

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 325 «Незабудка»
городского округа Самара

443028 г. Самара, пос. Мехзавод, квартал 10, д. 21-А
тел/факс: (846) 957-29-09, 957-31-96
E-mail: doo325@samara.edu.ru Сайт: www.детсад325.рф

«ПРИНЯТА »

На педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 325
«Незабудка» г.о. Самара
Протокол № 5 от «31» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ «Детский
№ 325 «Незабудка» г.о. Самара
_____ Журавлева О.В.
Приказ № 69 – од от «29» августа 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Волшебная комната»**

Социально - гуманитарная направленность

Возраст детей: 3 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: педагог - психолог
Гарькина Анна Ивановна

г. Самара, 2022 г.

Содержание

| | |
|--|----|
| Пояснительная записка | 3 |
| Учебно-тематический план программы «Волшебная комната» | 6 |
| Содержание рабочей программы | 15 |
| Формы контроля и оценочные материалы | 33 |
| Список литературы | 38 |

Пояснительная записка

Сенсорная комната – это волшебная сказка, в которой все журчит, звучит, переливается, манит, помогает забыть страхи, успокаивает. Особенностью сенсорной комнаты являются «волшебные» и сказочные эффекты объемных предметов, света и звука, ощущений, она предоставляет неограниченные возможности в получении разнообразных зрительных, слуховых, тактильных стимулов, а также использования данной стимуляции длительное время. Сочетание данных стимулов оказывает на психическое, эмоциональное развитие ребенка расслабляющее, восстанавливающее и в то же время тонизирующее действие. Что, как не сказка, помогает ребёнку понять, что хотят до него донести взрослые, и что, как не «волшебство» сенсорной комнаты, поможет сделать сказку яркой, волнительной, наполненной чудесами и фантастическими образами.

Спокойная обстановка сенсорной комнаты дает ощущения безопасности так как исключаются стрессовые ситуации, но «отсекаются» любые привычные воздействия внешнего мира, что способствует развитию саморегулированию процессов торможения и возбуждения.

Настоящая программа состоит из релаксационных занятий, которые не требуют строгого соблюдения алгоритма: по собственному желанию и с учетом специфики работы в сенсорной комнате педагог-психолог может заменять упражнения, что позволит более творчески использовать интерактивное оборудование.

При построении программы «Волшебная комната» 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).

Новизна программы. Новизна данной программы состоит в сочетании традиционных методов психокоррекционных занятий и инновационных технологий сенсорной комнаты, которые обеспечивают более глубокое и

успешное решение проблем дошкольников. Занятия с использованием среды сенсорной комнаты являются одним из наиболее эффективных психологических аспектов в процессе адаптации детей в дошкольном учреждении. Используя оборудование «волшебной» комнаты занятие легко превратить в игру или сказку.

Концептуальными основаниями программы выступают:

- идея амплификации детского развития;
- идея психологической безопасности образовательной среды;
- принцип ведущей деятельности;
- принцип личностно - деятельностного подхода;
- принцип личностно- ориентированного взаимодействия взрослого с ребенком.

- принцип личностно-ориентированного подхода (Г.А. Цукерман, Ш.А. Амонашвили) предлагает выбор и построение материала исходя из индивидуальности каждого ребёнка, ориентируясь на его потребности и потенциальные возможности.

Цель программы: сохранение и укрепление психофизического и эмоционального здоровья детей дошкольного возраста с помощью мультисенсорной среды.

Основные задачи программы:

- профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок;
- создание положительного эмоционального состояния;
- формирование восприятия цвета, звука, ритма, согласование движений собственного тела;
- облегчение состояния тревожности, переключение энергии тревоги в конструктивное русло;
- формирование адекватной самооценки, преодоление страхов и агрессии;
- обучение приёмам саморасслабления для сброса психоэмоционального напряжения; обучение приёмам релаксации.

Срок реализации и категория обучающихся. Программа рассчитана на 8 месяцев. Возраст обучающихся: 3 - 7 лет. Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний.

Форма обучения и режим занятий. Форма организации образовательной деятельности – групповая. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 15-20 минут. Всего 64 занятия.

Программа «Волшебная комната» описывает систему мер на снятие психоэмоционального напряжения, которая включает:

- релаксационные упражнения;
- релаксационные настройки и аутотренинги;
- работа с оборудованием сенсорной комнаты.

Планируемые результаты освоения Программы:

- 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.

Учебно-тематический план программы «Волшебная комната»
для обучающихся 3-5 лет

| Месяц | Тема занятия | Кол-во занятий | Цель и задачи занятия |
|---------|--|----------------|--|
| октябрь | Знакомство с волшебной комнатой | 2 | развивать когнитивную сферу детей; активизировать произвольное внимание, умственные способности; развивать проприоцептивную и тактильную чувствительность, мелкую моторику; |
| | Давайте дружить | 2 | развитие тактильных, слуховых и зрительных анализаторов; развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; создание положительного эмоционального настроения |
| | Волшебные слова | 2 | развитие внимания, умения передавать свои ощущения в словесной форме; |
| | Радость | 2 | формирование умения соотносить речевую форму описания эмоций с графической умения передавать свои ощущения в связной речи; учить детей расслабляться, освобождаться от перенапряжения. |
| ноябрь | Грусть | 2 | формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях; |
| | Удивление | 2 | формирование представлений о различных эмоциях; продолжение обучения умению определять свое настроение. |
| | Испуг (ознакомление) | 2 | продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения. |
| | У страха глаза велики (работа со страхами) | 2 | стимулировать и развивать умение ребенка соотносить цвет с настроением, развивать мышление и воображение |
| | Игралочка (работа со страхами) | 2 | стимуляция зрительных и тактильных ощущений, снятие нервно-психического и эмоционального напряжения |

