

Государственное казенное учреждение психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи «Осташковский детский центр»

Принято
Советом педагогов
Протокол №3
От «28» августа 2026г.

«Утверждено»
Директор



Чугунова Л. С.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Песочная фантазия»**

Срок реализации программы: 2026-2027 учебный год

Составитель: педагог-психолог
Плешкова О.А.

Осташков
2026г.

Содержание

I. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка.....	1
1.2. Цели и задачи.....	5
1.3. Методы и приемы песочной терапии.....	6
1.4 Ожидаемые результаты освоения программы.....	7
II. Содержательный раздел	
2.1. Организация психолого-педагогической работы.....	7
2.2. Тематическое планирование	8
III. Организационный раздел	
3.1. Материально – техническое оснащение программы.....	14
3.2. Методическая литература.....	14
Список литературы.....	16
Приложение 1.....	17
Приложение 2.....	18

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

С самого детства игры с песком становятся одними из самых любимых практически для всех детей. Что может быть естественнее ребенка, играющего в песочнице? Да и не найдется родителя, который не купил бы своему чаду формочки, ведерки и совочки для песка. Песочница также становится одним из первых мест общения и совместных игр малыша с другими детьми. Взаимодействие с песком, как и всякая игра, способствует моторному и когнитивному развитию ребенка. Игры с песком – это очень приятное и творческое занятие, практически всегда связанное с созиданием чего-то. Арттерапевты обратили внимание на него и выяснили, что игра с песком имеет обширные возможности в области психотерапии. Так появилась песочная терапия.

Песочная терапия – это частный метод арт-терапии (психологии творчества), направленный для оказания психологической / психотерапевтической помощи через взаимодействие с песком. Она может применяться отдельно, сочетаться с другими техниками и направлениями, а также могут использоваться отдельные элементы песочной терапии в психологическом консультировании. Эффективна песочная терапия для детей, подростков и даже взрослых людей. Принцип современной песочной терапии был предложен выдающимся психологом – К.Г. Юнгом, а потому долгое время это направление развивалось в основном благодаря исследованиям и усилиям последователей Юнгианской школы. Песочная терапия для детей позволяет ребенку по-настоящему выразить проблему, которую он в силу своего возраста не способен вербализовать и объяснить. К тому же, взаимодействие с песком само по себе обладает успокаивающим эффектом, способствует оптимизации и стабилизации эмоционального состояния.

Во многих случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия (как, например, при наличии у ребенка эмоциональных и поведенческих нарушений невротического характера). В других

случаях — в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение и т.д. Часто можно использовать песочницу в качестве психопрофилактического, развивающего средства.

Применение песочной терапии наиболее подходит для работы с детьми дошкольного возраста. Особо нуждаются в такой терапии дошкольники с особенностями развития. В качестве ведущих характеристик таких дошкольников выделяют слабую эмоциональную устойчивость, нарушение самоконтроля во всех видах деятельности, агрессивность поведения и ее провоцирующий характер, трудности приспособления к детскому коллективу, суетливость, частую смену настроения, чувство страха, манерничанье, фамиллярность по отношению к взрослому.

Предлагаемая техника может оказаться им весьма полезной. Невербальная экспрессия с использованием разнообразных предметов, песка, воды, а также конструктивных и пластических материалов для них наиболее естественна, что становится особенно значимо при наличии у ребенка определенных речевых нарушений.

Нарушения психического здоровья связаны не только с соматическими заболеваниями, но и с различными неблагоприятными средовыми и стрессовыми факторами, которые непосредственно воздействуют на психику и стимулируются социальными условиями, что подтверждает влияние непосредственного окружения на здоровье ребенка и его эмоциональное благополучие. Возникает потребность в создании и разработке целостного набора средств, приемов и методов, совокупность которых бы способствовала эффективному повышению моторного и когнитивного развития ребенка и содействовала снятию стрессового состояния.

Многолетние наблюдения и опыт педагогов доказывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и взрослых и является прекрасным психопрофилактическим средством.

Игра с песком и игрушками является естественным занятием для ребенка, поэтому выполнение заданий приносит ему помимо новых знаний, еще и удовольствие. А значит, развивается исследовательский интерес, который служит основой для познавательной активности и желания учиться.

К.Д.Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей – куча песка!». Игра ребенка с песком известна с давних времен и представляет собой один из наиболее излюбленных детьми видов творческой активности. Использование методов песочной терапии в работе с детьми является самым доступным и естественным способом развития и самотерапии.

Кроме того, сам материал – песок – обладает уникальным свойством заземлять негативные эмоции, которые, словно «уходя сквозь песок», тем самым гармонизируют состояние человека.

