

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
городского округа Саранск «Детский сад №82 комбинированного вида»

Принято  
Решением Педагогического  
Совета №6 от 30.08.2022 г.



Утверждаю  
Заведующая  
МА ДОУ «Детский сад №82»  
Е.И. Фадейкина  
Приказ №175 от 30.08.2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
(ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА)**

**«Песочница»**

Возраст детей: 4-5 лет.

Срок реализации: 1 год.

Составитель:  
Вишнякова Наталья Александровна

Саранск 2022-2023г.

## Паспорт программы

Наименование программы	Образовательная программа дополнительного образования «Песочница» (программа дополнительного образования для детей 4 -5 лет, 1 года обучения)
Руководитель программы	Воспитатель: Вишнякова Наталья Александровна,
Организация - исполнитель. Адрес организации – исполнителя Цели программы	МАДОУ «Детский сад №82 комбинированного вида» Г. Саранск, ул. Сущинского д.13 Тел. 56 50 40 Способствовать развитию коммуникативных навыков ребенка с помощью совместной игровой деятельности.
Направленность программы	Художественно-эстетическое, речевое развитие
Срок реализации программы	1 год
Вид программы Уровень реализации программы	Адаптированная Дошкольное образование
Основание для разработки программы	- Федеральный Закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012; №273 ФЗ - Закон «Об образовании», ст.26, п. 1»Обеспечение прав воспитанников на получение дополнительного образования» - Сан ПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г. №26 - Письмо Минобрнауки РФ от 14.03. 2000 №65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» - Устав дошкольного учреждения
Система реализации контроля за исполнением программы	Координацию деятельности по реализации Программы осуществляет администрация образовательного учреждения; практическую работу осуществляет педагогический коллектив.
Ожидаемые конечные результаты освоения программы	Использование светового стола и песка для создания изображений; освоение приёмов создания фона (наброс и насыпание); умение различать приёмы рисования (расчищение, вырезание, линейный, щепотка); умение рисовать картины с использованием различных приемов и рассказывать об их сюжете.

## Содержание

1. Пояснительная записка	2
1.1. Принципы и подходы к формированию программы	4
1.2. Планируемые результаты освоения программы	5
2. Учебно-тематический план (4-5) лет	6
3. Перспективный план	9
Приложение 1	15
Приложение 2	17
Приложение 3	21
Список литературы	25

## 1. Пояснительная записка

**1.1. Актуальность.** Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетным направлением в работе любого дошкольного учреждения.

Немаловажную роль при этом играет эмоционально-личностное благополучие ребенка. Недостаток тепла, ласки, разлад между членами семьи, непонимания со стороны взрослых и сверстников приводит к формированию у ребенка чувства тревожности, незащищенности, неуверенности в себе.

Где же ребенку найти пространство, чтобы выразить все те импульсы и переживания, которые зарождаются внутри, но не имеют выхода наружу?

Такое пространство, в котором дети могут выразить в самой естественной для них форме (игре) свои страхи, желания, обиды, сомнения и злость, волнения и мечты - предоставляет детям волшебница-песочница.

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.

Материал - песок - обладает уникальным свойством заземлять негативные эмоции, которые, словно «уходя сквозь песок», тем самым гармонизируют состояние человека.

Это естественная и доступная каждому ребенку форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи. Он проигрывает тревожащие его ситуации, создает картину собственного мира из песка, освобождается от напряжения. Он приобретает опыт положительного разрешения жизненных ситуаций. И наступает момент, когда я могу заметить в поведении ребенка изменения. Он начинает применять в реальности свой «песочный» опыт. Повышается мотивация ребенка узнавать новое, экспериментировать и работать самостоятельно.

Концептуальные подходы к содержанию программы песочной терапии 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.

**Новизна программы.** Новизна данной программы заключается в использовании художественного творчества как способа психологической работы с детьми.

