

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 101
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по художественно-эстетическому развитию детей
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА:
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 101
общеразвивающего вида
Невского района Санкт – Петербурга
Протокол № 4 от 30.05.2023 года

УТВЕРЖДЕНО
Заведующим ГБДОУ детским садом №101
общеразвивающего вида
Невского района
Н.В. Литвинова
Приказ № 143 от 30.05.2023 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОБНАЯ ПРОГРАММА
«ВОЛШЕБНЫЙ ПЕСОК. АРТ-ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ»**

Возраст детей: 3-5 лет
Срок реализации: 3 недели

Разработчик: Мурадян Асмик Эдвардовна,
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
1.1 Направленность программы	3
1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность	3
1.3. Цели и задачи реализации программы	3
1.4. Условия реализации программы.	4
1.5. Планируемые результаты.	4
1.6. Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение	7
2. Учебный план	9
3. Общие принципы и содержание программы	9
3.1 Календарно-тематическое планирование	12
Список литературы	13

1. Пояснительная записка

Дошкольное образование ориентировано на обеспечение познавательного развития ребёнка. С психологической же точки зрения, специфика развития в дошкольном возрасте заключается не столько в овладении ребёнком знаний, сколько в становлении базовых свойств его личности: самооценки, эмоционально-потребностной сферы, нравственных ценностей, смыслов и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с другими людьми.

1.1 Направленность программы: Данная программа рассчитана на занятия с детьми 3-5 лет. Программа ориентирована на всестороннее гармоничное развитие личности ребенка. Арт-терапия, самый продуктивный и незаменимый способ психологической работы с детьми. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения по дошкольному образованию, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

1.2 Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность:

Содержание программы ориентировано на эмоциональное благополучие ребёнка – уверенность в себе, чувство защищённости. Новизна данной программы заключается в использовании художественного творчества как способа психологической работы с детьми.

1.3 Цели программы:

- формирование психологического здоровья детей;
- психологическая поддержка и сопровождение детей дошкольного возраста;
- привлечь детей к активной продуктивной деятельности способствующей формированию всех психических процессов.

Основные задачи:

Обучающие

- обучить ребенка самопознанию, осознанию своих характерных особенностей и предпочтений, к принятию других людей;
- обучить ребенка выражать правильно свои чувства;
- обучить ребенка рефлексивным умениям;

Развивающие

- развивать у ребенка социальные и коммуникативные навыки поведения;
- сформировать у ребенка потребность в саморазвитии.
- развивать гармоничное развитие личности ребенка.

Воспитывающие

- вырабатывать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения;

- способствовать гармоничному развитию души и тела ребенка;

- воспитывать уважительное отношение к педагогам и друг другу;

1.4 Условия реализации программы.

1. Условия набора и формирования групп.

Зачисление обучающихся в группы для занятий по данной программе осуществляется в заявительном порядке, в соответствии с договором об оказании дополнительных образовательных услуг между родителями и дошкольным образовательным учреждением.

2. Особенности реализации программы

Срок реализации программы: 3 недели

Занятия начинаются с 1 октября, по завершении записи и проведения родительского и организационного собраний.

- ***Занятия проводятся*** 2 раз в неделю (в соответствии с СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организаций», утверждённым Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 18.12.2020г. №28. и возрастным нормам детей).

1.5 Планируемые результаты:

- позитивные изменения в психологическом состоянии детей, позитивная картина мира и образ Я, осознание внутренних ресурсов;

- развитие моторных способностей детей, через овладение ручными многообразными операциями, влияющими на их психофизиологические функции;

- снижение эмоциональной тревожности;

- повышение самооценки;

- развитие коммуникативных навыков;

- развитие самосознания;

- улучшение детско-родительских отношений;

- закрепление положительных поведенческих реакций.

Реализация планируемых результатов отражены в трех основных разделах программы:

1. **«Я и мой мир»**

- помочь ребёнку осознать свои характерные особенности и предпочтения, понять, что он уникален и неповторим, как каждый человек;

- раскрыть в ребёнке его потенциал общения, развивать и совершенствовать его возможности поддерживая в ситуациях, как успеха, так и неудачи.

2. «Эмоции и чувства»

- научить детей осознанно воспринимать свои собственные эмоции, переживания;
- знакомить ребёнка с языком эмоций, учиться пользоваться ими для проявления собственных чувств и переживаний, и для понимания эмоционального состояния другого.

3. «Социальные навыки»

- обучение детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми;
- формировать коммуникативные навыки;
- учить устанавливать и поддерживать контакты, решать конфликтные ситуации в общении.

