

**Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №161»**

(МБДОУ №161)



**«161-тй номеро нылпи сад»
школаозь дышетонъя муниципал
коньдэтэн возиськись ужьюрт**

(161-тй номеро ШДМКВУ)

ПРИНЯТО:
протоколом педагогического совета № 1
от 28.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего МБДОУ №161
от 28.08.2024г. № 219-о/д

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально - гуманитарной направленности
по формированию позитивного отношения к себе и
сверстникам
«Пескотерапия»**

Срок реализации программы 9 месяцев.

Руководитель ПОУ:
Педагог-психолог: Терентьева М.А.

Пояснительная записка

Проблемы детей, имеющих нарушения поведения, речи, связанные с ними трудности обучения в настоящее время особенно актуальны. Постоянно возбужденные, невнимательные, гиперактивные дети требуют к себе внимания. Помочь детям с различными психологическими проблемами может терапия песком.

Игра с песком - одно из самых любимых занятий детей. Но игра с песком - это не простое времяпрепровождение. Это много новых эмоций и развивающих игр. 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 песочной игры имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму.

Песочная терапия для детей – это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих склонностей в ребенке, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания.

Занятия по песочной терапии обеспечивают гармонизацию психоэмоционального состояния ребенка в целом, а также положительно влияют на развитие мелкой моторики, сенсорики, речи, мышления, интеллекта, воображения. 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.

Песочная терапия является продуктивным процессом для:

- Развития интеллекта;
- Выявления и развития творческих возможностей;
- Выработки навыков коммуникации;
- Развития моторики рук;
- Развития речи и обогащение пассивного и активного словаря .

Сюжетно-тематическая организация занятий включает в себя игры с песком и водой, направленные на развитие мелкой моторики и тактильных ощущений; на развитие познавательной сферы детей и коммуникативных навыков, снятие статического напряжения; речевой материал, сопровождаемый действием; дыхательные упражнения и т.д, Это позволяет каждому ребенку чувствовать себя комфортно, уверенно, получать удовольствие от выполняемой деятельности и от общения с миром, так как в игре с песком и водой максимально реализуются потенциальные возможности детей. Игры с песком позволяют добиться устойчивого интереса и внимания на протяжении длительного периода времени. В этой деятельности ребёнок имеет возможность для самовыражения, и, соответственно, повышает результативность в усвоении знаний.

Песочница также используется в диагностических целях: для выявления тревожности, агрессивных проявлений, страхов у детей и для коррекции этих отклонений.

В ходе диагностических исследований, в результате которых наблюдаются дети с высокой тревожностью, обращений родителей с жалобами на страхи, тревожность, что указывает на возможность создания условий, способствующих преодолению развития высокого уровня тревожности в детском возрасте, а именно через песочную терапию.

Наблюдение и опыт показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, снижает уровень тревожности, агрессивности, нормализацию его социального поведения, коррекцию детско-родительских отношений, создание ребёнку обстановки внешней безопасности, внутренней защищённости, оказание ему максимальной поддержки, развивает речь ребенка.

Актуальность программы

В настоящее время различные педагогические системы придают большое значение эмоциональному развитию детей с использованием метода игровой песочной терапии. Разрабатываются специальные программы. Это «Песочная терапия в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей раннего и младшего дошкольного возраста»

Н.Ф.Бережной, «Игры с песком и водой в работе по формированию пространственно-количественных представлений у дошкольников с задержкой психического развития» С.Ю.Кондратьева, «Игры на песке. Программа по песочной терапии для дошкольников» А.В.Валиева, «Чудеса на песке» Т.Д. Зинкевич - Евстигнеева, Т.М. Грабенко и другие.

В современное время специальные техники в системе педагогической работы ДОО занимают одно из главных мест по внедрению инноваций в образовательный процесс дошкольного образования.

Интеграцию образовательных областей можно реализовать по-разному, но базироваться она должна на самом близком для дошкольника – игре. А что может быть ближе, чем игра в песок.

