

Министерство образования Тульской области
Государственное образовательное учреждение дополнительного образования
Тульской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на
заседании педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,
Протокол № 3
от «25» августа 2026 г.

Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В. Грошев
Приказ от «25» августа 2026 г. № 331



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Шаг вперед»
(для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)**

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст: 7-16 лет
Срок реализации: 2 года (72 часа)
Уровень сложности: стартовый

Составитель:
Спасская Ксения Михайловна,
педагог- психолог

Тула, 2026

Пояснительная записка

Сенсорное развитие, формирование восприятия и накопление представлений о внешних свойствах предметов играют ключевую роль не только в процессе успешной адаптации ребенка с ограниченными возможностями здоровья или инвалидностью к окружающей действительности, но и в его интеллектуальном становлении. В решении этих задач значительную поддержку психологу оказывает специально оборудованная сенсорная комната.

Данное пространство может выступать как в роли дополнительного инструмента в ходе развивающей работы с детьми указанной категории, позволяя существенно повысить результативность занятий, направленных на укрепление психологического благополучия, так и использоваться в качестве самостоятельного средства для стимуляции и гармоничного развития познавательных процессов и психических функций. Именно в сенсорной комнате создаются необходимые условия для отработки механизмов торможения, формирования навыков произвольной саморегуляции и освоения техник глубокого расслабления.

Благодаря спокойной, умиротворяющей атмосфере в сочетании с мощным позитивным воздействием ключевых элементов сенсорной среды — приглушенного мягкого освещения и убаюкивающих музыкальных композиций — ребенок получает возможность полностью снять мышечное и эмоциональное напряжение, обрести чувство безопасности и защищенности, укрепить веру в собственные силы. Кроме того, такое погружение способствует развитию значительному расширению кругозора, обогащая представления ребенка об окружающих людях и мире в целом. Нахождение в новом, необычном пространстве сенсорной комнаты помогает ребенку раскрыться, избавиться от скованности, настроиться на активное взаимодействие и создает устойчивый положительный эмоциональный настрой.

С учётом всех этих факторов была разработана *дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа* стартового уровня сложности «*Шаг вперед*» (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов). Она имеет *социально-гуманитарную направленность* и разработана в соответствии с действующей с нормативно – правовой базой федерального, регионального и локального уровней:

Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства от 31.03. 2022 г. № 678-р);

Приказом Министерства Российской просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Уставом ГОУ ДО ТО «ЦДОД» и др. локальными актами.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы продиктована тем, что среди современных детей и подростков всё более распространёнными становятся эмоциональные расстройства, трудности произвольной регуляции поведения и волевого самоконтроля, а также разнообразные соматические и психоневрологические нарушения, которые в совокупности создают серьёзные препятствия для гармоничного развития и социальной адаптации. Регулярные занятия в условиях специально организованной сенсорной комнаты позволяют существенно снизить остроту перечисленных проблем, а в ряде случаев — полностью их нивелировать. Сама сенсорная комната представляет собой целую вселенную, наполненную новыми, необычными впечатлениями и богатой палитрой ярких эмоций. Специализированное оборудование, которым оснащена комната, воздействует комплексно на все органы чувств ребёнка, запуская многоканальный процесс восприятия. Когда ребёнок лежит в сухом бассейне или располагается на мягких модульных пуфиках, а вокруг него медленно переливаются волны плавно меняющегося света, он буквально превращается в главного героя волшебной сказки. Использование интерактивных и мультимедийных средств дополнительно пробуждает в детях естественное стремление осваивать новые умения и навыки. Благодаря этому сенсорная комната становится полноценным многофункциональным комплексом, применение которого способно существенно оптимизировать процессы развития, социальной адаптации ребёнка с ограниченными возможностями здоровья или инвалидностью.

Особую ценность программе придаёт неразрывное единство теоретического материала и практической деятельности: именно такой традиционный,

проверенный временем подход остаётся наиболее востребованным и действенным в работе с детьми данной категории.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Шаг вперед» (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов) проявляется в том, что накопленный ребёнком сенсорный опыт не остаётся изолированным, а целенаправленно интегрируется в его повседневную практическую активность — будь то предметно-манипулятивная, продуктивная (например, рисование, конструирование) или игровая деятельность.

При этом большое внимание уделяется своевременному и грамотному вербальному сопровождению получаемых ощущений: каждое новое сенсорное впечатление связывается с точным словом, что позволяет постепенно выстраивать у ребёнка устойчивый внутренний план представлений. Именно благодаря такой логике построения — от живого восприятия через действие и речь к мысленному образу — программа становится надёжной основой для полноценного, гармоничного и целостного развития детей с ограниченными возможностями здоровья и детей - инвалидов, нуждающихся в особом педагогическом подходе.

Программа привлекает своей простотой в реализации и одновременно стабильно эффективными результатами. Теоретической базой для её разработки послужили фундаментальные научные труды ведущих отечественных психологов, а также комплексные программы, апробированные в работе психологических служб образовательных учреждений России. В основу содержания легли ключевые положения психологической теории деятельности, принятые в российской научной школе и опирающиеся на работы Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурии, А.В. Запорожца, П.Я. Гальперина и других классиков. Кроме того, при создании программы широко использовались идеи концепции сенсорно-перцептивного развития, разработанные как 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.), так и в зарубежной практике (Ф. Фребель, М. Монтессори). Взгляды Марии Монтессори, которые и сегодня находят своё

продолжение в современных системах сенсорного развития, предполагают активное использование специального дидактического материала, сгруппированного в зависимости от тех или иных свойств предметов; при этом знакомство с каждым свойством происходит через задействование различных видов ощущений, что способствует глубокому и многогранному восприятию.