| | | | |
|---------|---|---|---|
| декабрь | Спокойствие (работа со страхами) | 2 | формирование представлений о различных эмоциях; снятие эмоционального напряжения; |
| | Гнев | 2 | формирование представлений о различных эмоциях; восприятий и ощущений, воображения. |
| | Словарик эмоций | 2 | формирование у детей представлений о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире; повышение уровня самооценки и уверенности в себе |
| январь | Угадай и покажи (распознавание эмоций). | 2 | развитие эмоциональной сферы; тренировка умения выражать свои эмоции, понимать эмоциональное состояние других людей; |
| | Цветик - семицветик | 2 | коррекция внимания, развитие воображения, моторики, коммуникативных навыков |
| | Что мы умеем (работа с самооценкой) | 2 | стимуляция поисковой и творческой активности; - создание положительного эмоционального настроения. |
| | Мои помощники глазки. Зрительное восприятие. | 2 | развитие памяти, внимания, активного словаря; развитие координации «глаз - рука»; |
| | Мои помощники ушки. Восприятие звука. | 2 | развитие памяти, внимания, активного словаря; развитие организованности, дисциплины; развитие двигательных способностей, быстроты реакций, координации движений; общее укрепление организма |
| | Мои помощники ручки. Тактильное восприятие. | 2 | развивать речь, воображение, мышление, умение соотносить цвет с настроением. развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; стимуляция поисковой и творческой активности; |

| | | | |
|---------|---|---|--|
| февраль | | | создание положительного эмоционального настроения. |
| | Мои помощники ножки. Восприятие пространства (вперед-позади) | 2 | развитие координации движений, ощущения образа тела, общей моторики, воображения. |
| | Мои помощники ножки. Восприятие пространства (справа-слева) | 2 | развитие координации движений, ощущения образа тела, общей моторики, воображения. |
| март | Мы разные – мы одинаковые. | 2 | Развитие эмоциональной сферы: создание бодрого настроения, |
| | Отгадай настроение | 2 | развитие мимики и пантомимики, умения отражать и угадывать настроение. |
| | Восприятие сенсорных эталонов предметов (цвет, форма, величина) | 2 | расширить представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения |
| | Восприятие свойств предметов (тяжелый-легкий) | 2 | развитие цветовосприятия, внимания, воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. |
| | Восприятие свойств предметов (сухой-мокрый) | 2 | развитие восприятия, развитие мелкой моторики, воображения, внимания; улучшение представлений об окружающем мире. |
| | Восприятие свойств предметов | 2 | развитие восприятия, воображения. закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи; |

| | | | |
|--------|---|---|---|
| апрель | (прозрачный-непрозрачный) | | развивать коммуникативные навыки; |
| | Восприятие свойств предметов (мягкий-жесткий) | 2 | развитие восприятия, закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи; развивать коммуникативные навыки; |
| | Восприятие свойств предметов (пластмассовый-деревянный) | 2 | развитие восприятия развитие восприятия, воображения. закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи; развивать коммуникативные навыки; |
| май | Восприятие времени (день и ночь, дни недели) | 2 | развитие психических процессов: восприятия, внимания, памяти, мышления; |
| | Тропа здоровья | 2 | развитие тактильного восприятия рецепторов стопы и рук, умения передавать свои ощущения в связной речи; развитие координации «глаз - рука»; продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освободиться от перенапряжения. |
| | Страна Вообразилия | 2 | формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях; развитие смелости и уверенности в себе, преодоление робости; саморегуляция психического состояния. продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освободиться от перенапряжения. |
| | Музыка, какая она? | 2 | обогащение восприятия и воображения, создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, активизация двигательной активности, формирование навыков саморегуляции. |

Учебно-тематический план программы «Волшебная комната»
для обучающихся 5-7 лет

| Месяц | Тема занятия | Кол-во занятий | Цель и задачи занятия |
|---------|---------------------------------|----------------|--|
| Октябрь | Знакомство с волшебной комнатой | 2 | развивать когнитивную сферу детей; активизировать произвольное внимание, умственные способности; развивать проприоцептивную и тактильную чувствительность, мелкую моторику; формировать умение соотносить зрительно-моторную и слухо - моторную координацию |
| | Наша группа. Что мы умеем | 2 | развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления; развитие тактильных, слуховых и зрительных анализаторов; развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; стимуляция поисковой и творческой активности; создание положительного эмоционального настроя |
| | Правила поведения на занятиях | 2 | развитие внимания, умения передавать свои желания и ощущения в словесной форме; |
| | Страна «Психология» | 2 | формирование умения соотносить речевую форму описания предметов с графической; развитие тактильного восприятия рецепторов стопы и рук, умения передавать свои ощущения в связной речи; учить детей расслабляться, освобождаться от перенапряжения. |
| Ноябрь | Радость | 2 | формирование представлений о положительных эмоциях. познакомить детей с интерактивной средой сенсорной комнаты, сформировать заинтересованность к работе с оборудованием, установить |

| | | | |
|---------|---------------------|---|--|
| | | | доверие между психологом и детьми. |
| | Гнев | 2 | формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях; - продолжение обучения умению определять свое настроение; - обучение способам поднятия настроения. |
| | Удивление | 2 | продолжение развития психических процессов: внимания, его устойчивости и переключаемости; умственных способностей; памяти, воображения, восприятия; умения передавать свои ощущения в связной речи; развитие координации «глаз - рука»; - продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения. |
| | Испуг | 2 | формирование представлений о различных эмоциях человека; развитие смелости и уверенности в себе, саморегуляция психического состояния стимулировать и развивать умение ребенка соотносить цвет с настроением, развивать мышление и воображение |
| Декабрь | Спокойствие | 2 | формирование представлений о различных эмоциях человека; стимуляция зрительных и тактильных ощущений, снятие нервно-психического и эмоционального напряжения |
| | Словарик эмоций | 2 | развитие эмоциональной сферы формирование представлений о различных эмоциях человека; |
| | Доброта-злость | 2 | развитие эмоциональной сферы. формирование представлений о различных эмоциях человека; |
| | Уверенность в себе | 2 | формирование представлений о различных эмоциях человека; развитие смелости и уверенности в себе, -повышение уровня самооценки и уверенности в себе. |
| Январь | Страна Вообразия | 2 | развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания развитие воображения, моторики, |

