

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСК

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 99 «ТОП-ТОП»  
(МБДОУ «ДС №99 «ТОП-ТОП»)

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
по развитию познавательных процессов  
с использованием арт-терапевтического материала  
«ПЕСОЧНАЯ СТРАНА»**

Педагог-психолог  
высшей квалификационной категории  
Меркулова Ольга Васильевна

Программа рассчитана на детей старшего дошкольного возраста  
Срок реализации программы: 1 год

г. Норильск, 2025 г.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МБДОУ «ДС№99 «Топ-Топ»

*Протокол № 3 от «27» марта 2025г.*

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего

МБДОУ «ДС№99 «Топ-Топ» Е.Н.Акиньиной

*№ 168 от «27» марта 2025г.*

## Содержание:

| Наименование разделов |                                                                             | стр.      |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b>              | <b>Целевой раздел</b>                                                       | <b>3</b>  |
| 1.1                   | Пояснительная записка                                                       | 3         |
| 1.1.1                 | Цели и задачи реализации Программы                                          | 4         |
| 1.2                   | Планируемые результаты освоения Программы                                   | 4         |
| <b>2</b>              | <b>Содержательный раздел</b>                                                | <b>5</b>  |
| 2.1                   | Описание образовательной деятельности                                       | 5         |
| 2.2                   | Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы | 7         |
| <b>3</b>              | <b>Организационный раздел</b>                                               | <b>9</b>  |
| 3.1                   | Описание материально-технического обеспечения Программы                     | 9         |
|                       | <b>Список используемой литературы</b>                                       | <b>11</b> |
|                       | <b>Приложения</b>                                                           | <b>12</b> |

## **1. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетным направлением в работе любого дошкольного учреждения.

Немаловажную роль при этом играет эмоционально- личностное благополучие ребенка. Недостаток тепла, ласки, разлад между членами семьи, непонимания со стороны взрослых и сверстников приводит к формированию у ребенка чувства тревожности, незащищенности, неуверенности в себе.

У этих детей часто наблюдается низкий уровень речевого общения, они агрессивны, не умеют и не желают уступать друг другу, не хотят быть терпимее и доброжелательнее.

Песок - загадочный материал. Он обладает способностью завораживать человека – своей податливостью, способностью принимать любые формы, быть сухим и легким, или ускользящим и влажным, или плотным и пластичным.

Игра с песком, как способ развития и самотерапии ребенка, известен уже давно.

Песочная терапия - это возможность выразить то, для чего трудно подобрать слова, соприкоснуться с тем, к чему трудно обратиться напрямую, увидеть в себе то, что обычно ускользает от сознательного восприятия. Песочная терапия - это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир с помощью множества миниатюрных фигурок, подноса с песком, некоторого количества воды - и ощущения свободы и безопасности самовыражения, возникающей в общении.

Это естественная и доступная каждому ребенку форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи. Он проигрывает тревожащие его ситуации, создает картину собственного мира из песка, освобождается от напряжения. Он приобретает опыт положительного разрешения жизненных ситуаций. И наступает момент, когда я могу заметить в поведении ребенка изменения. Он начинает применять в реальности свой «песочный» опыт. Повышается мотивация ребенка узнавать новое, экспериментировать и работать самостоятельно.

Концептуальные подходы к содержанию программы песочной терапии основаны на идеях гуманистической педагогики, принципах развития образования детей. Проведение мероприятий по программе реализуют потребности детей в творчестве, познании, самореализации, цели и смысле жизни, уважении, радости. Реализация программы обеспечит удовлетворение одной из важнейших потребностей каждого ребенка- быть здоровым, эмоционально благополучным. Принцип “терапии песком” был предложен еще Карлом Густавом Юнгом, замечательным психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Быть может, естественная потребность человека “возиться” с песком, и сама его структура подсказали великому Юнгу эту идею. Ведь песок состоит из мельчайших крупинок, которые только при соединении образуют любимую нами песочную массу. Многие психологи видят в отдельных крупинках символическое отражение автономности человека, а в песочной массе воплощение Жизни во Вселенной. Большой вклад в развитие «песочной терапии» внесли отечественные педагоги - Санкт – Петербургского Института специальной педагогики и психологии, которые являются авторами ряда книг по данной теме – Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия», Зинкевич-Евстигнеева