Согласно подходам А.В. Запорожца, Л.А. Венгера и их последователей, сенсорное развитие следует понимать как процесс активного усвоения общественно-исторического опыта, который в конечном счёте приводит к формированию целостного восприятия и устойчивых представлений, обеспечивающих полноценную ориентировку человека в окружающем мире. Л.С. Выготский, в свою очередь, подчёркивал, что само становление и развитие высших психических функций невозможно без сложного, многоуровневого процесса интеграции внешнего мира во внутренний, субъективный опыт личности.

Таким образом, с учётом остро актуальной для Тульской области проблемы сохранения здоровья молодого поколения особую значимость приобретает необходимость расширения разнообразия детских объединений в системе дополнительного образования, причём таких, чья работа целенаправленно нацелена на поддержку и укрепление как физического, так и психозмоционального благополучия детей и подростков.

Отличительные особенности программы состоят в том, что применение современных методов, инструментов оздоровления и здоровьесберегающих технологий является необходимым фундаментом в работе с детьми с ОВЗ и детьми-инвалидами. Весь процесс направлен на поэтапное включение и последующую синхронизацию всех сенсорных потоков за счёт стимуляции различных органов чувств.

Практическая значимость программы заключается в её выраженной практической ориентированности и реальной применимости в работе с детьми данной категории.

Программа носит практико-ориентированный характер: на занятиях дети не просто получают теоретические сведения, а постепенно овладевают основами самостоятельной работы, учатся распознавать эмоциональные состояния окружающих людей, управлять собственными переживаниями и точно идентифицировать свои чувства. В ходе таких занятий у обучающихся формируются ключевые навыки саморегуляции, что в дальнейшем помогает им успешно адаптироваться к самым разным жизненным ситуациям, принимать взвешенные и обоснованные решения, а также избегать излишних конфликтов и стрессовых нагрузок. Кроме того, дети осваивают новые понятия и эффективные способы общения, что напрямую способствует развитию их коммуникативных способностей и успешной социализации в коллективе и обществе в целом.

Адресатом программы выступают дети с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды в возрасте от 7 до 16 лет, причём среди них могут быть как гиперактивные, так и, напротив, гипоактивные обучающиеся, а также дети с повышенной утомляемостью, эмоциональным истощением, замкнутые, имеющие задержки психического или речевого развития.

На обучение по программе принимаются все желающие дети при условии добровольного согласия и отсутствия медицинских противопоказаний — к последним относятся обострения соматических или психических заболеваний, аллергические и бронхолёгочные патологии в острой форме, инфекционные заболевания, а также судорожная готовность, эпилептические припадки и иные состояния, несовместимые с безопасным пребыванием в сенсорной комнате.

Объем программы – 72 часа, что соответствует нормативному локальному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Срок освоения программы – 2 года.

Форма обучения - очная.

Формы организации образовательного процесса. Основной формой организации образовательного процесса являются индивидуальные занятия. Для достижения максимально возможного развивающего эффекта программа предусматривает проведение занятий с детьми с ОВЗ и детьми-инвалидами по индивидуальным учебным планам, учитывающим особенности каждого ребёнка.

В случае перехода на дистанционный формат обучения педагог с помощью разнообразных доступных цифровых платформ организует проведение занятий в соответствии с заранее намеченным планом, а также разрабатывает вариативную составляющую программы, позволяющую при необходимости гибко изменять тематику и отдельные разделы курса. Реализация обучения детей с применением дистанционных технологий осуществляется строго в соответствии с локальным нормативным актом Государственного образовательного учреждения дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей» (ГОУ ДО ТО «ЦДОД»).

При этом допускается использование электронных образовательных ресурсов сети Интернет, которые не противоречат нормам этики и общепринятым моральным принципам; такие ресурсы могут применяться в формате веб-занятий (например, интерактивные мастер-классы, виртуальные видео-экскурсии и тому подобное), чат-занятий, электронной почтовой рассылки с методическими рекомендациями, работы в мессенджерах для проведения консультаций по выполненным заданиям, а также посредством кейс-технологий, создания и просмотра презентаций, организации работы в социальной сети «ВКонтакте» и иных доступных каналов связи.

Использование широкого спектра технических средств, дидактических и методических материалов обеспечивает высокую степень разнообразия форм и методов обучения, что особенно важно при работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Виды занятий определяются содержанием программы. Среди них — комбинированные и практические занятия, игровые формы и другие. Освоенные в ходе занятий знания, умения и навыки закрепляются на этапе рефлексии. В младшем школьном возрасте особую значимость приобретает игра как форма обучения. Игровые действия наполняются глубоким смыслом и стимулируют развитие каждого обучающегося.

Режим занятий. Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу. Обязательным элементом каждого занятия является динамическая пауза продолжительностью 10 минут для снятия напряжения и поддержания работоспособности.

