**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ЧОУ «Школа и детский сад "Доверие"»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Методическое объединение учителей начальных классов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Починок М.А.  Протокол № 1 от «28» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Бондаренко Т.В.  «1» сентября 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор ЧОУ "Школа и детский сад "Доверие"  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Бабанина Л.Н.  Приказ № 41/23 от «01» сентября 2023 г. |

**Дополнительная**

**общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«песочная терапия»**

Направленность: социально-педагогическая

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации — 1 год

Разработчик рабочей программы:

Койбина Татьяна Юрьевна, педагог дополнительного образования

**Санкт-Петербург**

**2023**

**Пояснительная записка**

    Концептуальные подходы к содержанию программы   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.

Забота о здоровье ребенка является приоритетным направлением в работе любого учебного учреждения.

 Немаловажную роль при этом играет эмоционально - личностное благополучие ребенка.

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

**Цели и задачи:**

Цель программы:

  Главная цель песочной терапии – развитие познавательно – речевого, социально-личностного и художественно-эстетического развития детей младшего школьного возраста , терапия текущих эмоциональных состояний .

Задачами программы являются:

1. Развитие коммуникативных навыков ребенка с помощью  совместной   игровой   деятельности.
2. Развивать тактильную чувствительность как основу   раскрепощения сознания детей.
3. Развивать все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление) речь.
4. Развивать интерес ребенка к экспериментальной деятельности, его любознательность.
5. Активное включение детей в творческий процесс, реализация игровой активности, сюжетно - отобразительной деятельности, общее художественно-эстетическое развитие ребенка.

**Основные направления работы**

|  |  |
| --- | --- |
| Социально-личностное | Интеллектуальное |
| Эмоциональное благополучие | расширение кругозора детей |
| положительное отношение ребенка к себе и окружающим людям | 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). |  |
|  |  |

**Основное содержание курса**

Сенсорное и познавательное развитие обучающихся младших классов.

Песок - это отличная обучающая среда, которая позволяет учить ребенка изготовлению поделок, рисованию геометрических фигур, строительству мостиков и др. Ребята не чувствуют неудачи и не несут этот опыт с собой, потому что песок дает возможность тут же исправить ошибку. Рассыпаясь, он как бы уносит негативный опыт с собой и предлагает начать все сначала. С помощью песка можно обучать социально навыкам, создавая ребенку проблемные ситуации, предоставляя ему возможность на своем опыте формировать эффективные модели поведения. Песок – это поле взаимодействия. Дети могут играть в одной песочнице, они с удовольствием делят это пространство с педагогом и сверстниками. Это дает начало контакту между детьми, закладываются навыки общения. Социализация школьника предполагает развитие умения адекватно  ориентироваться в доступном  ему социальном окружении, осознавать  самоценность собственной личности и других людей, выражать чувства и отношения к миру в соответствии с культурными традициями общества.

*Развивающая работа с детьми включает в себя:*

1) групповые занятия

2) исследовательская деятельность

3) моделирование

4) релаксация

Игра с песком, или песочная терапия, популярны в психологической, психотерапевтической, педагогической и даже в театральной практике. Игра в песочнице, расширяет пространство вокруг ребенка, развивает познавательный интерес, расширяет границы восприятия, воображения, творчества, активности, фантазии. Песочница может стать школьной доской и альбомом для рисования, полем для экспериментов и опытов, сценой для внутренних переживаний и семейных отношений. Программой предусматривается использование сказкотерапевтического подхода к песочной терапии. Работа со сказкой в песочнице очень полезна и эффективна. Когда ребенок прикасается к песку, в специальной песочнице, удивительный спектакль внутренней жизни начинает разворачиваться во вне.

В контексте песочной терапии появляется возможность посмотреть на себя, на свой внутренний мир со стороны, ибо песочные картины являются отражениями детского внутреннего состояния.

Почему именно песок выбран основным материалом для проведения терапевтической работы? Что бы ответить на этот вопрос, необходимо сказать о том, что песок является природным материалом, испокон веков, используемым человеком. Можно вспомнить собственные ощущения на песочном пляже, радость от возможности «растянуться на песке», «закопаться» в него. Общение с песком дает возможность человеку пережить удивительную гамму чувств: от экзистенциального одиночества до осознания собственной великой созидательной силы. Эта программа направлена на развитие пространственных представлений, тактильных ощущений, мелкой моторики руки в игре с песком, в специальных психологических песочницах. Форма работы с песком позволяет ребенку реально ощутить полет фантазии и детскую радость открытия.

Возможности песочной терапии проявляются в разных плоскостях. Созданная ребенком картина из песка – это творческий продукт. В арттерапевтическом процессе использование песка в качестве основного материала изобразительной работы предполагает «диалог» рук с песком и водой. Регулярное проведение занятий песочной терапии стимулирует создание ребенком целой серии песочных форм, являющихся основой для расположения миниатюрных фигурок. Песочные композиции, могут заключать в себя различные трудно вербализуемые содержания». Фигурки, использованные в песочнице, могут символизировать реальных людей и явления той среды, в которую включен ребенок. Разыгрывание в песочнице различных жизненных ситуаций позволяет ребенку изменить отношение к ним и найти правильное решение. Психотерапевтический ресурс – возможность осознанного изменения формы, сюжета, событий. Именно эта идея лежит в основе сказкотерапевтического похода к работе с песочницей.

