

«ПРИНЯТА»  
на заседании Педагогического совета  
ГБДОУ детский сад №93 Выборгского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 «21» августа 2024г.

«УТВЕРЖДЕНА»  
Заведующим ГБДОУ детский сад №93  
Выборгского района Санкт-Петербурга  
Приказ от «09» сентября 2024 г. №106  
\_\_\_\_\_ Л.А.Виноградова

Дополнительная общеразвивающая программа  
**«Песочная фантазия»**

**Возраст детей –3-6лет**  
**Количество часов в год – 64**  
**Срок обучения – 3 года.**

Автор – составитель:  
Балашова Екатерина Николаевна  
Педагог дополнительного образования

## **Содержание**

1. Пояснительная записка .....	3
2. Учебный план .....	7
3. Календарный учебный график .....	8
4. Рабочая программа .....	8
5. Оценочные и методические материалы .....	12
6. Список литературы.....	13

## 1. Пояснительная записка

Современный ребенок - это житель 21 века, на которого оказывают влияние все признаки настоящего времени. Многолетние исследования, позволяют наметить штрихи современного дошкольного детства, которые нельзя не учитывать, организуя образовательный процесс.

Жизнь ребенка очень сильно изменилась и тесно связана с возможностями родителей. Он быстрее, чем взрослый, успевает освоить информационно-компьютерные устройства. Он многим интересуется и о многом рассуждает. В то же время ребенок по – прежнему ориентирован на самоценные, детские виды деятельности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Песочная фантазия» - социально-гуманитарной направленности.

Игры с песком позитивно влияют на эмоциональное состояние человека, способны стабилизировать его эмоциональное самочувствие. Свойства песка несут в себе некую загадочность и таинственность и способны завораживать человека. Песок как бы "заземляет" негативную энергию. Манипуляции с песком, как с мокрым, так и с сухим - успокаивают импульсивных, чересчур активных детей и раскрепощают зажатых, скованных и тревожных малышей. Также игры с песком очень полезны для развития мелкой моторики, тактильных ощущений и координации движений. Все это напрямую связано с развитием речи, мышления, внимания, наблюдательности, воображения, памяти. Игры с песком положительно влияют на развитие воображения и творческих способностей детей. На песочном полигоне можно дать волю своей буйной фантазии. Сколько всего можно вылепить из влажного песка: фигурные куличики, домики, гаражи, дворцы, города, скульптуры. Сложность песочной конструкции возрастает с мастерством юного архитектора.

Песочница является маленькой моделью окружающего мира, местом, где во внешнем мире могут разыграться внутренние баталии и конфликты маленького человека. А выразив их вовне и посмотрев на свой внутренний мир со стороны, ребенок, играючи, находит решения для вполне реальных жизненных задач. Происходит это за счет того, что на каждом занятии ребёнок неоднократно создает свой мир из песка – разрушает его – создает новый – и снова и снова... благодаря чему уходит страх ошибок, неуверенность в своих силах, сомнения – это дает ребенку осознание того, что все может пройти, закончиться, и на месте старого, ушедшего начнется новое, а значит и бояться этой большой и пока такой незнакомой жизни не стоит. Кроме того, сам материал – песок – обладает уникальным свойством заземлять негативные эмоции, которые, словно «уходя сквозь песок», тем самым гармонизируют состояние человека.

Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное — он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций. Именно первые совместные игры детей в песочнице могут наглядно показать родителям особенности поведения и развития их детей. Родители видят, что ребенок становится излишне агрессивным или робким в общении со сверстниками — это может стать поводом для размышлений о системе воспитания

Песочная игротерапия - прекрасная возможность выразить свое отношение к окружающему миру, найти то, что тревожит и беспокоит, рассыпать на мельчайшие песчинки образ, пугающий и травмирующий ребенка.

### **Актуальность программы**

Песочная терапия – научно обоснованный метод креативной терапии, проверенный многолетней практикой квалифицированных специалистов в области психологии. В бессознательном состоянии руки человека становятся языком его внутреннего мира, с помощью которого он строит образы и сюжеты. Анализ песочного творчества приводит к раскрытию внутреннего потенциала, выявлению различных психологических травм, нахождению путей избавления от них. Посредством терапии можно решить многие проблемы и найти выход из любой жизненной ситуации, оценить уровень агрессии, и избежать стрессов. Погрузившись в творческий процесс, человек начинает лучше понимать себя, контролировать собственное поведение и поведение других.

