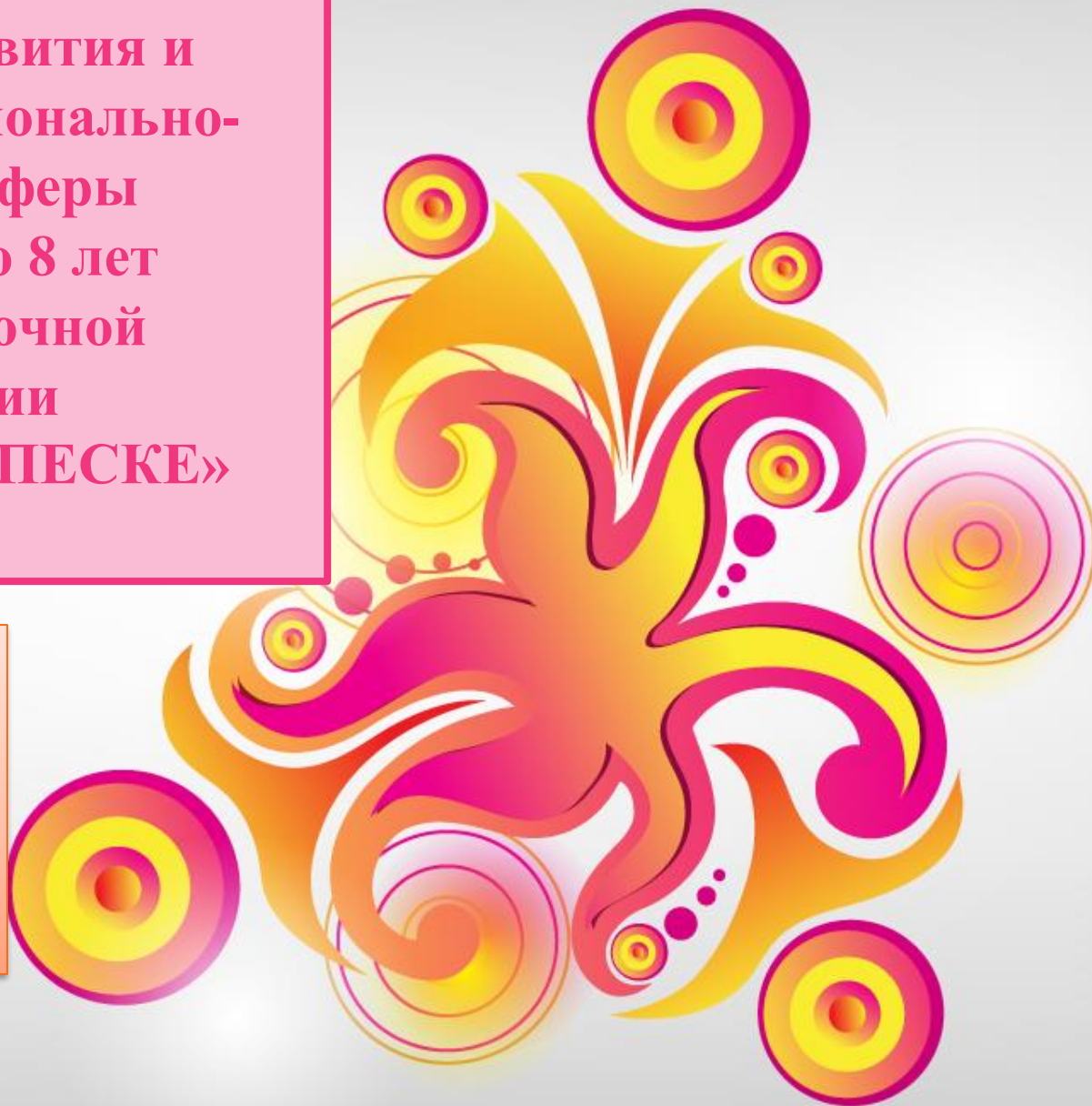


**Программа развития и
коррекции эмоционально-
личностной сферы
у детей от 2 до 8 лет
методами песочной
игротерапии
«ИСТОРИИ НА ПЕСКЕ»**