Раздел 1. «Я и мой мир»

Уверенность в себе является важным качеством человека как личности. Она позволяет иметь и отстаивать собственное мнение, доверять себе и своим чувствам.

Содержание этого раздела предполагает оказание необходимой помощи каждому ребёнку для преодоления его неуверенности в себе, поддержку его положительной самооценки, а также будет способствовать лучшему пониманию других людей и самого себя.

Становление индивидуальности ребенка, его «Я», начинается очень рано и происходит постепенно, в том числе в процессе осознания им собственных интересов и предпочтений. Для этого педагогам важно обсуждать с детьми тот или иной выбор каждого ребенка в разных жизненных ситуациях и видах деятельности, стараться понять его сокровенные мечты и желания. Важно также помочь детям познакомиться со вкусами и предпочтениями друг друга, увидеть, что они разные. Это закладывает основу для формирования в более старшем возрасте толерантности (терпимости) к другим. При этом педагог учит детей тому, что стремление к удовлетворению собственных желаний не должно ущемлять интересы других людей.

Уверенность в себе связана с осознанием человеком своих внешних и внутренних особенностей, поэтому в старшем дошкольном возрасте важно формировать у ребенка достаточно точные представления о своей внешности, семейном сходстве наряду со знаниями о бесконечном разнообразии внешнего облика людей — детей и взрослых. Например, в процессе изобразительной деятельности ребенок может нарисовать свой собственный портрет или портрет своей семьи.

Раздел 2. Эмоции и чувства

Эмоциональное развитие является одним из важнейших направлений развития личности. Известно, что детские эмоции характеризуются импульсивностью и лишь со временем перерастают в устойчивые привязанности, симпатии или антипатии, на основе которых с годами складываются более глубокие чувства (любовь, ненависть и др.). Именно поэтому эмоциональное развитие ребенка является основой нравственного воспитания. Маленький ребенок отличается особой искренностью и непосредственностью как в общении с другими, так и в проявлении собственных чувств. Если эти качества поддерживать, то дети вырастут добрыми и правдивыми, эмоционально отзывчивыми.

Проявлять эмоциональную отзывчивость дети нередко способны уже в младшем дошкольном возрасте. Вместе с тем педагогу важно специально знакомить ребенка со своеобразным эмоциональным букварем, так как передать наши чувства другим, сделать их понятными можно с помощью не только слов, но и особого языка эмоций, столь необходимого в общении. Радость и грусть, гнев и обида — обо всем этом и о многом другом могут рассказать позы, жесты, мимика. Педагогу нужно учить детей пользоваться языком эмоций как для выражения собственных чувств и переживаний, так и для лучшего понимания состояния других людей.

Многие темы этого раздела для детей младшего дошкольного возраста предусматривают привлечение материала знакомых сказок. Вспоминая основные события и переживания персонажей, дети с помощью педагога смогут сопоставить их с собственным личным опытом. Это поможет им разобраться в непростых жизненных ситуациях и основных эмоциональных состояниях. Соответствующие темы предоставляют педагогам возможность побеседовать с детьми о чувстве страха и одиночества.

В более старшем возрасте дети уже должны иметь представление об основных настроениях и эмоциональных состояниях людей. Педагог обучает их не только выражать свои эмоции так, чтобы они были ясны окружающим, но и по внешним проявлениям понимать, какие чувства в тот или иной момент может испытывать другой человек. Некоторые темы для детей этого возраста направлены на дальнейшее приобщение ребенка к языку эмоций.

Кроме того, дети учатся соотносить собственные эмоции с состоянием природы, погодой, а также с соответствующими событиями и индивидуальными предпочтениями.

Содержание раздела поможет взрослым понять эмоциональный мир детей, осознать, что именно их тревожит и радует. Это позволит при необходимости уделить каждому ребенку, который испытывает эмоциональный дискомфорт, особое внимание,

помочь преодолеть негативные, а порой и тяжелые переживания, связанные с объективными жизненными проблемами.

Таким образом, педагог сможет установить с детьми более доверительные отношения, что, несомненно, облегчит процесс воспитания.

Раздел 3. Социальные навыки

Навыки общения формируются у человека с ранних лет. Как обеспечить ребенку комфортное существование в среде сверстников? Как оградить его от горечи одиночества, чтобы он был окружен друзьями не только в детстве, но и в зрелом возрасте?

Темы настоящего раздела предполагают обучение детей анализу причин межличностных конфликтов и умению самостоятельно их регулировать, предотвращать ссору и не допускать ее крайнего проявления — драки.