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. В условиях работы ДООУ были разработаны и внедрены формы естественной деятельности ребёнка – различных игр с песком. Непосредственно – образовательная деятельность предполагает индивидуальную деятельность с ребёнком или совместную

деятельность в паре “ребёнок – родитель”. Песочная терапия является частью совместной комплексной работы специалистов с детьми, имеющими высокую тревожность.

**Адресат:**

Дошкольники – 3-6 лет. Занятия по данной программе проводятся 2 раз в неделю с малой группой детей (4-6 ребенка). Длительность занятия – 15-25 минут в зависимости от возраста.

**Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы	Показатели		Целеполагание	Требования к результативности освоения программы
	Срок реализации	Максимальный объем программы в год		
Общекультурный	1-3 года	до 144 ч.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование и развитие творческих способностей детей.</li> <li>- стабилизировать эмоциональное самочувствие</li> <li>- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании.</li> <li>- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.</li> <li>- укрепление здоровья и организация свободного времени.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение прогнозируемых результатов программы</li> <li>презентация результатов на уровне учреждения</li> </ul>

**Срок и объем освоения программы – 3 года:**

- 1-ый год обучения – 64 часа;
- 2-ой год обучения – 64 часа.
- 3-ый год обучения -64 часа

**Цели и задачи программы**

**Цель программы:**

Главная цель песочной терапии: – развитие восприятия, мышления, памяти, внимания, речи, навыков самоконтроля и саморегуляции, творческого мышления, воображения и фантазии.

### **Задачи программы:**

- укрепить у ребенка чувство доверия к окружающему миру;
- способствовать развитию мелкой моторики и речи;
- способствовать развитию познавательных функций (внимание, слуховая память, воображение);
- сформировать навыки умения слушать говорящего;
- формировать позитивное отношение к сверстникам;
- развивать навыки социального поведения;

### **Основные принципы программы:**

Основная идея программы – используя игры с песком и водой, кинетическим песком, позитивно влиять на эмоциональное самочувствие детей, снизить уровень нервно-психического напряжения, стабилизировать внутреннее состояние, способствовать возникновению положительных эмоций.

Современный подход к использованию песочницы в развитии и коррекции эмоционально-волевой и познавательной сфер детей дошкольного возраста направлен на:

- понимание и принятие индивидуальных особенностей ребенка в качестве важнейшего компонента процесса обучения и формирования навыков проживания своих эмоций в различных эмоциональных ситуациях;
- формирование эмоциональной стабильности и положительной самооценки, развитие коммуникативных навыков, развитие у детей способности к эмоциональной регуляции собственного поведения, формирование психических новообразований, необходимых для успешного обучения в начальной школе (произвольности), через создание позитивного эмоционального фона;
- гибкость и вариативность занятий, методическое модулирование одного и того же материала, позволяет педагогу, трансформируя, видоизменяя, дополняя, повторяя одну и ту же модель, открыть новые возможности творчеству ребенка.
- песочница используется как среда для общения человека с самим собой и символами реального мира.

### **Организационно-педагогические условия реализации ДОП:**

язык реализации: русский;

форма обучения: очная;

Особенности реализации ДОП: модульный принцип представления содержания ДОП

условия набора в группу: принимаются все желающие на основании договора с родителями (законными представителями) обучающихся;

условия формирования групп: разновозрастной; возможно обучение детей с ОВЗ (ТНР);

формы проведения занятий: практические, групповые занятия;

формы организации деятельности воспитанников:

- Фронтальная (беседа, показ, объяснение);
- Коллективная;
- Индивидуальная (отработка отдельных навыков).

Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования

### Планируемые результаты

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволит:

1. Стабилизировать эмоциональную сферу у детей.
2. Развить творческие способности, повысить интерес к узнаванию нового.
3. Создать благоприятный психологический климат в группе.

**Для оценки эффективности используется мониторинг включающий следующие психологические диагностические методы:**

- Наблюдения.
- Анкетирование родителей и педагогов.

