

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №90 «Подсолнушек»
Нижнекамского муниципального района
Республики Татарстан

ПРИНЯТО:

на педагогическом совете

протокол № 1

МБДОУ «ЦРР-детский сад № 90

«Подсолнушек» НМР РТ

от «28» 08 2023 года

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

«ЦРР – детский сад №90

«Подсолнушек» НМР РТ

 Г.З. Муртазина

Вводится в действие на основании приказа

№ 1/1 от «28» 08 2023 года



ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
занятий в сенсорной комнате
«Волшебный мир»

Составила: педагог-психолог

Фисахутдинова Ф.Э.

Республика Татарстан

г. Нижнекамск

Программа занятий в сенсорной комнате «Волшебный мир»

Программа занятий в сенсорной комнате «Волшебный мир»

Пояснительная записка

В коррекционной психологии и педагогике появляются новые технологии, позволяющие оказывать комплексную коррекционную помощь в работе с детьми с нарушением интеллекта. Одной из таких технологий является технология использования среды **сенсорной комнаты**, которая может оказать воздействие на решение ряда психокоррекционных задач у ребёнка: снятие эмоционального и мышечного напряжения; стимулирование чувствительности и двигательной активности детей; поддержание интереса и познавательной активности; развитие воображения и творческих способностей; **сенсорное развитие**. **Сенсорное** развитие включает в себя развитие зрительного, слухового, тактильно-двигательного и вкусового восприятия, закрепление воспринятого предмета и свойства в слове, а также формирование взаимосвязи между всеми анализаторными системами. Основная коррекционная работа психолога в **сенсорной комнате** направлена на стимуляцию всех **сенсорных процессов**. Используя оборудование **сенсорной комнаты** **занятие** легко превратить в игру или сказку. Специальное оборудование, установленное в **сенсорной комнате**, воздействует на все органы чувств ребёнка. Ощущение полной безопасности, комфорта, загадочности наилучшим образом способствует установлению спокойных, доверительных отношений между ребёнком и специалистом. Таким образом, **занятие** с использованием среды **сенсорной комнаты** является одним из наиболее эффективных психологических аспектов в реабилитационном процессе с детьми с интеллектуальными нарушениями.

Научная обоснованность

В настоящее время преимущества **сенсорных комнат** в мировой науке и практике признается учеными разных стран. **Сенсорные комнаты** организованы в Европе, включая страны СНГ, Азии, в США и Канаде.

Данная **программа** разработана на основе научно-теоретических положений культурно-исторической парадигмы Л. С. Выготского согласно которой, развитие высших психических функций осуществляется в ходе социального взаимодействия, что означает, что специфические человеческие психические функции обусловлены его социальной

природой. Процессы ощущения и восприятия также зависят от условий жизни и качества обучения, в ходе которого, ребенок усваивает общественный опыт, накопленный предшествующими поколениями.

В ходе работы над **программой** учитывались положения психологической теории деятельности, принятые в отечественной психологии, основанные на работах Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, А. Р. Лурии, А. В. Запорожца, П. Я. Гальперина и др.

Также при построении **программы** 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*).

В процессе работы над **программой** делался упор на представления об общих и специфических закономерностях развития ребенка с интеллектуальными нарушениями (*Л. С. Выготский, В. В. Лебединский, В. И. Лубовский*); рассматривались общие принципы коррекционно-развивающей работы с детьми с нарушением интеллекта (Н. Л. Белопольская, С. Д. Забрамная, Б. В. Зейгарник, В. И. Лубовский, И. И. Мамайчук).

