. Сюда входит как совершенствование его ориентировки во внешних свойствах и отношениях предметов и явлений, так и в пространстве и времени.

Именно дошкольный возраст на данный момент признан наиболее благоприятным периодом для интенсивного сенсорного развития ребенка и проведения дополнительных мероприятий в этом направлении. Именно в этот период можно стимулировать и помогать ребенку в развитии и совершенствовании различных видов восприятия, знакомства с различными видами ощущений и чувств, накоплении большего количества знаний и представлений об окружающем мире.

Предполагаемая программа стимулирует у детей накопление чувственного опыта, сочетая его с моторной активностью.

Сроки реализации программы: 2024-2025 учебный год.

Возраст детей: 2 -5 лет

Занятия проводятся, в форме бесед, игр.

Периодичность занятий: 2 раза в неделю

Длительность занятий: 2-5 лет – 15-20 минут.

Программа состоит из четырех уровней:

1. Занятия, развивающие тактильное и кинестетическое восприятие
2. Занятия, развивающие восприятие тела в пространстве, чувство равновесия, мускульного напряжения, движения глаз.
3. Занятия, развивающие ощущения тела, моторное планирование, слуховое восприятие.
4. Занятия, развивающие глазо-двигательную координацию, визуальное восприятие, речь.

## Календарно-тематическое планирование психологических занятий с детьми 2-4 лет

№	Оборудование	Занятие	Цель	Содержание
Октябрь				
1.	Дидактический материал по заданной теме.	Знакомство с сенсорной комнатой.	Знакомство детей с интерактивной средой сенсорной комнаты, формирование заинтересованности детей к работе с оборудованием, установление доверия между психологом и детьми. Знакомство детей с органами чувств человека.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ритуал приветствия.</li> <li>2. Комплекс упражнений, направленных на мышечное расслабление.</li> <li>3. Упражнение “Органы чувств”.</li> <li>4. Релаксация.</li> <li>5. Обобщение. Ритуал прощания.</li> </ol>

2.	Дидактический материал по заданной теме «Цветные бусы». Цветные бусы из солёного теста, шнурок.	«Цвета и настроение.»	Снятие негативных эмоций и состояний. Саморегуляция и стабилизация психического состояния; совершенствование умения анализировать образец, закрепляя знания о цвете, форме, величине предметов. Развитие зрительной ориентировки при восприятии цвета, формы.	1.Ритуал приветствия. 2.Комплекс упражнений направленных на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Цветные бусы». 4.Психогимнастика. 5.Обобщение. Ритуал прощания.
3	Работа с семенами и крупой	«Кошка»	Создать условия для развития творческих способностей детей, развитие мелкой моторики.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3. Задание «Кошка». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
4.	Дидактический материал. Сенсорная коробка. Счётные палочки.	«Ловкие пальчики»	Развитие: воображения; тактильного восприятия; мышления; мелкой моторики. Снижение уровня тревожности.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Ловкие пальчики». 4.Психогимнастика. 5.Обобщение. Ритуал прощания.

5.	Бабочки вырезанные из картона. Круги разного цвета.	«Укрась бабочку».	Активизация зрительного восприятия. Развитие мелкой моторики, тактильной чувствительности. Обучение детей группировки по цвету.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Укрась бабочку». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
6.	Бабочки вырезанные из картона. Круги разного цвета.	«Укрась бабочку» <b>Продолжение</b>	Активизация зрительного восприятия. Развитие мелкой моторики, тактильной чувствительности. Обучение детей группировки по цвету.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Укрась бабочку». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
Ноябрь				
7.	Дидактический материал «Аквариум».	«Рыбки в аквариуме».	Развитие мышления и логики. Соотношение ЦВЕТА И ФОРМЫ.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Аквариум».

				4.Релаксация. 5.Обобщение. Ритуал прощания.
8.	Световой стол для рисования песком.	«Чудо-песок».	Развитие психомоторной ловкости.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнения: «Соедини точки», «Штриховка», «Продолжи ряд», «Узоры и спирали».
9.	Дидактический материал по заданной теме «Весёлая гусеница».	«Весёлая гусеница».	Развитие глазомера. Освоение сенсорных эталонов.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Веселая гусеница». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.

10.	Дидактический материал «Большой, средний, маленький».	«Большой, средний, маленький».	Развитие психомоторики. Обучение сенсорным эталонам.	1.Приветствие. 2.Упражнения направленные на снятие мышечного напряжения. 3.Упражнение «Большой, средний, маленький». 4.Психогимнастика. 5.Обобщение. Ритуал прощания.
11.	Лист бумаги, рис, клей пва.	«Тучка и дождик»	Упражнять в создании образа тучки и капелек дождя, используя рис. Развивать мелкую моторику рук.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «тучка и дождик». 4.Ритуал прощания.
12.	Световой стол для рисования песком.	«Чудо-песок».	Развитие психомоторной ловкости.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнения: «Соедини точки», «Штриховка», «Продолжи ряд», «Узоры и спирали».



