**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №41 комбинированного вида»**

**Совместная образовательная деятельность в части формируемой участниками образовательных отношений.**

**2022 – 2023 учебный год.**

**Тема: «Песочная терапия как средство формирования эмоционального интеллекта у детей с интеллектуальной недостаточностью».**

**«Песочная страна»**

**Педагог-психолог: Жернакова Яна Викторовна**

Г.Каменск-Уральский

2022г.

**Пояснительная записка**

Тема: «Песочная терапия как средство коррекции и развития эмоционально-волевой сферы у детей с нарушением интеллекта»

Цель: развитие эмоционально-волевой сферы, гуманных чувств, осознание нравственных понятий детей с помощью песочной терапии..

Задачи:

* Формировать психологическое здоровье воспитанников;
* Учить детей понимать свое психологическое состояние и контролировать его;
* Привлекать детей к активной продуктивной деятельности, способствующей формированию всех мыслительных процессов;
* Профилактика эмоционального неблагополучия через эмоционально-творческое развитие дошкольников.

Сроки реализации проекта: долгосрочный (сентябрь-май)

Ожидаемые результаты: Ожидаемые результаты различны, в соответствии с индивидуальными особенностями воспитанников. Можно выделить общие ожидаемые результаты:

* Ребенок психологически здоров, уравновешен;
* У ребенка преобладает хорошее настроение, в случае плохого настроения, ребенок контролирует негативные эмоции;
* Ребенок проявляет интерес к продуктивной художественной деятельности с педагогом-психологом.

Совместная деятельность проходит 1 раз в неделю, индивидуально или парами (вторник и среда утром), 20 минут. Длительность коррекционно-развивающих занятий строго индивидуализированы, могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т.п.

Для проведения занятий с использованием песочной игротерапии, в кабинете психолога организована зона. Кабинет предлагает соответствующее оборудование: кочки Совы-няньки для комфорта и снятия напряжения, радиоколонка и флеш-накопитель сдетскими песенками, музыкой для релаксации, звуками природы.

Кабиниет педагога-психолога оборудован:

* Водонепроницаемым деревянным ящиком (песочницей);
* Чистым просеянным песком;
* Кварцевым песком;
* Космическим песком;
* Различными крупами;
* Воздушным пластилином;
* Столиком для игр с песком и водой;
* Коллекцией миниатюрных фигурок, кристаллов, формочек и т д.

Одним эффективных из методов психологической коррекции является игротерапия. Игры оказывают огромное влияние на развитие личности ребенка. Песочная терапия – одна из разновидностей игровой терапии. Метод пескотерапии строится на теории Юнга, о том, что каждый предмет внешнего мира вызывает какой-либо символ в глубине бессознательного. Этот вид терапии психологи используют при коррекции замкнутости, необщительности, фобиях, эмоциональных перегрузках, психотравмах. Психопрофилактический и развивающий аспекты песочной терапии проявляются в постановке сказок, историй в песочнице. Для детей это игровой способ рассказать о своих проблемах, раскрыть свои страхи и избавиться от них, а так же снять эмоциональное напряжение. Ведь игра для ребенка – это необходимая, природная и любимая деятельность.

Игра ребенка, имеющего умственную отсталость, имеет огромное значение, так как является ведущим видом деятельности. Игра с песком – это естественная и доступная для ребенка форма деятельности. Ребенок с интеллектуальной недостаточностью, часто словами не может выразить переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Поигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения.

Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.

Важное значение в работе с песком имеет развитие мелкой моторики у детей. Тактильная форма ощущений у детей с ОВЗ является очень значимой. Это одна из форм познания окружающего мира. Радость и успех необходимы детям-инвалидам гораздо в большей степени, чем другим воспитанникам, поскольку достижения и продвижения даются несравнимо большими усилиями, и поддержать их может только чувство радости и удовлетворения.