Общую методологическую основу **программы** составляют общие принципы коррекционно-развивающей работы. При построении **программы** учитывались принципы составления коррекционно-развивающих **программ по Г. В. Бурменской**:

принцип единства диагностики и коррекции; диагностика, проведенная перед началом **занятий по программе**, позволяет индивидуально подобрать актуальный уровень сложности заданий для каждого ребенка, чем достигается наибольшая коррекционная эффективность **занятий**;

деятельностный принцип коррекции; коррекция и развитие **сенсорно-перцептивной** сферы ребенка происходит в ходе направляемого психологом взаимодействия ребенка с оборудованием **сенсорной комнаты**; в ходе каждого **занятия** совершенствуются практические умения и навыки ребенка;

принцип учета возрастных, психологических и индивидуальных особенностей ребенка. В зависимости от возраста детей, их индивидуально-психологических особенностей и уровня развития **сенсорно-перцептивной** сферы в структуре и содержании **занятия** производятся изменения, том числе регулируется уровень сложности и продолжительности **занятий**;

принцип системности развития психологической деятельности; этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач; системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и их развития;

принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком; данный принцип реализуется в ходе индивидуальных консультаций психолога с воспитателями и родителями детей группы.

Вид программы

Данная **программа занятий** с использованием среды **сенсорной комнаты** является коррекционно-развивающей психолого-педагогической **программой**. С помощью системы специально разработанных **занятий** происходит направленная коррекция и развитие **сенсорно-перцептивной сферы**. При этом учитываются индивидуальные особенности ребенка, что способствует общей гармонизации эмоционально-волевой сферы как важного условия развития ребенка с интеллектуальными нарушениями.

Цель и задачи программы

Цель **программы** : целенаправленное и системное коррекционно-развивающее воздействие на **сенсорно-перцептивную** и эмоционально-волевую сферы детей младшего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями с использованием ресурсов **сенсорной комнаты**.

Задачи программы :

1. Снимать эмоциональное и мышечное напряжение детей.
2. Создавать благоприятный психологический климат.
3. Развивать и корректировать **сенсомоторные навыки**, стимулировать **сенсорную** чувствительность и двигательную активность детей.
4. Развивать и корректировать зрительные, слуховые и тактильные ощущения.
5. Стимулировать **сенсорно-перцептивные процессы**.
6. Развивать и корректировать познавательные процессы (восприятие, внимание, память, ассоциативность и гибкость мышления, словарный запас речи, воображение) и творческие способности.
7. Формировать представления об окружающем мире.
8. Развивать и корректировать умения выражать свои эмоции.
9. Оптимизировать уровень тревожности.

Адресат

Участниками **программы занятий** с использованием ресурсов **сенсорной комнаты** являются обучающиеся, воспитанники начальных классов. Также в **занятиях** могут участвовать воспитанники

среднего звена, испытывающие трудности в обучении и социальной адаптации. Работа проходит в индивидуальной и подгрупповой форме.

Методы

- упражнения на развитие **сенсорных процессов**;
- дыхательные упражнения;
- глазодвигательные упражнения;
- элементы сказкотерапии и игротерапии;
- двигательные упражнения;
- техники релаксации;
- упражнения, направленные на развитие процессов саморегуляции;
- психогимнастические этюды;
- элементы массажа и самомассажа;
- беседа.

В рамках проведения **занятий по программе** приоритетно реализуется здоровьесберегающая технология, обусловленная особенностями контингента участников.

Кроме того, при реализации **программы** используется комплекс психодиагностических методик.

Продолжительности курса

Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение учебного года.
Длительность **занятия 20-30 минут**.

Планируемые результаты освоения **программы**

Качественное улучшение в состоянии **сенсорно-перцептивной** и эмоционально-волевой сфер личности ребенка, что включает в себя: расширение ряда **сенсорных эталонов**, развитие умения дифференцировать собственные **сенсорные ощущения**, сравнивать и называть характерные признаки предмета, снижение уровня тревожности.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Качественные: желание детей посещать **занятия в сенсорной комнате**, благоприятный эмоциональный фон на **занятиях**, установление доброжелательных отношений между ведущим и участниками, положительная устная обратная связь в конце каждого **занятия**, положительные изменения в состоянии участников по

результатам наблюдения ведущего, других педагогов, работающих с детьми, родителей.

Количественные: увеличение числа воспитанников с высоким и средним уровнем развития процессов восприятия. Снижение числа воспитанников с высоким уровнем тревожности.

