**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 24»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

психологического сопровождение эмоционально-личностного и познавательного развития детей дошкольного и младшего школьного возраста методом песочной терапии

«Магия песка»

**Разработчик:**

Педагог-психолог

Осипова Елена Петровна

**Ачинск, 2025 г.**

**Содержание**

Пояснительная записка…………………………………………………. 3

Направленность программы…………………………………................. 3

Новизна…………………………………………………………………... 4

Актуальность…………………………………………………………….. 4

Принципы реализации программы…………………………………..…. 5

Цель программы, задачи………………………………………………… 6

Возрастная группа ………………………………………………………. 6

Сроки реализации…………………………………………………………6

Форма занятий……………………………………………………………. 6

Ожидаемые результаты и способы определения их

результативности ………………………………..………………………. 7

Условия Реализации программы ………………………………………...8

Список литературы………………………………………………………. 9

Приложение №1…………………………………………………………. 11

Приложение №2…………………………………………………………. 12

**Пояснительная записка**

Проблемы детей, имеющих нарушения эмоционально-личностного и познавательного развития, а также связанные с ними трудности обучения и воспитания в настоящее время особенно актуальны. Песочная терапия один из эффективных методов работы с подобными нарушениями. Игра с песком - одно из самых любимых занятий детей и это не простое времяпрепровождение. Ребенок сам тянется к песку, и надо только придать этой тяге творческую составляющую, и из обычной игры в песке получается образовательный процесс. Главное достоинство песочной терапии заключается в том, что ребенок простым и интересным способом может построить целый мир, ощущая при этом себя творцом этого мира. Ребенок в процессе игры с песком имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов, тревог и проработанные эмоции не переходят в психическую травму.

Песочная терапия для детей – это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих способностей ребенка, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания. Занятия песочной терапией обеспечивают гармонизацию психоэмоционального состояния ребенка в целом, а также положительно влияют на развитие эмоционального интеллекта, психических процессов, произвольности деятельности. Детям часто трудно выразить правильно свои эмоции и чувства, а играя в песок, ребенок может, сам того не замечая, рассказать о волнующих его проблемах и снять психоэмоциональное напряжение.

**Направленность программы**

Дополнительная образовательная программа психологического сопровождения эмоционально-личностного и познавательного развития детей дошкольного и младшего школьного возраста методом песочной терапии «Магия песка» (далее Программа), состоит из 16 занятий (4 мес.), рекомендовано проводить 1-2 занятие в неделю, продолжительность каждого занятия 20-40 минут с учетом возраста. Программа преимущественно ориентирована на детей 4-12л. и разработана на основе книг Ратниковой Е.В., Гаврик А.В. «Развивающие игры на песке со взрослыми и детьми» и «Развивающие игры на песке».

Задания и упражнения, представленные в этой программе, направлены на развитие эмоционально-личностной сферы, познавательной деятельности. Как дополнительный эффект от занятий песочной терапией происходит также развитие произвольности деятельности, психических процессов (внимания, памяти, восприятия, речи, мышления), коммуникативных навыков, мелкой моторики.

**Новизна программы** заключается в том, что в результате самостоятельной творческой деятельности происходит развитие эмоционального интеллекта и познавательной деятельности ребенка. Программа может варьироваться в зависимости от индивидуальных потребностей ребенка, его возможностей, а также от результатов диагностического обследования.

Отличительной особенностью программы является тематическое разнообразие и структурированность большого по объему материала по разделам. Каждое занятие (раздел «Программы») можно проводить как в комплексе всей программы, так и как самостоятельную часть. Возможно также увеличивать количество занятий по определенной тематике или исключать определенную тему, учитывая особенности развития ребенка и запросы родителей.

**Актуальность**

Игры на песке сегодня продолжают оставаться интересной и динамической методикой. В настоящее время различные педагогические системы придают особое значение эмоциональному развитию детей с использованием метода игровой песочной терапии. Разрабатываются специальные программы: «Песочная терапия в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей раннего и младшего дошкольного возраста» Н.Ф. Бережной, «Игры на песке. Программа по песочной терапии для дошкольников» А.В. Валиева, «Чудеса на песке» Т Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко и другие.