**Цель.** Способствовать развитию коммуникативных навыков ребенка с помощью совместной игровой деятельности.

**Задачи программы.**

## Обучающие:

- обучать ребенка положительному самоотношению и принятию других людей;
- учить выражать свою любовь;
- обучать рефлексивным умениям.
- учить выстраивать композиции на песке.
- закреплять представление об окружающем мире.
- овладеть техникой песочного рисования.
- обучать основам цвето- и свето-видения.
- знакомить с принципами анимации.

## Развивающие:

- развивать фантазию, воображение, рисование по памяти.
- развивать тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику.
- развивать у детей интеллектуальные способности.
- развивать творческие способности учащихся.
- развивать познавательные и психические процессы: восприятие, память, внимание, воображение.
- развитие сенсорно-перцептивной сферы творческого потенциала ребенка.
- развитие коммуникативных навыков, установки на положительное отношение к себе.
- развитие наглядно-образного, творческого и критического мышления.
- выработать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения.

## Воспитательные:

- воспитывать эмоционально-положительное состояние на занятиях с песком, снижение психофизического напряжения,
- воспитывать актуализацию эмоций через закрепление положительного психологического состояния ребенка.
- воспитывать нравственные качества по отношению к другим, совершенствовать навыки позитивной коммуникации, внимательное отношение к коллективу.
- воспитывать желание заниматься самообразованием, работать над собой, быть целеустремленным.
- воспитывать эстетический и художественный вкус.
- корректировать нежелательные черты характера и поведения.

### **1.1. Принципы и подходы к формированию программы**

**Системность:** в течение учебного года работа по программе проводится систематически, в определённый день недели.

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

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

**Единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач:** формирование таких знаний, умений и навыков, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.

**Построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми:** максимальное использование потенциала игры как ведущего вида деятельности ребенка-дошкольника.

## **1.2. Планируемые результаты освоения программы.**

- использование светового стола и песка для создания изображений;
- освоение приёмов создания фона (наброс и насыпание);
- умение различать приёмы рисования (расчищение, вырезание, линейный, щепотка);
- умение рисовать картины с использованием различных приемов и рассказывать об их сюжете.

В конце учебного года, дети смогут создать итоговую историю, серию работ по заданной теме (с обязательным использованием предложенных приёмов), смогут повторить предложенный рисунок (использовать те же приёмы рисования, что использованы на рисунке).

## Учебно-тематический план (4-5 лет)

№ п/п	Наименование образовательных модулей, тем, разделов	Кол-во занятий	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
<b>Октябрь</b>					
1	Приветствие «Ладочки» Игра «Интервью» Упражнение «Здравствуй, песок»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Чуткие руки» Упражнение «Песочный ветер» Игра «Дракон кусает свой хвост»	1	20 мин	5 мин	15 мин
3	Приветствие «Снежный ком» Упражнение «Песочный дождь» Игра «Репка»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Радость» Упражнение «Дорожки из песка» Игра «Представь себя»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Ноябрь</b>					
1	Приветствие «Радость» Упражнение «Узоры на песке» Игра «Сочинение сказки»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Ладочки» Упражнение «Мир из песка» Игра «Взаимоотношения»	1	20 мин	5 мин	15 мин
3	Приветствие «Чуткие руки» Упражнение «Путешествие по песочной стране» Игра «Доброе животное»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Злость» Упражнение «Дорожка из песка» Игра «Вернись в круг»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Декабрь</b>					
1	Приветствие «Снежный ком» Упражнение «Секреты сухого и мокрого песка» Игра «Тух-тух»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Чуткие руки» Упражнение «Мы строим, строим» Игра «Зайчики»	1	20 мин	5 мин	15 мин
3	Приветствие «Радуга» Упражнение «Забавные отпечатки» Игра «Попроси игрушку»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Радость» Упражнение «Песочное царство» Игра «Два барана»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Январь</b>					
1	Приветствие «Радуга» Упражнение «Печём куличики» Игра «Ласковое имя»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Снежный ком» Упражнение «По тропинкам, по дорожкам» Игра «Бутон»	1	20 мин	5 мин	15 мин