Методика самооценки В.Г. Щур «Лесенка» (приложение 1)

Методика М.А. Панфиловой «Кактус» (приложение 2)

Методика С.В. Велиева «Паровозик» (приложение 3)

## 2. Учебный план

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Ознакомление</b>	1	1		Педагогическое наблюдение
2.	<b>Упражнения</b>	28		28	Педагогическое наблюдение
3.	<b>Сюжетные режимы</b>	35		35	Педагогическое наблюдение
	<b>Всего:</b>	64	1	63	

### 3. Календарный учебный график

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	16 сентября	31 мая				мин
2 год	16 сентября	31 мая				мин
3 год	16 сентября	31 мая				мин

### 4. Рабочая программа

#### Учебно-тематический план. Первый год обучения (3-4 года)

Месяц	Неделя	Игры и упражнения
<b>Сентябрь</b>	<b>1</b>	«Знакомство со свойствами песка »
	<b>2</b>	«Знакомство со свойствами сухого песка и кинетического »
	<b>3</b>	«Копаем – насыпаем»
	<b>4</b>	«Пересыпаем»
<b>Октябрь</b>	<b>1</b>	«Мышки в норках»
	<b>2</b>	«Перелетные птицы»
	<b>3</b>	«Домики для животных»
	<b>4</b>	«Посуда. Копаем – насыпаем»
<b>Ноябрь</b>	<b>1</b>	«Цветные заборчики»
	<b>2</b>	«Мой дом. Угадай чьи следы»
	<b>3</b>	«Я и моя семья...»
	<b>4</b>	«Мама милая моя»
	<b>5</b>	«Домашние животные»



<b>Декабрь</b>	<b>1</b>	«Зимняя сказка»
	<b>2</b>	«Угощения для животных»
	<b>3</b>	«Зимние забавы»
	<b>4</b>	«Новогодние украшения»
<b>Январь</b>	<b>3</b>	«Секретики»
	<b>4</b>	«Животные холодных и жарких стран»
<b>Февраль</b>	<b>1</b>	«Снег идет»
	<b>2</b>	«Я пеку, пеку, пеку...»
	<b>3</b>	«Мы едем, едем, едем..»
	<b>4</b>	«23 февраля»
<b>Март</b>	<b>1</b>	«Подарок маме»
	<b>2</b>	«Признаки весны»
	<b>3</b>	«Вода во круг нас. Кто живет в воде?»
	<b>4</b>	«Приключение на морском дне»
<b>Апрель</b>	<b>1</b>	«Отпечатки наших рук- птица»
	<b>2</b>	«Космос»
	<b>3</b>	«Угощения друзьям»
	<b>4</b>	«Что спряталось в песке?»
<b>Май</b>	<b>1</b>	«Народная игрушка»
	<b>2</b>	«Праздничный салют»
	<b>3</b>	«Цветочная поляна»
	<b>4</b>	«Рисуем узоры»

**Учебно-тематический план. Второй год обучения (4-5 года)**

<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Тема</b>
--------------	---------------	-------------

<b>Сентябрь</b>	<b>3</b>	Ознакомление с песочницей (О.Б. Сапожникова)
	<b>4</b>	Ознакомление с песочницей (О.Б. Сапожникова) «Что приятно?» ( Т.А. Андреенко)
<b>Октябрь</b>	<b>1</b>	Ознакомление с песочницей (О.Б. Сапожникова) « Заборчик» ( Т.А. Андреенко )
	<b>2</b>	«Заборчик» «Норка для зверюшек» Т.А.андреенко
	<b>3</b>	«Путешествие с игрушками» «Солнечный денек» Т.А.Андреенко
	<b>4</b>	«Золотая рыбка» «Если добрый ты» Т.А.Андреенко
<b>Ноябрь</b>	<b>1</b>	«Песочные картины» «Сказочный город» Т.А. Андреенко
	<b>2</b>	«Прятки» «Пишем на песке» Т.А.Андреенко
	<b>3</b>	«Домик для друзей" «Раскопки» Т.А. Андреенко,
	<b>4</b>	Мы на кораблике плывем (по стихам А.Барто из цикла «Игрушки») О.Б.Сапожникова, Е.В.Гарнова. «Путешествие с игрушками» Т.А.Андреенко.
<b>Декабрь</b>	<b>1</b>	«Времена года» (Т.А.Андреенко)
	<b>2</b>	«День и ночь»
	<b>3</b>	«Вулкан» (Ковба М.В; Утёмов В.В)
	<b>4</b>	«Ледниковый период»
<b>Январь</b>	<b>1</b>	Каникулы
	<b>2</b>	«Формы и цвета»
	<b>3</b>	«Топография»
	<b>4</b>	"Раскопки" (Т.А. Андреенко)
<b>Февраль</b>	<b>1</b>	"Город мечта" (Т.А. Андреенко)
	<b>2</b>	"Автомобильный городок" (Т.А. Андреенко)
	<b>3</b>	«Художник»
	<b>4</b>	«Сетка»
<b>Март</b>	<b>1</b>	"Солнечный денёк" (Т.А. Андреенко)
	<b>2</b>	«Циклопы и Драконы»
	<b>3</b>	«Защита базы»
	<b>4</b>	«Ландшафт»
<b>Апрель</b>	<b>1</b>	«Долина бабочек»
	<b>2</b>	"Полет к звездам" (Т.А. Андреенко)
	<b>3</b>	"Источник воды"