Т.Д., Грабенко Т.М. «Игры в сказкотерапии», Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь "особому" ребенку», Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребёнка. Именно поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу в ходе развивающих и обучающих занятий. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребёнка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира.

Именно на песке строится первый в жизни дом, сажается дерево, создается “семья”. Все это - Мир Ребенка, в котором он чувствует себя защищенно, где ему все близко и понятно. И это - отражение нашего Взрослого Мира.

#### **Кадровое обеспечение реализации Программы**

Педагог - психолог Меркулова Ольга Васильевна, первая квалификационная категория. Образование высшее профессиональное, специальность: «Преподаватель психологии». Стаж работы 6 лет.

##### **1.1.1. Цели и задачи программы реализации программы.**

Главная цель песочной терапии – развивать все познавательных и психических процессов, развитие фантазии, наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления, творческого и критического мышления, побуждая детей к активным действиям и концентрации внимания, способствуя проявлению эмпатии.

##### Задачи:

##### Образовательные:

1. Учить детей последовательно и точно передавать увиденное, с учетом развития сюжета.

Обучить умению отвечать на вопросы проблемно - поискового характера.

2. Обучить специальным движениям и их выполнение детьми.

3. Учить выстраивать композиции на песке по образцу.

4. Закрепить представления об окружающем мире.

##### Развивающие:

1. Развивать психические процессы (внимание, память).

2. Развивать логическое мышление.

3. Развивать тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику.

4. Развивать умение действовать по инструкции.

##### Воспитательные:

1. Вызывать эмоционально положительное состояние, удовольствие от игр и совместной деятельности с другими детьми.

2. Воспитать внимательное отношение к коллективу при организации групповой деятельности.

3. Воспитывать слуховое внимание и память.

4. Воспитывать доброту, бережное отношение ко всему живому.

5. Совершенствовать навыки позитивной коммуникации.

##### **1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

##### Образовательные:

- Дети научатся последовательно и точно передавать увиденное, с учетом развития сюжета.

- Дети научатся отвечать на вопросы проблемно - поискового характера.
- Дети научатся специальным движениям и их выполнению.
- Дети научатся выстраивать композиции на песке по образцу.
- Дети закрепят представления об окружающем мире.

Развивающие:

- У детей развиты психические процессы (внимание, память).
- У детей развито логическое мышление.
- У детей развиты тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику.
- Дети умеют действовать по инструкции.

Воспитательные:

- У детей эмоционально положительное состояние, удовольствие от игр и совместной деятельности с другими детьми.
- У детей внимательное отношение к коллективу при организации групповой деятельности.
- У детей развито слуховое внимание и память.
- У детей бережное отношение ко всему живому.
- У детей навыки позитивной коммуникации.
- У детей «Проигрывание» разнообразных жизненных ситуаций, удовольствие от создания композиций на песке.

## 2. Содержательный раздел

### 2.1. Описание образовательной деятельности

Вся работа ведется в трех направлениях:

| Социально- личностное                                                  | Здоровьесберегающее                   | Интеллектуальное                                   |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Эмоциональное благополучие                                             | физкультурно – оздоровительная работа | расширение кругозора детей                         |
| положительное отношение ребенка к себе и окружающим людям              | профилактическая работа               | формирование целенаправленного интереса к познанию |
| развитие коммуникативной компетентности ребенка                        |                                       | развитие интеллектуальных способностей детей       |
| развитие социальных навыков у детей                                    |                                       | организация опытно – экспериментальной работы.     |
| бережное отношение к окружающему миру (рукотворному, не рукотворному). |                                       |                                                    |

Социализация дошкольника предполагает развитие умения адекватно ориентироваться в доступном ему социальном окружении, осознавать самооценку собственной личности и других людей, выражать чувства и отношения к миру в соответствии с культурными традициями общества.