| | | | |
|---------|--|---|--|
| | | | коммуникативных навыков; |
| | В гостях у сказки | 2 | развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; - стимуляция поисковой и творческой активности; - создание положительного эмоционального настроения. |
| | Что мы умеем (работа с самооценкой) | 2 | развитие умения передавать эмоции и ощущения в вербальной форме; стимуляция поисковой и творческой активности; создание положительного эмоционального настроения. |
| | Волшебные средства понимания | 2 | развитие эмоциональной сферы; преодоление состояния мышечного и эмоционального напряжения; тренировка умения выражать свои эмоции, понимать эмоциональное состояние других людей; |
| Февраль | Я и моя семья | 2 | развитие памяти, внимания, активного словаря; развитие организованности, дисциплины; развитие двигательных способностей, быстроты реакций, координации движений; общее укрепление организма |
| | Я и мое имя | 2 | развивать речь, воображение, мышление, умение соотносить цвет с настроением. развитие умения передавать ощущения в вербальной форме; стимуляция поисковой и творческой активности; создание положительного эмоционального настроения. |
| | Страна «Я». | 2 | создание радостного настроения, развитие воображения. |
| | Черты характера (добрый — злой) (ленивый — | 2 | развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания; - формировать умение подражать, создать хорошее настроение. |

| | | | |
|--------|--------------------------------------|---|--|
| | трудолюбивый) | | |
| Март | Я особенный | 2 | развитие координации движений, ощущения образа тела, общей моторики, воображения. создание бодрого настроения, развитие мимики и пантомимики. |
| | Отгадай настроение | 2 | развитие мимики и пантомимики, умения отражать и угадывать настроение. |
| | Парочки (учимся работать в паре) | 2 | расширить представления о цветах, простых геометрических формах; развить мелкую моторику, тактильные ощущения |
| | Мои друзья | 2 | развитие цветовосприятия, внимания, воображения, познавательной сферы, коммуникативных навыков. |
| Апрель | Страна «Я». Мое тело | 2 | развитие мелкой моторики, воображения, внимания; улучшение представлений о себе и об окружающем мире. |
| | Учимся общаться (вербальное общение) | 2 | развитие коммуникации, закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи; развивать коммуникативные навыки; формировать умение расслабляться в процессе идеомоторных движений и представлений образов; формировать навыки саморегуляции. |
| | Пойми меня (невербальное общение) | 2 | развивать органы чувств и вестибулярный аппарат; закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи; развивать коммуникативные навыки; формировать умение расслабляться в процессе идеомоторных движений и представлений образов; формировать навыки саморегуляции. |

| | | | |
|-----|---|---|--|
| | Рисуем вместе (работа на прозрачном мольберте) | 2 | обогащение восприятия и воображения, создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, закрепление знания цветов спектра; снятие эмоционального напряжения; развитие воображения. |
| Май | Чему мы научились | 2 | развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления; развитие тактильных, слуховых и зрительных анализаторов |
| | Тропа здоровья | 2 | развитие тактильного восприятия рецепторов стопы и рук, умения передавать свои ощущения в связной речи; - развитие координации «глаз - рука»; продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения. |
| | Страна Вообразия | 2 | формирование представлений о положительных и отрицательных эмоциях; развитие смелости и уверенности в себе, преодоление робости; саморегуляция психического состояния. продолжение обучения умению управлять своим телом, расслабляться, освобождаться от перенапряжения. |
| | Музыка дружбы. | 2 | создание психологического комфорта, снижение нервно-психического напряжения, активизация двигательной активности, формирование навыков саморегуляции. |

Содержание программы

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.

Для обучающихся 3-5 лет

Знакомство. Игра «Приветствие», «Секреты волшебной комнаты». Упражнение «Бассейн». Релаксация «Летняя ночь», упражнение «До свидания».

Оборудование сенсорной комнаты: сухим бассейном, воздушно-пузырьковой колонной, панелью, фиброоптическим волокном «Весёлое облако», проектор «Жар-птица» и т.д.

Аудиозапись «Летний вечер»

Теория. Познакомить с оборудованием сенсорной комнаты-сухим бассейном, воздушно-пузырьковой колонной, панелью, фиброоптическим волокном «Весёлое облако» и т.д. Ознакомить с правилами использования данного оборудования. Продемонстрировать приёмы работы.

Ребёнку предлагается пройти в «Волшебную комнату», предварительно разувшись. Войдя, знакомится с правилами нахождения в «Волшебной комнате»:

- нельзя трогать приборы, нельзя самим их включать и выключать;
- нельзя уносить то, что есть в этой комнате.

Предлагается пройти по комнате и осмотреться, в это время включается воздушно-пузырьковая колонна с рыбками, воздушно-пузырьковая панель.

Практика. Упражнение «Бассейн»

Цель: знакомство с понятием настроения, умение выбирать разные способы общения, умения контролировать себя, массажное воздействие,

повышение настроения.

Рассказ про Дракошку, который живет в бассейне. От его имени ребёнку предлагается забраться в сухой бассейн. В это время Дракошка рассказывает правила поведения в бассейне:

- нельзя садиться на бортики, потому что они мягкие;
- нельзя прыгать в бассейн, ведь он сухой, а не с водой.

Обращается внимание ребенка на цвет шариков, предлагается выбрать самые радостные шарики и вспомнить, когда было так радостно.

Предоставляется возможность свободно поиграть, выбрав то, что заинтересовало ребенка.

Релаксация «Летняя ночь»

Цель: мышечное расслабление, снятие эмоционального напряжения.

При проведении релаксации желательно использовать проектор «Жар-птица» и аудиозапись.

-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.

Упражнение «До свидания»

Цель: введение ритуала прощания с «Волшебной комнатой»

Игровое упражнение «Золотая рыбка» (воздушно-пузырьковая

колонна с рыбками)

Цель игры: зарядка положительными эмоциями; стимуляция зрительных и тактильных анализаторов; развитие цветового восприятия; релаксационный эффект.

Ребёнок устраивается рядом с колонной, выбирает себе рыбку по цвету и наблюдает за подъемом и спусканием рыбок под воздействием воздуха. Создается соревновательная обстановка с выбранной психологом рыбкой.