Программа предполагает возможность корректировки количества часов, отводимых на изучение отдельных тем, в зависимости от актуального самочувствия детей и уровня их психофизического развития, что позволяет соблюдать индивидуальный темп и бережно относиться к ресурсам каждого ребёнка.

Цель программы заключается в планомерном и последовательном развитии у детей с ограниченными возможностями здоровья, у детей-инвалидов двух ключевых сфер — сенсорно-перцептивной (то есть восприятия и обработки сенсорных сигналов) и эмоционально-волевой (способности понимать свои чувства и управлять своим поведением), путём активного и целенаправленного использования всего потенциала специально оборудованной сенсорной комнаты, включая её среду и методические приёмы. Для достижения поставленной цели программа решает следующие **задачи**.

Задачи

Обучающие

Научить:

- понятиям «эмоции», «чувства», «настроение», «саморегуляция», «расслабление (релаксация)», «эмпатия (сопереживание)», «мимика», «жесты», «пантомимика», «интонация», «коммуникативные навыки», «фантазия», «доверие», «контакт», «положительный настрой», «стресс», «здоровый образ жизни», «дыхание», «координация движений», «равновесие».
- приёмам управления собственным телом и дыханием;
- социально приемлемо выражать свои эмоции, чувства и переживания;
- осознавать и называть своё эмоциональное состояние;
- распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса).

Сформировать:

- приёмы и навыки саморегуляции и расслабления;
- навыки поддержания равновесия и общей координации движений;
- устойчивую внутреннюю мотивацию к вступлению в коммуникацию и поддержанию общения;
- умение распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса);
- мотивацию к здоровому образу жизни;
- способность к сопереживанию (эмпатию).

Развивающие.

Развить:

- познавательные процессы (восприятие, внимание, память, способность к ассоциациям и гибкость мышления, речевой запас, воображение);
- сенсомоторные навыки, сенсорную чувствительность и двигательную активность;
- зрительные, слуховые и осязательные ощущения;
- общую и мелкую моторику;
- эмоционально-волевую сферу (положительное эмоциональное отношение к занятиям, осмысленное эмоциональное переживание собственных достижений, волевые усилия);
- навыки продуктивного общения и сотрудничества с педагогом в ходе совместной деятельности;
- координацию движений и чувство равновесия;
- умение управлять телом и дыханием.

Воспитательные.

Воспитать:

- старательность;
- дисциплинированность.

Планируемые результаты обучения

Предметные результаты

К концу обучения по данной программе обучающиеся **будут знать:**

понятия: «эмоции», «чувства», «настроение», «саморегуляция», «расслабление (релаксация)», «эмпатия (сопереживание)», «мимика», «жесты», «пантомимика», «интонация», «коммуникативные навыки», «фантазия», «доверие», «контакт»,

«положительный настрой», «стресс», «здоровый образ жизни», «дыхание», «координация движений», «равновесие».

Будут уметь;

- социально приемлемо выражать свои эмоции, чувства и переживания;
- осознавать и называть своё эмоциональное состояние;
- распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса).

Будут сформированы:

- приёмы и навыки саморегуляции и расслабления;
- умение распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса);
- способность к сопереживанию (эмпатия).

Будут развиты:

- познавательные процессы (восприятие, внимание, память, способность к ассоциациям и гибкость мышления, речевой запас, воображение);
- умение управлять телом и дыханием;
- координация движений и чувство равновесия.
- сенсомоторные навыки, сенсорная чувствительность и двигательная активность;
- зрительные, слуховые и осязательные ощущения;
- общая и мелкая моторика.

Метапредметные результаты

У обучающихся **будут сформированы:**

- устойчивая внутренняя мотивация к вступлению в коммуникацию и поддержанию общения;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Будут развиты:

- навыки продуктивного общения и сотрудничества с педагогом в ходе совместной деятельности.

Личностные результаты

У обучающихся **будут развиты:**

- эмоционально-волевая сфера (положительное отношение к занятиям, эмоциональный отклик на достижения, проявление воли).

Будут воспитаны:

- активная жизненная позиция;
- способность к сопереживанию (эмпатия);
- старательность;
- дисциплинированность.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Вводное занятие	1	0,5	0,5	<i>Входная диагностика:</i> Диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей.

2.	Раздел 2. Путешествие в мир ощущений	1	0,5	0,5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение.
3.	Раздел 3. Азбука дружбы	18	4	14	
	Тема 3.1. Мир чувств	5	1	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос по иллюстрациям (сюжетным картинкам) «Чувства и эмоции».
	Тема 3.2. Дорогою добра	5	1	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, проверочная беседа по теме эмоций, анализ рисунка «Цвета настроения». <i>Промежуточная аттестация:</i> развивающая игра, мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.
	Тема 3.3. Сердечное тепло	8	2	6	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос «Кого я люблю и почему».
4.	Раздел 4. Как победить волнение	9	2	7	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос «Что помогает нам не бояться».
5.	Раздел 5. Лучики тепла	4	-	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.
6.	Раздел 6. Формирование ЗОЖ	1	0.5	0.5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.
7.	Раздел 7. Мероприятия познавательно – воспитательного характера	1	0.5	0.5	Текущий контроль: опрос, педагогическое наблюдение, наблюдения родителей.
8.	Раздел 8. Итоговое занятие. Наши достижения.	1	-	1	<i>Промежуточная аттестация:</i> развивающая игра, мониторинг уровня обучения и развития обучающихся. Интерпретация данных

					диагностики. Ознакомление родителей с результатами.
	Итого часов:	36	8	28	

Содержание учебного плана 1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Раздел 1. Вводное занятие (1 ч.: 0,5 ч. т., 0,5 ч. пр.).

