

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Кондратовский детский сад «Акварельки»

Принята на заседании

педагогического совета

от «28» 08 2025 г.

Протокол № 1



МАСТЕРСКАЯ

психолого-педагогической направленности

«Волшебная лаборатория чувств»

Возраст обучающихся: 4-5 лет

Срок реализации: 1 год.

Перевозчикова Юлия Сергеевна,

педагог-психолог

д.Кондратово, 2025г.

1. Актуальность программы

Одним из приоритетных направлений дошкольного возраста является воспитание сенсорной культуры детей. Актуальность сенсорного развития в дошкольном возрасте трудно переоценить, именно этот период наиболее благоприятен для совершенствования деятельности органов чувств.

Начиная, с четвертого года жизни у детей формируются сенсорные эталоны: устойчивые, закрепленные в речи представления о цветах, геометрических фигурах и отношениях по величине между несколькими предметами. Позднее следует знакомить с оттенками цвета, с вариантами геометрических фигур и с отношениями по величине, возникающими между элементами ряда, состоящего из большего количества предметов.

Одновременно с формированием эталонов необходимо учить детей способам обследования предметов: их группировке по цвету и форме вокруг образцов-эталонов, последовательному осмотру и описанию формы, выполнению все более сложных глазомерных действий.

Наконец, в качестве особой задачи выступает необходимость развивать у детей аналитическое восприятие: умение разбираться в сочетаниях цветов, расчленять форму предметов, выделять отдельные измерения величины.

Без обогащения сенсорного опыта, без сформированности системы сенсорно – перцептивных действий и системы сенсорных эталонов у детей, не может происходить полноценное восприятие окружающего мира, которое необходимо для умственного развития. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от того насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее. Именно поэтому так важно, чтобы сенсорное воспитание планомерно и систематически включалось во все моменты жизни ребёнка, прежде всего в процессы познания окружающей жизни: исследование предметов, их свойств и качеств.

2. Цели и задачи программы:

Цель программы: Создание условий для гармоничного психофизического развития детей 4–5 лет через активное мультисенсорное взаимодействие со средой, направленное на формирование устойчивых сенсорных эталонов.

Задачи программы:

1. Развить и гармонизировать эмоционально-волевые сферы детей:
 - снять психоэмоциональное напряжение;
 - дать навыки саморегуляции и самоконтроля;
 - уметь управлять своим телом, дыханием;
 - уметь передавать свои ощущения в речи;
 - уметь расслабляться, освобождаться от напряжения;
 - формировать представления о положительных и отрицательных эмоциях;
 - укрепить уверенность в себе.
2. Развить коммуникативные сферы детей:
 - эмпатические чувства, желание оказывать друг другу эмоциональную и физическую поддержку;
 - сформировать мотивацию к общению и улучшить коммуникативные навыки;
3. Развить психические процессы и моторику детей:
 - улучшить произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость;
 - память, мышление, воображение, восприятие (зрительное, тактильное, слуховое), умственные способности.

3. Интеграция образовательных областей:

Образовательная область «Познавательное развитие»:

- расширять и углублять экологическую грамотность дошкольников;
- формирование целостной картины мира
- развитие памяти, внимания
- развитие элементарных математических представлений: цвет, форма, размер, количество

Образовательная область «Социально - коммуникативное развитие»:

- развитие игровой деятельности детей;
- развитие навыков работы в коллективе и умение договариваться;
- развитие собственной трудовой деятельности.

Образовательная область «Речевое развитие»:

- развитие устной речи детей (обогащение и активизация словаря, развитие связной речи – диалогической и монологической форм).

Образовательная область «Художественно - эстетическое развитие»:

- реализация самостоятельной творческой деятельности;
- развитие воображение, фантазии и эмоциональной отзывчивости

Образовательная область «Физическое развитие»:

- развитие мелкой моторики

4. Формы и методы обучения.

На занятиях организуются игровые формы работы, объяснительно-иллюстративные, поисковые и исследовательские методы, коммуникативные, релаксационные упражнения; наблюдения; музыкотерапия; песочная терапия; сказкотерапия.

Формы проведения занятий - беседы; интерактивные программы; проектная деятельность; заочные путешествия.

Методы работы:

Программа построена на мультисенсорном подходе — каждый метод активизирует один или несколько анализаторов (зрение, слух, осязание, обоняние, проприоцепцию), развивая не только восприятие, но и эмоциональную сферу, моторику, внимание и воображение.