Игровое упражнение «Поймай пальчиком»

Цель: активизация зрительного восприятия; формирование фиксации взора, концентрации внимания, плавного прослеживания, зрительно-моторной координации.

Обратить внимание на трубку с пузырьками: как трубка меняет цвет, что в ней плавает (рыбки, пузырьки).

-Давай поймаем рыбку.

Ребенок «ловит» рыбку определенного цвета (следит пальчиком по ребристой поверхности трубки за движениями рыбок).

Ребёнок «ловит» рыбок, то правой, то левой рукой.

Игровое упражнение «Золотая рыбка-2» (сухой бассейн)

Первый вариант-ребёнок лежит на животе, второй вариант-на спине. Руки выпрямлены, вытянуты вверх. Играющий выполняет синхронные движения руками и ногами- как будто плывёт (повторить 3-5 раз).

Игровое упражнение «Море шариков»

Цель: развитие пространственных восприятий и ощущений, воображения.

Ребёнок лежит в сухом бассейне. Ему предлагают представить, что он плавает в море на спине (на животе). Он имитирует движение, плавание.

Релаксация «Отдых на море»

Цель: обучение релаксации, снятие эмоционального напряжения, мышечное расслабление.

При проведении релаксации желательно использовать проектор «Жар-птица» и аудиозапись.

-Представь себе, что ты находишься на берегу огромного синего моря.
Лежишь на мягком теплом песочке... Тебе тепло и приятно...

Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят по лицу, шее, рукам,
ногам – по всему телу... Твои руки отдыхают... Твои ноги отдыхают.

Дыши легко...ровно...глубоко...

Теплый ласковый ветерок обдувает все твоё тело легкой свежестью.
Тебе тепло и приятно...

Лучики солнышка скользят по твоей коже, приятно согревая ее. Ты
спокойно отдыхаешь и...засыпаешь.

Дыши легко...ровно...глубоко...

Хорошо мы отдыхали, отдыхали, отдыхали.

Хорошо нам отдыхать?

Но уже пора вставать!

Подтянуться, улыбнуться,

Всем открыть глаза и встать!

Упражнение «До свидания»

Цель: введение ритуала прощания с «Волшебной комнатой».

Игровое задание «Волшебный мостик»

Цель: развитие внимания, умения передавать свои ощущения в
словесной форме; стимуляция анализаторов подошв ног, профилактика
плоскостопия.

Включается аудиозапись.

Ребенку предлагается идти по дорожке и на каждой подушечке,
остановившись, сказать о том, что ощущают его ножки.

Игровое упражнение «Найди ёжика»

Цель: развитие тактильных ощущений, снятие эмоционального
напряжения.

Предложить среди волшебных шариков искать маленьких ежиков
(массажные мячики или игрушки). Игра повторяется 3-5 раз.

Релаксация «Отдых в волшебном лесу»

Цель: обучение релаксации, снятие эмоционального напряжения, мышечное расслабление.

При проведении релаксации желательно использовать проектор «Жар-птица» и аудиозапись.

Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте, что вы в лесу, где много деревьев, кустарников, всевозможных цветов. В самой чаще леса стоит белая каменная скамейка, присядьте на нее.

Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: пахнет влажная земля, ветер доносит запах сосен. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с вами целый день.

Игровое задание «Волшебный мостик» (возвращение из леса)

Игровое задание «Сжимаем в кулачке»

Цель: развитие восприятия свойств и признаков предмета, развитие тактильных ощущений, мелкой моторики.

Ход упражнения: педагог обращает внимание детей на светящиеся волокна, называя их признаки (мягкие, длинные и т.д.), показывает, как можно собрать волокна в ладошке.

Игровое упражнение «Шарфики для медвежат»

Дети-медвежата вышли на улицу, очень холодно (напряжение мышц рук, тела, шей, головы), пришла мама и раздала медвежатам шарфики (ребенок получает светящееся волокно из пучка волокон оптического модуля), чтобы они больше не мерзли (расслабление мышц). Полусонные медвежата, не открывая глаз, повязали шарфики на свои шейки. Покрутили медвежата головой из стороны в сторону: хорошо, тепло шейкам.

Игровое упражнение «Солнышко и тучка»

Представь себе, что ты загораешь на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – надо сжаться в комочек, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнышко вышло из-за тучки, стало жарко – расслабился (на

выдохе) (повторить 2-3 раза). (когда солнышко заходит- включается функция «Весёлого облачка» «Гром» и «Молния».

Релаксация «Тучка»

Цель: мышечное расслабление, снятие эмоционального напряжения.

Аудиозапись «Звуки природы. Вальс дождя

Включить «Весёлое облачко», «Дождик» начинает светиться.

Игровое упражнение «Волшебный дождь»

Цель: развитие восприятия свойств и признаков предмета, развитие тактильных ощущений, развитие мелкой моторики.

-Волшебник запутал дождь в косички. Необходимо их распутать.

Сказочная история «Цвета радуги»

Жила-была разноцветная радуга. Она любила гулять по небу и всегда выходила гулять после дождя. Но однажды вышла на небо перед дождем, ей очень хотелось увидеть какой он – дождь. И вот пошел сильный дождь, радуга намокла и вдруг увидела, что ее яркие краски капаят вместе с дождиком на землю, и стала радуга серой и некрасивой.

Разрыдалась радуга, стала требовать, чтобы ей немедленно вернули ее красивые цвета. Радуга громко кричала на всех зверей, которых встречала. Сначала она увидела медведя:

-Я хочу-у-у вернуть мои цвета, медведь, быстро помоги мне!

Но медведь отвернулся и ушел. Тогда Радуга закричала на волка:

- Волк, раскрась меня скорее!

Но волк тоже убежал в лес. И так Радуга обращалась ко всем. Но лесные жители посмотрели на Радугу, и никто не захотел ей помочь.

И мудрый Филин, сидевший на ветке, вдруг говорит Радуге:

- Чтобы тебе помогли, нужно просто хорошо попросить.

В это время веселый Зайчик вышел на лужайку полюбоваться радугой.

Увидел он радугу и удивился:

- Ой, радуга, а что с тобой произошло? Почему ты стала серая?