Содержание программы

Программа включает три этапа :

1. Ознакомительный этап (2 **занятия**). Цель: знакомство с участниками, создание благоприятного психологического климата, знакомство с материалами и оборудованием **сенсорной комнаты**.

2. Коррекционно-развивающий этап (25 **занятий**). Цель: коррекция и развитие **сенсорно-перцептивной** и эмоционально-волевой и познавательной сфер. **Занятия на данном этапе делятся на следующие блоки**: тактильный, зрительный, слуховой, блок коррекции и развития эмоционально-волевой сферы

3. Завершающий этап (3 **занятия**). Цель: подведение итогов **занятий**, выполнение коллективного творческого дела.

Ориентировочная структура занятия :

Вводный этап **занятия** включает в себя ритуал приветствия, определение эмоционального благополучия детей в начале **занятия**, целеполагание, создание благоприятного психологического климата в группе.

Коррекционно-развивающий этап **занятия** может включать в себя активизирующую, основную и релаксационную части, которые состоят из функциональных, глазодвигательных, дыхательных, коммуникативных и т. п. упражнений и релаксации. Педагог-психолог может варьировать части **занятия** в соответствии с его задачами.

Заключительный этап **занятия** включает в себя подведение итогов, получение обратной связи, определение эмоционального благополучия детей в конце **занятия**, ритуал прощания.

Обратная связь проводится в конце каждого **занятия** (кроме первого и последнего) по следующим вопросам:

- Что больше всего понравилось на **занятии**?
- Что не очень понравилось на **занятии**?

- Как вы себя чувствуете, какое настроение?

Работа в рамках реализации **программы** не требует соблюдения строгого алгоритма **занятий**, педагог-психолог в **сенсорной комнате** может заменять и варьировать упражнения, что позволит более творчески использовать интерактивное оборудование.

Тематический план программы

№ п/п Тема **занятия** Кол-во час. Формируемые представления
Содержание, виды деятельности Материалы и оборудование

1 Ознакомительный этап

«Знакомство с сенсорной комнатой»

1 Знакомство детей со средой **сенсорной комнаты**, формирование заинтересованности детей к работе с оборудованием, установление доверия между психологом и детьми *«Давайте поздороваемся» (игра с мячом)*

Свободные игры в сухом бассейне.

Игры *«Качели»*. *«Каша кипит»*, *«Задувание свечи»*, *«Ленивая кошечка»* Мяч, сухой бассейн, пузырьковая колонна, песочница

2 *«Здравствуй, волшебная комната»* 1 Знакомство детей со средой **сенсорной комнаты**, формирование заинтересованности детей к работе с оборудованием, установление доверия между психологом и детьми Игра *«Собери цветные шарики»*

«Музыка стоп»

Свободные игры в сухом бассейне.

Игры с песком Мяч, сухой бассейн, пузырьковая колонна, песочница, аудиозаписи.

3 Тактильный блок

«Цветной мир»

1 Развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, фантазии и конструктивных умений, снятие психоэмоционального напряжения Игры с мозаикой, прищепками, игры в песочнице с цветной подсветкой Геометрический конструктор, сухой бассейн, песочницы, игрушки, цветные прищепки

4 *«Цветные шарики»*

1 Развитие цветовосприятия, тактильных ощущений, развитие координации движений, снятие эмоционального и мышечного напряжения Свободные игры в сухом бассейне.

Сухой бассейн, игрушки.

5 *«Трудные тропинки»* 1 Развитие тактильных и кинестетических ощущений, расширение словарного запаса, снятие эмоционального напряжения Упражнения на **сенсорной тропе**, игры с песком **Сенсорная тропа**, песочницы, игрушки

6 *«Волшебный песок»* 3 Развитие тактильных и кинестетических ощущений, расширение словарного запаса, снятие эмоционального напряжения Игры с сухим и влажным песком Аудиозаписи, песочницы, игрушки

7 *«Умелые руки»* 3 Развитие тактильных и кинестетических ощущений, расширение словарного запаса, снятие эмоционального

напряжения Лепка, аппликация, аппликационная лепка Пластилин, цветная бумага, клей, шаблоны

8 Зрительный блок

«Чудесные ручейки»

1 Развитие зрительного восприятия, внимания и сосредоточения, двигательной активности детей, развитие коммуникативных навыков снятие психоэмоционального напряжения Упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, «Найди различие и сходство» Пузырьковая колонна. Аудиозаписи, дидактические игры.