Перенос традиционных занятий в песочницу дает большой воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения.

Во-первых, существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно.

Во-вторых, в песочнице мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта».

В-третьих, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика.

В-четвертых, совершенствуется предметно-игровая деятельность, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка.

Дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности «Пескотерапия» разработана в соответствии с требованиями:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844).

Новизна программы

в использовании системы игровых заданий и упражнений с песком в сочетании с применением подвижных релаксационных игр, обсуждением проблемных ситуаций, использовании приемов арттерапии, доверительных бесед на волнующие темы.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность занятий заключается в умении использовать различные формы и методы песочной терапии на основании следующих принципов воспитания и обучения:

создание стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищенно и может проявить творческую активность;

спонтанность проявлений ребенка во время игр с песком;

исключение негативной оценки действий и результатов ребенка;

максимальное поощрение фантазии и творческого подхода;

проигрывание ситуаций вместе с героями сказочных сюжетов;

доброжелательное отношение к детям.

Адресат программы

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста 5-7 лет. Показаниями к использованию программы могут служить следующие особенности развития детей:

- повышенная тревожность, различные страхи;
- повышенная обидчивость, ранимость;
- конфликтность, агрессивность;
- повышенная возбудимость, двигательная расторможенность;
- эмоциональная неустойчивость;

- проблемы общения.

Так же программа может использоваться для любых детей с целью развития эмоциональной сферы. Для более эффективного проведения занятий предполагается включение в состав группы так называемых «фоновых» детей, эмоционально-коммуникативное развитие которых будет служить примером для остальных детей.

- Срок реализации программы: 9 месяцев. Занятия по данной программе проходят индивидуально, либо в микрогруппе по 3-4 человека, 1 раза в неделю. Длительность занятия – 25-30 минут.

- Количество занятий в году – 36;
- Количество часов в году – 36;
- Количество занятий в неделю – 1;
- Количество занятий в месяц – 4;

Объем программы

Наименование ПОУ	Сроки освоения программы	Количество НОД		Количество			Всего часов
		неделю	месяц	занятий в году	недель в году	месяцев в году	
Дополнительная общеразвивающая программа социально - гуманитарной направленности по формированию позитивного отношения к себе и сверстникам «Пескотерапия»	02.09.2024- -30.05.2025	1	4	36	36	9	36

Цель:

Основная цель: Развитие мелкой моторики, восприятия, мышления, памяти, внимания, речи, навыков самоконтроля и саморегуляции, творческого мышления, воображения и фантазии; способствовать психическому и личностному росту ребенка через создание зоны ближайшего развития.

Задачи:

1. Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность, стабилизировать эмоциональное состояние ребенка;
2. Развитие познавательных психических процессов: восприятия (формы, цвета, целостного восприятия), памяти, внимания, мышления, воображения, пространственных представлений;
3. Совершенствование навыков и умений практического общения, используя вербальные и невербальные средства;
4. Снижение психофизического напряжения;
5. Актуализация эмоций;
6. Формировать позитивное отношение к своему «Я», позитивное отношение к сверстникам;

Учебный план

№	Название темы, раздела	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<i>Сентябрь</i>	4	1	3	
1	«Знакомство с Песочной страной»		1	1	
2	Знакомство со свойствами песка «Чувствительные ладошки»			1	
3	«Что спряталось в песке?»			1	
4	Знакомство с Песочным Человечком			1	
	<i>Октябрь</i>	4		4	
5	«В гостях у Песочной феи»			1	
6	Путешествие в Волшебную страну			1	
7	«В волшебном лесу»			1	
8	«Острова чувств»			1	
	<i>Ноябрь</i>	4		4	
9	«Игрушечный город»			1	
10	«Джунгли зовут»			1	
11	«Приключение ракушки»			1	
12	«Космическое путешествие»			1	
	<i>Декабрь</i>	4		4	
13	«Вслед за Солнышком»			1	
14	«В гостях у Цветочной Феи»			1	
15	«Страна Г номов»			1	
16	«Тайна подводного мира»			1	
	<i>Январь</i>	4		4	
17	«Страна чудес»			1	
18	«Прогулка по зоопарку»			1	
19	«Песочный город»			1	
20	«Звёздная страна»			1	
	<i>Февраль</i>	4		4	

