

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад № 63
присмотра и оздоровления
Красносельского района СПб

протокол № 1 от 31.08.2023г

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 65-АХД от 31.08.2023г
Заведующий ГБДОУ детский сад № 63
присмотра и оздоровления
Красносельского района СПб

_____ Н.Н. Завьялова

Программа

*коррекционно – развивающих занятий с
использованием песочной терапии*

**Составитель: педагог-психолог
Илиовски К.Р.**

**Санкт-Петербург
2023**

Пояснительная записка

Необходимость такой программы обусловлена тем, что дети, приходящие в наш Центр, нуждаются как в диагностике и коррекционных занятиях для развития познавательной сферы, так и в создании естественной стимулирующей среды, в которой ребенок будет чувствовать себя комфортно и защищенно, сможет проявлять свою творческую активность. Песочницу также можно использовать в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее доступной для ребенка форме передаем ему знания.

Песочная терапия основывается на теории Юнга, которая гласит, что в нашем бессознательном каждый встречающийся предмет образует некие связи. Ассоциативные. Обращаясь к этому типу терапии, мы снимаем внутреннее напряжение, повышаем уверенность в себе, раскрываем для себя новые пути развития. Так, прикасаясь к песку, мы ощущаем покой, а также вспоминаем все хорошее, что было связано с песком в детстве: кто-то — жаркое лето и холодную речку, а кто-то — морские камни и ракушки. А также неизменное палящее летнее солнце. Детство, беззаботность, счастье

Цели программы: Развитие познавательного интереса к различным областям знаний и видов деятельности.

Задачи:

- 1) релаксация, снятие мышечной напряжённости;
- 2) развитие зрительно-пространственной ориентировки;
- 3) концентрация внимания, памяти;
- 4) развитие логики и речи;
- 5) стабилизация эмоционального состояния;
- 6) развитие творческих (креативных) способностей;
- 7) способствует развитию рефлексии (самоанализа) ребёнка;

Работа с *тактильными ощущениями* имеет колоссальное значение для развития психики ребенка. Такого рода взаимодействие с песком

стабилизирует эмоциональное состояние, развивает мелкую моторику, кинестетическую чувствительность, ребенок учится прислушиваться к себе, проговаривать свои ощущения. Это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Ребенок получает первый опыт рефлексии, самоанализа, закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Вот пример простого упражнения для знакомства с песочницей: психолог вместе с ребенком по очереди делают отпечатки кистей рук и описывают свои ощущения от прикосновения песка. Сначала у ребенка не хватает словарного запаса, чтобы описать свои ощущения, тогда взрослый приходит ему на помощь и вместе они делают еще несколько упражнений:

- скольжение ладонями по поверхности песка: зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, хвостик, веревочка и т.д.),

- те же движения выполняются ребром ладони,

- пройтись по поверхности песка каждым пальцем по очереди и одновременно, проговорить, чем отличается ощущение от мокрого песка и от сухого,

- далее можно группировать пальцы по два, три, создавать загадочные следы и фантазировать: чьи они?

Постепенно, накапливая свой чувственный опыт, ребенок научится передавать свои ощущения словами.

Таким образом, появляется возможность готовить ребенка к обучению, опираясь на слуховое, зрительное и тактильно - кинестетическое восприятие.

Проективные игры - это перенос вовне переживаний, умений, возможностей ребенка.

На занятиях используются элементы сказкотерапии, арттерапии - это позволяет снизить тревожность, что особенно важно для детей, попавших в сложную социальную ситуацию.

В песочной терапии множество ещё не раскрытых возможностей, как обучающих, так и коррекционных, возможностей, как для ребенка, так и для

психолога. Занимаясь в песочнице, мы вместе делаем удивительные открытия, учимся друг у друга.

Цикл состоит из 17 индивидуальных занятий, длительность одного занятия от 20 до 30 минут, направленных на снятие тревожности психофизического напряжения, актуализации эмоций, развитие восприятия, тактильных ощущений, внимания, памяти, вербально-логического мышления. *При необходимости можно увеличить количество занятий за счет дополнительных упражнений.*

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста, в том числе детей с тяжелыми нарушениями речи. Уровень сложности может варьироваться в зависимости от уровня развития познавательной сферы ребенка.

Методы и приёмы:

- § Дискуссии
- § Беседы
- § Игры – коммуникации
- § Проективные игры
- § Познавательные игры
- § Рисование цветным песком
- § Элементы сказкотерапии
- § Музыкальное сопровождение

План индивидуальных занятий

№	Цель занятия	Содержание деятельности	
1	Снятие напряжения, развитие восприятия.	«Знакомство с песком»	
2	Развитие тактильных ощущений, увеличение словарного запаса в ходе обобщения чувственного опыта.	«Мой песочный мир».	
3	Развитие самосознания, снижение уровня тревожности, агрессивности, эмоциональной саморегуляции, игровой деятельности.	«Моя сказка»	
4	Развитие умения пользоваться ресурсными состояниями; снятие напряжения. Умение распознавать эмоциональное состояние (свое и других), повышение самооценки. Развитие навыков саморегуляции.	«Страна наших чувств»	
5	Развитие мышления, сообразительности	Игра «Наоборот».	
6	Развитие внимания, зрительной памяти.	«Что изменилось?»	

7	Развитие произвольности.	«Меняем местами»	
8	Развитие воображения, мышления.	«Я создаю мир».	
9	Развитие воображения, мышления. Эмоциональная разрядка.	«Однажды...»	
10	Развитие восприятия длительности временного интервала	«Минута»	
11	Развитие представления о частях суток, внимания.	«Кто самый ранний?»	
12, 13, 14, 15.	Развитие пространственно-временного представления, воображения.	«Времена года».	
16	Развитие произвольности, умения соблюдать правила.	«Выйди из лабиринта»	
17	Рефлексивная часть	«Мой песочный мир»	

Литература:

- 1.Грабенко Т.М., Зинкевич Т.Д. *Чудеса на песке. Песочная игротерапия.*- СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998.-50 с.
- 2.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. *Практикум по песочной терапии.*- СПб.: Издательство «Речь», 2005
- 3.Психологическая помощь детям с проблемами в развитии.- СПб.: Речь, 2006,-224с.
150 тестов, игр, упражнений для подготовки детей к школе.-М.: ООО «Издательство Астрель»,2004.-126с.