9 «Лабиринты» 1 Коррекция и развитие зрительного и цветовосприятия, внимания, памяти, произвольной саморегуляции, снятие психоэмоционального напряжения Игра «Лабиринт», «Пройди лабиринт», упражнения с зашумленными, наложенными изображениями Игра «Лабиринт», карточки

10 «Цвета радуги»

1 Коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора и обогащение словарного запаса, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей, развитие умения выражать свои эмоции Упражнения «Какого цвета не стало?», «Найди предметы такого же цвета», «Сложи радугу» Цветные флажки, предметные картинки.

11 «Цветные игры» 2 Коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора и обогащение словарного запаса, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей, развитие умения выражать свои эмоции Игры с мозаикой, прищепками, геометрическим конструктором. Мозаика. Прищепки, геометрический конструктор.

12 Слуховой блок

«Музыкальная шкатулка»

1 Коррекция и развитие слухового восприятия, создание благоприятного эмоционального климата, развитие мышления и воображения, расширение активного словаря детей. Упражнения «Колокольчик», «Тихо-громко», упражнения на расслабление и снятие напряжения. Колокольчик, аудиозаписи

13 «В мире живой природы» 1 Коррекция и развитие слухового восприятия, различения звуков на слух, звуковой дифференциации, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения Упражнения «Что слышно?», имитация голосов животных Аудиозаписи

14 «В мире неживой природы» 1 Коррекция и развитие зрительного и слухового восприятия, **сенсомоторных навыков**, развитие внимания, расширение словарного запаса, снятие эмоционального и мышечного напряжения Упражнения «Определи, что слышится», «Шумящие коробочки», «Определи, откуда звук» Ширма, предметы, набор коробочек. Колокольчик.

15 Блок коррекции и развития эмоционально-волевой сферы

«Азбука эмоций»

1 Снятие психоэмоционального напряжения, расширение кругозора и активного словаря, обогащение представлений о мире эмоций и развитие умения выражать свои эмоции, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей.

Упражнения «*Различай веселую и грустную музыку*», «*Смайлики*», упражнения на расслабление и снятие напряжения. Аудиозаписи, карточки

16 «*Давайте радоваться!*» 1 Снятие эмоционального и мышечного напряжения, создание благоприятного психологического настроения, развитие тактильных ощущений, развитие зрительного и тактильного восприятия, расслабление Упражнения на расслабление и снятие напряжения, игры с песком. Песочница, игрушки.

17 Игры по правилам 3 Создание положительного эмоционального фона, коррекция и развитие зрительного восприятия, расширение кругозора, снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение тревожности, повышение самооценки, развитие произвольной саморегуляции. Настольные игры Настольные игры

18 «*Мое настроение.*» 1 Снятие психоэмоционального напряжения, расширение кругозора и активного словаря, обогащение представлений о мире эмоций и развитие умения выражать свои эмоции, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей. Упражнения «*Цветные полоски*», «*Определи настроение*». Упражнения на расслабление и снятие напряжения Карточки, аудиозаписи.

19 «*Что ты чувствуешь?*» 1 Снятие психоэмоционального напряжения, расширение кругозора и активного словаря, обогащение представлений о мире эмоций и развитие умения выражать свои эмоции, развитие коммуникативных навыков и коммуникативных поведенческих моделей. Упражнения на расслабление и снятие напряжения, игры-имитации. Карточки, аудиозаписи.