Теория. Правила безопасного поведения во время занятий. Нормы поведения в сенсорной комнате. Объяснение порядка выполнения диагностических заданий.

Практика. Первичное собеседование с родителями и ребёнком о состоянии здоровья, физическом и биологическом развитии. Проведение диагностики по методике С.Д. Забрамной, О.В. Боровик «Изучение эмоционально-волевой сферы и личности». Оценка сформированности двигательных и сенсорных процессов у детей.

Формы контроля. *Входная диагностика.* Диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей. Интерпретация данных диагностики. Ознакомление родителей с результатами.

Раздел 2. Путешествие в мир ощущений (1 ч.: 0,5 ч. т., 0,5 ч. пр.)

Теория. Понятие: расслабление (релаксация). Цели использования сенсорной комнаты. Способы расслабления.

Практика. Вводный ритуал. Игра-экскурсия по сенсорной комнате. Преодоление коммуникативных барьеров между ребёнком и педагогом дополнительного образования, снятие психоэмоционального напряжения. Упражнение на расслабление. Завершающий ритуал.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Раздел 3. Азбука дружбы (18 ч.: 4 ч. т., 14 ч. пр.)

Тема 3.1. Мир чувств (5 ч.: 1 ч. т., 4 ч. пр.)

Теория. Понятия: интонация, эмпатия (сопереживание). Поддержание и укрепление психофизического и эмоционального здоровья ребёнка.

Практика. Упражнение «Улыбка дарит свет», игра «Добрые слова», упражнения: «Тропинка чудес», «Волшебные шарики», «Цветной бассейн», игра «Я – пушистое облачко», этюд «Весёлые звуки». Подвижная игра «Осенний листок», рассматривание картинок «Какие бывают чувства?», упражнение «Угадай чувство». Игра «Тёплые ладошки».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос по иллюстрациям (сюжетным картинкам) «Чувства и эмоции».

Тема 3.2. Дорогою добра (5 ч.: 1 ч. т., 4 ч. пр.)

Теория. Понятие: контакт. Беседа «Как можно приветствовать друг друга». Способы снятия психоэмоционального напряжения.

Практика. Игры на развитие тактильного и зрительного восприятия: «Любимые прикосновения», упражнение «Весёлые шары» (сухой бассейн), этюд на снятие психоэмоционального напряжения «Пушистый зверёк», рисунок «Цвета настроения».

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, анализ рисунка «Цвета настроения».

Промежуточная аттестация: развивающая игра, мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.

Тема 3.3. Сердечное тепло (8 ч.: 2 ч. т., 6 ч. пр.)

Теория. Разнообразие проявления чувств. Понятия: фантазия, доверие, контакт, положительный настрой на сотрудничество, коммуникативные навыки.

Практика. Игра «Лучик света», мини-этюд «Яркий круг», распределение по зонам сенсорной комнаты, телесно-ориентированное упражнение «Необычный трон», мини-этюд «Ветерок и листья», телесно-ориентированное упражнение «Плавание по волнам», игра «Пружинка», «Приветствие ладошек», упражнение на расслабление и развитие воображения «Прогулка по сказочному лесу». Игра «Тёплые ладошки».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос «Кого я люблю и почему».

Раздел 4. Как победить волнение (9 ч.: 2 ч. т., 7 ч. пр.)

Теория. Понятия: саморегуляция, мимика, жесты, пантомимика. Знакомство с приёмами быстрого снятия сильного эмоционального или физического напряжения, способы регуляции дыхания.

Практика. Игра «Загадочный клубок», игры на развитие вербальных и невербальных способов выражения эмоций, мимики, пантомимики, мелкой моторики, воображения: «Бодрячок», «Весёлый танец», «Пружинка», упражнение «Огонёк», упражнение «Освобождение от груза». Чтение рассказа «Смелый поступок». Рассказывание стихов с помощью жестов. Упражнение «Отдых для тела».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос «Что помогает нам не бояться».

Раздел 5. Лучики тепла (4 ч.: 0 ч. т., 4 ч. пр.)

Практика. Упражнения на развитие творческого воображения: «Полёт фантазии», «Гибкая веточка». Игры на развитие эмоционально-выразительных движений: «Круглый год», «Пластика», «Прикосновение». Мимическая гимнастика «Зеркало эмоций». Игра «Чудесные коробочки». Упражнения на расслабление «Журчащий ручей» и др. Игра «Наши друзья».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.

Раздел 6. Формирование ЗОЖ (1ч.: 0.5 ч. т., 0.5 ч. пр.)

Теория. Понятие: здоровый образ жизни. Беседа на тему: «Преодолеваем стресс без саморазрушения».

Практика. Игра на расслабление «Сдуй тучку (эмоциональное здоровье).