Песочная терапия это необычная техника, благодаря которой ребенок, или группа детей строят собственный мир в миниатюре из песка и небольших фигурок. Они с удовольствием используют миниатюрные фигуры людей, животных, деревьев, зданий, автомобилей, мостов. В процессе игры дети могут смешивать песок с водой, формировать холмы, горы, создавать влажные ландшафты. При этом малыши выражают на песке то, что спонтанно возникает в их сознании.

Игра с песком предоставляет детям возможность избавиться от психологических травм с помощью экстериоризации фантазий и формирования ощущения связи контроля над своими внутренними побуждениями. Установление связи с бессознательными побуждениями, особенно с архитипом самости, и их выражение в символической форме в значительной мере облегчает здоровое функционирование психики.

Перспективный план работы на 2022-2023 учебный год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Мероприятие | Содержание деятельности | Оборудование |
| **С воспитанниками** | | | |
| Октябрь  1 неделя | Игры с сухим песком | Цель: снятие эмоционального напряжения. Пересыпание песка из емкостей, свободное рисование на песке, пересыпание песка в кучку. | Песочница, формочки, лопатки, ведерки |
| Октябрь  2 неделя | Игры с мокрым песком | Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения, знакомство со свойствами мокрого песка.  Намочить песок, слепить колобок. Мокрый песок – лепится. Слепить пироженки из формочек, башню, заборчик. | Песочница, формочки, лопатки, ведерки |
| Октябрь  3 неделя | Игры с водой | Цель: расслабление, снятие эмоционального напряжения. Предложить детям наполнить модуль водой, разобрать механизм мельницы, познакомить с работой насоса. С детьми постарше обсудить, какие эмоции они испытывали во время игры с водой. | Модуль «Порт» |
| Октябрь  4 неделя | Игры с кинетическим песком | Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.  Познакомить детей с космическим песком, предложить поиграть с ним. Обратить внимание на то, что песок сухой, но лепится и тянется – это его особенные свойства. Предложить слепить что то по желанию. | Песочница, формочки, лопатки, ведерки |
| Ноябрь  1 неделя | Игры с крупой | Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.  Предложить детям в песочнице с разнообразной крупой найти киндер игрушки. Говорящих детей просить описать эти игрушки. | Песочница, игрушки из киндера |
| Ноябрь  2 неделя | Игры с кинетическим пластилином | Цель: расслабление, регуляция мышечного напряжения. Познакомит детей с кинетическим пластилином, помять его, размять, слепить что то по желанию. | Кинетический пластилин, салфетки |
| Ноябрь  3 неделя | 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 ролями. | Песочница |
| Ноябрь  4 неделя | Песочный ветер | Цель: научить детей управлять вдохом-выдохом. Малыши учатся дышать через трубочку, не затягивая в нее песок. Детям постарше можно предложить сначала сказать приятное пожелание своим друзьям, подарить пожелание песочной стране, «задувая его в песок», можно также выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр можно использовать одноразовые трубочки для коктейля. | Песочница, трубочки для коктейля. |
| Декабрь  1 неделя | Необыкновенные следы | Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.«Идут медвежата» - ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок. «Прыгают зайцы» - кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в [разных направлениях](https://stroj-grad.ru/arch/pokraska-derevyannyh-dverei-poshagovaya-instrukciya-nevskii-stil-sovokupnost/). «Ползут змейки» - ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях). | Песочница |
| Декабрь  2 неделя | Рисование песком на световом столе | Цель: расслабление, регуляция поведения.  Предложить детям нарисовать музыку на световом столе, передавая ее настроение. Обсудить, что они испытывали во время звучания веселой музыки, грустной, злой. | Световая песочница, аудиоподборка |