Родители часто обращаются с жалобами на тревожность, страхи, поведенческие проблемы у детей. Применяя метод песочной терапии, предоставляется возможность преодоления выявленных проблем в детском возрасте, через диагностические и коррекционно - развивающие занятия.

Организация занятий включает в себя игры с песком, что позволяет каждому ребенку чувствовать себя комфортно, получать удовольствие от деятельности при устойчивом интересе и внимании на протяжении длительного периода времени. Песок помогает преодолеть внутреннее сопротивление. Для ребёнка создается обстановка внешней безопасности, внутренней защищённости, поддержки, возможности для самовыражения что, соответственно, повышает результативность терапии. Песок обладает свойством заземлять негативную психологическую энергию, которая уходит как бы «сквозь песок», снимает напряжение, успокаивает, расслабляет. Песочница является контейнером, куда клиент помещает свои непроработанные эмоции и страхи. При помощи психолога он прорабатывает свои переживания.

Наблюдение показывает, что игра в песок позитивно влияет на эмоционально-личностное развитие детей, снижает уровень тревожности, агрессивности, нормализует социальное поведение, корректирует детско-родительские отношения.

Немаловажным является применение этого метода в работе с детьми с особенностями в развитии (ОНР, ЗПР, нарушения зрения, ДЦП, детьми-инвалидами).

**Принципы и научные подходы при реализации программы**

При разработке Программы специалисты основывались на следующих принципах:

Принцип принятия безусловной ценности внутреннего мира ребенка, приоритетность потребностей, целей и ценностей его развития. Внутренний мир ребенка является автономным и независимым. В процессе сопровождения необходимо создавать условия и побуждать ребенка к нахождению самостоятельных решений, помогать ему принимать на себя ответственность за свои решения.

Принцип системности. «Программа» направлена не на преодоление одной проблемы, а на гармонизацию психического функционирования и личности ребёнка в целом.

Принцип опоры на индивидуально-личностные особенности ребёнка. В программе учитываются личностные и эмоциональные особенности ребёнка, его семейная ситуация и другие факторы, влияющие на формирование развития.

Принцип вовлечения. Психолог должен создать ситуацию эмоционального включения ребёнка в коррекционно-развивающий процесс, а также создать необходимую мотивацию.

Принцип комплексности. Воздействие оказывается комплексно-на эмоциональную, когнитивную и сенсомоторную сферы.

Принцип «от простого к сложному». Это дидактический принцип, который обязательно учитывается при построении коррекционной программы для ребёнка.

Принцип без оценочного подхода.

**Цель программы**: психологическое сопровождение эмоционально-личностного и познавательного развития детей дошкольного и младшего школьного возраста методом песочной терапии

**Задачи программы:**

Способствовать сохранению психического здоровья детей, а также их эмоционального благополучия, снятия мышечной напряженности посредством метода песочной терапии;

Создание естественной стимулирующей среды для стабилизации и развития эмоционально-личностной сферы, развития психических процессов, произвольности деятельности;

Обеспечивать психолого-педагогическую поддержку семье и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и воспитания, охраны и укрепления психологического здоровья детей.

Программа реализуется по плану, который предполагает:

предварительную психолого-педагогическую диагностику и итоговое диагностическое обследование детей при ее завершении;

коррекционно-развивающие занятия в соответствии с примерным тематическим планированием (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1);

постоянное консультирование родителей с подробным объяснением целей и задач коррекционно-развивающих занятий.

**Возрастная группа**

Дошкольники, младшие школьники в возрасте от 4 до 12 лет.

**Сроки реализации программы:** программа состоит из 15-23 занятия (3-4 мес.), рекомендовано проводить 1-2 занятие в неделю, продолжительность каждого занятия 20-40 минут с учетом возрастных и индивидуальных возможностей. В Журнале ведения занятий делаются соответствующие отметки (см. Приложение 2).