Декабрь

13.	Кубик с фиброоптическим волокном	«Сжимаем в кулачке».	Развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, развитие координации движений, снятие эмоционального и мышечного напряжения	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Сжимаем в кулачке». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
14.	Тактильная панель.	«Угадай на что похоже».	Обучение находить ассоциации тактильным ощущениям.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на снятие психоэмоционального напряжения. 3.Упражнение «Угадай на что похоже». 4.Психогимнастика. 5.Обобщение. Ритуал прощания.
15.	Сенсорная коробка, наполненная окрашенными пищевыми красками крупами. Игрушечные фигурки, буквы.	«Мы – археологи».	Нахождение знакомых предметов на ощупь, развитие воображения.	1.Приветствие. 2.Упражнения на снятие психоэмоционального напряжения. 3.Упражнение «Мы – археологи». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.

16.	Дидактический материал на липучках «Цветной виноград».	«Цветной виноград».	Развитие сенсорных навыков: закрепление формы, цвета. Также развитие мелкой моторики пальцев рук, памяти, мышления, логики, внимания.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на снятие психоэмоционального напряжения. 3.Упражнение «Цветной виноград». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
17.	Перчатка детская с пришитыми на пальчики разноцветными пуговицами. Стимульный материал.	«Перчатка»	Развитие памяти, зрительного восприятия, мелкой моторики.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Перчатка». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
18.	Световой стол для рисования песком.	«Чудо-песок».	Развитие психомоторной ловкости.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнения: «Соедини точки», «Штриховка», «Продолжи ряд», «Узоры и спирали».

Январь

19	Сенсорная коробка «Океан», дидактический материал «Жители океана». Аудиоколонка, аудиозаписи со звуками океана.	«Океан».	Развитие мелкой моторики, воображения посредством игры.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Океан». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
20.	Дидактический материал «Собери игрушки», три корзинки.	«Собери игрушки»	Учить группировать предметы по цвету.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Собери игрушки по цвету». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.

21.	Сенсорная бутылка «Находилка», наполненная крупой и мелкими предметами: игрушки, букочки. Лист с изображениями предметов, которые необходимо найти.	«Находилка»	Развитие воображения и внимания.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Найди предмет». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
22.	Световой стол для рисования песком.	«Чудо-песок».	Развитие психомоторной ловкости.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнения: «Соедини точки», «Штриховка», «Продолжи ряд», «Узоры и спирали».
23.	Картинка белого медведя, соль, клей пва.	«Белые медведи»	Развитие мелкой моторики посредством нетрадиционных техник рисования.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Задание «белые медведи». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.

24.	Картинка белого медведя, соль, клей пва.	«Белые медведи» <b>Продолжение</b>	Развитие мелкой моторики посредством нетрадиционных техник рисования.	
Февраль				
25.	Световой стол с песком. Счетные палочки.	«Цветные заборчики».	Развитие внимания, мелкой моторики и эмоционально-волевого поведения.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Цветные заборчики». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
26.	Дидактический материал «Ручки», цветные резиночки для волос.	«Ловкие пальчики».	Развитие сенсорного восприятия, умения сравнивать, находить сходство и различия, знакомство с логическими операциями анализа и синтеза на элементарном уровне.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Ловкие пальчики». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.

27.	«Сенсорный слоник» из коробки и ткани. Мелкие предметы: игрушки, буквы.	«Сенсорный слоник - угадайка».	Развитие мышления и воображения, тренировка памяти форм наощупь. Развитие мелкой моторики.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Сенсорный слоник - угадайка». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
28.	Дидактический материал «Собери игрушки», три корзинки.	«Собери игрушки»	Учить группировать предметы по цвету.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Собери игрушки по цвету». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
29.	Световой стол для рисования песком.	«Чудо-песок».	Развитие психомоторной ловкости.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнения: «Соедини точки», «Штриховка»,

				«Продолжи ряд», «Узоры и спирали».
Март				
30.	Перчатка детская с пришитыми на пальчики разноцветными пуговицами. Стимульный материал.	«Перчатка».	Развитие памяти, зрительного восприятия, мелкой моторики.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Перчатка». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
31.	Аудиоколонка, аудиозаписи различных звуков природных явлений и окружающего мира.	«Мир вокруг нас».	Развитие фонематического слуха.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Угадай, что это?». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
32.	Дидактический материал. Сенсорная коробка. Счётные палочки.	«Ловкие пальчики»	Развитие: воображения; тактильного восприятия; мышления; мелкой моторики. Снижение уровня тревожности.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Ловкие пальчики». 4.Психогимнастика.

				5.Обобщение. Ритуал прощания.
33.				
34.	Световой стол для рисования песком.	«Чудо-песок».	Развитие памяти, зрительного восприятия, мелкой моторики.	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения на мышечное расслабление. 3.Упражнения: «Соедини точки», «Штриховка», «Продолжи ряд», «Узоры и спирали».