Формы и варианты песочной терапии определяются особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами работы и ее продолжительностью.

### Методы и приёмы.

- Дискуссии
- Беседы
- Игры – коммуникации
- Экологические и исторические игры
- Проективные игры
- Познавательные игры
- Рисование цветным песком
- Просыпание цветной морской солью
- Элементы сказкотерапии
- Музыкальное сопровождение

### **Основные принципы.**

1. Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность. Для этого подбираются задания, соответствующие возможностям ребенка; формулируется инструкция к играм в сказочной форме; исключается негативная оценка его действий, идей, результатов, поощряется фантазия и творческий подход

2. «Оживление» абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур и пр.

Реализация этого принципа позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию к занятиям и личностную заинтересованность ребенка в происходящем

3. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями сказочных игр.

На основе этого принципа осуществляется взаимный переход воображаемого в реальное и наоборот. Например, оказавшись в роли Спасителя Принцессы, ребенок не только предлагает выход из ситуации, но и реально разыгрывает ее на песке с помощью миниатюрных фигурок. Так, он «не деле» убеждается в правильности или ошибочности выбранного пути.

### **Учебно-тематический план**

Всего количество занятий в год 28, в учебный план включена теория и практика.

### **Тематическое планирование занятий**

| <b>МЕСЯЦ</b>   | <b>ТЕМА НЕДЕЛИ</b>                                                                                                                                                                                            |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ОКТЯБРЬ</b> | <p>I НЕДЕЛЯ Тема: «Чувствительные ладошки»</p> <p>II НЕДЕЛЯ Тема: «Знакомство с Песочным Человечком»</p> <p>III НЕДЕЛЯ Тема: «В гостях у Песочной феи»</p> <p>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Путешествие золотой рыбки»</p> |
| <b>НОЯБРЬ</b>  | <p>I НЕДЕЛЯ Тема: «Песочный город»</p> <p>II НЕДЕЛЯ Тема: «Необитаемый остров»</p> <p>III НЕДЕЛЯ Тема: «Новогодняя сказка»</p> <p>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Зима в Песочной стране»</p>                                |

|                |                                                                                                                                                            |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ДЕКАБРЬ</b> | I НЕДЕЛЯ Тема: «Волшебный цветок»<br>II НЕДЕЛЯ Тема: «Сказочная страна»<br>III НЕДЕЛЯ Тема: «Городок игрушек»<br>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Зимняя сказка»           |
| <b>ЯНВАРЬ</b>  | I НЕДЕЛЯ Тема: «Подводные обитатели»<br>II НЕДЕЛЯ Тема: «Пироги пекла лиса»<br>III НЕДЕЛЯ Тема: «Космос»<br>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Планета Земля»                |
| <b>ФЕВРАЛЬ</b> | I НЕДЕЛЯ Тема: «Песочная вьюга»<br>II НЕДЕЛЯ Тема: «Песочный трафарет»<br>III НЕДЕЛЯ Тема: «Затерянный город»<br>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Приключения котенка»     |
| <b>МАРТ</b>    | I НЕДЕЛЯ Тема: «Цветы для мамочки»<br>II НЕДЕЛЯ Тема: «Весенняя сказка»<br>III НЕДЕЛЯ Тема: «Сказочная страна»<br>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Сказка об Георгине»     |
| <b>АПРЕЛЬ</b>  | I НЕДЕЛЯ Тема: «Город из песочных шашек»<br>II НЕДЕЛЯ Тема: «Цветочная полянка»<br>III НЕДЕЛЯ Тема: «Поиск сокровищ»<br>IV НЕДЕЛЯ Тема: «Солнечная сказка» |
| <b>Итог</b>    | <b>Содержание программы 28 часа</b>                                                                                                                        |

## 2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Занятия 1 раз в неделю в течении 1 года, продолжительностью 25 минут. Занятие направлено на развитие познавательной сферы и эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

### Структура занятия

Все занятия имеют общую структуру, наполняемую разным содержанием в зависимости от темы занятия.