	<b>4</b>	«Акула»
<b>Май</b>	<b>1</b>	«Сафари»
	<b>2</b>	«Океан: флора и фауна»
	<b>3</b>	«Раскраска»
	<b>4</b>	«Динозавры»

### Учебно-тематический план. Третий год обучения (5-6 лет)

Месяц	Неделя	Тема
<b>Сентябрь</b>	<b>3</b>	Ознакомление с песочницей (О.Б. Сапожникова)
	<b>4</b>	Ознакомление с песочницей (О.Б. Сапожникова) «Что приятно?» ( Т.А. Андрееenko)
<b>Октябрь</b>	<b>1</b>	Ознакомление с песочницей (О.Б. Сапожникова) « Заборчик» ( Т.А. Андрееenko )
	<b>2</b>	«Город на песке» (О.Б. Сапожникова) «Живые картинки на песке» О.Б. Сапожникова
	<b>3</b>	«Песочные строители» Н.А. Сакович «Отпечатки» Н.А.Сакович
	<b>4</b>	«Необыкновенное путешествие» О.Ю. Епанчинцева «Прогулка у реки» О.Б. Сапожникова
<b>Ноябрь</b>	<b>1</b>	«Птицы рядом с нами» О.Б. Сапожникова «Сказочная страна» О.Б. Епанчинцева,
	<b>2</b>	«Чудеса на песке» О.Ю. Епанчинцева, «Цветик-семицветик» О.Б. Сапожникова
	<b>3</b>	«Путешествие в сказку» О.Б. Епанчинцева
	<b>4</b>	«Затерянный город» О.Б. Епанчинцева, «Проделки Песчаной бури» О.Б. Епанчинцева,
<b>Декабрь</b>	<b>1</b>	«Времена года» (Т.А.Андрееenko)
	<b>2</b>	«День и ночь»
	<b>3</b>	«Вулкан» (Ковба М.В; Утёмов В.В)
	<b>4</b>	«Ледниковый период»
<b>Январь</b>	<b>1</b>	Каникулы
	<b>2</b>	«Формы и цвета»
	<b>3</b>	«Топография»
	<b>4</b>	"Раскопки" Т.А. Андрееenko,

<b>Февраль</b>	<b>1</b>	"Город мечта" Т.А. Андрееenko,
	<b>2</b>	"Автомобильный городок" Т.А. Андрееenko
	<b>3</b>	«Художник» Н.А.Сакович
	<b>4</b>	«Сетка»
<b>Март</b>	<b>1</b>	"Солнечный денёк" Т.А. Андрееenko
	<b>2</b>	«Циклопы и Драконы»
	<b>3</b>	«Защита базы»
	<b>4</b>	«Ландшафт» Н.А.Сакович
<b>Апрель</b>	<b>1</b>	«Долина бабочек»
	<b>2</b>	"Полет к звездам" Т.А. Андрееenko
	<b>3</b>	"Источник воды"
	<b>4</b>	«Акула»
<b>Май</b>	<b>1</b>	«Сафари» (Ковба М.В; Утёмов В.В)
	<b>2</b>	«Океан: флора и фауна»
	<b>3</b>	«Раскраска»
	<b>4</b>	«Динозавры»

## 5. Оценочные и методические материалы

Занятия по данной программе проводятся 2 раз в неделю с малой группой детей (4-6 ребенка). Длительность занятия – 25-30 минут в зависимости от возраста.