**Авторы:
Криволапова Н.М.
Солодкова Т.Ю.**

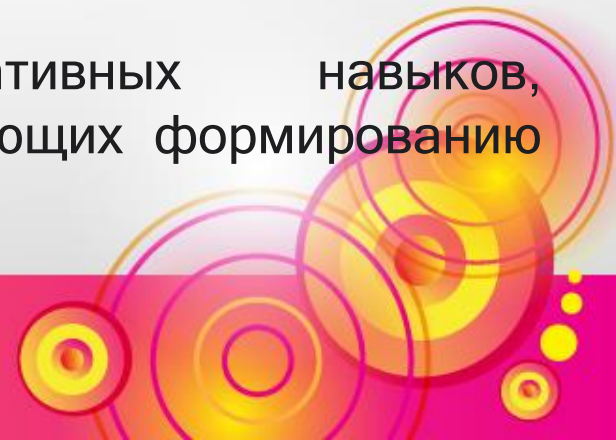


Цель:

развитие эмпатии и коррекция эмоционально-личностной сферы детей от 2 до 7 лет средствами песочной игротерапии

Задачи:

- Создать условия для инициативы и свободного выражения негативных эмоций и их проживание в искусственно созданной ситуации в пространстве песочницы.
- Помочь обрести детям положительные установки по отношению к себе, к другим людям и к миру в соответствии с этапами развития эмпатии.
- Показать возможности и приобрести навыки выражения эмоций социально-приемлемыми способами.
- Содействовать развитию коммуникативных навыков, нравственных и волевых качеств, способствующих формированию положительных черт характера.



Теоретико-методологическую основу Программы составили

- Теория психического развития ребенка Л.С. Выготского,
- Теория становления детской игры. Д.Б. Эльконин.
- Целевые ориентиры развития необходимых качеств в раннем и дошкольном возрасте (ФГОС ДО): проявление инициативы и самостоятельности в деятельности и общении; установку на положительное отношение к миру, людям и самому себе; чувство собственного достоинства; общительность, эмпатия; уверенность в себе, адаптивность, выдержка и самообладание.
- Современная теория взаимосвязи интеллекта и эмоций (Дж. Мэйер, П. Сэловей).
- «Технология развития игровой деятельности» Н.Я Михайленко, Н.А. Кортоковой.



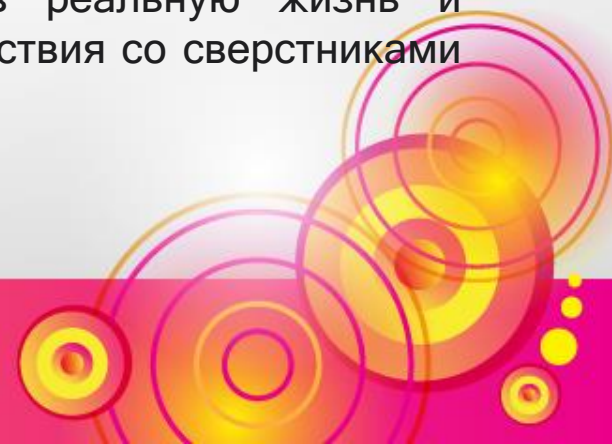
Обоснование практическая значимость и новизна

Практическая значимость

- - Преемственность. Психологическое сопровождение развития эмоционально-личностной сферы ребенка осуществляется на протяжении всего дошкольного возраста, включая ранний возраст.
- - Все курсы и занятия имеет единую структуру, наполненную разным содержанием. Непрерывное поэтапное развитие эмпатии у детей формируется с использованием игровых сюжетов, которые усложняются и решают задачи возраста.

Новизна Программы

- - Интеграция арт-терапевтических методов песочной терапии со сказкотерапией в игровой деятельности дошкольников, создания историй на песке усиливает мотивацию и результативность Программы.
- - Созданные условия реализации Программы позволяют дошкольникам делать перенос игровой (условной) ситуации в реальную жизнь и закрепить знания и навыки позитивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

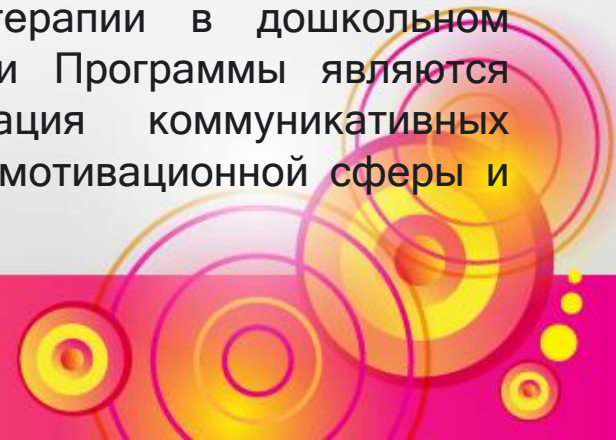


Апробация Программы

Настоящая Программа прошла апробацию в течение двух лет с 2017 по 2019 учебные года в муниципальных дошкольных образовательных учреждениях города Челябинска.