21	«Феи времён года»			1	
22	«Сокровище пустыни»			1	
23	«Чудо - дерево»			1	
24	«Заколдованные буквы»			1	
	<i>Март</i>	4		5	
20	«Искатели сокровищ»			1	
21	«В стране Вообразилии»			1	
22	« В гостях у золотой рыбки. Аквариум «Солнечный мальчик»			1	
23	Построение мира «МОЯ СЕМЬЯ»			1	
24	«Городок игрушек»			1	
	<i>Апрель</i>	4		4	
25	«Путешествие к гномам в горы»			1	
26	«Наши чувства и действия»			1	
27	«Зачем человеку чувство стыда»			1	
28	«Почему трудно признать свою вину»			1	
	<i>Май</i>	4		4	
29	«Как справиться с чувством протеста»			1	
30	«Как справиться с чувством обиды»			1	
31	«Мама – надёжный защитник»			1	
32	«Когда опасен гнев»			1	
	всего	36	1	35	

Предполагаемый результат:

Положительное влияние на эмоциональное самочувствие детей.

Снижение тревожности, агрессивности, возможность выражения позитивных эмоций у детей в играх на песке.

Появление потребности на установление контакта и доверия в общении с другими людьми.

Улучшение в развитии тактильно-кинестетической чувствительности, благодаря упражнениям на песке.

Увеличение речевой активности детей.

Получение ребенком первого опыта рефлексии (самоанализа), умение понимать себя и других.

Закладка базы для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Развитие мелкой моторики руки.

Дети будут уметь:

- Внимательно слушать и активно участвовать в занятии
- Прослушивать начало сказки или истории и строить в песочнице игровое пространство (сказочную страну, замки, дворцы, моря, рек, леса), что требуется по сюжету игры, заселять его различными персонажами (сказочными героями, животными, буквами и пр.)
- Слушать и понимать продолжение истории, в котором происходит нечто, что разрушает созданный на песке мир (появляются силы зла, разрушения: драконы, чудовища, ураган и пр.)
- Обращаться за помощью: Что будет с жителями страны? Что же делать? Я смогу помочь? Только я, с таким добрым сердцем, смогу помочь жителям этой страны
- Отыгрывать ситуацию борьбы со злом. Выступать под маской наиболее близкого персонажа.
- Восстанавливать, реконструировать, преобразовывать песочную страну. Выступать творцом: восстанавливать мир в соответствии со своими желаниями и приобретенными знаниями и навыками. Строить так, чтобы в новой стране всем было удобно.
- Спонтанно продолжать игру, когда происходит празднование победы
- Рассказывать о последующих играх, приключениях

Будут обладать:

- Навыками внимательного слушания и активного участия
- Навыками слушания и понимания продолжение истории, в котором происходит нечто, что разрушает созданный на песке мир (появляются силы зла, разрушения: драконы, чудовища, ураган и пр.)
- Основными способами помощи: Что будет с жителями страны? Что же делать? Я смогу помочь? Только я, с таким добрым сердцем, смогу помочь жителям этой страны
- Основными приемами обыгрывания ситуации борьбы со злом. Навыками выступления под маской наиболее близкого персонажа. Навыками восстанавливать, реконструировать, преобразовывать песочную страну.
- Навыками творца: восстанавливать мир в соответствии со своими желаниями и приобретенными знаниями и навыками. Строить так, чтобы в новой стране всем было удобно.
- Способностями рассказывать о последующих играх, приключениях.
- Коммуникативными навыками.