А Радуга как закричит:

- Да вот, противный дождик смыл мои краски. И хотела уже крикнуть: Быстро раскрась меня! Но вспомнила слова Филина и сказала спокойным голосом:

- Зайчик помоги мне, пожалуйста, вернуть мои краски.

Зайчик согласился помочь. Взял он большую кисточку и стал искать, где можно найти подходящие цвета. Смотрит Зайчик, на полянке кто-то забыл корзинку с овощами и фруктами. Увидел он красный помидор и взял у него немного красной краски, и закрасил первую полосу радуги. А потом взял немного оранжевой краски у сочного апельсина, и закрасил вторую полосу радуги. А желтую краску он одолжил у лимона, и закрасил третью полосу. Зеленую взял у огурца, и закрасил четвертую полосу. Задумался Зайчик, где взять голубую краску, оглянулся по сторонам и увидел светлое чистое голубое небо, взял у него немного краски и закрасил пятую полосу. А синюю краску взял Зайчик у озера и закрасил шестую полосу. Осталась последняя седьмая полоска. Стал думать Зайчик, где найти фиолетовый цвет и вдруг видит, осталась в корзинке фиолетовая слива. Он обрадовался, взял немного фиолетовой краски и раскрасил последнюю полосу.

Радуга вновь засияла своими чудесными красками, она сказала Зайчику:

- Большое спасибо, тебе, Зайчик, за то, что ты вернул мне мои краски.

И тогда зайчик попросил Радугу:

- Радуга, выходи теперь всегда гулять только после дождя.

И стала Радуга гулять только после дождя.

Игровое упражнение «Радужные цвета»

Цель: активизация зрительного восприятия; формирование фиксации взора, концентрации внимания, стимулировать и развивать умение ребенка соотносить цвет с настроением,

После дождя в волшебной стране тоже всегда появляется радуга (включается прозрачная колонна со световым эффектом в режиме медленной смены цвета). Ребёнок садится в пуфик-кресло «Груша»

Ребёнок должен найти цвет, похожий на солнце, на травку, на банан, на малину.

Релаксация «Радуга»

Цель: мышечное расслабление, снятие эмоционального напряжения.

-Представь, что перед тобой необычная радуга. Каждый ее цвет может подарить что-то хорошее. Закрой глаза.

Первый цвет голубой. Голубой цвет приятно ласкает глаз в жару, он освежает тебя как купание в озере. Ощутите эту свежесть.

Следующий - желтый. Желтый приносит радость, он согревает нас, как солнышко. Он напоминает нам нежного пушистого цыпленка, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко он поднимает настроение.

Зеленый цвет - цвет мягкой лужайки, листьев и теплого лета. Если нам «не по себе» и мы чувствуем себя неуверенно, зеленый цвет поможет почувствовать себя лучше.

Красный цвет яркий и веселый, он заряжает нас энергией и дарит силы на целый день.

Откройте глаза. Возьмите с собой эти ощущения на весь день.

Игровое упражнение «На космическом корабле»

Цель: тренировка и укрепление глазной мышцы, развитие глазодвигательной координации.

Включается аудиозапись и проектор «Жар-птица», напольное панно «Бесконечность».

Предлагается представить себя на космическом корабле, посмотреть в иллюминатор и представить, что там, где-то далеко, видна наша планета. Обязательное условие: смотрим на ближайший квадрат, а затем на отдаленный. Ведется разговор о том, что же удалось увидеть.

Игровое упражнение «Полёт к звёздам»

Цель: стимуляция зрительного восприятия, мышечная релаксация, создание положительного эмоционального фона.

Удобно расположиться в мягком кресле или на пуфик-кресле с

гранулами «Груша» и закрыть глаза.

Сейчас мы продолжим свой полёт и отправимся туда, где сможем полюбоваться звездами. Включается игровое панно «Звёздное небо», ребёнок открывает глаза и любитесь звездами вместе с психологом; идет обсуждение.

Игровое упражнение «Поймай взглядом»

Цель: активизация зрительного восприятия; формирование фиксации взора, концентрации внимания, плавного прослеживания движения.

Ещё раз обратить внимание на блики («мерцающие звёзды и кометы») панно «Звёздное небо»: «Смотри, как много звёзд, комет! И одна звёздочка улыбается тебе. Вон она полетела. Давайте поймаем её глазками, — она хочет с тобой поиграть». Ребёнок ловит взглядом звездочку.

Релаксация «Ковёр-самолёт»

Цель: мышечное расслабление, снятие эмоционального напряжения.

-Ложимся на волшебный ковёр – самолет, ковер плавно и медленно поднимается, несёт нас по небу, тихонько покачивает, убаюкивая; ветерок нежно обдувает усталое тело, отдыхаем...Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер – самолет начинает снижаться и приземляется в нашей комнате (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно садимся и аккуратно встаем».

Игровое упражнение «Обезьянки»

Цель: формировать умение подражать.

Включить аудиозапись. Ребёнок смотрит в зеркало, психолог корчит рожицу, ребёнок «обезьянка»- повторяет.

Игровое упражнение «Клоуны»

Цель: создание бодрого настроения; развитие мимики и пантомимики.

Психолог (ведущий)-«клоун» старается развеселить ребёнка с помощью мимики и жестов. Ребёнок повторяет движения за ним:

- указательным пальцем нажимает на кончик носа
- растягивает уголки губ
- ладонью одной руки машет из-за головы, другой – чешет нос

- показывает длинный нос, с помощью ладоней
- изображает смешную мордочку обезьянки.

«Клоун» сообщает, что увидел, как ребенок может веселиться и радоваться.

Игровое упражнение «Хитрый котёнок»

Цель: массаж всего тела и развитие общей подвижности.

Ребенок стоит на четвереньках в бассейне, затем, как котенок, крадетс по бассейну (от одного края до другого, по кругу вдоль бортика), иногда он прячется в шарики (ребенок должен стремиться передать характер движений животного).

Релаксация «Воздушный шарик»

Цель: мышечное расслабление, снятие эмоционального напряжения.