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.

Раздел 7. Мероприятия познавательно – воспитательного характера (1ч.: 0,5 ч. т., 0.5ч. пр.)

Теория. Беседы: «Простая вежливость», «Слова бывают разные».

Практика. Посещение выставок в ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Формы контроля. Текущий контроль: опрос, педагогическое наблюдение, наблюдения родителей.

Раздел 8. Итоговое занятие. Наши достижения. (1ч.: 0 ч. т., 1 ч. пр.)

Практика. Диагностика по методике С.Д. Забрамной, О.В. Боровик «Изучение эмоционально-волевой сферы и личности». Оценка сформированности двигательных и сенсорных процессов у детей. Порядок выполнения диагностических заданий.

Форма контроля. Промежуточная аттестация: развивающая игра, мониторинг уровня обучения и развития обучающихся. Интерпретация данных диагностики. Ознакомление родителей с результатами.

Планируемые результаты

1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Предметные результаты

К концу 1-го года обучения по данной программе обучающиеся **будут знать:**

- понятия «саморегуляция», «расслабление (релаксация)», «эмпатия (сопереживание)», «мимика», «жесты», «пантомимика», «интонация», «коммуникативные навыки», «фантазия», «доверие», «контакт», «положительный настрой», «здоровый образ жизни».

Будут уметь:

- выражать свои эмоции, чувства и переживания;
- называть своё эмоциональное состояние;
- распознавать эмоции окружающих людей по некоторым внешним проявлениям.

Будут сформированы:

- приёмы саморегуляции и расслабления.
- умение распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса),

Будут развиты:

- познавательные процессы (восприятие, внимание, речевой запас, воображение);
- умение управлять телом и дыханием;
- координация движений и чувство равновесия;
- сенсорная чувствительность и двигательная активность;
- зрительные, слуховые и осязательные ощущения;
- мелкая моторика.

Метапредметные результаты

У обучающиеся будут сформированы:

- мотивация к вступлению в коммуникацию и поддержанию общения;
- основы мотивации к здоровому образу жизни.

Будут развиты:

- навыки общения и сотрудничества с педагогом в ходе совместной деятельности.

Личностные результаты

У обучающихся будут развиты:

- эмоционально-волевая сфера (положительное отношение к занятиям, эмоциональный отклик на достижения).

Будут воспитаны:

- старательность;
- дисциплинированность.

**Учебный план
2-го года обучения (стартовый уровень сложности)**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Вводное занятие	1	0,5	0,5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение.
2.	Раздел 2. Я и мои чувства – вместе	20	6	14	
	Тема 2.1. Тепло внутри	6	2	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, краткая устная рефлексия. анализ рисунка «Моё настроение сегодня».

	Тема 2.2. Улыбка, как солнце	6	2	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, краткая устная рефлексия.
	Тема 2.3. Смех – лучшее лекарство	8	2	6	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос. <i>Промежуточная аттестация:</i> выполнение задания с дидактическими карточками, мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.
3.	Раздел 3. Как подружиться с грустью	8	2	6	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, анализ «Карты хорошего самочувствия»
4.	Раздел 4. В гостях у сказки	4	-	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.
5.	Раздел 5. Формирование ЗОЖ	1	0.5	0.5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.
6.	Раздел 6. Мероприятия познавательного – воспитательного характера	1	0.5	0.5	Текущий контроль: опрос, беседа. Педагогическое наблюдение, наблюдения родителей.
7.	Раздел 7. Итоговое занятие	1	-	1	<i>Промежуточная аттестация:</i> мониторинг уровня обучения и развития. Интерпретация данных.
Итого часов:		36	9,5	26,5	

Содержание учебного плана

2-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Раздел 1. Вводное занятие (1 ч.: 0,5 ч. т., 0,5 ч. пр.)

Теория. Техника безопасности на занятиях в сенсорной комнате. Настрой на новый учебный период.

Практика. Игры на создание доверительной атмосферы и снятие напряжения: «Ветерок желаний», «Назови себя с движением», «Найди похожее», «Повтори ритм».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Я и мои чувства – вместе (20 ч.: 6 ч. т., 14 ч. пр.)

Тема 2.1. Тепло внутри (6 ч.: 2 ч. т., 4 ч. пр.)

Теория. Понятия: эмоции, чувства, равновесие. Беседа «Откуда берутся эмоции?».

Практика. Игры на укрепление психофизического здоровья: «Клад», «Краски настроения», «Цветные ассоциации». Упражнения «Эмоциональные карточки», «Отгадай, что я чувствую?», «Отражение». Рисунок «Моё настроение сегодня». Упражнения на балансировочной доске: «Удержу равновесие» и др.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, краткая устная рефлексия, анализ рисунка «Моё настроение сегодня».

Тема 2.2. Улыбка, как солнце (6 ч.: 2 ч. т., 4 ч. пр.)

Теория. Понятие: настроение. Простые приёмы улучшения настроения.

Практика. Игра на развитие мышления и эмоционального интеллекта: «Умный калейдоскоп». Упражнения на память и распознавание эмоций: «Запомни чувство». Игры на сенсорику: «Мир форм», «Дорожка ощущений».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, краткая устная рефлексия.