**Основные методы диагностики** и мониторинга учащихся: анкетирование, самоанализ деятельности.

### Контроль знаний и умений

Педагог определяет 3 уровня усвоения программы учащимися:

#### 1. Высокий уровень.

Учащийся владеет знаниями и умениями, в соответствии с требованиями программы, имеет определенные достижения в своей деятельности, заинтересован конкретной деятельностью, активен и инициативен. Учащийся выполняет задания без особых затруднений.

#### 2. Средний уровень.

Учащийся владеет основными знаниями и умениями, предлагаемыми программой, с программой справляется, но в чем-то испытывает трудности. Занятия для него не обременительны, занимается с интересом, но больших достижений не добивается, имеются не законченные работы.

#### 3. Низкий уровень.

Учащийся в полном объеме программу не усвоил. Имеет основные знания и умения, но реализовать их в своей деятельности не может. Занимается без особого интереса, самостоятельности не проявляет.

## Структура занятия

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

### *Часть 1. Вводная (ритуал входа)*

Своего рода организационный момент- позволяет ввести ребенка в учебную задачу, настроить на решение образовательных задач. Здесь же целесообразно вспомнить правила поведения в песочнице. Продолжительность вводной части не превышает 5-7 минут.

### *Часть 2. Основная*

Дети знакомятся с игровым сюжетом или выполняют задания. Время занятия с песком можно увеличивать на 5-10 минут (в зависимости от возраста) по сравнению с обычными занятиями. Дополнительное время может занять перемещение детей за игрушками, отдых и расслабление через стереотипные манипуляции с песком.

В основной части функции педагога выполняет ритуальный персонаж, который дистанцирует взрослого от группы детей. Для этого педагогу достаточно выдвинуть ритуальную фигурку и слегка изменить голос. Такая смена ведущего благотворно влияет на детей, позволяет раскрепоститься, погрузившись в сказочную атмосферу. В отличие от педагога, символическая фигурка может подсказать забытое или ключевое слово, задать вспомогательный вопрос и обязательно найдет возможность похвалить ребенка, если не за результат, то за совершенные усилия.

### *Часть 3. Заключительная (ритуал выхода)*

Ритуал выхода по времени сравним с вводной частью (не более 5-7 минут). Он завершает занятие. Здесь подводятся итоги, происходит финальное обсуждение темы. Ритуальный персонаж благодарит детей за проведенное время, выполненные задания и прощается с ними. После ритуала выхода педагог, который снова активирован, может попросить детей рассказать о занятии, а также инициировать уборку песочнице.

## 6. Список литературы

1. О.Б. Сапожника, Е.В. Гарнова "Игры с песком для обучения пересказу детей 5-7 лет", издательство "ТЦ СФЕРА", 2018
2. О.Б. Сапожника, Е.В. Гарнова "Песочная терапия в развитии дошкольников", издательство "ТЦ СФЕРА", 2018
3. О.Ю. Епанчинцева "Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста", издательство "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2017
4. Т.А. Андреевко "Использование кинетического песка в работе с дошкольниками", издательство "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2018
5. Ковба М.В; Утёмов В.В «Интерактивная песочница в работе воспитателя: Познавательное развитие. ФГОС дошкольного образования», 2017
6. Н. А. САКОВИЧ «Технология игры в песок» ,2008

7. Бардиер Г., Ромазан И., Чередникова Т. Я хочу! Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей. — СПб., 1993—1995.
8. Новиковская О.А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников. — СПб., 2005.
9. Бережная Н.Ф. Использование песочницы в коррекции эмоциональноволевой сфер детей раннего и младшего дошкольного возраста // Дошкольная педагогика №4-2006, №1-2007
10. 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.
11. Валиева А.Р. Игры на песке. Программа по песочной терапии для дошкольников // Психолог в детском саду №3-2006.
12. Игры с песком. // Школьный психолог №6-2006.