На базе детского сада №283 эксперимент проходил среди детей раннего (56), младшего (52) и среднего (48) возраста. По результатам первичной психологической диагностики были сформированы «группы риска» по 5-6 человек в каждой возрастной группе. Всего прошли обучение 10 групп в количестве 55 детей. Занятия проходили 1 раз в неделю на протяжении от трех до пяти месяцев. Мониторинг подтвердил эффективность Программы. Результаты представлены в Приложении 2.

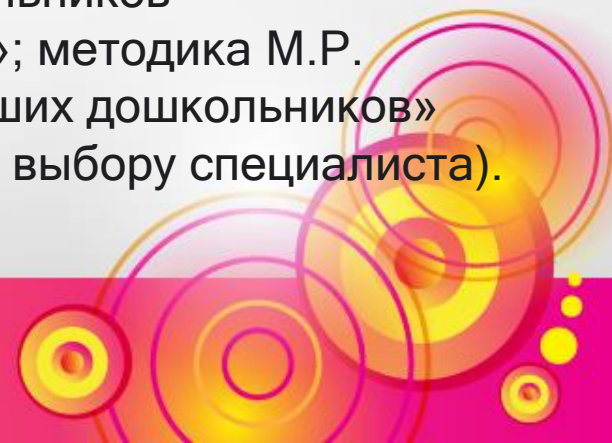
На базе детского сада №315 эксперимент прошел среди старших дошкольников 5-8 лет. В эксперименте принимали участие: 2 общеобразовательные группы (48), 4 логопедических группы (60), 2 комбинированных группы для детей с задержкой психического развития (38). Программа получила лицензию Министерства науки и образования по городу Челябинска на право дополнительного образования дошкольников с использованием метода песочной терапии в дошкольном образовательном учреждении. Результатами реализации Программы являются стабилизация эмоционального состояния, нормализация коммуникативных способностей, а так же отмечаются высокие показатели мотивационной сферы и психологической готовности к обучению в школе.



Методики отслеживания эффективности Программы

При оценке эффективности Программы для каждого курса подобраны и адаптированы методики в соответствии возраста:

- 2-3 года: методика наблюдения за детьми раннего возраста К.Р. Печора, раздел общий эмоциональный фон;
- 3-4 года: игра «Угадай эмоцию», предъявление ситуаций на отличие хороших поступков от плохих «Поступки»;
- 4-5 лет: методика Е. И. Изотовой «Эмоциональная идентификация»;
- 5-6 лет: методика Е. И. Изотовой «Эмоциональная идентификация»; тест М. Быкова «Я в детском саду»; методика М. Аромштам «Определение эмоционального благополучия детей дошкольного возраста»;
- 6-7 лет: тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен); цветовой тест Люшера; методика «Определение у старших дошкольников сформированности внутренней позиции школьника»; методика М.Р. Гинзбурга «Исследование мотивации учения у старших дошкольников» (методики для входной и исходящей диагностики по выбору специалиста).



Продолжительность курса (сроки реализации программы)

- Данная программа рассчитана в каждом возрастном этапе на 8-10 занятий с периодичностью 1-2 раз в неделю.
- Для детей раннего возраста 2-3 лет игровые занятия проводятся 2 раза в неделю.
- Для детей 2-4 лет каждое занятие повторяется до тех пор, пока ребенок не освоит способы и приемы взаимодействия со сверстниками и окружающим миром, перенос своих действий в реальные групповые ситуации.
- Для детей 2-4 лет 20 занятий продолжительность по времени 20 – 25 минут
- Для детей 4 -7 лет занятия проводятся с периодичностью 1 раз в неделю продолжительность 30 – 40 минут.
- Сроки реализации программы зависят от освоения детьми программы и повторяемости занятий, в связи с чем может составлять длительность от 3 до 5 месяцев.