Тема 2.3. Смех – лучшее лекарство (8 ч.: 2 ч. т., 6 ч. пр.)

Теория. Понятия: стресс, координация движений. Как смех помогает справляться с трудностями. Способы снятия напряжения через юмор.

Практика. Дыхательные и расслабляющие упражнения: «Дышим и улыбаемся». «Весёлые мячики». «Зеркало смеха». «Танец радости». «Забавные истории». «Медитация с улыбкой».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, устный опрос «Что приносит радость».

Промежуточная аттестация: выполнение задания с дидактическими карточками, мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.

Раздел 3. Как подружиться с грустью (8 ч.: 2 ч. т., 6 ч. пр.)

Теория. Понятие: дыхание. Приёмы быстрого снятия напряжения и грусти. Управление дыханием.

Практика. Релаксационные упражнения: «Музыкальный покой», «Дышим спокойно», «Прогулка по волшебному лесу». Упражнения на осознанность: «Исследуем текстуры», «Найди цвет в окружении». Заполнение «Карты хорошего самочувствия».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, анализ «Карты хорошего самочувствия».

Раздел 4. В гостях у сказки (4 ч.: 0 ч. т., 4 ч. пр.)

Практика. Упражнения на воображение: «Необычное путешествие», «Плавание по морю грёз». Игры на выразительность движений: «Изобрази без слов», «Замри – оживи». Мимическая гимнастика «Передай эмоцию по цепочке». Релаксация «Шум водопада».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.

Раздел 5. Формирование ЗОЖ (1ч.: 0.5 ч. т., 0.5 ч.)

Теория. Беседы на темы: «Берегите глаза и зрение», «Овощи и фрукты- полезные продукты».

Практика. Мастер-класс «Тарелка-здоровья».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос.

Раздел 6. Мероприятия познавательного – воспитательного характера (1ч.: 0,5 ч. т., 0,5ч. пр.)

Теория. Беседы: «О честности и умении держать слово», «Дружба. помощь, взаимовыручка».

Практика. Посещение выставок в ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Формы контроля. Текущий контроль: опрос, беседа. Педагогическое наблюдение, наблюдения родителей.

Раздел 7. Итоговое занятие (1ч.: 0 ч. т., 1 ч. пр.)

Практика. Диагностика по методике С.Д. Забрамной, О.В. Боровик «Исследование эмоционально-волевой сферы и личности». Диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у обучающихся. Ход выполнения диагностических заданий. Ознакомление родителей с результатами.

Формы контроля. Промежуточная аттестация: интерпретация данных. Мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.

Планируемые результаты

2-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Предметные результаты

К концу обучения по данной программе обучающиеся **будут знать**

- понятия «эмоции», «чувства», «настроение», «стресс», «дыхание», «координация движений», «равновесие».

Будут уметь

- социально приемлемо выражать свои эмоции, чувства и переживания;
- осознавать своё эмоциональное состояние;
- распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса);

Будут сформированы:

- приёмы и навыки саморегуляции и расслабления.
- умение распознавать эмоции окружающих людей по внешним проявлениям (выражение лица, жесты, выразительные телодвижения и интонации голоса).

Будут развиты:

- познавательные процессы (память, способность к ассоциациям и гибкость мышления, речевой запас);
- умение управлять телом и дыханием;
- координация движений и чувство равновесия.
- сенсомоторные навыки, сенсорная чувствительность и двигательная активность;
- зрительные, слуховые и осязательные ощущения;
- общая и мелкая моторика.

Метапредметные результаты

У обучающиеся **будут сформированы:**

- устойчивая внутренняя мотивация к вступлению в коммуникацию и поддержанию общения;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Будут развиты:

- навыки продуктивного общения и сотрудничества с педагогом в ходе совместной деятельности.

Личностные результаты

У обучающихся **будут развиты:**

- эмоционально-волевая сфера (эмоциональный отклик на достижения, проявление воли).

Будут сформированы:

- способность к сопереживанию (эмпатия).

Будут воспитаны:

- старательность;
- дисциплинированность.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график (Приложение № 1)

Учебно – воспитательный процесс обеспечивает педагог дополнительного образования, педагог-психолог, имеющий высшее профессиональное образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Шаг вперед» (для детей с ОВЗ и детей- инвалидов), осваиваемой обучающимися. Отвечает требованиям действующего Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Важным условием реализации дополнительной общеразвивающей программы «Шаг вперед» (для детей с ОВЗ и детей- инвалидов) является достаточный уровень материально-технического обеспечения.

Занятия проходят в сенсорной комнате, соответствующей действующей нормативно – правовой базе, оснащенной оборудованием.