Нормативно правовую основу программы составляют:

1. Конвенция о правах ребенка
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012. №273-ФЗ
3. ФГОС ДО
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями и дополнениями от 5.09.2019 г., 30.09.2020 г.)
5. Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 N ВК-268/07 "О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"
6. СанПины
7. Нормативно-правовые акты Министерства образования Тверской области
8. Устав и локальные акты ГКУ «Осташковский детский центр».
9. Приказ Минпросвещения России от 6 ноября 2024 года №778 «Об утверждении типового порядка организации деятельности по оказанию психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, в том числе

типового порядка деятельности центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи

1.2. Цели и задачи реализации программы

Цель программы: стабилизация психоэмоционального состояния ребенка, развитие тактильных ощущений.

Задачи программы:

- снижение тревожности и психофизического напряжения
- развитие процессов саморегуляции
- развитие сенсорно-перцептивной сферы
- формирование творческого потенциала ребенка
- развитие мелкой моторики рук по средствам работы с песком
- формировать установку на положительное отношение к себе, совместной деятельности с педагогом, своему результату работы
- развитие познавательных процессов (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение, речь)

1. 3. Методы и приемы песочной терапии:

1. Исследовательская, практическая деятельность, включающая в себя работу с раздаточным материалом (совочки, формочки, кисточки), элементы экспериментирования, наблюдения.

2. Игровая деятельность (обыгрывание ситуаций («песочная буря», «проливной дождь», инсценировка, элементы театрализации).

3. Словесные методы – беседы, рассказ педагога, чтение произведений литературы (стихи, сказки), использование фольклорного жанра (потешки, прибаутки).

4. Наглядные методы (показ игрушек, рассматривание картин и иллюстраций, моделирование).

Формы работы:

Игры-забавы

Игры - сказки

Дидактические игры-упражнения

Рисование на песке

Рисование песком

Опыты и эксперименты

1.4. Прогнозируемые результаты:

1. У ребенка снимаются трудности в общении, исчезают страхи и другие расстройства
2. Корректируется поведение (снятие агрессии).
3. Совершенствуется развитие мелкой моторики, познавательных процессов.
4. Ребенок учится исследовать собственные чувства и желания;
5. Ребенок учится справляться с трудными ситуациями при помощи своих внутренних ресурсов;
7. Ребенок расширит свои знания об эмоциях.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Организация психолого-педагогической работы

Основной формой организации является коррекционно - развивающее занятие, которое проводится в увлекательной форме с использованием разнообразных дидактических игр, занимательных упражнений, сменой различных видов деятельности.

Программа предполагает осуществление 38 занятий в год.

Коррекционные занятия проводятся с детьми 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия 20-30 минут.

Форма контроля: диагностика (2 занятия в сентябре (или при первичном поступлении ребенка), 2 занятия в мае). Промежуточная диагностика в ходе занятий.

Срок освоения программы: 1 год.

2.2. Календарно – тематическое планирование

Месяц	Тема занятия	Цель
Сентябрь 1 неделя	Диагностика	Диагностика актуального развития эмоционально-волевой сферы
2 неделя	Диагностика	
3 неделя	Знакомство с сухим песком	Сформировать у детей представления о песке; свойствах, возможностях использования Формировать у детей интерес к работе с песком
4 -5 неделя	Знакомство с сухим песком	Сформировать у детей представления о песке; свойствах, возможностях использования Формировать у детей интерес к работе с песком
Октябрь 1 неделя	Знакомство с заменителями песка	Сформировать у детей представления о (манке, соли); свойствах, возможностях использования Формировать у детей интерес к работе с песком

2 неделя	Знакомство с кинетическим песком	Сформировать у детей представления о (манке, соли); свойствах, возможностях использования
3 неделя	Знакомство с кинетическим песком	Формировать у детей интерес к работе с песком
4 неделя	Узоры на песке	Формирование и развитие тактильной чувствительности, воображения, знаний о сенсорных эталонах. Снижение психофизического напряжения
Ноябрь 1 неделя	Тайные следы и отпечатки	Освоение приёмов получения изображения путем отпечатков различных предметов. Снижение психофизического напряжения
2 неделя	Волшебные превращения	Знакомство с техническими приёмами и способами изображения с использованием песка. Развитие воображения
3 неделя	Ожившие линии	Развитие воображения, зрительного восприятия, мышления, мелкой моторики.
4 неделя	Песочные прятки	Развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия,

		образного мышления, произвольности
Декабрь 1 неделя	Домашние животные	Развитие моторных функций, чувствительности пальцев рук, зрительного внимания
2 неделя	Дикие животные	Освоение способов рисования по песку и песком. Поддержание эмоционального фона ребенка
3 неделя	Сказочные животные	Освоение способов рисования по песку и песком. Поддержание эмоционального фона ребенка
4 неделя	Сказка на песке	Познакомить детей со способами обыгрывания сказок, используя различные предметы (игрушки, бросовый материал и пр.)
5 неделя	Рисуем зимний пейзаж	Освоение способов рисования по песку и песком. Поддержание эмоционального фона ребенка
Январь 1 неделя	Подводное царство	Развитие координации движений кистей рук с речевым сопровождением