Методы и приемы, используемые на занятиях

1. Методы песочной терапии:

- ❑ позволяют устранить многие проблемы естественным путем;
- ❑ осуществляется в свободной и незатейливой форме;
- ❑ снижает раздражительность;
- ❑ развивает фантазию;
- ❑ выстраивает в групповой работе межличностные связи;
- ❑ поддерживает желание проигрывать сложные ситуации и решать поставленные задачи;
- ❑ поднимает настроение.



Методы и приемы, используемые на занятиях

2. Метод сказкотерапии.

Нами были использованы в занятиях три основные правила:

- ❑ *Уместность.* Когда и в каком месте прослушать сказку. Можно прервать игру, поставив сказку в качестве примера ситуации; по ходу сказки можно задавать и отвечать на вопросы.
- ❑ *Искренность.* Владение интонациями, передача основного смысла.
- ❑ *Дозированность.* Задача сказки – создать мотивацию к поиску решения игровой задачи. Помочь главному герою справиться с трудностями.



Методы и приемы, используемые на занятиях

3. И другие арт-терапевтические приемы, которые:

- усиливают коррекционный эффект
- способствуют снятию напряжения
- помогают выстроить во время занятия доверительные отношения между участниками и ведущим



Ожидаемые результаты

- ❑ Освоение Программы предполагает на каждом возрастном этапе решить задачи возраста:
- ❑ В 2-3 года у детей появится активность и желание ходить в детский сад.
- ❑ В возрасте 3-4 лет дети приобретают самостоятельность и первичные навыки познания себя, плавно преодолевая кризис 3-х лет.
- ❑ В 4-5 лет дети овладевают приемлемыми способами поведения, проявляя в общении с другими людьми нравственные качества: вежливость, дружелюбие, умение делиться.
- ❑ В 5-6 лет появляется позитивное отношение к себе и другим людям. В общении совершенствуется умение взаимодействовать друг с другом.
- ❑ В 6-7 лет у детей формируется готовность самостоятельного преодоления школьных трудностей и желание учиться.



Структура занятия

В Программе на каждом курсе сохраняется единая структура занятий и содержит:

1. Приветствие
2. Правила работы с песком
3. Ритуал вхождения в песочную Страну, сюрприз - встреча с героем
4. Основная часть:
 - игры,
 - игровые задания,
 - проблемные ситуации,
 - обсуждения в ходе игры и после.
5. Поведение итогов, основные идеи занятия (чему научились)
6. Завершение включает сюрприз - подарок от главного героя
7. Ритуал прощания



Курс для детей раннего возраста 2-3 лет «Я ПРИШЕЛ В ДЕТСКИЙ САД»

Цель курса:

оказание помощи детям раннего возраста в формировании ресурсов для преодоления проблем в адаптационный период через расширение репертуара эмоциональных реакций и коррекции негативных личностных проявлений в период адаптации к ДООУ.

Задачи:

1. Способствовать снижению напряжения ребёнка через взаимодействие с песком.
2. Учить устанавливать доверительные отношения между взрослым и ребёнком посредством игровых ситуаций на песке.
3. Показать нормы, правила поведения, общения в группе, проигрывая реальные ситуации в песочнице.

Периодичность проведения занятий: 1-2 раза в неделю, занятие повторяется до полного понимания детьми игровой ситуации, для переноса в реальную жизнь в группе детского сада.

Продолжительность курса: август-декабрь.



Пример тематического плана

№	Тема	задачи	Оборудование	Ход занятия
4	Мы едем в гости	<ul style="list-style-type: none"> • развитие коммуникативных навыков; • снижение психического напряжения; • развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе». 	Песочница, Маленькие игрушки-лесные животные, растения, игрушечные продукты.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Строительство «домов для животных» 3. Упр. «Мы идем в гости к...» 4. Прощание.
5	Песочные прятки	<ul style="list-style-type: none"> • развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности. 	Песочница Мелкие игрушки. Картинки со сказками.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра «Кто спрятался в песке» 3. Игра «Спряталась сказка» 4. Прощание.
6	Игра-занятие «Лесной детский сад»	<ul style="list-style-type: none"> • усилить или способствовать появлению чувства доверия, принятия и успешности в группе. • Способствовать освоению норм и правил поведения и общения в группе. 	Песочница Мелкие игрушки - животные, природный материал, игрушечные деревья и т.д.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра-беседа «Правила песчинок» 3. Сказка "Лесной детский сад" 4. Игра в песочнице «Лесной детский сад» 5. Прощание.
7	Игра-занятие «Утро в песочном детском саду»	<ul style="list-style-type: none"> • усилить или способствовать появлению чувства доверия, принятия и успешности в группе. • Способствовать освоению норм и правил поведения и общения в группе. 	Песочница Мелкие игрушки. Мебель для пупсиков, игрушки. Детская площадка.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Игра-беседа «Правила песчинок». 3. Сказка "Утро". 4. Строительство группы детского сада. 5. Игра «Утро в песочном детском саду» 6. Прощание.
8	Игра-занятие «День в песочном детском саду»	<ul style="list-style-type: none"> • усилить или способствовать появлению чувства доверия, принятия и успешности в группе. • Способствовать освоению норм и правил поведения и общения в группе. 	Песочница Мелкие игрушки. Мебель для пупсиков, игрушки. Детская площадка.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. «Правила песчинок» 3. Сказка "День". 4. Строительство группы детского сада. 5. Игра «День в песочном детском саду» 6. Прощание.