Вводная часть. Цель – настроить детей на совместную работу, устанавливать эмоциональный контакт между детьми. Основные процедуры: ритуал приветствия, игры – разминки.

Основная часть. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят упражнения и игры, направленные на развитие познавательной сферы ребенка.

Основные процедуры: песочная терапия, сказкотерапия, игры и упражнения на развитие мышления, внимания, памяти, игры на развитие навыков общения, рисование, творческие работы.

### Завершающая часть.

Основные цели: подвожу итог занятия, создаю у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепляю положительные эмоции от работы на занятии, беседа о том, что было на занятии.

## Организация игрового процесса.

### Моделирование игр – сказок на песке

| Этапы игры                             | Средства                                                                                                                                                                                                                                                      | Стиль поведения взрослого                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Введение в игровую среду            | Установка на внимательное слушание и активное участие (присказки, потешки, обещание необыкновенных приключений и испытаний)                                                                                                                                   | Доверительный стиль общения, внимательное отношение к каждому ребёнку, диалог с каждым, сниженный тон голоса, суггестивный характер высказываний                                                          |
| 2. Знакомство с игрой и ее героями     | Прослушивание начала сказки. Истории и строительство в песочнице игрового пространства (сказочной страны, замков, дворцов, морей, рек, леса), что требует по сюжету игры, заселение его различными персонажами (сказочными героями, животными, буквами и пр.) | Позиция «отстраненного рассказчика», доброжелательного и мягкого помощника, исследователя создаваемого пространства                                                                                       |
| 3. Моделирование конфликта, трудностей | Детям зачитывается продолжение истории, в котором происходит нечто, что разрушает созданный на песке мир (появляются силы зла, разрушения: драконы, чудовища, ураган и пр.)                                                                                   | Создание ситуаций, в которой ребенок действует самостоятельно, может переносить и отыгрывать в игре с песком негативные эмоции, при этом взрослый может выступать разрушителем, используя фигурки и куклы |
| 4. Выбор помощи                        | Обращение ребенка за помощью: Что будет с жителями страны? Что же делать? Сможешь ли ты помочь? Только ты, с таким добрым сердцем, сможешь помочь жителям этой страны                                                                                         | Взрослый – заинтересованное лицо, изучающее ситуацию, ищет выход вместе с ребенком. Взрослый убеждает, подбадривает, вселяет веру в ребенка, указывать на потенциальные возможности ребенка               |
| 5. Борьба и победа                     | Дети отыгрывают ситуацию борьбы со злом. Здесь – они мудрецы и рыцари, феи и волшебники. Каждый выступает под маской наиболее близкого ему                                                                                                                    | Он поддерживает, подбадривает, высказывает свою заинтересованность, выражает уверенность в том, что у ребенка все получится,                                                                              |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        | персонажа. Далее происходит восстановление, реконструкция, преобразование песочной страны. Именно сейчас дети выступают творцами: восстанавливают мир в соответствии со своими желаниями и приобретенными знаниями и навыками. Строят так, чтобы в новой стране всем было удобно. Усиливается успешный опыт, детям благодарны все сказочные существа | искренне восхищается ребенком, благодарит его за выдумку, доброту                                                                                                                                      |
| 6. Утверждение победы.                 | Спонтанное продолжение игры, когда происходит празднование победы                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Взрослый спрашивает об эмоциональном состоянии детей, мыслях и чувствах, которые возникали в процессе игры, понравилось ли им, что они будут делать, если вдруг опять попадут в похожую ситуацию и пр. |
| 7. Перспектива дальнейших приключений. | Рассказ о последующих играх, приключениях                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Взрослый пытается заинтриговать ребёнка                                                                                                                                                                |