Представь, что ты – воздушный шарик, очень красивый и веселый. Тебя надувают, ты становишься все легче и легче. Все тело становится будто невесомым. И ручки легкие, и ножки стали легкие-легкие. Воздушный шарик поднимается все выше и выше. Дует теплый, ласковый ветерок, он нежно обдувает шарик... (Пауза – поглаживание ребёнка.) Обдувает шарик... ласкает шарик... Тебе легко, спокойно. Ты летишь туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Ты снова в этой комнате. Потянитесь и на счет «три» открой глаза. Улыбнись своему шарик.

Упражнение «Знакомство с песком»

Цель: развитие тактильных ощущений, зрительного восприятия, мелкой моторики, памяти; обогащение сенсорного опыта.

Обратить внимание ребенка на световой стол с песком: песок ровно лежит на поверхности. Затем психолог показывает свойства песка: сыплет из ладони, сквозь пальцы, разгребает, снова разравнивает. Дать ребёнку насладиться этой игрой. Через некоторое время психолог раскапывает один из рисунков, находящийся на дне песочницы, обращает внимание ребенка на рисунок и снова закапывает его. Затем он показывает другой рисунок и т.д. Разровняв весь песок педагог просит ребенка найти тот или иной рисунок.

Включается подсветка стола (тёмная сенсорная комната), проектор Жар-птица.

Игровое упражнение «Ёжик на прогулке»

Цель: развитие тактильных ощущений, зрительного восприятия, мелкой моторики, памяти; обогащение сенсорного опыта.

Засыпать поверхность стола любым удобным способом.

Дать покатать между ладошек массажный мячик-ёжик, затем показать, как он катится по поверхности песка (катим «ёжика» сперва правой ладошкой, затем левой). Обратит внимание ребёнка на светящиеся следы от «колючек». Повторить упражнение 3-5 раз.

Релаксация «Игры с песком»

Представь, что ты сидишь на берегу моря. Набери в руки песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержи песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая кисти и пальцы. Уронить руки вдоль тела, лень двигать тяжелыми руками (повторить 2-3 раза).

Для обучающихся 5-7 лет

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.

Ритуал начала занятия: «Приветствие волшебных шариков»

- Посмотри, как наши волшебные шарики улыбаются нам. Они очень рады, что мы пришли к ним в гости. Давай улыбнемся им и поприветствуем, помашем им рукой и скажем: «Здравствуй!»

Ритуал окончания занятия: «Прощание с волшебными шариками»

- Посмотри, наши волшебные шарики улыбаются, им очень понравилось, как мы с тобой занимались. Они рады, что мы пришли к ним в гости. Давай улыбнемся шарикам, помашем им рукой и попрощаемся: «До свидания!»

Вводная часть релаксации: Дети ложатся на ковёр, устраиваются поудобнее. Руки вытянуты вдоль туловища, расслаблены. Ноги прямые, не скрещенные. Играет тихая спокойная музыка. Ведущий. «Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза). Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...»

Летняя ночь.

Звуковое сопровождение упражнения: «Ночная симфония». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Наступает чудесная летняя ночь. На темном небе зажигаются яркие звездочки. Они медленно плывут по

темному небу. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми. Приятное ощущение тепла и спокойствия охватывает все ваше тело: личико, руки, ноги, спину... Вы чувствуете, как тело становится легким, теплым и послушным... Дышим глубоко, ровно, легко... Гаснут звезды, наступает утро. Настроение становится веселым и жизнерадостным. Мы полны сил и энергии...

Отдых на море.

Звуковое сопровождение упражнения: «Шум прибоя». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы находимся на берегу огромного синего моря. Мы лежим на мягком теплом песочке... Вам тепло и приятно... Теплые легкие лучики солнышка нежно гладят вас по лицу, ручкам, ножкам, по животу... Дышим глубоко, ровно, легко... Теплый ласковый ветерок обдувает все тело легкой свежестью. Нам тепло и приятно... Лучики теплого солнышка скользят по нашей коже, приятно согревая ее.

Мы спокойно отдыхаем и засыпаем

Дышим глубоко, ровно, легко

Хорошо вы отдыхали, отдыхали, отдыхали,

Хорошо вам отдыхать? Но уже пора вставать!

Подтянуться, улыбнуться, всем открыть глаза и встать!

Отдых в волшебном лесу.

Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами находимся в лесу, отдыхаем на мягкой зеленой травке. Вокруг нас много деревьев и кустарников. Растут разноцветные, яркие и очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Мы слышим пение птичек, шорох травинок, шелест листочков на деревьях. Дышим глубоко, ровно, легко... Теперь открывайте глазки, улыбнитесь друг другу и

постарайтесь запомнить все, что видели в волшебном лесу.

Водопад.

Звуковое сопровождение упражнения: «Журчание воды». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Сядьте удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте себе, что мы с вами находимся под небольшим водопадом. Вода в нем чистая и теплая. Вам тепло и очень приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, ручкам и ножкам. Вода стекает и продолжает свой бег дальше. Давайте немного посидим под водопадом и представим, что вместе с водой от нас уплывают все страхи, грусть и неприятности. А мы остаемся сидеть чистыми, бодрыми, веселыми и полными сил. Мы благодарны водичке за то, что она омыла нас. Открывайте глазки и улыбнитесь друг другу.

Радуга.

Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. Ложитесь удобно, так, чтобы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами лежим на мягкой зеленой травке. Над нами чистое голубое небо, а на небе яркая разноцветная радуга. Радуга блестит, переливается всеми цветами и дарит нам свое настроение. Давайте посмотрим на ее цвета. Красный и оранжевый дают нам тепло и силу. Мы становимся сильнее, нам тепло и приятно. Желтый цвет дарит нам радость. Солнышко тоже желтого цвета, его лучики гладят нас, и мы улыбаемся. Зеленый цвет – это цвет травы и листьев. Нам хорошо и спокойно. Голубой и синий – цвета неба и воды, мягкие и освежающие, как вода в жару. А теперь открывайте глазки и вставайте. Давайте протянем ручки к нашей радуге и запомним все ощущения, которые она нам подарила.

«Волшебный звоночек».