2. Курс для детей младшего дошкольного возраста 3-4 лет

«ПОМОЩНИЦА СКАЗКА»

Цель курса: Создание условий для преодоления кризиса 3-х лет через приобретение детьми самостоятельности и первичных навыков познания себя.

Пример тематического плана

№	Тема	Программное содержание (цели и задачи)	Оборудование	Ход занятия
4	Любимая сказка	Задачи: поддержание интереса детей к происходящему; развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности; учить детей определять свои предпочтения по отношению к сказкам, сказочным героям	Песочница, коробочка, ламинированные картинки из разных сказок и сказочные персонажи или магнитный или деревянный театр. Кисточки.	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Упражнение "Здравствуй, песок".3. Игра-беседа «Правила песчинок»4. Рассказы детей «Моя любимая сказка»5. Игра «Спряталась сказка»6. Сюрпризный момент7. Завершение.8. Прощание.
5	Крик	Задачи: способствовать преодолению кризиса 3 лет (упрямство, своеволие, капризы, протест, бунт, необоснованный крик); обучение произвольному выражению эмоциональных состояний.	Песочница, сундучок с игрушками (персонажами сказки). Животные игрушечные для песочницы.	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Игра-беседа «Правила песчинок»3. Упражнение "Здравствуй, песок".4. Сказка «Крик»5. Сюрпризный момент.6. Разыгрывание ситуаций.7. Игра «Плакса»8. Завершение.9. Прощание.
6	Как Медвежонок перестал драться	Задачи: формировать навыки общения, позитивное и доверительное отношение к сверстникам. Развивать и упражнять в уверенности, умении подчиняться требованиям другого; сплочение детей в группе, снятие разочарования.	Песочница, сундучок, игрушки животных, растения и другие необходимые предметы для проигрывания агрессии.	<ol style="list-style-type: none">1. Приветствие.2. Игра-беседа «Правила песчинок»3. Упражнение "Здравствуй, песок".4. Сказка "Как Медвежонок перестал драться"5. Сюрпризный момент.6. Упражнение «Медвежонок корчит рожицы»7. Игра «День рождения».8. Продолжение сказки9. Обсуждение.10. Завершение.11. Прощание.

3. Курс для детей среднего дошкольного возраста 4-5 лет «СТРАНА ИГРУШЕК»

Цель курса: Оказание помощи детям в овладении приемлемыми способами поведения, проявляя в общении с другими людьми нравственные качества: вежливость, дружелюбие, умение делиться.