Календарный учебный график

Наименование ПОУ	Наименование образовательной программы	Возрастная группа	Форма предоставления(групповые, индивидуальные)	Сроки освоения программы	Количество НОД		Количество			Всего часов
					неделю	месяц	год	недель	месяцев	
Программа социально - гуманитарной направленности «Пескотерапия»	Дополнительная общеразвивающая программа социально - гуманитарной направленности по формированию позитивного отношения к себе и сверстникам «Пескотерапия» (для детей 5-7 лет) Срок реализации 9 месяцев.	Старшая группа	групповые	02.09.2024- -30.05.2025	1	4	36	36	9	36
		Подготовительная			1	4	36	36	9	36

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.

Психологические условия реализации программы:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

Виды контроля

- Групповой
- Индивидуальный

Способы и средства проверки и оценки результатов использования программы

Уже на первом можно узнать очень многое о ребёнке:

- состояние мелкой моторики (ловко, уверенно берет мелкие игрушки или роняет их, не может поставить одно звено дерева на другое и т. п.);
- 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);
- личностные характеристики (темперамент, тревожность, уверенность в себе, агрессивность, сформированность коммуникативных навыков в общении, общее эмоциональное состояние).

В течение занятия, пока маленький волшебник строит свою сказочную страну, можно выяснить:

- уровень развития речи (звукопроизношение, грамматический строй речи, лексику), если ребенок говорящий;
- уровень развития игровой деятельности (игрушки просто набросаны в песочнице, присутствует простой сюжет или развитие сюжета);
- эмоциональное развитие (как выражает эмоции, их адекватность ситуации, устойчивость);
- стиль семейных отношений (диалоги между героями);
- уровень развития таких психических процессов, как произвольная и произвольная память (помнит ли, где стояли игрушки), восприятие формы, цвета, размера;
- устойчивость и распределение внимания, работоспособность;
- воображение (сказочный сюжет, его развитие, разнообразие героев и т. п.).

В конце занятия специалист выясняет следующие качества: уровень развития воли и целеустремленности (убирает ли игрушки по местам, доводит ли дело до конца);

- уровень развития памяти (где какая игрушка была) и внимания;

- умение обобщать (способность быстро находить подходящую полку для каждой игрушки), сообразительность;
- на групповых (2—4 человека) занятиях - уровень сформированности коммуникативных навыков, стиль общения со сверстниками.

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 x 70 x 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. Для песочных игр лучше, если он будет влажным. Таким образом, песок задает символическую «линию горизонта»
3. Манка
4. Индивидуальные лотки, подносы.
5. Разбрызгиватель воды или лейка.
6. «Коллекция» миниатюрных фигурок (высота их – не более 8 см)

В набор игрушек могут войти:

- Человеческие персонажи
- Животные (домашние, дикие, доисторические, морские и др.)
- Транспорт (наземный, водный, космический, и др.)
- Растения (деревья, кусты, цветы, овощи и пр.)
- Естественные предметы (ракушки, веточки, камни, кости, яйца и пр.)
- Сказочные герои (злые и добрые)
- Бросовый материал (флаконы из – под духов, пробки)
- Пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры (круги, треугольники, прямоугольники, пирамиды и др.)

Используемая литература

1. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». СПб.: Речь, 2005 -340 с.
3. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Фролов Д. Волшебная страна внутри нас // Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Тренинг по сказкотерапии. М.: Речь, 2005
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. Бережная Н.Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой сфер детей раннего и младшего дошкольного возраста // Дошкольная педагогика №4-2006, №1-2007.
- 8.Кондратьева С.Ю. Игры с песком и водой в работе по формированию пространственно-количественных представлений у дошкольников с задержкой психического развития // Дошкольная педагогика №3-2005.
9. Валиева А.Р. Игры на песке. Программа по песочной терапии для дошкольников // Психолог в детском саду №3-2006.
10. Игры с песком. // Школьный психолог №6-2006. .
11. Большебратская Э.Э. Песочная терапия. - Петропавловск, 2010