Инструкция: ребята, представьте, что перед нами невидимая дверь в волшебную комнату, открыть ее можно, только позвонив в волшебный

звончек. К сожалению, руками его трогать нельзя. Что же нужно сделать, чтобы он зазвенел?

- Молодцы, на него нужно подуть. А я вам сейчас расскажу, как это сделать правильно. Представьте, что у вас в животике воздушный шарик. Какого он цвета? У кого-то желтый, у кого-то голубой... Чтобы надуть шарик нужно сделать глубокий вдох через носик. А чтобы сдуть – делаем выдох через рот. - Здорово! А теперь каждый по очереди, должен 3 раза подуть на звончек. Делаем глубокий вдох через нос, набираем воздух в животик, и выдох через рот.

«Путешествие на облаке».

Звуковое сопровождение упражнения: «Лесные звуки». Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. «Ложитесь поудобнее и закройте глазки. Глубоко вдохните и выдохните...еще раз вдохните и выдохните... Я хочу пригласить тебя в путешествие на облаке. Прыгни на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пушистых подушек. Почувствуй, как твои ноги, спина, удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь, начинается путешествие. Твое облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуешь, как ветер овеивает твоё лицо? Здесь, высоко в небе все спокойно и тихо. Пусть твоё облако перенесет тебя сейчас в такое место, где ты будешь счастлив. Постарайся увидеть это место как можно более точно. Здесь ты чувствуешь себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное... Теперь ты снова на своем белом облаке, и оно везет тебя назад, на твоё место в комнате, Спустись с облака и поблагодари его за то, что оно так хорошо тебя покатило... Теперь понаблюдай, как оно медленно растает в воздухе. Пошевелите руками, ногами, откройте глазки и медленно встаньте. - Как вы себя чувствуете? Удалось ли вам полетать на облаке?»

«Воздушные шарики».

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. «Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают и вы

становитесь всё легче и легче. Все ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушные шарик поднимаются всё выше и выше. Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик ... (пауза – поглаживание детей). Обдувает шарик ..., ласкает шарик ... Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Улыбнитесь своему шарикку».

«Облака».

Дети ложатся на мягкое напольное покрытие. «Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вздохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие. все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако ... (пауза – поглаживание детей). Гладит ..., поглаживает ... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке».

«Золотая рыбка».

Цель: сплочение детского коллектива; зарядка положительными эмоциями; развитие коммуникативных навыков; стимуляция зрительных и тактильных анализаторов; развитие цветового восприятия; релаксационный эффект. Для игры используется воздушно-пузырьковая колонна с рыбками. Взрослые или дети устраиваются вокруг колонны, выбирают каждый себе рыбку по цвету и наблюдают за подъемом и спусканием рыбок под воздействием воздуха. Создается соревновательная обстановка.

«Танец рыбок».

Цель: развивать произвольное внимание, воображение. Дети внимательно наблюдают за плавными движениями рыбок в воде, а потом стараются передать похожие движения.

«Праздник на морском дне».

Цель: создание радостного настроения, развитие воображения. Дети наблюдают за изменениями цвета воды и движениями рыбок. Психолог обращает их внимание на то, что цвета воды яркие, красочные, веселые – на морском дне праздник, и такое же радостное, веселое настроение должно быть у них. Затем детям предлагают потанцевать под музыку и показать, как веселятся рыбки.

«Обезьянки».

Цель: развивать произвольное внимание, формировать умение подражать, создать хорошее настроение. Дети смотрятся в зеркало, ведущий корчит рожицу, остальные – «обезьянки» - повторяют. Кто лучше повторит, тот становится ведущим. В роли ведущего должны побывать все дети.

«Клоуны».

Цель: создание бодрого настроения, развитие мимики и пантомимики. Ведущий – «клоун» - старается развеселить ребенка с помощью мимики и жестов. Ребенок повторяет движение за ним:

- указательным пальцем нажимает на кончик носа;
- растягивает уголки губ;
- ладонью одной руки машет из-за головы, другой – чешет нос;
- показывает длинный нос, с помощью ладоней;
- изображает смешную мордочку обезьянки.

«Клоун» сообщает, что увидел, как ребенок может веселиться и радоваться.

«Отгадай настроение».

Цель: развитие мимики и пантомимики, умения отражать и угадывать настроение. Детям даются карточки с изображениями лиц детей с разным настроением. Ребенок показывает настроение, изображенное на карточке, а

психолог угадывает его.

«Под дождем».

Цель: стимуляция зрительных и тактильных ощущений, снятие нервно-психического и эмоционального напряжения. Детям предлагается представить что это волшебный дождь, который смывает все страхи, обиды и переживания. Под сухим душем кладется подушка, что бы ребенок мог пофантазировать, сидя на ней.

У страха глаза велики.

Цель: снижение тревожности; развитие мимики и пантомимики, воображения.

- Представь, что мы с тобой находимся в лесу и спокойно отдыхаем...

Но что это?! Хрустнула ветка, еще одна! Кто это?! Нам стало страшно:

- мы сжались в комочек и застали;
- брови подняли вверх, глаза широко раскрыли;
- рот приоткрыли;
- боимся пошевелиться и вздохнуть;
- голову втянули в плечи, глаза закрыли.

- Ой, как страшно! Что это за огромный зверь?! И вдруг у своих ног мы услышали: «Мяу» Один глаз открыли, - а это котенок! Давай возьмем его в руки, погладим. Смотри какой он ласковый, и совсем не страшный!

Формы контроля и оценочные материалы

Для обучающихся 3-5 лет

Результативность работы по программе «Волшебная комната» определяется путём проведения текущего психодиагностического обследования.

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 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.

Для обучающихся 5-7 лет

Способы проверки ожидаемых результатов: освоения детьми программного материала проходит с помощью применения методик и тестов.

Используемые методики:

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова)
2. Цветовой тест (М. Люшер).

3.Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич)
Методики выявления психофизического и эмоционального состояния ребенка

1. Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова)

Цель: Выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальные особенности эмоционального развития. Выявить возможности детей в воспроизведении основных эмоциональных состояний и их вербализации.