- наглядные: использование мультимедийных средств, показ иллюстраций, тематических альбомов, предметов

- игровой метод: дидактические

- практический: показ способов действия с предметами, эксперимент, конструирование, аппликация, рисование

- арт-терапия: сказкотерапия, песочная терапия, музыкотерапия и звукотерапия

- словесные: беседа и диалог

- дыхательные и релаксационные практики: дыхательные практики, мышечная релаксация, визуализация

- социально-коммуникативные: игры на сплочение, метод поощрения и поддержки

Структура занятия:

1. Ритуал приветствия.

2. Комплекс упражнений, направленных на мышечное расслабление.

3. Формирование положительной эмоционально-волевой стабильности; активизация познавательной деятельности (игры и упражнения с использованием оборудования сенсорной комнаты).

4.Релаксация (цветотерапия, музыкотерапия, звукотерапия, ароматерапия, мышечная релаксация).

5. Обобщение. Ритуал прощания.

5. Сроки реализации программы – 1 год обучения.

Продолжительность занятий - 15 минут.

Режим занятий: 1 занятие в неделю по 15 минут (34 занятия) по понедельникам во 2 половину дня. В течение занятий происходит смена видов деятельности.

Формы организации детей – подгрупповая.

6. Предполагаемый результат обучения.

1. Эффект будет заключаться в открытости и интересе к занятиям, снижении эмоциональной напряженности, в психологическом комфорте и позитивных чувствах, в замечании и разрядке негативных эмоциональных переживаний, в снижении частоты конфликтов с детьми.

2. Проявится интерес и желание продолжать эти занятия. Дети смогут использовать полученные знания в других видах деятельности: в игре, учении, общении.

Предполагаемые отдаленные результаты будут состоять в: развитии творческого потенциала личности, создании позитивного настроя, усилении конструктивности поведения, способности выразить словами и осознать свои действия, мысли, чувства, развитии продуктивности и контактности во взаимоотношениях с окружающими.

7. Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы.

№	Перечень тем	Количество практических часов (занятий)	Форма контроля
1	Мониторинг	1	Диагностика
2	Времена года	6	Викторина
3	Мир вокруг меня	19	Выставка работ, фотовыставка
4	Календарные праздники	7	Открытое занятие
ИТОГО		33 занятия	

8. Календарно-тематический план дополнительной образовательной программы.

срок	Тема	Краткое описание тем
1-ая неделя октября	Мониторинг	Выявить общий уровень сенсорного развития детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) на основе методик Л.А. Венгера, Н.Н. Поддьякова, М. Монтессори.
2-ая неделя октября	«Я в детском саду»	Знакомство детей со средой сенсорной комнаты, знакомство детей с интерактивной средой темной сенсорной комнаты, формирование заинтересованности детей к работе с оборудованием, установление доверия между психологом и детьми 1.Ритуал приветствия 2. Упражнение «Сжимаем в кулачке» 3. Знакомство с тактильной средой. 4. Упражнение «Поймай взглядом» 5. Ритуал прощания.
3-ая неделя октября	«Осеннее 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.Упражнение «Узнай цвет» 3. Упражнение «Поймай взглядом» 4.Релаксация «Листопад» 5. Ритуал прощания
4-ая неделя октября		Способствование интенсивному и гармоничному развитию познавательных интересов детей - приметы осени. Преодоление эмоциональной замкнутости, неуверенности в себе. Сочетает в себе функции тактильной, зрительной, звуковой стимуляции, развития мелкой моторики и игровой терапии. 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Краски осени» 3. Игра «Приметы осени» 4. Игра «Собери шарики желтого цвета» 5. Ритуал прощания
5-ая неделя октября	«Страна, в которой я живу и другие страны»	Знакомство ребенка с геометрическими фигурами, цветом. Собрать из фигур определенное изображение: машину, поезд, корабль. Способствовать снятию у детей внутреннего мышечного напряжения, приведению нервной системы и психики дошкольников в нормальное состояние покоя. 1.Ритуал приветствия 2.Игра «Транспорт» 3. Психогимнастика «Мы едем, едем, едем» 4.Упражнения на релаксацию 5. Ритуал прощания
1-ая неделя ноября		Способствование развитию воображения; зрительного восприятия; мышления; мелкой моторики. Снижение уровня тревожности. Создание психологического комфорта. Знакомство с рельефом земли. 1.Ритуал приветствия 2. Игра «Путешествие» 3. Игра «Море шариков» в «сухом бассейне» 3. Игра «Поиск клада» 4.Ритуал прощания
2-ая неделя ноября	«Мир вокруг нас»	Совершенствовать знания детей о предметах окружающей действительности, и о материалах, из которых они сделаны. Способствовать развитию наглядно-действенного мышления; мыслительных операций сравнения, анализа и синтеза; цветового восприятия; способности комбинирования; зрительную память; развития самоконтроля и самоанализа; целеустремленности и усидчивости; чувства симметрии; воображения. 1.Ритуал приветствия