2 неделя	Обитатели морей и океанов (промежуточная диагностика)	Формировать зрительно-пространственное восприятие Воспитывать внимание, аккуратность и способность доводить начатое дело до конца.
3 неделя	Песочные строители (промежуточная диагностика)	Развитие мелкой моторики, воображения, мышления по средствам работы с кинетическим песком. Снятие эмоционального напряжения.
Февраль 1 неделя	Знакомство со световым планшетом	Формировать устойчивый интерес к деятельности с песком. Развивать тонкие тактильные ощущения, зрительно - двигательную координацию, умения действовать по показу, образцу, речевой инструкции.
2 неделя	Знакомство со световым планшетом	
3 неделя	Рисую настроение на песке	Знакомство с техническими приёмами и способами изображения по средствам работы с песком. Развитие эмоциональной сферы. Снятие эмоционального напряжения.
4 неделя	Секретики	Развитие тактильной

		чувствительности, расслабление, активизация интереса к работе с песком.
Март 1 неделя	Сказка на песке	Развитие познавательной деятельности, самовыражения, расширение кругозора детей, создание радостного настроения.
2 неделя	В стране песочной графики	Обобщение представлений о песочной графике и способах использования в процессе рисования песочных картин.
3-4 неделя	Я умею рисовать	Развивать у детей творческие способности, активность, самостоятельность и инициативу в ходе работы с песком.
5 неделя	Формирование графомоторных навыков	Учить проводить различные линии по показу, по речевой инструкции до определенной точки в заданном направлении. Развивать зрительно - двигательную координацию. Развивать внимание на выполнение задания.
Апрель 1 неделя	Формирование графомоторных навыков	

2 неделя	Космический пейзаж	Развивать у детей творческие способности, активность, самостоятельность и инициативу в ходе работы с песком.
3 неделя	Опыты и эксперименты с песком и водой	Закрепить знания детей о свойствах сухого песка, его заменителях. Познакомить со свойствами мокрого песка. Продолжать работу по развитию мелкой моторики, тактильно - кинестетической чувствительности.
4 неделя	Опыты и эксперименты с песком и водой	
Май		
1 неделя	Закрепление пройденного материала.	Обобщение и закрепление представлений о песке: его заменителях, свойствах, возможностях применения в детской деятельности. Развитие у детей творческие способности, мелкой моторики, тактильно - кинестетической чувствительности, активность, самостоятельность и инициативу в ходе работы с песком.
2 неделя	Закрепление пройденного материала.	
3 неделя	Диагностика	Диагностика актуального развития эмоционально-волевой сферы
4 неделя	Диагностика	

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально – техническое оснащение программы

- столы детские - 3шт.
- стулья детские -3 шт.
- полки для хранения пособий - 2 шт.
- песочницы (надувные) – 3 шт.
- планшеты с подсветкой – 3 шт.
- песок сухой и его заменители (манка, соль)
- кинетический песок разных цветов
- формочки для лепки, вырезания, отпечатков
- ситечки
- ёмкости разного объёма
- мячи колючие резиновые разных размеров
- мячи колючие металлические разных размеров
- коллекция миниатюрных фигурок и предметов (различные животные, рыбы и подводные обитатели, деревья, овощи, цветы, ракушки, пуговицы, декоративные украшения, «мультикшнные» персонажи, люди и пр.)
- бросовый материал (камушки, веточки)
- кисточки разных размеров и текстур для рисования на песке
- палочки для рисования на песке

3.2. Методическая литература

Методические рекомендации по использованию средств арт – терапии в познавательном и психоэмоциональном развитии дошкольников ООО «ВШДА» 2020

Картотека игр и упражнений по песочной терапии

Электронные ресурсы

Грабенко Т.В., Зинкевич – Евстигнеева Т. Д. чудеса на песке. Песочная игротерапия, - СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998.

Сакович Н.А. технология игры в песок. Игры на мосту- СПб.: Речь, 2006.