Стимульный материал: пиктограммы (схематическое изображение эмоций различной модальности), фотографии лиц взрослых и детей с различным эмоциональным выражением.

Детям показать изображения лиц людей, задача детей определить их настроение и назвать эмоцию. Предлагается определить такие эмоции, как радость, печаль, гнев, страх, презрение, отвращение, удивление, стыд, интерес, спокойствие.

Сначала детям предлагаются изображения (фотографии), по которым можно легко узнать эмоциональные состояния, затем схематические (пиктограммы) изображения эмоциональных состояний. Детям предлагается соотнести схематическое изображении эмоций с фотографическим. После того, как дети называли и соотносили эмоции, педагог предлагал каждому ребёнку изобразить разные эмоциональные состояния на своем лице.

Оценивалось восприятие экспрессивных признаков (мимических), понимание эмоционального содержания, идентификация эмоций, вербализация эмоций, воспроизведение эмоций (выразительность и произвольность), актуализация эмоционального опыта и эмоциональных представлений, индивидуальные эмоциональные особенности. Также оценивались виды педагогической помощи, которая потребовалась ребёнку: ориентировочная (о), содержательная (с), предметно–действенная (п-д).

Все данные заносились в протокол и оценивались в баллах.

1 – Высокий уровень развития эмоциональной сферы. Ребёнок правильно назвал все эмоциональные состояния, смог соотнести пиктограммы с фотографическими изображениями. Изобразил различные эмоциональные состояния. Помощи ребёнку не потребовалось.

0.5 – Средний уровень развития эмоциональной сферы. Ребенку потребовалась содержательная помощь. Ребёнок смог определить 4 – 6 эмоций, правильно назвал эти эмоции и смог их выразительно изобразить.

0 – Низкий уровень развития эмоциональной сферы. Потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно – действенная. Ребёнок смог правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

2. Цветовой тест (М. Люшер).

Цель: выявить особенности эмоционального развития, наличие тревожности и агрессивности.

Стимульный материал: набор карточек из 8 цветов: серого (0), темно-синего (1), сине-зеленого (2), оранжево – красный (3), светло – жёлтый (4), фиолетового (5), коричневого (6) и черного (7).

Метод проведения теста: Ребёнку предлагается выбрать из предложенного ряда цветных карточек самый приятный для него в настоящий момент цвет, затем наиболее приятный из оставшихся – и так до последней карточки. Выбранные карточки педагог переворачивает. Педагог фиксирует в протокол все выбранные ребёнком карточки в позициях от 1 до 8.

Данный тест проводится 2 раза с промежутком 2-3 минуты.

Характеристика цветов (по Максу Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

- 1) синий — символизирует спокойствие, удовлетворенность;
- 2) сине-зеленый — чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;

3) оранжево-красный — символизирует силу волевого усилия, наступательные тенденции, возбуждение;

4) светло-желтый — активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета: 5) фиолетовый; 6) коричневый, 7) черный, 8) серый. Символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям.

Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй — действительное.

Выполнение теста было оценено в баллах при соотнесении обоих выборов ребёнка:

1 – Основные цвета занимают первые 5 позиций. Отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний.

0.5 – Основные цвета занимают преимущественно первые позиции (1,2,3) дополнительные цвета подняты на 4, 5 позицию. При этом основные цвета не занимают позицию дальше 7. Наблюдается тревога, стресс невысокой степени.

0 – Основные цвета занимают преимущественно позиции с 5 – 8. Дополнительные цвета подняты на позиции с 1 – 5. Наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

3. Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Друкаревич)

Цель: Выявить особенности эмоциональной сферы, наличие тревожности, негативных эмоциональных проявления, скрытых страхов.

Метод проведения теста: Детям предлагалось на чистом листе бумаги простым карандашом средней мягкости нарисовать животное, которого нет в

природе. Детям даётся инструкция, что нельзя рисовать животное, которое они видели в мультфильмах. Каждый ребёнок должен придумать своё животное. Дети должны придумать своему животному необычное имя и рассказать о нём.

Оценивалось расположение животного на листе бумаги, характер линий и их толщина, размер животного, наличие у него частей тела и их количество, положение головы относительно рисующего, наличие дополнительных частей тела, имя животного и рассказ о нём.

Во время проведения экспериментального задания экспериментатор заносил данные в протокол.

Выполнение задания оценивалось в баллах.

1 – Нарисовал вымышленное животное. Животное расположено в центре листа, животное среднего размера, характер линий ровный, нажим на карандаш средней силы, ребёнок составил полный рассказ, в котором не наблюдалось наличие скрытых страхов и негативных эмоциональных проявлений.

0.5 – Нарисовал вымышленное животное, но потребовалась помощь экспериментатора. Животное маленького размера расположено внизу листа или вверху. Наблюдается прерывистый характер линий, сильный нажим на карандаш. В рассказе о животном наблюдаются проявление скрытых страхов и агрессии.

0 – Отказался от выполнения задания, или не смог нарисовать несуществующее животное даже с помощью педагога. Проявил агрессивный настрой по отношению к заданию.

Список литературы

1. Браудо Т.Е. Методическое пособие по использованию сенсорной комнаты. М.,2001г.с.47-57.
2. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребёнок и всё о гиперактивных детях. М.,2001г. с.53-61.
3. Жевнеров В.Л. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья. Учебно – методическое пособие. – СПб.: Издательство «ХОКА», 2007. – 416 с.
4. Караваева Е.В. Психологическая работа с детьми в сенсорной комнате: формы и методы. М.,2001. с.91-101.
5. Кириченко Ю.А. Коррекция игровой деятельности в сенсорной комнате. М. 2001г.с.27.
6. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. – 3-у изд. – М.: АРКТИ, 2008. – 80 с.
7. Сенсорная комната - волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие /Под ред. В.Л.Женеврова, Л.Б.Баряевой, Ю.С.Галлямовой. - СПб.: ХОКА, 2007.
8. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Практические рекомендации. Г.Г.Колос. -М.: АРКТИ, 2006.
9. Сенсорная комната. Аннотация и методические рекомендации по использованию. СПб.: «Альма», 2007.
- 10.Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2009.