		2.Игра «Из чего сделано?» 3. Игра «Сложи узор» 4. Ритуал прощания
3-ая неделя ноября	«Мой мир»	Тренировка мелкой моторики рук, развитие зрительно-моторной координации, соотношение количества и размера, развитие творческих способностей, самостоятельной игровой при конструировании фигурок людей. Создание оптимистичное настроения; развитие мимики и пантомимики; развитие умения выражать различные эмоциональные состояния; снижение нервно-психическое и эмоциональное напряжения. 1. Ритуал приветствия 2.Конструирование «Жители нашей планеты». 3.Игра «Мы такие разные». 4. Ритуал прощания.
4-ая неделя ноября		Тренировка мелкой моторики рук, развитие зрительно-моторной координации, соотношение количества и размера, развитие творческих способностей, самостоятельной игровой при украшении элементов одежды. Дети получают разные тактильные ощущения и сравнивают, влияющие на физическое и эмоциональное состояние. 1. Ритуал приветствия 2. Конструирование «Юные дизайнеры». 3. Игра «Мы шагаем по дорожке». 4. Ритуал прощания
1-ая неделя декабря	«Начало зимы»	Способствование интенсивному и гармоничному развитию познавательных интересов детей - приметы зимы. Преодоление эмоциональной замкнутости, неуверенности в себе. Развитие тактильной функции и развития мелкой моторики и игровой терапии. 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Краски зимы» 3. Игра «Приметы зимы» 4.Пальчиковая гимнастика «Снежок», комканье бумаги 5. Ритуал прощания
2-ая неделя декабря		Имитация снег, падающих снежинок, создавая условия для расширения кругозора воспитанников, уточняя представления детей о зиме через знакомство со снежинкой. Способствовать развитию образных представлений, воображения, умения видеть красоту снежинки, любоваться ею. 1. Ритуал приветствия 2.Путешествие в Зимнюю сказку. 3.Упражнение-рисование «Красавица снежинка!» 4. Ритуал прощания
3-ая неделя декабря	«К нам приходит	Познакомить детей с местом и условиями проживания

	Новый год»	Дела Мороза. Активизировать память детей. Воспитывать интерес, любознательность. Развитие мелкой моторики рук. 1. Ритуал приветствия 2. Занятие «Где живёт Дед Мороз?» 3. Физминутка «Снежный пух» 4. Мастерим снежки. 5. Ритуал прощания
4-ая неделя декабря		Способствовать формированию у детей интереса к изобразительному творчеству, знакомство с основами композиции, развитие игровой деятельности. Рассмотреть особенности строения еловой веточки, окраски, развивать тактильную память мелкую моторику 1. Ритуал приветствия 2. Конструирование «Ёлочка - красавица» 3. Релаксация «Новогодний фейерверк» 4. Ритуал прощания
3-ая неделя января	«Рождественское чудо»	Способствовать развитию мелкой моторики рук, развитию глазомера. Научить детей сравнивать предметы. Учить составлять бусы разных цветов. Развивать мелкую моторику рук, тонкие движения пальцев, координацию рук; Развивать зрительное внимание; Воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, терпение. 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Попади снежком в корзину» (в бассейн) 3. Игра «Собери и разбери гирлянду из бус» 4. Релаксация «Я спокоен» 5. Ритуал прощания.
4-ая неделя января	«Книжкина неделя»	Развитие зрительного восприятия, внимания и сосредоточения, двигательной активности детей, развитие коммуникативных навыков снятие психоэмоционального напряжения. Снижение двигательного тонуса, регуляция мышечного напряжения. 1. Ритуал приветствия 2. «В гостях у сказки» 3. Игра «Там, на невиданных дорожках...» 4. Упражнение «Найди сказочных героев» 5. Игра «Поймай, золотую рыбку» 6. Ритуал прощания
5-ая неделя января	«Я и мои друзья»	Формирование коммуникативной сферы. Снятие психоэмоционального напряжения. Снижение двигательного тонуса, регуляция мышечного напряжения. 1. Ритуал приветствия 2. Игры «Круг дружбы» 3. Упражнение «Мы все такие разные» 4. Игра «Найди друга (по цвету шара)» 5. Ритуал прощания