20 Завершающий этап «*Путешествие по волнам*»

1 Снятие эмоционального напряжения, развитие общей и мелкой моторики, развитие восприятия разнообразных свойств и предметов, интеграция, полученных в ходе **занятий по программе знаний и умений**. Упражнения на расслабление и снятие напряжения, свободные игры в сухом бассейне, игры с песком. Сухой бассейн, песочницы, аудиозаписи.

21 Коллективное творческое дело 3 Сплочение коллектива, обучение продуктивной совместной деятельности. Коллективное творческое дело Цветная бумага, картон, ножницы, клей, вырезки из журналов, природный материал.

Система условий реализации **программы**

Требования к специалисту, реализующему **программу : занятия по программе** проводит квалифицированный педагог-психолог.

Основные требования к ведущему: психологическая компетентность (психологическое образование, владение методами и приемами работы с детьми с интеллектуальными нарушениями, владение методами и приемами работы в **сенсорной комнате**, наличие опыта коррекционно-развивающей работы, а также доброжелательность, открытость, эмоциональная устойчивость.

Материально-техническая оснащенность учреждения (*помещение, оборудование, инструментарий и т. д.*) предполагает наличие оборудованной **сенсорной комнаты**.

Оборудование **сенсорной комнаты**

№ п/п Название оборудование Описание

оборудования Назначение

оборудования

1 Пуфик-кресло с гранулами Сидение, наполненное пенополистирольными гранулами. Служит удобной опорой для сидящего или лежащего человека, принимая форму в соответствии с изгибами его тела. Сидя или лежа на пуфике, можно расслабиться и наблюдать за происходящим вокруг. Можно лечь на живот, подмяв пуфик под себя, обнять его руками и расслабить мышцы спины. Поверхность пуфика способствует тактильной стимуляции соприкасающихся с ним частей тела. Легкие пенополистирольные гранулы оказывают мягкое приятное воздействие и способствуют лучшему расслаблению за счет легкого точечного массажа. Кроме того, воздушное пространство между гранулами обеспечивает вентиляцию и сухое тепло.

2 Сухой бассейн Квадратный с мягкими стенками бассейн, наполненный пластмассовыми разноцветными шариками. Используется как для релаксации, так и для активных игр. Лежа в бассейне, человек может принять позу, которая соответствует состоянию его мышечного тонуса, и расслабиться. При этом постоянный контакт всей поверхности тела с шариками дает возможность лучше почувствовать свое тело и создает мягкий массажный эффект, обеспечивая глубокую мышечную релаксацию. Мягкие стенки бассейна и пластмассовые шарики служат безопасной опорой для тела человека, находящегося в бассейне. Это особенно важно для детей с двигательными нарушениями. В бассейне можно двигаться, менять положение тела, «плавать» в шариках. Такие действия способствуют развитию координации движений в пространстве.

3 Детский зеркальный уголок с пузырьковой колонной В прозрачной колонне выполненной из органического стекла или пластика, заполненной водой, перемещаются вверх, вниз и в стороны фигурки рыбок, подталкиваемые пузырьками воздуха. Такая колонна - основной и неотъемлемый элемент **сенсорной комнаты**. Используется для

стимуляции зрительных и тактильных ощущений. Безопасное угловое зеркало, помещенное за пузырьковой колонной, визуально увеличивает пространство, а мягкая платформа, окружающая колонну, позволяет удобно расположиться рядом и ощущать тактильно и зрительно ее благотворное воздействие: успокоиться, расслабиться, настроиться на позитивное взаимодействие с окружающей средой.

4 Тактильная дорожка Тактильная дорожка – набор из 5 модулей с различными покрытиями. Дорожка используется для исследования и тактильной стимуляции: хождение, ощупывание руками.

6 Лабиринт Доска из древесины. В доске отфрезерован паз в виде спирали под шарик. Используется в малоподвижных играх. Меняя угол наклона изделия можно наблюдать за перемещением шарика по лабиринту. Ручной лабиринт развивает мелкую моторику, укрепляет зрительные мышцы.