Пример тематического плана

№	Тема	Программное содержание (цели и задачи)	Оборудование	Ход занятия
2	Бельчонок - Приветик	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепить понятие эмоции радости и его значение в жизни. 2. Формировать положительные черты характера: доброта, вежливость. 3. Способствовать развитию дружественных отношений. 	Беличьи кисточки, бельчонок-Приветик, коллекция фигурок и орешки-символы: доброты, любви, вежливости, приветливости, щедрости, благодарности, отзывчивости и т.д., посуда и угощения для чайной церемонии.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком 3. Вход в страну Игрушек 4. История про бельчонка 5. Упражнение «Приветствие» 6. Свободная игра 7. Упражнение «Благодарность» 8. Подведение итогов. 9. Прощание
3	Ёжик - Грустик	<ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить с эмоцией грусть и ее проявлением в разных ситуациях. 2. Показать и проиграть способы как справляться с грустью. 3. Научить детей делать комплименты. 4. Подвести детей к пониманию понятия уникальности, индивидуальности. 	Коллекция игрушек для песочницы «животные и птицы леса», волк, ежик, природные материалы, растительность.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком. 3. Вход в страну Игрушек 4. История про Ежонка 5. Упражнение «Для чего лисе нужен хвост?» 6. Игра в песке «Грустные истории» 7. Упражнение «Благодарность» 8. Подведение итогов 9. Прощание
4	Волчонок- Бука	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с чувствами злости, зависти, обиды в ситуации игры. 2. Способствовать пониманию важности соблюдения правил игры. 3. Формировать социально одобряемое поведение на примере сказки. 	Коллекция игрушек для песочницы «животные и птицы леса», Волчонок-Бука, природные материалы, растительность игрушечная, строительный материал для домиков.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком 3. Вход в страну Игрушек 4. Сказка «Как волк дружить научился» 5. Игра «Волк-волчишко, пусти переночевать» 6. Продолжение сказки и игра «Волк-волчишко, пусти переночевать» 7. Подведение итогов 8. Прощание
5	Волчонок- Бука	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дать возможность детям прожить эмоцию злости. 2. Показать приемлемые способы справиться с эмоцией злости. 	Коллекция игрушек для песочницы «животные и птицы леса», Волчонок-Бука, природные материалы, растительность, символ легкости – перышко, кисточки,	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком 3. Вход в страну Игрушек 4. Игра «Я разлился» 5. Упражнение «Портрет Злости» 6. Упражнение «Уходи злость!»

4. Курс для детей старшего дошкольного возраста 5-8 лет «МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ»

Цель курса:

Оказание помощи детям в развитии эмпатии через совершенствования умений взаимодействовать друг с другом, проявляя позитивные отношение к себе и другим людям.

Задачи:

Развивать умение слушать своего собеседника и уважать его мнение.

Помочь детям почувствовать свою взаимосвязь с другими людьми и потребность в общении с ними.

Показать детям наличие нескольких точек зрения на одну и ту же проблему.

Создать условия для проявления творческого самовыражения каждого ребенка и развития познавательных процессов.

Способствовать снятию внутреннего напряжения детей.



Пример тематического плана

№	Тема	Программное содержание (цели и задачи)	Оборудование	Ход занятия
1	Мир планет	<ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить детей с пространством песочницы. 2. Способствовать познанию себя через песочные картины. 	Музыкальное сопровождение и видеоролик по мультфильму «Маленький принц»; картинки (силуэт) «маленький принц»; кисточки по количеству детей; для украшения: камешки, семена, пуговицы, монетки, бусинки; фотоаппарат.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила при работе в песке 3. Упражнение-разминка «Узоры на песке» 4. Упражнение «Моя планета» 5. Рефлексия занятия 6. Ритуал «выхода» из Песочной страны 7. Прощание.
2	Знакомство со своей планетой	<ol style="list-style-type: none"> 1. Способствовать развитию творческого воображения и самовыражения. 2. Развивать умение слушать своего собеседника и уважать его мнение. 	Песочница с сухим песком, картинка (кукла) и музыкальное сопровождение из мультфильма «Маленький принц»; фотографии (слайды) планет; миниатюрные игрушки; игрушки, предметы; фотоаппарат.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком 3. Упражнение-разминка «Знакомство с песочницей» 4. Рефлексия 5. Ритуал «выхода» из Песочной страны.
3	Дружба	<ol style="list-style-type: none"> 1. Показать значимость правил этикета при установлении контактов и поддержания межличностного общения. 2. Направить детей на понимание важности сотрудничества между людьми и дружеских взаимоотношений. 	Песочница с сухим песком, картинка (кукла) и музыкальное сопровождение из мультфильма «Маленький принц»; миниатюрные игрушки; различные предметы.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие. 2. Правила работы с песком. 3. Упражнение «Самые дружные планеты». 4. Рефлексия. 5. Ритуал «выхода» из Песочной страны.
4	День рождения новой планеты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Способствовать пониманию принимать мнения окружающих. 2. Научить детей в игре разрешать «конфликт мнений». 	Песочница с сухим песком; картинка (кукла) и музыкальное сопровождение из мультфильма «Маленький принц»; миниатюрные игрушки, различные предметы.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком 3. История Маленького принца «Планета Чудес» 4. Упражнение «Общее дело» 5. Игра «День рождения планеты» 6. Рефлексия. 7. Ритуал «выхода» из Песочной страны.
5	Весёлые соревнования планет	<ol style="list-style-type: none"> 1. Способствовать развитию умения работать в группе сверстников по плану, инструкции и умению договариваться между собой. 2. Доводить начатое дело до конца. 	Песочница с сухим песком; картинка (кукла) и музыкальное сопровождение из мультфильма «Маленький принц»; миниатюрные игрушки, различные предметы; «волшебный клад», набор игрушек из «киндер-сюрприза»; плоскостные зрительные ориентиры таблички с надписями «Старт», «Финиш», разноцветные пластмассовые пробки (препятствия), медали из картона.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Правила работы с песком 3. История «Волшебный клад» 4. Игра «Весёлые соревнования» 5. Рефлексия. 6. Ритуал «выхода» из Песочной страны