Песочница прекрасно сочетается со сказкотерапией, игротерапией – это среда, в которой оживают сказки.

Песочная терапия мощный ресурс для проведения коррекционно –развивающей и образовательной работы с детьми имеющими ограниченные возможности здоровья. Песок стимулирует руку к разнообразным действиям. Песок хочется перебирать, пересыпать, просеивать, сжимать, похлопывать и др. Никакая пальчиковая игра не заменит всего этого многообразия движений.

Кроме того, песчинки способствуют тактильной стимуляции кожного покрова ладоней, а вместе с этим оказывают развивающее воздействие на головной мозг. Включение в песочницу дополнительных элементов (фигурок, совочков и формочек, природных материалов и др.) усиливает стимулирующий эффект, поддерживая у детей более длительный интерес к песку и вносит разнообразие в их действия. Это также отличный способ положить начало развитию игровых навыков.

Программой предполагаются игры с песком в условиях кабинета для песочной терапии, с использованием различных песочниц, столов для рисования песком, чаши равновесия, и др. в составе небольшой группы детей.

**Место курса в учебном плане:**

Программа рассчитана для учащихся 1-4 классов, на 1 год обучения. На реализацию программы отводится 35 ч. Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю по группам до 5 человек.

**Учебно-тематический план программы «Песочная фантазия»**

**для 1-3 класса**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Наименование блоков** | **Всего часов** | **В том числе** | | | | **Сроки** | |
| **Теоретические** | | **Практические** | |  |  |
| **1** | **Вводное занятие**  «Фантазии на песке» | 1 | 1 | | 0 | |  | |
| **2** | **Исследования учащихся** | 2 | 1 | | 1 | |  | |
| 2.1 | Диагностика познавательной сферы, уровня развития мелкой моторики руки | 1 | 0,5 | | 0,5 | |  | |
| 2.2 | **«Сенсорные игры»** | 1 | 0,5 | | 0,5 | |  | |
| 3 | **«Сенсорные игры»**  (тактильные игры) | 6 | 1 | | 5 | |  | |
| 3.1 | Сенсорные игры: «Эмоции», игра «Добрые ручки», «Повторяй движения», «Кафе», «Рисунки на песке», «Рыбки», «Нарисуем личико», «Пещеры» , Сенсорные игры:  «Гладкое озеро», «Угадай из какого материала», «Ныряем руками», «Точный пальчик», «Способы рисования на песке», «Теплый песок» и др. | 6 | 1 | | 5 | |  | |
| 4 | **Занятие для развития эмоционально-личностной сферы «Тематические занятия»** | 6 | 1 | | 5 | |  | |
| 4.1 | Тема: «Мое поведение» | 1 | 0,5 | | 1 | |  | |
| 4.2 | Тема: «Дружат дети на планете» | 1 | 0 | | 1 | |  | |
| 4.3 | Тема: «Приятно дарить подарки!» | 1 | 0 | | 1 | |  | |
| 4.4 | Тема: «Лесные жители» | 1 | 0 | | 1 | |  | |
| 4.5 | Тема: «Остров счастья» | 1 | 0 | | 1 | |  | |
| 4.6 | Тема: «Буду вежливым» | 1 | 0,5 | | 1 | |  | |
| 5 | **Занятие для развития социальных и коммуникативных умений «Контактные игры»** | 6 | 0 | | 6 | |  | |
| 5.1 | Игры ориентированные на взаимодействие друг с другом «Построим вместе», «Напарники», «На фабрике», «Капитан и матросы», «Кухня», «Поделись печеньем», «Совместное рисование» и др. | 6 | 0 | | 6 | |  | |
| 6 | **Развитие познавательной деятельности «Практические игры», «Исследовательские игры», «Обучающие игры», «Творческие игры»** | 12 | 2 | | 10 | |  | |
| 6.1 | «Практические игры»  Игры с сухим, влажным, кинетическим песком, игры с водой: «Посевная», «Лодочки», «Поймай меня», «Запомни следы» и др. | 3 | 0,5 | | 2,5 | |  | |
| 6.2 | «Исследовательские игры*»*  «Кулинария»,  «Подводный мир»,  «Космический песок», «Песочные смеси», «Камни и ракушки» и др. | 3 | 0,5 | | 2,5 | |  | |
| 6.3 | «Обучающие игры»:  «Песочная математика»,  «Узнай букву»,  «Сельские жители», «Чья тень», «Что это?», «Цветной сенсорный короб», «Тактильное домино», «Повтори рисунок» и др. | 3 | 0,5 | | 2,5 | |  | |
| 6.4 | «Творческие игры»:  «Увлекательное рисование», «Мое настроение», «Волшебные ракеты», «Вертушки», «Рисование мелкими предметами», «Точечный рисунок», «Лучистое солнышко», «Песочное королевство», «Рисуем радость», «Песочный мир»,  «Лепка по замыслу» | 3 | 0,5 | | 2,5 | |  | |
| 7 | **Итоговые исследования учащихся** | 2 | 1 | | 1 | |  | |
| 7.1 | Диагностика познавательной сферы, уровня развития мелкой моторики руки | 1 | 0,5 | | 0,5 | |  | |
| 7.2 | Диагностика эмоци-онально-волевой сфе-ры, личностных харак-теристик, характера взаимодействия с социумом | 1 | 0,5 | | 0,5 | |  | |
| 8 | **Подведение итогов работы по курсу.** | 1 | 0 | | 1 | |  | |
| 8.1. | Мои достижения (итоги года) | 1 | 0 | | 1 | |  | |
| Итого | | 36 | | 7 | | 29 |  | |