7 Комплект настольных игр Настольные игры на развитие познавательных процессов

8 Геометрический конструктор Деревянные и текстильные фигурки. Направлен на развитие конструктивной деятельности, пространственной ориентировки, восприятия цвета, формы.

9 Световой модуль для рисования песком. Рабочая зона оснащена бортами, светодиодными матрицами, которые закрыты прозрачным безопасным стеклом (*обеспечивают подсветку песка*). Предназначен для организации **занятий**, направленных на развитие навыков тактильного восприятия, мелкой моторики и творческого мышления.

10 Комплект мячей Мячи из поролона кубической и шарообразной формы, различного размера. Используются в игровых ситуациях.

11 Музыкальная система с набором CD-дисков Техническое музыкальное оснащение темной **сенсорной комнаты**. Используется для музыкального сопровождения **занятий**.

12 Мыльные пузыри Мыльный раствор во флаконе. Может использоваться для дыхательной гимнастики, зрительного сосредоточения, создания благоприятного эмоционального фона.

Кроме того на **занятиях** используются различные дидактические игры, материалы для творчества, игрушки, предметные и сюжетные картинки.

Учебно-методическая литература

1. Ананьев Б. Г. Теория ощущений. – Л. : ЛГУ, 2011.
2. Ананьев Б. Г., Дворяшина М. Д., Кудрявцева Н. А. Индивидуальное развитие человека и константность восприятия. – М. : Просвещение, 2016.

3. Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А. П., Соколова Н. Д. **Программа** воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. – СПб. : Союз, 2011.
4. Войлокова Е. Ф., Андрухович Ю. В. Ковалева Л. Ю. **Сенсорное** воспитание дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. Учебно-методическое пособие — СПб. : Каро, 2015.
5. Григорьева Л. П. Концепция диагностики аномального развития детей с **сенсорными** нарушениями // Журнал Дефектология, 2006 № 3
6. Данилина Т. А., Зедгенидзе В. Я., Степина Н. М. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ. - М. : Айрис-Пресс, 2016.
7. Дружинин В. Н. Психология. Учебник для гуманитарных вузов. СПб. : Питер, 2011.
8. Жевнеров В. Л. **Сенсорная комната – волшебный мир здоровья**. Учебно -методическое пособие. – СПб. : Издательство “ХОКА”, 2016.
9. Кайл Р. Детская психология: Тайны психики ребенка. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2012.
10. Коррекционно-развивающие программы с использованием специального оборудования для детей и подростков: Методическое пособие / под общей редакцией Е. Е. Чепурных. – М. -Ярославль: Центр «Ресурс», 2012.
11. Колос Г. Г. **Сенсорная комната в дошкольном учреждении**: Практические рекомендации. – 3-у изд. – М. : АРКТИ, 2016.
12. Лебединский В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте: Учеб. пособие. — М., 2012.
13. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения. В двух томах. Под редакцией В. В. Давыдова, В. П. Зинченко, А. А. Леонтьева, А. В. Петровского Москва *«Педагогика»*. 2013
14. Метиева Л. А., Удалова Э. Я. Развитие **сенсорной сферы детей**. Пособие для учителей специальных (*коррекционных*) образовательных учреждений VIII вида – М. : Просвещение, 2011.
15. Мамайчук И. И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. - СПб. : Речь, 2011.
16. Монтессори М. Помоги мне сделать это самому / Сост., вступ. статья М. В. Богуславский, Г. Б. Корнетов. — М. : Издат. дом «Карпуз», 2011.
17. Процко Т. А. Психолого– педагогическое обследование учащихся младших классов вспомогательной школы: Учеб. -метод. пособие. – Мн. : БГПУ им. М. Танка, 2014
18. **Сенсорная комната**. Аннотация и методические рекомендации по использованию / ООО производственно-коммерческая фирма «Альма». – СПб., 2014
19. Титарь А. И. Игровые развивающие **занятия в сенсорной комнате** : Практическое пособие для ДОУ. – 2-е изд. – М. : АРКТИ, 2016.