5. Курс для детей старшего дошкольного возраста 6-8 лет «КЛЮЧИ К ЗНАНИЯМ»

Цель курса:

Формирование у детей мотивации к обучению в школе и готовности самостоятельно преодолевать школьные трудности.

Задачи:

- способствовать развитию познавательной активности и поиску нестандартных решений в игровых ситуациях;
- расширить возможности управления своими эмоциями;
- с помощью моделирования школьных ситуаций повысить интерес ребенка к школе.



6-7 лет Пример тематического плана

№	Тема	Программное содержание (цели и задачи)	Оборудование	Ход занятия
3	Сильный человек – это сила его воли (продолжение) Королевство «Якалок»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Способствовать развитию умения слушать друг друга. 2. Формировать способность эмоциональной саморегуляции. 3. Развивать творческое воображение. 	песочница с песком; игрушка «мудрая черепаха»; природный материал, миниатюрные предметы и фигурки.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Солнечные лучики» 2. Правила работы с песком 3. В королевстве «Якалок» 4. Упражнение Королевство «Якалок» 5. Рефлексия занятия 6. Ритуал «выхода» из Песочной страны 7. Прощание «Солнечные лучики»
4	Путешествия братьев к трем горам. Три ключа на пути к Знаниям	<ul style="list-style-type: none"> - способствовать развитию управлять своими эмоциями и действиями; - вырабатывать навык концентрации на себе и своем деле. 	песочница с песком; игрушка «мудрая черепаха»; природный материал, мелкие предметы и фигурки; фасоль; блоки Дьеныша;	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Солнечные лучики» 2. Правила работы с песком 3. Ведущий 4. Упражнение «Преодоление гор» 5. Ритуал «выхода» из Песочной страны 6. Рефлексия занятия 7. Прощание «Солнечные лучики»
5	«Про школу» (чувства, эмоции, переживания)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать умение договариваться и согласовывать свои действия с действиями сверстников. 2. Способствовать проживанию разных чувств и адаптивного поведении в школьных ситуациях. 	Песочница, Черепаха – игрушка. Кисточки, школьные принадлежности, картинки с изображением чувств (радости, страха, гнева, обиды, интереса).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Солнечные лучики» 2. Правила работы с песком 3. Ведущий. Игра «Раскопки» 4. Строительство «Школы зверей» 5. Игра «Школа для зверей» 6. Упражнение «Самое-самое в школе» 7. Ритуал «выхода» из Песочной страны 8. Рефлексия занятия 9. Прощание «Солнечные лучики»
6	« Лабиринт»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Способствовать развитию умения преодолевать страхи, связанные со школой через игру. 2. Поиск внутренних ресурсов в преодолении ситуаций, вызывающих тревогу 	Песочница, Черепаха – игрушка, карточки «школьные ситуации», игральный кубик, фигурки, шкатулка с камушками, стеклярусом	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Солнечные лучики» 2. Правила работы с песком 3. Игра «Школьные страхи» 4. Строительство «Лабиринта» 5. Игра «Лабиринт» 6. Ритуал «выхода» из Песочной страны. 7. Рефлексия занятия 8. Прощание «Солнечные лучики»
7	Мои школьные чувства	Диагностика актуального эмоционального состояния	Песочница, черепаха, небольшие кусочки ткани размером 10x10 см, колоды «Монстрики чувств», «Гномс»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Солнечные лучики». 2. Правила работы с песком. 3. Игра-разминка. 4. Упражнение «Школьные чувства». 5. Ритуал «выхода» из Песочной страны. 6. Рефлексия занятия. 7. Прощание «Солнечные лучики».