1-ая неделя февраля	«Мир профессий»	Развитие эмоционального интеллекта. Способствовать умению различать цвета, находить цвет по образцу; стимулирование зрительной поисковой деятельности детей для усвоения обобщающего понятия «цвет». Активизация зрительного восприятия. Релаксация. 1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Поймай взглядом» 3. Игра «Узнай настроение» 4. Релаксационные упражнения для мимики лица 5. Ритуал прощания
2-ая неделя февраля		Систематизировать представления детей о различных профессиях. Развивать внимание, память, речь. Развитие выразительности жестов, мимики, голоса. 1. Ритуал приветствия 2. Игра-пантомима «Что мы делали не скажем, а покажем» (профессии) 3. Двигательные этюды «Мы трудимся» 4. Ритуал прощания
3-ая неделя февраля	«Защитники Отечества»	Расширять представления детей о военной технике Российской армии. Способствовать организации самостоятельной игровой деятельности детей. Развивать фантазию и творческое воображение детей в процессе выполнения игрового задания по конструированию. Способствовать развитию мелкой моторики у детей. 1. Ритуал приветствия 2. Конструирование «Военная техника» 3. Физминутка «Кто вперёд!» 4. Ритуал прощания.
4-ая неделя февраля	«Народное творчество: культура и традиции»	Познакомить ребёнка со старинными предметами быта (интерактивно). Способствовать развитию умения работать по образцу. Снятие психоэмоционального напряжения. Снижение двигательного тонуса, регуляция мышечного напряжения. 1. Ритуал приветствия 2. Конструирование по образцу. 3. Релаксация мышц рук: упражнение «Заплетем русскую косу». 4. Игра «Меткий стрелок» 5. Ритуал прощания.
1-ая неделя марта	«Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли»	Способствовать интенсивному и гармоничному развитию познавательных интересов детей - приметы весны. Умение определять на слух голоса птиц. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения, снижению двигательного тонуса, регуляции мышечного напряжения. 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Что бывает весной?»

	2-ая неделя марта	3. Игра «Назови птиц, которых ты услышал» 4. Игра «Собери букет для мамы» 5. Ритуал прощания. Способствовать формированию замечать весенние изменения в природе и желанию отразить красоту природных явлений с помощью игры. 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Здравствуй, Весна!» 3. Упражнение «Нарвем зелёной травки» 4. Ритуал прощания.
	3-ая неделя марта	«Витамины и спорт – наш источник здоровья» Формирование представлений о здоровом, правильном питании. Узнать на ощупь овощ и фрукт. Закрепление и развитие мелкой моторики, массаж рук, пальцев рук, повышение чувствительности пальцев. Развитие внимания, умения сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления. 1. Ритуал приветствия 2. «Овощи и фрукты - полезные продукты» 3. Игра «Съедобное-несъедобное». 4. Ритуал прощания.
	4-ая неделя марта	Способствовать формированию к здоровому образу жизни, привлекая к занятию физкультурой. Обогащение восприимчивости и воображения. 1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Весёлая физкультура» 2. Игра «Дорожка Здоровья» 3. Светотерапия. 4. Ритуал прощания
	1-ая неделя апреля	«Юмор в нашей жизни» Профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок. Развитие тактильных ощущений. Мышечное расслабление, улучшение эмоционального фона. Создание положительного эмоционального состояния. 1. Ритуал приветствия 2. Весёлое путешествие «В страну смеха» 3. Упражнение «Посмеёмся вместе!» 4. Ритуал прощания.
	2-ая неделя апреля	«Тайна третьей планеты» Тренировка и укрепление глазной мышцы, развитие глазодвигательной координации. Стимуляция зрительных и тактильных анализаторов. Создание положительного эмоционального состояния. 1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «На космическом корабле» (иллюминатор). 3. «Звездочёты» (счёт). 4. Ритуал прощания.
3-ая неделя апреля		«Мир игры» Полное погружение в мир ощущений и чувственных восприятий. Стимуляция и развития тактильных ощущений. Нормализация деятельности центральной