**Форма занятий**

Занятия могут проводиться индивидуально и малой подгруппой. Подгруппа детей включает 2-4 ребенка, в зависимости от имеющихся нарушений, индивидуальных особенностей и возможностей каждого.

В ходе проведения занятий необходимо учитывать следующее:

оптимальное количество детей для занятий – 1-4 ребенка; состав подгруппы желательно чтобы был постоянным;

первое занятие проводится совместно с родителями;

в ходе занятий важно получать и обсуждать результат.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

Реализация Программы способствует:

развитию эмоционально-личностной сферы;

расширению представлений об окружающей действительности;

развитию произвольности деятельности, умению следовать инструкции взрослого человека, с одной стороны, сохраняя определенную независимость (самостоятельность) с другой стороны;

развитию психических процессов.

**Способы и средства проверки и оценки результатов реализации программы**

**Целью** первичной и итоговой диагностики является выявление нарушений, а также имеющихся актуальных и потенциальных возможностей ребенка.

На первом и последнем занятии посредством наблюдения диагностируется:

Развитие **эмоционально-личностной сферы**:

личностные характеристики (темперамент, тревожность, уверенность в себе, агрессивность, общее эмоциональное состояние);

эмоциональное развитие (как выражает эмоции, их адекватность ситуации, устойчивость).

Развитие **познавательной деятельности**:

уровень познавательного интереса (рассматривает набор игрушек, расспрашивает о незнакомых предметах, делится впечатлениями об уже знакомых игрушках и т. п.);

уровень общей осведомленности (как много предметов из набора игрушек ему незнакомы);

сформированность понятий и умение обобщать (игрушки на полках разложены по темам, ставит их самостоятельно на место);

Развитие **психических процессов**:

уровень развития речи;

уровень развития памяти, внимания, работоспособности (помнит ли, где стояли игрушки); воображения (наличие сюжета).

Развитие **коммуникативных навыков**:

стиль семейных отношений (диалоги между героями, друг другом в совместной песочнице с родителями);

состояние мелкой моторики (ловко, уверенно берет мелкие игрушки или роняет их, не может поставить в нужное место и т.д.).

Развитие **игровой** деятельности:

уровень развития игровой деятельности (игрушки в песочнице разбросаны, присутствует простой сюжет или развитие сюжета).

Дополнительно проводится психолого-педагогическое обследование ребенка, с применением диагностических методик, которые подбираются специалистом индивидуально, исходя из результатов наблюдения, с учетом запросов родителей и направленности программы.

**Результативность программы**оценивается, анализируя результаты первичной и итоговой диагностики в динамике развития, по следующим критериям:

Развитие эмоционально-личностной сферы: снижение тревожности, страхов, агрессивности (при наличии); развитие эмоционального интеллекта.

Развитие познавательной деятельности: расширение представлений об окружающем.

Развитие психических процессов: внимания, памяти, мышления, воображения.

Развитие коммуникативных навыков: умение установить контакт со взрослыми и детьми, формирование навыков позитивной коммуникации.

**Условия реализации программы:**

**Противопоказания** для занятий песочной терапией:

1. Наличие аллергии на пыль и мелкие частицы

2. Серьёзные заболевания легких.

3. Кожные заболевания на руках, порезы и раны.

4. Медицинские противопоказания (эпилепсия и др.)

**Материально-техническое обеспечение реализации программы**

Необходимое оборудование:

1. Водонепроницаемый деревянный ящик. Внутренняя поверхность (дно и борта) окрашиваются в синий или голубой цвет. Таким образом, дно будет символизировать воду, а борта – небо. Если заниматься подгруппой (3-4 человека) или индивидуально, его размер – 50 х 70 х 8см, для групповой работы размер песочницы увеличивается. Такой размер ящика соответствует оптимальному полю зрительного восприятия, и это позволяет охватывать его взглядом целиком

2. Чистый, просеянный песок. Он не должен быть слишком крупным или слишком мелким. Песком заполняется меньшая часть ящика.