Оборудование сенсорной комнаты

№/№	Наименование	Количество (шт)
	Ноутбук Asus ExpertBook	1
	Принтер Lexmark	1
	Комплект интерактивная LED панель TRIUMPH BOARD	1
	Мат гимнастический	16
	Напольное покрытие ортопедическое модульное	40
	Детская подушка с гранулами	4
	Мяч игровой для развития мелкой моторики	1
	Модуль цилиндр	1
	Сухой бассейн	1
	Балансировочная доска-лабиринт	1
	Тактильно-развивающая панель	1
	Лабиринт «серпантин»	1
	Стол письменный	1
	Зеркальный шар с источником света	1
	Ионизатор воздуха	1
	Перегородка комнатная	1
	Облучатель рециркулятор бактерицидный	1
	Набор мягких модулей	1
	Терапевтическое кресло кубик	1
	Пуф «Груша»	6
	Лабиринт для опорно-двигательного аппарата	1
	Акустическая тактильная панель	1
	Тактильная дорожка	1
	Кресло-лепесток	1

	Домик с ходами внутри	1
	Сенсорная тропа	1
	Сухой душ	1
	Балансировочная доска	1
	Волшебный шатер	1
	Тактильные ячейки	1
	Зеркало	1
	Шкаф для одежды	1
	Жалюзи рулонные	1
	Шкаф для документов	1

Формы аттестации/контроля:

Входная диагностика проводится в начале первого учебного года и предполагает следующие формы: диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей.

Текущий контроль осуществляется в процессе каждого учебного занятия. Формы контроля определяются педагогом дополнительного образования с учетом контингента обучающихся, уровня их развития и предполагают: педагогическое наблюдение, устные опросы по темам . заполнение карт и др., что соответствует нормативному локальному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Промежуточная аттестация предполагает проведение ролевой игры, выполнение задания с дидактическими карточками, проведение мониторинга уровня обучения и личностного развития обучающихся. Мониторинг включает разделы: параметры, критерии, степень выраженности оцениваемого качества, уровень, балл.

Педагог, используя *Приложение* к диагностической карте результатов обучения и личностного развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе для определенных категорий детей, определяет уровень обучения (теоретическая подготовка, практическая подготовка) и уровень личностного развития (развитие познавательной, мотивационной, регулятивной, коммуникативной сфер) каждого обучающегося и выставляет баллы. Для детей с ОВЗ и детей- инвалидов - низкий уровень -1 балл, средний уровень – 2 балла, высокий уровень – 3 баллов. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе «Шаг вперед».

Сравнение уровня обучения, уровня личностного развития позволяет отследить рост каждого обучающегося и детского объединения в целом в динамике за полугодие, учебный год и на конечном сроке реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

По итогам промежуточной аттестации за учебный год, согласно диагностическим картам результатов обучения и личностного развития обучающихся, дети переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, продемонстрировавшие высокий уровень результативности обучения (согласно диагностическим картам результатов обучения и развития), награждаются грамотами ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Программой предусмотрено использование социологических методов и приемов: анкетирование родителей, анализ анкет, интервьюирование обучающихся.

Оценочные материалы

- Подборка развивающих картинок по темам занятий;
- опросник по иллюстрациям (сюжетным картинкам) «Чувства и эмоции»;
- рисунок «Мое настроение сегодня» по теме 2.1 «Тепло внутри»;
- «Карта хорошего самочувствия» по разделу 3 «Как подружиться с грустью»;
- индивидуальные карты умений по диагностическим методикам.
- Материалы мониторинга уровня обучения и личностного развития обучающихся:
- диагностическая карта результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Шаг вперед» (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов);
- диагностическая карта результатов обучения и развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов;
- мониторинг результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе;
- критерии оценки знаний, умений и навыков по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Система оценочных материалов позволяет контролировать результат обучения, воспитания, развития обучающихся.

Методическое обеспечение

С целью достижения поставленной в программе цели и получения запланированного результата, с учетом индивидуальных особенностей и способностей детей с ОВЗ и детей-инвалидов педагог привлекает их к открытию новых знаний и включает в деятельность.

Использует различные *виды занятий*: игровые, комбинированные и др.

Структура занятий включает 3 основные части.

1. Вводная часть - ритуал приветствия, мотивация обучающихся к занятию, определение эмоционального благополучия ребенка в начале занятия, создание благоприятного психологического климата, разминка на улучшение эмоционального состояния обучающихся.

Цель вводной части занятия — настроить ребенка на совместную работу, установить эмоциональный контакт. Основные процедуры работы: приветствия, игры на сплочение.

2. Основная. На нее приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Теоретическая часть занятий дается в форме презентаций, видеороликов, беседы. Обучающиеся должны запомнить новые понятия, термины.

Практическая часть занятия представлена различными видами деятельности: этюды, упражнения, игры, направленные на развитие эмоционально-личностной и познавательной сфер детей, игровые задания на развитие психологических процессов, релаксация, цель которой - снижение уровня возбудимости, снятие напряжения, успокаивающее действие на нервную систему. Мимическая гимнастика направлена на снятие общего напряжения, расслабление мышц лица.

Применение мультимедиа технологий (цвета, графики, звука, современных средств сенсорной панели) позволяет моделировать различные ситуации из окружающей среды.

Внедрение таких современных педагогических технологий, как развивающего обучения, игровых технологий, личностно - ориентированного подхода в обучении, педагогика сотрудничества, информационно – коммуникационных технологий - способствует оптимизации образовательного процесса, повышению качества обучения, воспитания и психологического развития личности ребенка.

С целью формирования положительного эмоционального состояния детей, их заинтересованности к процессу занятия, повышения настроения занятия могут проводиться с музыкальным сопровождением, которое используется на различных этапах занятия в зависимости от поставленных задач.