Апрель

35.	Световой стол с песком. Счетные палочки.	«Цветные заборчики».	Развитие внимания, мелкой моторики и эмоционально-волевого поведения.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Цветные заборчики». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
36.	Дидактический материал «Ручки», цветные резиночки для волос.	«Ловкие пальчики».	Развитие сенсорного восприятия, умения сравнивать, находить сходство и различия, знакомство с логическими операциями анализа и синтеза на элементарном уровне.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Ловкие пальчики». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
37.	«Сенсорный слоник» из коробки и ткани. Мелкие предметы: игрушки, буквы.	«Сенсорный слоник - угадайка».	Развитие мышления и воображения, тренировка памяти форм наощупь. Развитие мелкой моторики.	1.Приветствие. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Сенсорный слоник -угадайка». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.
Май				
38.	Кубик с фиброоптическим волокном	«Сжимаем в кулачке».	Развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, развитие координации движений, снятие эмоционального и мышечного напряжения	1.Ритуал приветствия. 2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление. 3.Упражнение «Сжимаем в кулачке». 4.Психогимнастика. 5.Ритуал прощания.

39.	Аудиоколонка, аудиозаписи различных звуков природных явлений и окружающего мира.	«Мир вокруг нас»	Развитие фонематического слуха.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Приветствие.</li> <li>2.Упражнения, направленные на мышечное расслабление.</li> <li>3.Упражнение «Угадай, что это?».</li> <li>4.Психогимнастика.</li> <li>5.Ритуал прощания.</li> </ol>
40.	Фигурка человечка с большим носом; коробочки с запахами*; цветные карандаши;	Мой помощник носик.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Совершенствование восприятия.</li> <li>2. Закрепление навыков исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств.</li> <li>3. Тренировка обоняния.</li> <li>4. Активизация творческой активности.</li> </ol>	<p>Этап I. Приветствие.</p> <p>Этап II. Путешествие в лес</p> <p>Этап III. 1.Появление персонажа гномика Нюх-Нюха</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Гимнастика для носика</li> <li>3. Упражнение «Запахи»</li> <li>4. Игра «Приятный – неприятный»</li> <li>5. Упражнение «Замок»</li> <li>6. Задание «Внимательный носик»</li> <li>7. Задание «Лабиринт»</li> <li>8. Упражнение на расслабление</li> </ol>
41.	Фигурка человечка с длинным языком; тарелка с кусочками разных продуктов*; зубочистки;	Мой помощник ротик	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Совершенствование восприятия.</li> <li>2. Закрепление навыков исследования предметов с</li> </ol>	<p>Этап I. Приветствие</p> <p>Этап II. Путешествие в лес</p> <p>Этап III. 1.Появление персонажа гномика Вкусика</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Гимнастика для языка</li> </ol>

	карточки с изображением тех же самых продуктов, что и на тарелке; карточки с надписями.		помощью соответствующих органов чувств. 3. Тренировка вкусовых ощущений. 4. Активизация творческой активности.	3. Упражнение «Вкусы» 4. Игра «Угощение» 5. Упражнение «Пальчики» 6. Задание «Лабиринт» 7. Задание «Угощение»
42.	Нарисованная фигурка человечка с большими глазами; корзинка, в которой лежат игрушки и разные предметы; картинки с контурным изображением ножниц, утюга, елки, гриба, зайца, рыбы.	Мои помощники глазки	1. Совершенствование восприятия. 2. Закрепление навыков исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств. 3. Тренировка зрительных ощущений. 4. Развитие зрительного внимания. 5. Развитие зрительной памяти. 6. Активизация творческой активности.	Этап I. Приветствие. Этап II. Путешествие в лес Этап III. 1. Появление персонажа гномика Глазастика 2. Гимнастика для глаз 3. Упражнение «Запомни своих друзей» 4. Игра «Прятки» 5. Упражнение «Прогулка» 6. Задание «Путаница» 7. Задание «Коврики» 8. Игра «Запрещенное движение» 9. Задание «Найди тень»

### Список Литературы

1. Добина Н.И. Развитие личности ребенка в детском саду. – Ярославль: Академия развития, 2009.
2. Кальмова С. Е., Орлова Л. Ф., Яворовская Т. В. Сенсорная комната -волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. Л. Б. Баряевой. — СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006.
3. Колосс Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – М.: АРКТИ , 2010.
4. Обеспечение психологически комфортной образовательной среды ДОУ:  
возможности сенсорной комнаты. С.Ю. Прохорова // Ж-л «Справочник педагога-психолога» № 9, 2013г
5. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. — М.: АРКТИ, 2008.
6. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. В.Л. Женеврова, Л.Б. Баряевой, Ю.С.Галлямовой. – СПб.: Генезис, 2005.
7. Селищева Т.В. Коррекционно-развивающие занятия с детьми 5-7 лет. Полифункциональная интерактивная среда тёмной сенсорной комнаты. Сказкотерапия. Игротерапия. ФГОС ДО. – издательство Учитель 2020 г.-192 с.
8. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. – М.: Генезис, 2013
9. Хухлаева О.В. Хухлаев О.Е. - Терапевтические сказки в коррекционной работе с детьми. : Издательство «ФОРУМ», 2011- 170 с.