	4-ая неделя апреля	нервной системы. Активизация творческой и познавательной деятельности. Создание положительного псих-эмоционального фона. Оказания благотворительного сенсорного воздействия. 1. Ритуал приветствия 2. Сенсорный театр: -Дыхательная гимнастика «Поможем пузырькам» -Игра «На берегу моря» -Физминутка «Весенний дождь» 3. Ритуал прощания Развитие детского интеллекта, познавательной активности, а также мелкой моторики, конструктивных навыков, ориентировки в пространстве, внимания, воображения и фантазии. 1. Ритуал приветствия 2. Песочная терапия «Театр на песке» 3. Ритуал прощания
	5-ая неделя апреля	«Братья наши меньшие» Развитие представлений о домашних животных. Способствовать развитию пространственного воображения, творческих способностей, фантазии, навыков конструирования, моделирования, речи, логического мышления, мелкой моторики. 1. Ритуал приветствия 2. Конструирование «Мой домашний питомец» 3. Игра «Угадай кто как кричит?» 3. Игра «Поиграем с киской и клубком». 5 Ритуал прощания
	2-ая неделя мая	«День Победы» Расширять представления детей о ВОВ. Способствовать организации самостоятельной игровой деятельности детей. Развивать фантазию и творческое воображение детей в процессе выполнения игрового задания по конструированию. 1. Ритуал приветствия 2. Конструирование «Вечный огонь» 3. Физминутка «Кто вперёд!» 4. Ритуал прощания.
	3-ая неделя мая	«Дикие животные» Развитие представлений о диких животных. Способствование интенсивному и гармоничному развитию познавательных интересов детей о жизни диких животных. 1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Лесные тропинки» 3. Путешествие в лес 4. Игра «Угадай кто как кричит?» 5. Ритуал прощания

4-ая неделя мая	«Мир природы и красоты»	Профилактика психофизических и эмоциональных нагрузок. Развитие тактильных ощущений. Способствование интенсивному и гармоничному развитию познавательных интересов детей - жизнь в весеннем лесу. 1.Ритуал приветствия 2.Путешествие в весенний лес 3.Ритуал прощания
5-ая неделя мая	Диагностика	Выявить общий уровень сенсорного развития детей среднего дошкольного возраста спустя год работы по рабочей программе. Сравнить результаты (сравниваются результаты диагностики начала и конца учебного года).

9. Диагностический материал.

Мониторинг результативности реализации рабочей программы мастерской проводится при помощи диагностики сенсорного развития детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) на основе методик Л.А. Венгера, Н.Н. Поддьякова, М. Монтессори. Мониторинг проводится 2 раза: в начале цикла занятий и в конце.
Сводная таблица результатов.

Уровень	Баллы (из 20)	Характеристика
Высокий	17-20	Ребёнок дифференцирует все сенсорные характеристики, использует точные определения, выполняет задания самостоятельно
Средний	10-16	Различает основные эталоны, допускает 1-2 ошибки в сложных заданиях, нуждается в минимальной помощи
Ниже среднего	5-9	Справляется только с простыми сенсорными задачами, путает оттенки и сложные характеристики
Низкий	0-4	Не различает большинство сенсорных свойств, требуется коррекционная работа

10. Формы подведения итогов (итоговый отчет и открытое мероприятие с детьми).

Открытые занятия для родителей, фотовыставка. Итоговый отчет сдается в виде аналитической справки.

11. Материально-техническое обеспечение.

Мягкое напольное покрытие, интерактивная песочница iSandBOX, воздушно-пузырьковая панель, сухой душ - солнышко, светильник с рыбками, пуфик кресло: кресло-клубничка с гранулами, подушки с гранулами, сухой бассейн, колонка с музыкой для релаксации или

звуками природы, ноутбук, куб эмоций, тактильная дорожка, плитки с краской, раскраски, трафареты, шаблоны, цветная бумага/картон, краски, кисти, фломастеры, карандаши, кубики Никитина, фигурки тематические.

12. Список использованной литературы.

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