Раздел предполагает также обучение нормам и правилам общения. При этом педагог должен помочь детям понять, что делать что-то вместе не только интересно, но и трудно, так как нужно уметь договариваться, соблюдать очередность, прислушиваться к товарищам и уважать их мнение.

Для того чтобы научить детей правильно строить отношения с другими людьми, проявлять уважение к своим сверстникам, педагог может предложить детям проблемные ситуации, разрешение которых поможет им в овладении определенными коммуникативными навыками, или сюжеты для игр различного содержания.

Данный раздел призван также специально обучить детей позитивным поддерживающим приемам общения со сверстниками.

Необходимо отметить, что представленная на основе трех разделов структура программы рассматривается как примерная и носит рекомендательный характер, т. е. задает только основу планирования педагогического процесса. При более подробном знакомстве с программой можно заметить, что обозначенные три раздела тесно связаны между собой и их содержание постоянно перекликается. Поэтому педагог вправе варьировать программное содержание и его последовательность, при необходимости отступая от предложенной структуры.

Содержание программы ориентировано на эмоциональное благополучие ребёнка – уверенность в себе, чувство защищённости и жизненные успехи. Во многом это зависит от того, как складываются отношения ребёнка с окружающим миром, людьми.

1.6 Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение:

Квалификация педагогических работников, участвующих в реализации данной Программы, должна соответствовать квалификационным характеристикам, установленным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей,

специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования». Педагоги, реализующие данную программу, обязаны систематически повышать свой профессиональный уровень (п.1.7, ст.48 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ)

Материально-технические условия обеспечения программы.

Занятия проводятся в отдельном помещении.

Материально-техническое обеспечение:

- стулья;
- песочные планшеты;
- технические средства обучения: магнитофон, портативная колонка;
- доска;

№ п/п	Тема (раздел)	Формы занятий	Приёмы и методы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1.	«Я и мой мир»	1.Изотерапия. 2.Цветотерапия. 3.Музыкотерапия . 4.Сказкотерапия 5.Песочная терапия. 6.Игротерапия.	1.Беседа. 2.Психогимнастические упражнения. 3.Работа с пособиями. 4.Игротренинг. 5.Релаксационные упражнения. 6.Проигрывание ситуаций. 7.Групповая дискуссия.	1.Занятия проходят в отдельном, специально оборудованном помещении. 2.Литературно-художественные материалы: стихи, загадки, сказки. 3.Фонотека – музыкальные произведения различного жанра: классическая, релаксационная музыка, детские песенки, используемые для фона, сопровождающего творческую деятельность детей и для усиления чувствования в игровой ситуации в соответствии с разработанными темами. 4.Комплекс дидактических, развивающих, психопрофилактических и подвижных игр. 5.Кисти художественные. 6. Подносы деревянные для песка. 7. Песок кварцевый. 8. Магнитофон.	Общий просмотр и обсуждение выполненных работ.
2.	«Эмоции и чувства»				
3.	«Социальные навыки»				

2. Учебный план

Структурной особенностью программы является блочно-тематическое планирование содержания занятий. Основные разделы программы группируются вокруг единой темы. Содержание каждого года основывается на трех тематических блоках.

Учебный план рассматривается на 2 раз в неделю.

№ п/п	Тема (раздел) Основные задачи	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Я и мой мир» - Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций, обсуждению предложенных тем, предоставлению обратной связи, анализу групповых ситуаций, проблем отдельных участников.	2	-	2
2	«Эмоции и чувства» - Создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, безопасности, взаимопомощи, эмоциональной поддержки.	2	-	2
3	«Социальные навыки» - Формирование значимых групповых норм взаимодействия, развитие ценных социальных навыков, улучшение межличностных отношений.	2	-	2
ИТОГО:		6	-	6

2. Общие принципы и содержание программы:

1. Системность: в течение учебного года работа по программе проводится систематически, в определённый день недели. Конкретно запланированная тема может не ограничиваться рамками одного занятия, так как нельзя заранее обозначить всю гамму спонтанно возникающих ситуаций (таких как: дополнительные объяснения, ответы на вопросы, дополнительная игровая ситуация).

2. Преемственность взаимодействия взрослых с ребенком в условиях ГБДОУ и в семье: для эффективной реализации программы родители выступают активными участниками педагогического процесса и познания внутреннего мира своего ребёнка.

3. Это реализуется через беседы со своим ребёнком на конкретно предложенные педагогом темы; через родительские встречи содержательного характера, связанные с тематикой программы, на которых обсуждаются достижения детей; через индивидуальные беседы педагога с родителями, если возникают проблемные ситуации в

воспитании или в семье; через совместную деятельность детей, родителей и педагога по темам программы; через проведение тренингов.