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Описание материально – технического обеспечения Программы

1. Планшет для рисования песком для подгруппы (3-4 человека).
2. Водонепроницаемые ящики по количеству детей (размер – 50 х 70 х 8 см, такой размер ящика соответствует оптимальному полю зрительного восприятия, и это позволяет охватывать его взглядом целиком).
3. Арт терапевтический материал (разнообразный песок кинетический, цветной, кварцевый, промытый, прокаленный)
4. Цветная морская соль (крупная и мелкая используется для развития мелкой моторики).
5. «Коллекция» миниатюрных фигурок (высота их – не более 8 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, кости, яйца и пр.)
  6. Сказочные герои (злые и добрые)
  7. Бросовый материал (флаконы из – под духов, пробки)

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

Во время занятий наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, ребенок учится прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти, что очень важно для детей с нарушениями речи. Но главное - ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков коммуникации.

### **Список литературы.**

1. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева «Чудеса на песке».
2. И.В. Вачков, Н.С.Соловьева «Волшебство происходит вовремя, или как использовать сказку в детском саду.
3. М.Н. Заостровцева «Агрессивное поведение. Коррекция поведения дошкольников»
4. Журнал «Дошкольник» 2011 № 7
5. Журналы «Дошкольная педагогика», 2008г. №3, 5, 2011 г. №4,5.
6. Н.В. Микляева «Авторские методики и программы ДОУ: технология разработка и описания»
7. С. Д. Сажина «Составление рабочих учебных программ для ДОУ»

### **Упражнения с использованием песка**

#### **«Песочный дождик»**

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление

Ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь. Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой – либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются.

#### **«Узоры на песке»**

Цель: закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей

Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры. Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу, либо продолжить узор взрослого.

#### **«Мы создаем мир»**

Цель: развитие и расширение ребенка об окружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека

Взрослый показывает способы построения в песочнице разнообразных живых и неживых сообществ город, деревня, лес, река, озеро, остров, а затем в игровой форме побуждает ребенка строить самостоятельно и по инструкции разнообразные природные и рукотворные сообщества.

#### **«Мы едем в гости»**

Цель: развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листке»

Взрослый в игровой форме знакомит ребенка с пространственными представлениями «верх – низ», «право – лево», «над – под», «из-за – из-под», «центр – угол». Ребенок по словесной инструкции взрослого пальчиками «ходит», «прыгает», «ползает» по песку, изображая различных персонажей.

#### **«Секретные задания кротов»**

Цель: развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса

Предварительно необходимо познакомить ребенка с животными, обитающими под землей. Взрослый погружает руку под песок, шевеля пальцами под песком. То же самое делает и ребенок, можно дуть на песок, использовать перышки, палочки, кисточки.

#### **«Отпечатки»**

Цель: развитие мелкой моторики рук

Отпечатки, как барельефные, так и горельефные, на мокром песке можно делить с помощью формочек. Используем формочки, изображающие животных, транспорт, различные по величине.

### **«Кто к нам приходил»**

Цель: развитие зрительного и тактильного восприятия

Ребенок отворачивается, взрослый изготавливает с помощью формочек отпечатки, ребенок отгадывает, потом они меняются местами.

### **«Песочные строители»**

Цель: развитие пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти

Дети строят песочные домики по памяти, если ребенок не справляется, то ребенку дается инструкция, если ребенок не справляется, то взрослый должен ему помочь.

### **«Песочный круг»**

Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, бусинками, монетами. Ребенок может дать название своему песочному кругу.

### **«Победитель злости»**

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки». Ребенок по примеру взрослого делает из мокрого песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот. Данный процесс временно переключает ребенка, а также ребенок переносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за «плохое поведение, мысли, чувства».