Во время занятий педагог создает ситуацию успеха, поощряет сотрудничество между обучающимися и педагогом.

Постоянный поиск новых форм и методов организации учебного и воспитательного процесса позволяет делать работу с детьми более разнообразной, эмоционально- насыщенной.

3. Завершающая (подведение итогов, рефлексия, ритуал прощания).

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы на занятии.

Наиболее эффективной является эмоционально приятная деятельность ребенка, что вызывает у обучающихся чувство удовлетворения, желание самосовершенствоваться.

Образовательный процесс строится с использованием традиционных методов обучения: наглядный, практический, словесный.

Используемые методы, приемы, технологии обучения рассчитаны на применение практико–ориентированных знаний, умений, навыков по гармоничному развитию личности ребенка.

В основу данной программы заложены принципы, соответствующие гуманистическому подходу:

- уважительное отношение к личной свободе и внутреннему достоинству каждого ребёнка;
- целенаправленное создание условий для раскрытия и развития его неповторимой индивидуальности;
- обеспечение атмосферы психологической защищённости и комфорта;
- построение взаимодействия между психологом и ребёнком на равноправных, субъект-субъектных началах, где ребёнок выступает активным участником процесса;
- предоставление «свободного пространства», позволяющего ребёнку проявлять собственную инициативу и активность;
- разумное чередование статично-динамического положения, а также видов деятельности;
- строгое соблюдение логики, при которой каждый последующий этап обучения опирается на уже усвоенные знания, умения, навыки и одновременно формирует ближайшую перспективу развития — «зону ближайшего развития»;
- постоянная поддержка адекватно высокой самооценки ребёнка;
- соблюдение конфиденциальности в отношении любой информации о ребёнке при общении с родителями, недопустимость медицинских диагнозов, исключение озвучивания медицинских диагнозов и перенос акцента исключительно на психолого-педагогические рекомендации.

Программа обеспечена различными видами методической продукции.

Учебно-методический комплекс

1. Календарный учебный график (*приложение №1*).
2. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шаг вперед» (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов).
3. Карта развития обучающихся.
4. Дидактический раздаточный материал.

5. Картотека игр и упражнений.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Баряева, Л. Б. Сухой бассейн. Методика проведения игр-занятий и упражнений : пособие для педагогов, психологов и родителей / Л. Б. Баряева, Н. Г. Величко, Е. А. Вершинина [и др]. — Санкт-Петербург : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. — 39 с.
2. Дикаева, В. В. Руководство по взаимодействию с гиперактивными детьми / В. В. Дикаева, Н. В. Селезнева. — Железногорск, 2013.
3. Забрамная, С. Д. Практический материал для проведения психолого-педагогического обследования детей : методические рекомендации к пособию / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Владос, 2003 - 32 с.
4. Кальмова, С. Е. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья : учебно-методическое пособие / С. Е. Кальмова, Л. Ф. Орлова, Т. В. Яворовская. — Санкт-Петербург : НОУ СОЮЗ, 2006. — 88 с.
5. Метиева, Л. А. Развитие сенсорной сферы детей / Л. А. Метиева, Э. Я. Удалова. - Москва: Просвещение, 2009. — 160 с.
6. Монаина, Г. Б. Гиперактивные дети: психолого-педагогическая помощь. Монография / Г.Б. Монаина, Е.К. Лютова-Робертс, Л.С. Чутко. — Санкт-Петербург : Речь, 2007. — 100 с.
7. Немов, Р. С. Психология / Р .С. Немов. - Москва: Гуманист. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. - кн. 1 : Общие основы психологии. - 688 с.
8. Обухова, Л. Ф. Детская психология : теории, факты, проблемы / Л. Ф. Обухова. - Москва: Тривола, 2006. — 203 с.
9. Питере Т. Аутизм: От теоретического понимания к педагогическому воздействию / Т. Питере. — Санкт-Петербург, 1999. — 192 с.

Для родителей (законных представителей):

1. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. — Санкт-Петербург: СОЮЗ, 1999. — 224 с.
2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. — Москва : АСТ, 2008. — 214 с.
3. Лютова, Е. К. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монаина. — Санкт-Петербург : Речь, 2007. — 135 с.

Для обучающихся:

1. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4) / О. В. Хухлаева. — Москва : Генезис, 2017. — 312 с.

Список электронных образовательных ресурсов

1. Быкова, М. В. Мастер-класс «Давай договоримся! Развиваем навыки конструктивного диалога» / М.В. Быкова // [rutube.ru](https://rutube.ru/video/36691d8a44c94b627bc88fc9550cdacd/) : сайт. [Б. м.], 2023. — URL: <https://rutube.ru/video/36691d8a44c94b627bc88fc9550cdacd/> (дата обращения: 18.05.2026).
2. Детский развивающий портал // chudo-udo.info/ : портал - [Б. м.], 2010-2023. - URL: <https://chudo-udo.info/> (дата обращения: 18.05.2026).

3. Игры и упражнения для занятий в сенсорной комнате // nsportal.ru : портал. - [Б. м.], 2023. - URL: <https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2020/03/10/igry-i-uprazhneniya-dlya-zanyatiy-v-sensornoj-komnate/> (дата обращения: 18.05.2026).

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью

8 листов

(8 листов)

Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В.Грошев