| Декабрь  3 неделя | Найди игрушку | Цель: регуляция поведения, расслабление. Выстроить несколько кучек песка, предложить найти в одной из них игрушку. Количество кучек песка может увеличиваться. Затем ребенок может прятать игрушку, а педагог искать. | Песочница, киндер игрушки |
| Декабрь 4 неделя | Веселая ферма | Цель: развитие внимания, памяти, мелкой моторики, воображения. Начинаем игру с того, что просим построить в песочнице веселую ферму и поселить на ней только домашних животных. Ребенок должен сам построить песочную композицию и выбрать из предложенных игрушечек только нужные. Далее просим ребенка запомнить всех животных, которых он поселил на ферме. После этого он отворачивается, а вы убираете одну из игрушечек. Когда малыш повернется, он должен найти и назвать, кого не хватает. | Песочница с кинетическим песком, игрушки животных. |
| Декабрь  5 неделя | Рисование на подносе (новогодние фантазии) | Цель: развитие воображения, мелкой моторики. Вспомнить о предстоящем празднике, предложить изобразить свою новогоднюю фантазию (желанный подарок, наряженную елочку, снежинки, деда Мороза и пр). | Поднос, песок, кисть |
| Январь  1 неделя | Метель (на световом столе) | Цель: развитие саморегуляции. Под музыку Вивальди Зима предложить детям нарисовать метель. | Световой стол |
| Январь  2 неделя | Волшебные превращения | Цель развитие воображения, снятие эмоционального напряжения. Предложить детям смешать песок разных цветов, получая удивительные сочетания. | цветной песок, песочница |
| Январь  3 неделя | Послушные руки | Цель: научить детей контролировать свои действия. Предложить ребенку такую игру: обвести на песке силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки - нарисовать им глазки, ротик, раскрасить бусинками, камушками или ракушками пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: “Кто вы, как вас зовут?”, “Что вы любите делать?”, “Чего не любите?”, “Какие вы?”. Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. | Кинетический пластилин, листы бумаги |
| Февраль  1 неделя | Узоры на песке | Цель: закрепление знаний о сенсорных эталонах, закрепление закономерностей. Педагог рисует на мокром песке геометрические фигуры, ребенок повторяет, называет геометрическую фигуру. | Песочница, мокрый песок |
| Февраль  2 неделя | Узоры на песке двумя руками | Цель: развитие межполушарного взаимодействия. Предложить нарисовать солнце, дождик, облачко и тп двумя руками кисточкой на световом столе. | Световой стол, кисточки |
| Февраль  3 неделя | Песочный круг | Цель: снятие эмоционального напряжения Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его [различными предметами](https://stroj-grad.ru/sliding-accordion-and-coupe/shtory-shebbi-shik-vybiraem-shtory-v-stile-shebbi-shik-volshebstvo-i/): камешками, семенами, пуговицами, монетами, бусинами. Ребенок может дать название своему «песочному кругу» | Песочница, камешки, бусинки и тп |
| Февраль  4 неделя | Рисование сказки «Колобок» | Цель: развитие мелкой моторики, гармонизация психоэмоционального состояния. Предложить нарисовать знакомую сказку |  |
| Март  1 неделя | Подарок маме (рисование цветным песком на картоне) | Цель: развитие мелкой моторики, сенсорно-перцептивной сферы. Предложить раскрасить цветов цветным песком с использованием клея, сделать подарок маме на 8 марта | Раскраски цветов, цветной песок, клей, кисти |
| Март  2 неделя | Такие разные настроения | Цель: развитие эмоционально-волевой сферы, саморегуляции. Предложить нарисовать лицо человека когда он радостный, злой, грустный и тп. | Световой стол |
| Март  3 неделя | Кто я? | Цель: развитие воображения, мелкой моторики.Точками изобразите на песке что-нибудь не очень сложное, например грибок или рыбку. Скажите ребенку, что в эти точках кто-то прячется и для того чтобы узнать, кто это, нужно все точки соединить одной линией. | Песочница |