3	Приветствие «Солнечные лучики» Упражнение «Угадай, что спрятано в песке» Игра «Кого не стало»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Февраль</b>					
1	Приветствие «Радуга» Упражнение «Город фантазий» Игра «Дождь»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Радость» Упражнение «Звери на дорожках» Игра «Найди себе пару»	1	20 мин	5 мин	15 мин
3	Приветствие «Солнечные лучики» Упражнение «Волшебный клад» Игра «Солнышко и тучка»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Злюка» Упражнение «Цветы- ладошки» Игра «Бутон»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Март</b>					
1	Приветствие «Снежный ком» Упражнение «Мы едем в гости» Игра «Найди себе пару»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Солнечные лучики» Упражнение «Песочные прятки» Игра «Дождь»	1	20 мин	5 мин	15 мин
3	Приветствие «Злюка» Упражнение «Волшебный клад» Игра «Солнышко и тучка»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Радость» Упражнение «Игра с игрушками» Игра «Дружная семья»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Апрель</b>					
1	Приветствие «Чуткие руки» Упражнение «Мы строим, строим» Игра «Зайчики»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Снежный ком» Упражнение «Рыбки» Игра «Сказка Репка»	1	20 мин	5 мин	15 мин
3	Приветствие «Радуга» Упражнение «Печём куличики» Игра «Ласковое имя»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Солнечные лучики» Упражнение «Угадай, что спрятано в песке?» Игра «Кого не стало»	1	20 мин	5 мин	15 мин
<b>Май</b>					
1	Приветствие «Радость» Упражнение «Узоры на песке» Игра «Сочинение сказки»	1	20 мин	5 мин	15 мин
2	Приветствие «Солнечные лучики» Упражнение «Мы едем в гости» Игра «Бутон»	1	20 мин	5 мин	15 мин



3	Приветствие «Ладшки» Упражнение «Мир из песка» Игра «Взаимоотношения»	1	20 мин	5 мин	15 мин
4	Приветствие «Радуга» Упражнение «Город фантазий» Игра «Дождь»	1	20 мин	5 мин	15 мин
		31	10ч20мин	2ч 35мин	7ч45мин

### **Организационные условия реализации программы**

Занятия проводятся 1 раз в неделю в течении 1 года – 31 занятие продолжительностью 20 минут .

### **Ожидаемые результаты.**

1. Положительная динамика состояния эмоционального благополучия детей: - коммуникативны,  
- отсутствие чувства тревожности, незащищенности, конфликтности.
2. Развитие творческих способностей.
3. Создание благоприятного психологического климата.

## Перспективный план (4-5 лет)

Месяц	№ занятия	Тема	Программное содержание
Октябрь	1	Знакомство детей с правилами поведения в песочнице. Знакомство с песком, его свойствами. Приветствие «Ладшки», упражнение «Здравствуй, песок», игра «Интервью».	Знакомить детей с песком, его свойствами. Развивать навыки общения, сплочённость детей.
	2	Приветствие «Чуткие руки». Упражнение «Песочный ветер», игра «Дракон кусает свой хвост»	Учить управлять вдохом и выдохом. Развивать доброжелательность. Учить детей снимать напряжённость, учить общаться.
	3	Приветствие «Снежный ком». Упражнение «Песочный дождь», игра «Сказка Репка».	Учить детей говорить приятное друг другу, регулировать мышечное напряжение, расслабление. Учить детей снимать внутреннее напряжение.
	4	Приветствие «Радость». Упражнение «Дорожки из песка». Игра «Представь себя»	Учить детей делать дорожки из песка и использовать их в игровой деятельности. Развивать наблюдательность, создать позитивное настроение.
Ноябрь	1	Приветствие «Радость». Упражнение «Узоры на песке». Игра «Сочинение сказки».	Учить детей рисовать своё настроение на песке, развивать воображение, наблюдательность, умение выражать своё эмоциональное состояние.

	2	Приветствие «Ладочки». Упражнение «Мир из песка». Игра «Взаимоотношения»	Развивать воображение детей, познать внутренний мир ребёнка, развивать тактильную стимуляцию. Формировать позитивные и моральные представления об отношениях.
	3	Приветствие «Чуткие руки». Упражнение «путешествие по песочной стране». Игра «Доброе животное»	Развивать доброжелательность детей, тактильные ощущения, умение действовать по инструкции. Помочь истратить накопившуюся энергию во время занятия.
	4	Приветствие «Злость». Упражнение «Дорожка из песка» Игра «Вернись в круг».	Учить корректировать свою агрессию. Развивать тактильные ощущения, учить выстраивать композиции на песке. Учить детей снимать эмоциональное напряжение.
Декабрь	1	Приветствие «Снежный ком». Упражнение «Секреты сухого и мокрого песка». Игра «Тух-тух»	Учить детей говорить приятно друг другу. Знакомить со свойствами песка, учить сравнивать, развивать моторику рук. Учить детей снимать негативное настроение, развивать речь.
	2	Приветствие «Чуткие руки». Упражнение «Мы строим, строим». Игра «Зайчики»	Развивать доброжелательность детей, продолжать учить строить из песка, развивать речь, воображение. Учить детей задерживать внимание на разнообразных мышечных ощущениях.
	3	Приветствие «Радуга». Упражнение «Забавные отпечатки». Игра «Попроси игрушку»	Учить детей устанавливать тактильный контакт. Развивать представления об изменчивости формы песка, развивать воображение, внимание, мелкую моторику. Учить детей эффективным способам общения.

	4	Приветствие «Радость». Упражнение «Песочное царство». Игра «Два барана»	Развивать наблюдательность детей, мелкую моторику рук, внимание. Учить снимать напряжение, злость.
Январь	1	Приветствие «Радуга». Упражнение «Печём куличики». Игра «Ласковое имя»	Продолжать учить детей быть внимательными к друг к другу, развивать творчество, фантазию. Учить детей создавать позитивное настроение, умение замечать положительные качества в людях.
	2	Приветствие «Снежный ком». Упражнение «По тропинкам по дорожкам». Игра «Бутон»	Учить детей говорить приятно друг другу. Развивать тактильное и зрительное восприятие. Учить создавать позитивное настроение.
	3	Приветствие «Солнечные лучики». Упражнение «Угадай, что спрятано в песке?». Игра «Кого не стало»	Развивать доброжелательность детей, Развивать умение представлять предметы по их словесному описанию. Развивать наблюдательность.
	4	Приветствие «Злюка». Упражнение «Песочная аппликация». Игра «Волшебный сон»	Продолжать учить детей быть внимательными к друг к другу, развивать творчество, фантазию, внимание, речь, мелку моторику рук. Учить снимать психомышечное напряжение.
Февраль	1	Приветствие «Радуга». Упражнение «Город фантазий». Игра «Дождь»	Учить устанавливать тактильный контакт , развивать творчество, фантазию, внимание, речь, мелку моторику рук. Развивать выдержку, коммуникативные навыки.

	2	Приветствие «Радость». Упражнение «Звери на дорожках». Игра «Найди себе пару»	Развивать наблюдательность детей. Учить пользоваться моделями, использовать их на песке. Учить детей развивать самосознание.
	3	Приветствие «Солнечные лучики». Упражнение «Волшебный клад». Игра «Солнышко и тучка».	Развивать доброжелательность детей. Упражнять в ориентировке на «песочном листке». Развивать психомышечную тренировку.
	4	Приветствие «Злюка». Упражнение «Цветы-ладошки». Игра «Бутон»	Продолжать учить детей быть внимательными к друг к другу. Развивать тактильное и зрительное восприятие. Учить создавать позитивное настроение.
Март	1	Приветствие «Снежный ком». Упражнение «Мы едем в гости». Игра «Найди себе пару»	Учить детей говорить приятно друг другу. Развивать пространственные представления, ориентировка на «песочном листе». Учить детей развивать самосознание.
	2	Приветствие «Солнечные лучики». Упражнение «Песочные прятки». Игра «Дождь»	Развивать доброжелательность детей. Развивать воображение, внимание. Развивать выдержку, коммуникативные навыки.
	3	Приветствие «Злюка». Упражнение «Волшебный клад». Игра «Солнышко и тучка».	Продолжать учить детей быть внимательными к друг к другу. Развивать пространственные представления, ориентировка на «песочном листе». Развивать психомышечную тренировку.

	4	Приветствие «Радость». Упражнение «Игра с игрушками». Игра «Дружная семья»	Развивать наблюдательность детей. Развивать воображение, логическое мышление, фантазию. Развивать эмоционально-выразительные движения рук.
Апрель	1	Приветствие «Чуткие руки». Упражнение «Мы строим, строим». Игра «Зайчики»	Развивать доброжелательность детей, продолжать учить строить из песка, развивать речь, воображение. Учить детей задерживать внимание на разнообразных мышечных ощущениях.
	2	Приветствие «Снежный ком». Упражнение «Песочный дождь». Игра «Сказка Репка».	Учить детей говорить приятно друг другу. Учить регулировать мышечное напряжение, расслабления. Учить детей снимать внутреннее напряжение. Поднять настроение детей.
	3	Приветствие «Радуга». Упражнение «Печём куличики». Игра «Ласковое слово».	Учить устанавливать тактильный контакт, развивать творчество, фантазию, внимание, речь, мелкую моторику рук. Развивать чувство доверия друг к другу.
	4	Приветствие «Солнечные лучики». Упражнение «Угадай, что спрятано в песке?». Игра «Кого не стало».	Развивать доброжелательность детей. Развивать умение представлять предметы по их словесному описанию. Развивать наблюдательность детей.
Май	1	Приветствие «Радость». Упражнение «Узоры на песке». Игра «Сочинение сказки».	Развивать наблюдательность детей. Развивать умение детей рисовать своё настроение на песке, воображение. Развивать умение выразить своё эмоциональное состояние.

	2	Приветствие «Солнечные лучики». Упражнение «Мы едем в гости». Игра «Бутон».	Развивать доброжелательность детей. Развивать тактильное и зрительное восприятие. Учить создавать позитивное настроение.
	3	Приветствие «Ладочки». Упражнение «Мир из песка». Игра «Взаимоотношения».	Развивать воображение детей, познать внутренний мир ребёнка, развивать тактильную стимуляцию. Формировать позитивные и моральные представления об отношениях.
	4	Приветствие «Радуга». Упражнение «Город фантазий». Игра «Дождь».	Учить устанавливать тактильный контакт, развивать творчество, фантазию, внимание, речь, мелкую моторику рук. Развивать выдержку, коммуникативные навыки.

## **Ритуалы приветствия:**

### **Приветствие «Снежный ком»**

Цель: формирование желания сказать приятное товарищу.

Ведущий показывает детям снежок, который поможет им найти ласковое имя для своего соседа. Дети передают снежок по кругу и называют друг друга ласковыми именами.

### **Приветствие «Солнечные лучики»**

Цель: сплочение группы.

Ведущий и дети протягивают вперед руки и соединяют их вместе, как лучи солнца. Ведущий предлагает детям почувствовать себя теплым солнечным лучом, поделиться теплом с друзьями.

### **Приветствие «Ладочки»**

Цель: развитие групповой сплоченности.

Дети садятся в круг на стульчики. Ведущий предлагает им поздороваться друг с другом с помощью ладошек, здороваться со своим соседом, ласково поглаживая его ладони, демонстрируя детям, как можно это сделать.

### **Приветствие «Чуткие руки»**

Цель: сплочение группы.

Дети становятся в круг, говорят слова, и крепко держатся за руки.

А теперь почувствуйте тепло рук ваших соседей.

### **Приветствие «Злюка»**

Цель: сплочение группы, навыков сплочения.

Дети становятся в круг, выбирают ведущего, он изображает злость, дети называют прилагательные к слову злость.

### **Приветствие «Радуга»**

Цель: снятие психомышечного напряжения, развитие воображения.

Дети располагаются на коврик, звучит тихая, спокойная музыка. Дышите легко и спокойно. Сейчас мы попробуем представить радугу, увидеть ее цвета.



## **Приветствие «Радость»**

Цель: развитие групповой сплоченности, наблюдательности, снятие мышечного напряжения.

Дети выбирают средство для рисования (карандаши, мелки, фломастеры, краски, ручки гелевые) и устроившись поудобнее начинают рисовать свое настроение.

**Игры на коммуникацию:  
«Интервью»**

Цель: развитие навыков общения детей.

Ведущий, по очереди подходя к каждому ребенку, представляется журналистом и просит его сказать несколько слов о себе. Берется интервью по очереди у каждого из присутствующих, также могут задавать вопросы и все остальные дети.

**«Дракон кусает свой хвост»**

Цель: учить детей снимать напряженность, учить общаться.

Дети встают друг за другом и крепко держат друг друга за плечи. Первый человек – «голова дракона», последний – «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается от нее. Ведущий должен следить за тем, чтобы участники не отпускали друг друга.

**«Подари улыбку»**

Цель: учить ребенка справляться с грустью.

Участники становятся в круг, берутся за руки за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза. Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

**«Ласковое имя»**

Цель: развивать чувства доверия друг к другу.

Каждый из участников по очереди становится в круг и протягивает руки ладонями вверх тому, с кого бы он хотел начать движение по кругу. Все по одному называют варианты (ласкательные) имени участника, стоящего в центре круга, и как бы «дарят» их. Важно при этом прикоснуться к ладоням и посмотреть в глаза, поблагодарить за «подарок».

**«Обзывалки»**

Цель: учить детей выплескивать свой гнев, развивать дружеские отношения.

Скажите детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться). Это могут быть названия овощей,

фруктов, грибов или мебели. Каждое обращение должно начинаться со слов : « А ты, ....., морковка!». Помните , что это игра, поэтому обижаться друг на друга не надо.

### **«Доброе животное»**

Цель: помочь детям истратить накопившуюся негативную энергию.

Ведущий тихим и спокойным голосом говорит: « Встаньте , пожалуйста , в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох – два шага назад.

### **«Тух, тух»**

Цель: учить детей снимать мышечное напряжение.

В этой игре заложен комический парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух, тух!» сердито. Через некоторое время они могут не смеяться.

### **«Зайчики»**

Цель: учить детей задерживать внимание ребенка на разнообразных мышечных ощущениях.

Взрослый просит детей представить себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий – силу, темп, резкость – и направляет внимание детей на осознание и сравнение возникающих мышечных и эмоциональных ощущений.

### **«Два барана»**

Цель: учить снимать напряжение, злость.

Ведущий разбивает детей на пары и читает текст: « Рано –рано , два барана , повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше.

### **«Найди себе пару»**

Цель: учить детей развивать самосознание.

Ведущий создает карточки, на которых нарисованы животные. Карточку должен видеть только тот, кто получил данную карточку. Задача каждого –

найти свою пару. После того как участники найдут свои пары, необходимо оставаться рядом и не переговариваться.

### **«Комплимент»**

Цель: учить детей создавать позитивное настроение.

Предварительная беседа с помощью вопроса : «Что такое комплимент»

Участники образуют круг, берутся за руки. Каждый участник говорит комплимент по кругу.

### **«Бутон»**

Цель: учить создавать позитивное настроение детей.

Дети садятся на пол и берутся за руки. Необходимо встать плавно, одновременно, не опуская рук. После чего «цветок» начинает распускаться (отклоняться назад, крепко держа друг друга за руки) и качаться на ветру.

### **Игры с использованием песка:**

#### **«Песочный дождик»**

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь. Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой – либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются.

#### **«Узоры на песке»**

Цель: закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.

Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры. Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу, либо продолжить узор взрослого.

#### **«Мы создаем мир»**

Цель: развитие и расширение ребенка об окружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека

Взрослый показывает способы построения в песочнице разнообразных живых и неживых сообществ город, деревня, лес, река, озеро, остров, а затем в игровой форме побуждает ребенка строить самостоятельно и по инструкции разнообразные природные и рукотворные сообщества.

#### **«Мы едем в гости»**

Цель: развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листке».

Взрослый в игровой форме знакомит ребенка с пространственными представлениями «верх – низ», «право – лево», «над – под», «из-за – из-под», «центр – угол». Ребенок по словесной инструкции взрослого пальчиками «ходит», «прыгает», «ползает» по песку, изображая различных персонажей.

#### **«Секретные задания кротов»**

Цель: развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса.

Предварительно необходимо познакомить ребенка с животными, обитающими под землей. Взрослый погружает руку под песок, шевеля

пальцами под песком. Тоже самое делает и ребенок, можно дуть на песок, использовать перышки, палочки, кисточки.

### **«Отпечатки»**

Цель: развитие мелкой моторики рук.

Отпечатки, как барельефные, так и горельефные, на мокром песке можно делить с помощью формочек. Используем формочки, изображающие животных, транспорт, различные по величине.

### **«Кто к нам приходил»**

Цель: развитие зрительного и тактильного восприятия.

Ребенок отворачивается, взрослый изготавливает с помощью формочек отпечатки, ребенок отгадывает, потом они меняются местами.

### **«Песочные строители»**

Цель: развитие пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти.

Дети строят песочные домики по памяти, если ребенок не справляется, то ребенку дается инструкция, если ребенок не справляется и по инструкции, то взрослый должен ему помочь.

### **«Песочный круг»**

Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, бусинками, монетами. Ребенок может дать название своему песочному кругу.

### **«Победитель злости»**

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки. Ребенок по примеру взрослого делает из мокрого песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот. Данный процесс временно переключает ребенка, а также ребенок переносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за «плохое поведение, мысли, чувства».

### **«Песочный детский сад»**

В игре обыгрывается целый день в детском саду, с соблюдением последовательностей выполнения основных режимных моментов, а также все доступные ребенку навыки самообслуживания.

## Список литературы:

- М.Н. Заостровцева «Агрессивное поведение. Коррекция поведения дошкольников»  
Журнал «Дошкольник» 2011 № 7
- Журналы «Дошкольная педагогика» 2008г. №3, 5, 2011 г. №4,5.
- Н.В. Микляева «Авторские методики и программы ДОУ: технология разработка и описания»
- С. Д. Сажина « Составление рабочих учебных программ для ДОУ»
- Кузуб Н.В., Осипчук Э.И. «В гостях у песочной Феи» М.: Сфера,2011
- Грабенко Т.М.,Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия».  
СПб.:Институт социальной педагогики и психологии»,1998
- Грабенко Т.М.,Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии».СПб.:Речь,2005
- Грабенко Т.М. ,Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.,Фролов Д.А. «Волшебная страна вокруг нас. Тренинг по сказкотерапии» М.:Речь,2005
- Сапожникова О.Б.,Гарнова Е.В. «Песочная терапия в развитии дошкольников»-  
М.:Сфера,2014
- Зеленцова-Пешкова Н.В. «Элементы песочной терапии в развитии детей раннего возраста» Санкт-Петербург, Детство-Пресс,2015.