Интернет источники

<http://www.sandpictures.ru>

<http://www.mc-art.ru>

Список литературы:

1. Баринова Н. Песок – вода – ладошки. //Ребенок в детском саду. – 2010. - №2. – с. 2
2. Бережная Н. Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей дошкольного возраста. //Дошкольная педагогика. – 2007. - №1. – с. 50
3. Грабенко Т. М. Игры с песком, или песочная терапия. //Дошкольная педагогика. – 2004. - №5. – с. 26
4. Данюкова А. Вы любите проекты? //Обруч. -2001.-№4.-с. 11-13
5. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. – СПб.: «Детство-Пресс», 2010
6. Жителева С. Песочная терапия. //Ребенок в детском саду. – 2006. - №4. – с. 65
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Путь к волшебству» СПб «Речь», 1998
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Чудеса на песке. СПб.: «Речь», 2005
9. Кузуб Н., Осипук Э., В гостях у Песочной Феи. Организация педагогических игр с песком для детей дошкольного возраста// Вестник практической психологии образования - №1/2006
10. Панфилова Н. К логопеду или в песочницу? //Обруч. – 2005. - №5. – с. 39
11. Песочная терапия в коррекции эмоциональной сферы детей. //Дошкольная педагогика. – 2006. - №4. – с. 56
12. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пособие для руководителей и практических работников ДОУ. /Авт. - сост. Л. С. Киселева и др. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с.
13. Санкович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту.- СПб.: Питер, 2001г.
14. Юнг К.Г. Человек и его символы. М.: Серебряные нити, 2002 г.

Приложение 1

**Календарный учебный график программы. «Дополнительная
общеразвивающая программа
«Песочная фантазия»»**

Начало учебного года с 1 сентября, конец учебного года 31 мая.

**Занятия проводятся по пятидневной рабочей недели, кроме выходных и
праздничных дней.**

Месяц	Содержание деятельности	Входная , промежуточная и итоговая диагностика
Сентябрь	Занятия по расписанию: 1-2 недели –обследование детей; 3-4-5 недели – индивидуальные занятия	Входная диагностика
Октябрь	Занятия по расписанию: 4 учебные недели - индивидуальные занятия;	
Ноябрь	Занятия по расписанию: 4 учебные недели - индивидуальные занятия; 3.4 ноября – дополнительный день отдыха (государственный праздник)	
Декабрь	Занятия по расписанию: 5 учебных недель- индивидуальные занятия;	
Январь	Занятия по расписанию: 3 учебные недели- индивидуальные занятия; промежуточная диагностика в процессе коррекционно – развивающих занятий. период каникул с 31.12.2024 по 11.01.2025; дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	Промежуточная диагностика
Февраль	Занятия по расписанию: 4 учебные недели- индивидуальные занятия; 23 февраля – дополнительный день отдыха (государственный праздник)	
Март	Занятия по расписанию:	

	5 учебных недель- индивидуальные занятия; 9 марта - дополнительный день отдыха (государственный праздник)	
Апрель	Занятия по расписанию: 4 учебные недели- индивидуальные занятия; 29,30 апреля; дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	
Май	2 учебные недели - занятия по расписанию: 2 учебные недели – обследование детей; 1.11 мая дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	Итоговая диагностика
Итого учебных недель по программе	38 учебных недель	

Приложение 2

Календарный - учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Песочная фантазия»

	Месяц	Тема образовательной деятельности	Кол - во учебных часов в месяц	Продолжительность образовательной деятельности		
				4-5лет	5-6лет	6-7лет
1	Сентябрь	Диагностика	1	20мин.	25мин.	30мин.
		Диагностика	1			
		Знакомство с сухим песком	2			
	Итого 4 часа					
2	Октябрь	Знакомство с заменителями песка	1	20мин.	25мин.	30мин.
		Знакомство с кинетическим песком Знакомство с кинетическим песком	2			
		Узоры на песке	2			
	Итого 5 часов					
3	Ноябрь	Тайные следы и отпечатки	1			

	Итого 4 часа	Волшебные превращения	1	20мин.	25мин.	30мин.
		Ожившие линии	1			
		Песочные прятки	1			
4	Декабрь	Домашние животные	1	20мин.	25мин.	30мин.
	Итого 5 часов	Дикие животные	1			
		Сказочные животные	1			
		Сказка на песке	1			
		Рисуем зимний пейзаж	1			
5	Январь			20мин.	25мин.	30мин.
		Подводное царство	1			
	Итого 3 часа	Обитатели морей и океанов	1			
		Песочные строители	1			
6	Февраль	Знакомство со световым планшетом		20мин.	25мин.	30мин.
	Итого 4 часа	Знакомство со световым планшетом	2			
		Рисую настроение на песке	1			
		Секретики	1			
7	Март	Сказка на песке	1	20мин.	25мин.	30мин.
		В стране песочной графики	1			
	Итого 4 часа	Я умею рисовать	1			
		Формирование графомоторных навыков	1			
8	Апрель	Формирование графомоторных навыков	1	20мин.	25мин.	30мин.
	Итого 5 часов	Космический пейзаж	1			
		Опыты и эксперименты с песком и водой	2			
		Опыты и эксперименты с песком и водой				
		Кто спрятался в песочнице? (насекомые)	1			
9	Май	Закрепление пройденного материала.	2	20мин.	25мин.	30мин.

	Итого 4 часа	Закрепление пройденного материала. Диагностика Диагностика	2				
--	-----------------	---	---	--	--	--	--