4. Комфортность: создание атмосферы доброжелательности, вера в силы ребёнка, создание для каждого ситуации успеха и эмоциональной вовлечённости в процессе занятий.

5. Личностно ориентированное взаимодействие: создание условий для раскрепощения и раскрытия, стимулирующих творческую активность ребёнка.

6. Вариативность: создание условий для самостоятельного выбора ребёнком материалов, способов работы, и степени активности.

Реализация программного материала рассчитана на 3 года. Планируется проведение одного занятия в неделю с детьми во второй половине дня, и одной встречи в две, три недели с родителями. (Количество встреч с родителями может варьироваться в зависимости от потребности).

Занятия с детьми проводятся с учётом индивидуальных особенностей детей. В занятия включены элементы: изотерапии, цветотерапии, музыкотерапии, сказкотерапии, песочной терапии, игротерапии, что во многом повышает эффективность овладения детьми разными формами и средствами общения, открытого отношения к окружающему миру, выражению активной познавательной позиции, инициативности и независимости в суждениях, для полноценного развития эмоционального интеллекта.

Структура занятия

Этапы работы	Комментарий
Ритуал приветствия.	Позволяет сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
Разминка – воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности.	Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
Основное содержание занятия – совокупность	Техники направлены одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных

психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, игротерапия, сказкотерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций, групповая дискуссия).	навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.
Рефлексия – оценка занятия (беседы).	Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
Ритуал прощания.	По аналогии с ритуалом приветствия.

Введение и “разминка” (5минут)

Этап творческой работы (15минут)

Этап обсуждения (10минут)

*(В зависимости от возраста воспитанников)

Содержание программного материала

Краткое описание направлений.

Изотерапия – одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Щадящая методика такой психотерапевтической практики позволяет успешно использовать изотерапию в работе не только с взрослыми, но и с маленькими детьми.

Цветотерапия – метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния индивида в ходе занятий цветотерапией.

Сказкотерапия - психологическое консультирование с использованием сказок, метод практической психологии. Сказкотерапия разнопланово использует потенциал сказок, открывающий воображение, позволяющий метафорически выразить те или иные жизненные сценарии. В ходе сказкотерапии, сказка может использоваться по-разному.

Например, специалист-психолог предлагает клиенту обсудить трактовки сказки, или придумать сказку самостоятельно, или представить себя одним из персонажей, или инсценировать сказку. Эти и другие методы сказкотерапии выбираются в зависимости от конкретной психотерапевтической ситуации.

Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной музыкотерапии консультируемый получает возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивной – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект. Музыкотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

Игротерапия — вид психотерапии, в которой используется воздействие через игру, чтобы помочь взрослому или ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Календарно-тематическое планирование (3-5 лет)

Месяц	Неделя	Название занятия	Основные задачи работы с детьми
Октябрь	1 Неделя	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Давайте познакомимся!» ▪ «Здравствуй, Песочная страна» 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Определять вместе с детьми их предпочтения в играх и занятиях. ✓ Снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение импульсивности.
	2 Неделя	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Жители Песочной страны» ▪ «Улитка» 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развитие творческого воображения и фантазии.

			✓ Снижение психофизического напряжения.
	3 Неделя	<ul style="list-style-type: none"> ▪ «Художники» ▪ «Макароны» 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развитие творческого воображения и фантазии. ✓ Снижение мышечного и эмоционального напряжения, расслабление мышц плеча и затылка.

Список литературы:

1. Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду», ТЦ «Сфера», М., 2003г.
2. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», Спб, «Речь», 2006г.
3. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Развивающая сказкотерапия для детей», СПб. «Речь», 2006 г.
4. Киселева М. В. «Арт-терапия в работе с детьми»: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006г.
5. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. «Арт - терапия детей и подростков». - М.: Когито - Центр, 2007.
6. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии», Спб, Речь, 2007г.
7. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Планета чудес». Развивающая сказкотерапия для детей. 224 с. обл. Речь, СПб, 2008г.
8. Лебедева Л.Д. «Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, система занятий», Спб, Речь, 2008г.
9. Моница Г.Б., Ларечина Е.В. «Игры для детей от года до трех лет», Спб, «Речь», 2008г.
10. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг», Речь, Спб, 2007 г.
11. Сакович Н.А. «Технология игры в песок – Игры на мосту», Спб, «Речь», 2008г.
12. Штейнхард Л. «Юнгианская песочная психотерапия», Спб, «Питер», 2001г.