**Планируемые результаты:**

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться активизация работы сенсорных систем ребенка. Привитие позитивных моделей поведения. Достижение детьми более высокого уровня развития познавательных процессов и развитие речи. Реализация творческого потенциала. Развитие интереса к новому, проявление собственной индивидуальности.

Занятие носит комплексный характер, потому что воздействие происходит благодаря различным формам работы на разных уровнях: эмоциональном, когнитивном, поведенческом. На занятиях с песком интегрируются педагогические и психологические формы работы: эмоционально-направленный показ, работа по образцу, фронтальное занятие, презентации, свободная игра, присоединение, активное наблюдение и др. Общая схема занятий представлена ниже в виде таблицы.

**Структура и динамика занятий с песком**

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

Часть 1. Вводная

    Цель – настраиваю   детей на совместную работу, устанавливаю эмоциональный контакт между  детьми.    Основные процедуры: ритуал приветствия, игры – разминки.

Часть 2. Основная

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят упражнения и игры, направленные на развитие эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка.

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

Часть 3. Завершающая

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

**Ожидаемые результаты.**

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволит:

1.Стабилизировать  положительную динамику состояния эмоционального благополучия детей: они должны стать более коммуникабельными, у них должно отсутствовать чувство тревожности, незащищенности, конфликтность.

2. Развитие творческих способностей.

3. Создание благоприятного психологического климата.

**Оборудование  для песочной терапии:**

Песочница

Песок промытый, прокаленный

Лопатки

Миниатюрные игрушки (люди, животные, растения, насекомые)

Кубики разного материала (дерево, железо, пластмасса)

Камешки

Бусинки

Пуговки

Кисточки

Набор мелкой посуды

Палочки

**Общая схема занятий с песком**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Блок занятия** | **Оборудование для деятельности в песке** | **Виды игр** |
| Введение |  |  |
| Организованная деятельность | Сенсорные короба и подносы; юнгианские песочницы | Сенсорные.  Практические.  Творческие.  Исследовательские.  Обучающие |
| Игровая деятельность | Юнгианские песочницы;  «Чаша равновесия» | Сенсорные.  Контактные.  Сюжетные.  Творческие.  Свободная деятельность в песке |
| Продуктивная деятельность | Юнгианские песочницы;  «Чаша равновесия» | Апплекации и фрески. Отпечатки и слепки.  Поделки |
| Завершение |  |  |

**Структура программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап | Познавательно-речевое развитие | Социально-личностное развитие | Художественно-эстетическое развитие | Терапия текущих эмоциональных состояний. |
| Адаптационно-диагностический | Наблюдение за развитием психических функций | Наблюдение за процессом социализации | Наблюдение за развитием мелкой моторики, воображения | Наблюдение за отношениями в группе. |
| Первый формирующий | Приоритет сенсорных игр | Приоритет групповой деятельности | Приоритет работы по образцу | Демонстрация позитивного взаимодействия |
| Второй формирующий | Приоритет предметных и орудийных действий | Деятельность в парах | Работа по заданным условиям | Корректирование эмоционального состояния ребенка |
| Третий формирующий | Приоритет предметной игровой активности | Общая деятельность | Работа по собственному замыслу | Сохранение эмоционального равновесия |
| Закрепляющий | Повторение и генерализация полученного во время программы опыта | | | |

**Список литературы:**

1. Н.В. Зеленцова – Пешкова «Элементы песочной терапии» в развитии детей раннего возраста, Санкт-Петербург 2015 г.;
2. О.Б. Сапожникова, Е.В. Гарнова «Песочная терапия в развитии дошкольников», Москва 2014 г.;
3. Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева «Игра с песком» практикум по песочной терапии, Санкт – Петербург 2015 г;
4. О.В. Баженова «Детская и подростковая релаксационная терапия» практикум, Москва 2016 г.;
5. М.А.Шевченко «Психологические цветовые и рисуночные тесты», Москва 2015
6. Т.Г.Визель «Логопедические упражнения на каждый день для выработки четкой речи», Москва 2015 г.