3. Индивидуальные песочницы или разносы.

4. Коллекция миниатюрных фигурок (высота их – не более 10 см).

В набор игрушек могут войти:

1. Человеческие персонажи;
2. Животные (домашние, дикие, доисторические, морские и др.);
3. Транспорт (наземный, водный, космический, и др.);
4. Растения (деревья, кусты, цветы, овощи и пр.);
5. Естественные предметы (ракушки, веточки, камни и пр.);
6. Сказочные герои (злые и добрые);

7. Пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры (круги, треугольники, прямоугольники и др.).

Специалист, реализующий Программу, должен иметь соответствующую подготовку по работе с детьми в технике песочной терапии, семейной терапии. По окончании Программы даются рекомендации родителям.

**Список литературы:**

1. Бережная Н.Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой сфер детей раннего и младшего дошкольного возраста // Дошкольная педагогика №4-2006, №1-2007.

2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.

3. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». СПб.: Речь, 2005 -340 с.

4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. «Игры в сказкотерапии». \_ СПб.: Речь, 2006 – 208 с.

5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь "особому" ребенку». Книга для педагогов и родителей. 2-е издание. - СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2000. – 96 с.

6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М., Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. — СПб., Издательство «Речь», 2005.

7. Криволапова Н.М., Солодкова Т.Ю. «Истории на песке. Программа развития и коррекции эмоционально-личностной сферы у детей 2-8 лет методами песочной игротерапии. -М.: Генезис, 2025. -168 с.

8. Ратникова Е.В., Гаврик А.В. «Развивающие игры на песке со взрослыми и детьми». -2-е изд.- М.: Академический проект, 2024. - 242 с.

9. Ратникова Е.В., Гаврик А.В. «Развивающие игры на песке». -2-е изд.- М.: Академический проект, 2021. - 335 с.

10. Шакирова Е.В. «Рисуем на песке. Парциальная образовательная программа для детей 6-8 лет. – СПб.: ООО Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2025, - 48с.

9. Валиева А.Р. Игры на песке. Программа по песочной терапии для дошкольников // Психолог в детском саду №3

**Приложение № 1**

**Примерное тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов |
|  | Психодиагностика | 1 |
| 1 | «Мой мир» (диагностическое) | 1 |
| 1 блок: Эмоционально-личностное развитие | | |
| 1.Знакомство с миром эмоций | | |
| 2 | «Радость и грусть» | 1 |
| 3 | «Обида и гнев» | 1 |
| 4 | «Страх и спокойствие» | 1 |
| 5 | «Удивление и отвращение» | 1 |
| 6 | «Стыд и скука» | 1 |
| 7 | «Радостная радуга» | 1 |
| 2. Отношение к себе | | |
| 8 | «Я и мое имя» | 1 |
| 9 | «Моя самооценка» | 1 |
| 10 | «Здоровье» | 1 |
| 3. Отношение к социуму | | |
| 11 | «Остров дружбы» (подгрупповое занятие) | 1 |
| 12 | «Лесная школа (детский сад)» | 1 |
| 13 | «Животные поссорились» | 1 |
| 4. Моя семья | | |
| 14 | Семейный портрет | 1 |
| 15 | Расширенная семейка | 1 |
| 2 блок: Расширение представлений об окружающем мире | | |
| 16 | «Город, транспорт» | 1 |
| 17 | «Деревня, домашние животные и птицы» | 1 |
| 18 | «Лесные и дикие животные» | 1 |
| 19 | «Реки, моря океаны» | 1 |
| 20 | «Животные севера и жарких стран» | 1 |
| 21 | «Звезды и галактики» | 1 |
| 22 | «Времена года» | 1 |
| 23 | «Песочная сказка» | 1 |

**Приложение №2**

ЖУРНАЛ ВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Фамилия, имя ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст\_\_\_\_\_\_ Заключение от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Начало занятий\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Программа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Дата | Дополнительно  к плану занятия | Примечание |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Дата | Дополнительно  к плану занятия | Примечание |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |