

ПРИНЯТА:
на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад №182»
протокол № 1 от 28.08.2018

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №182»

[Подпись]
Н.М. Редкус

Приказ № 26 от 28.08.2018



**План
индивидуальной работы
с воспитанниками по развитию познавательных процессов
с использованием песочной терапии
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад №182» общеразвивающего вида**

Составитель:
Т.В. Шуменко,
педагог – психолог

Барнаул

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3
2	Цель и задачи	3
3	Содержание работы	3
4	Материально – техническое обеспечение	4
5	План индивидуальных занятий	5
6	Содержание индивидуальных занятий	6
7	Список литературы	9

Пояснительная записка

План индивидуальной работы с воспитанниками по развитию познавательных процессов с использованием песочной терапии муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №182» общеразвивающего вида (далее - ДООУ) разработан как 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. Рисуя 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 сознании каждый встречающийся предмет образует некие связи. У детей снимаем внутреннее напряжение, повышаем уверенность в себе, раскрываем новые пути развития. Так, прикасаясь к песку, 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

Цель: 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.

Содержание работы:

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 среднего и старшего дошкольного возраста. 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

Материально – техническое обеспечение:

- песочный стол,
- магнитофон, аудиокассеты, диски,
- методические материалы для игр и упражнений (рисунки, фотографии, схемы и др.),
- мелкие игрушки.

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	Развитие пространственно - временного представления, воображения	«Времена года»
13	Развитие произвольности, умения соблюдать правила	«Выйди из лабиринта»
14	Рефлексивная часть	«Мой песочный мир»

Содержание индивидуальных занятий

Занятие 1.

Знакомство с песочницей:

Проговаривание ощущений, возникающих в ходе манипуляций с песком. Создание композиции из песка. Обсуждение.

Занятие 2.

Развитие тактильных ощущений, увеличение словарного запаса в ходе обобщения чувственного опыта. «Мой песочный мир». Ребенок сам создает картину из песка и воды, при этом с помощью наводящих вопросов проговаривает свои ощущения.

Занятие 3.

Развитие самосознания, снижение уровня тревожности, агрессивности, эмоциональной саморегуляции, игровой деятельности. «Моя сказка». Педагог просит по-разному «поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка. Ребенок описывает и сравнивает свои ощущения: «тепло — холодно», «приятно — неприятно», «колючее, шершавое» и т.д. Учить детей с помощью пальчиков изображать на песке различное настроение.

Занятие 4

Развитие умения пользоваться ресурсными состояниями; снятие напряжения, установление психологического комфорта, положительного эмоционального состояния. «Страна наших чувств» Взрослый предлагает ребенку на мокрой и ровной поверхности песка нарисовать свой страх. Затем поливать рисунок до тех пор, пока нарисованное не исчезнет (не «смоется») и вновь - чистая, ровная поверхность, страх исчез. На том месте, где был нарисован страх, ребенок создает «веселую картинку» из материала и фигурок, которые выбрал.

Взрослый просит ребенка вылепить из песка своего обидчика, а затем разрушить фигурку и залить водой. Затем взять выбранную фигурку обидчика и закопать в песок (но мы закапываем не обидчика, а свой гнев и озлобленность на него). Все - негативных эмоций и переживаний нет, а значит "обидчик" больше не обидит. В конце работы ребенок выравнивает поверхность песочницы.

Занятие 5

Ознакомление с окружающим миром, развитие мышления, речи, моторики. «Во саду ли, в огороде» По взмаху волшебной палочки одна песочница превращается во фруктовый сад, другая — в огород. Ребенку предлагается посадить сад и огород. После выполнения задания дети рассказывают, что где растет. Взрослый просит ребенка описать овощи и фрукты по форме, цвету, вкусу.

Занятие 6

Развитие внимания, зрительной памяти. «Что изменилось?» В песочнице выкладываются фигурки в определенном порядке. Дается время на запоминание фигурок. Ребенок выходит из кабинета или отворачивается, меняется расположение сначала одной фигурки, если у ребенка не вызывает сложности обнаружить изменения, меняется расположение большего числа фигурок. В конце занятия дается задание вспомнить, как располагались фигурки в самом начале.

Занятие 7

Развитие произвольности. «Меняем местами» Дается задание внимательно посмотреть на фигурки, выложенные в ряд. Потом инструкция: «Поменяй местами носорога и лису, убери собаку, а на ее место поставь обезьяну». Так можно играть, постепенно усложняя правила. Потом психолог меняется местами с ребенком, и выполняет его инструкции. В конце занятия обсуждается, в какой роли было интереснее находиться.

Занятие 8

Развитие воображения, мышления. «Я создаю мир». На этом занятии без помощи взрослого ребенок сам создает мир в песке, населяет его героями, рассказывает об их жизни, о характерах.

Занятие 9

Развитие воображения, мышления. Эмоциональная разрядка. «Однажды...» Инструкция: «В созданном на прошлом занятии мире (картина не разбирается) что-то произошло». Начинается работа со слов «однажды..». Дальше ребенок сам придумывает выход из ситуации, им же придуманной. При необходимости можно задавать наводящие вопросы, предлагать вводить персонажи. В ходе обсуждения обязательно выясняется, какие качества характера были необходимы героям, чтобы выйти из положения.

Занятие 10

Развитие восприятия длительности временного интервала. «Минута» Ребенку показываются песочные часы или часы с секундной стрелкой. После того как он проследит за движением и определит, что такое минута, попросить его отвернуться и просидеть минуту. Когда, по его мнению, пройдет минута, он должен об этом сообщить. Далее предлагается за минуту проделать задания, например:

- вырезать из бумаги полосу,
- соорудить в песке горку,
- принести со стола фигурку и расположить в песочнице и т.д.

Упражнение можно повторять и на последующих занятиях, чтобы сформировать и закрепить восприятие длительности временного интервала.

Занятие 11

Развитие представления о частях суток, внимания. «Кто самый ранний?» Дается задание подобрать фигурки и расположить их в песочнице по принципу, «кто раньше всех встает». Утро может символизировать петух или корова, день - собака, вечер-кошка, ночь- сова или другие. По ходу деятельности ведется обсуждение:

- как расположено солнце в разное время суток?
- какие еще признаки времени суток мы знаем?
- какая история случилась с нашими персонажами?
- что произойдет, если перепутать время суток?

Занятие 12,13,14,15

Развитие пространственно- временного представления, воображения. «Времена года». На каждом из занятий дается задание создать в песке картину одного из времен года. Например, «зима». Для создания картины можно использовать различные материалы. В ходе работы обсуждаются вопросы, касающиеся представления об этом времени года, например:

- какие основные признаки зимы?
- какие месяцы зимние?
- в каких странах зимой особенно холодно, в каких тепло?
- всегда ли зимой идет снег?
- какая история могла произойти у нас в песочнице в это время года? И т. д.

Занятие 16

Развитие произвольности, умения соблюдать правила. «Выйди из лабиринта» На песке чертится лабиринт, в центре кладется фигурка. Задача заключается в том, чтобы как можно быстрее вывести фигурку из лабиринта, соблюдая при этом правила:

1. не отрывать фигурку от песка
2. сразу начинать движение, не пытаясь заранее просмотреть путь следования.
3. не разрушать стенки лабиринта,
4. не поворачивать назад.

Время выхода- 1 минута, для тренировки можно придумывать каждый раз более сложные варианты.

Ребенок может сам придумать лабиринт.

Дополнить занятие можно упражнением «минутка».

Занятие 17

Рефлексивная часть. «Мой песочный мир» Задание состоит в том, что ребенку предлагается вспомнить, чем мы занимались на занятиях, рассказать о том, что ему понравилось, что было сложно, и затем перенести свои впечатления на песочную картину, создав свой песочный мир, из любых фигурок, лабиринтов, времен года, или чего-то еще.

Список литературы:

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.
4. 150 тестов, игр, упражнений для подготовки детей к школе.-М.: ООО «Издательство Астрель»,2004.-126с.