

Таблица 1

## Календарно-тематический план занятий в комнате психологической разгрузки по программе «Веселые ребята»

Месяц	Тема	Задачи	Содержание занятия
1	2	3	4
ОКТАБРЬ	1. «Знакомство с волшебной комнатой» (приложение 1)	Создать эмоционально положительный настрой в группе. Развить тактильную чувствительность, общую моторику. Научить передавать свои чувства и ощущения. Научить расслабляться	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Игра «Путешествие в лес». 4. Упражнение «Звуки». 5. Психогимнастика «На полянке». 6. Релаксация «Отдых в лесу». 7. Ритуал окончания «Прощание с веселками»

1	2	3	4
ОКТЯБРЬ	2. «В сказочном лесу» (приложение 2)	Создать эмоционально положительный настрой в группе. Развить тактильную чувствительность, общую и мелкую моторику, слуховое восприятие, воображение. Снять эмоционально-мышечное напряжение	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Путешествие в лес. 4. Упражнение «Звуки». 5. Упражнение «Осенний букет». 6. Психогимнастика «Медвежонок». 7. Задание «Дорисуй ежа». 8. Упражнение «Солнечный лучик». 9. Ритуал окончания
	НОЯБРЬ	3. «Кто живет в лесу?»	Создать эмоционально положительный настрой в группе. Развить тактильную чувствительность, общую моторику, мышление, речь. Снять мышечные зажимы. Научить расслабляться
4. «В гости к мишке»		Создать эмоционально положительный настрой в группе. Развить тактильную чувствительность, общую моторику, речь, зрительное восприятие и внимание. Учить классифицировать предметы по признакам. Снять мышечные зажимы	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Игра «Это я». 4. Упражнение «По волшебной тропинке». 5. Игра «Бурый медвежонок». 6. Упражнение «Расскажем и покажем». 7. Игра «Подбери по цвету». 8. Игры с цветными шариками. 9. Ритуал окончания
ДЕКАБРЬ	5. «В лесу у медвежонка»	Создать эмоционально положительный настрой в группе. Развить тактильную чувствительность, общую моторику, слуховую и зрительную память, речь. Снять мышечные зажимы	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Упражнение «Волшебная дорожка». 4. Психогимнастика «Медвежонок». 5. Игра «Мишки». 6. Упражнение «Ласковые ладошки». 7. Ритуал окончания
	6. «Котенок»	Создать эмоционально положительный настрой в группе. Формировать сенсорные эталоны цвета, формы. Научить контролировать свои эмоции и действия. Снять напряжение, мышечные зажимы	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Игра «Найди котенка». 4. Саморегуляция. 5. Психогимнастика «Десять котят». 6. Игры с разноцветными шариками. 7. Релаксация «Котята». 8. Ритуал окончания

1	2	3	4
ФЕВРАЛЬ	7. «Обезьянка»	Создать бодрое настроение. Развить остроту слуха, слуховое восприятие, визуальный канал, тактильные ощущения. Формировать умение повторять движения за взрослым. Снять эмоциональное напряжение	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Упражнение «На прогулку» 4. Упражнение «Чудесный мешочек». 5. Психогимнастика «Обезьянки». 6. Упражнение «Шепталки, кричалки, молчалки». 7. Игра «Узнай звук». 8. Ритуал окончания
	8. «Игрушки»	Создать бодрое настроение. Учить выполнять инструкции взрослого. Развить речь, умение подражать животным. Формировать полноценные представления об окружающем мире. Научить расслабляться	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Психогимнастика «Разминка». 4. Упражнение «Кто как говорит?». 5. Игра «Прятки». 6. Игра «Найдем друзей». 7. Релаксация «Тишина». 8. Ритуал окончания
МАРТ	9. «Куклы»	Формировать умение повторять движения за взрослым. Развить слуховое и зрительное восприятие. Формировать устойчивые представления о величине (большой – маленький), количестве (один – много), расположении в пространстве	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Игра «Мячик мой». 4. Упражнение «Мячик для куклы». 5. Игра «Стенка, стенка...». 6. Релаксационное упражнение «Уложим кукол спать». 7. Ритуал окончания
	10. «Зоопарк»	Создать бодрое настроение. Развить слуховое внимание, общую моторику. Научить различать голоса животных. Снять эмоциональное напряжение	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Игра «Путешествие в зоопарк». 4. Игра на внимание. 5. Психогимнастика «Животные». 6. Релаксация «Волшебный сон». 7. Ритуал окончания
АПРЕЛЬ	11. «Путешествие в сказку»	Развить слуховое и зрительное восприятие. Учить замечать сходство и различия в форме предметов, составлять пары из предметов одинаковой формы. Формировать полноценные представления об окружающем мире	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Путешествие в сказку «Теремок». 4. Игра «Мышеловка». 5. Игра «Герои». 6. Релаксация «Отдых». 7. Ритуал окончания

Окончание табл. 1

1	2	3	4
АПРЕЛЬ	12. «Что еще интересного есть в комнате?»	Создать бодрое настроение. Развить слуховое внимание. Научить различать звучание предметов из разных материалов. Развить мелкую моторику. Снять эмоциональное напряжение	1. Ритуал начала занятия. 2. Игра «Приветствие». 3. Игра «Узнай звук». 4. Упражнение «Клоуны». 5. Игра «Чудесный платочек». 6. Игра «Путешествующий шарик». 7. Упражнение «Нарисуй шарик». 8. Ритуал окончания
МАЙ	13, 14. Диагностика	Проанализировать результаты работы по программе, отследить сформированность сенсорных эталонов	Психолого-педагогическая диагностика развития по Е.А. Стребелевой