| Март  4 неделя | Волшебное превращение | Цель: знакомство с техническими приемами и способами изображения с использованием песка, развитие воображения. Нарисуйте на песке круг и спросите ребенка, на что он похож, а затем попросите дорисовать картинку, так чтобы стало сразу понятно, что это такое. Круг может превратиться в солнышко, часы, колесо, лицо и др. (аналогично выполняются задания с квадратом, треугольником, овалом). | Песочница |
| Март  5 неделя | Секретики | Цель: развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, воображения. Взрослый показывает способы построения создания в песочнице «секретиков» из кусочков оргстекла (прозрачной пластмассы) и фантиков, камушков, цветов, листьев и так далее в песочнице. Ребенок должен осторожно откопать «секретик», так, чтобы получилось «окошечко» в песке. | Песочница, камушки, фантики, пластмассовые стеклышки |
| Апрель  1 неделя | Отпечатки | Цель: развитие воображения, мелкой моторики, расслабление. Отпечатки, как барельефные, так и горельефные, на мокром песке можно делать с помощью формочек. Используют формочки, изображающие животных, транспорт, различные по величине геометрические фигуры и т. п. Взрослый и ребенок по очереди делают отпечатки на мокром песке. Затем ребенок по словесной инструкции или по нарисованному взрослым плану изготавливает серию отпечатков, комментируя процесс. | Песочница с мокрым песком, формочки, трафареты |
| Апрель  2 неделя | Инсценировка сказки «Заюшкина избушка» | Цель: развитие воображения, фантазии, мелкой моторики. Песочница или поднос с песком используется как основа для кукольного настольного театра, где используются мелкие персонажи-игрушки. Это [удобный способ](https://stroj-grad.ru/tips/teplyi-pol-v-kvartire-ot-goryachei-vody-t-plyi-pol-v-kvartire-kak/) инсценировать сказку, т. к. песок позволяет передать разные ландшафты. Важно предоставить детям возможность самим передвигать фигурки, проговаривать фразы из сказки. | Песочница, кукольный театр к сказке |
| Апрель  3 неделя | Мой любимый сказочный персонаж | Цел: развитие воображения, создание положительного эмоционального фона. Из кинетического пластилина попросит слепить любимого сказочного персонажа. | Кинетический пластилин |
| Апрель  4 неделя | Разучивание стихотворения А.Барто «Кораблик» | Цель: развивать память, внимание.  Играя с модулем «Порт» разучить стихотворение, вспомнить механизм работы мельницы и насоса. | Модуль «Порт» |
| Май  1 неделя | Рисование цветным песком «Мир, труд, май!» | Цель: развитие мелкой моторики, сенсорно-перцептивной сферы. Предложить раскрасить раскраски цветным песком с использованием клея | Цветной песок, клей, раскраски н тему первомая, кисть |
| Май  2 неделя | Сказка в песочнице «Три поросенка» | Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, мелкой моторики. Предложить нарисовать сказку. | Световой стол, аудиозапись сказки |
| Май  3 неделя | Это Я! | Цель: формирование личностной идентификации.  Предложить нарисовать себя, формы и материалы на выбор | Все средства пескотерапии |
| **С родителями** | | | |
| Октябрь | Анкетирование | «Песочная терапия» |  |
| Ноябрь | Консультация | Песочная терапия как средство коррекции и развития эмоционально-волевой сферы у детей с нарушениями интеллекта | Размещение на стенде в приемной |
| Декабрь | Мастер-класс, организация клуба «Вместе с мамой» | Песочная терапия на занятиях с детским психологом, предложить родителям организовать детско-родительский клуб, где они с детьми могли бы посещать занятия педагога-психолога по песочной терапии | Размещение на сайте ДОУ, в родительской группе |
| Январь | «Вместе с мамой» | Родители, по предварительной записи, посещают занятия с ребенком и педагогом-психологом. Занятия расписываются так, что бы каждая семья участвовала в клубе. | Оборудование и материалы подбираются под конкретного ребенка и его индивидуальные особенности |
| Февраль | «Вместе с мамой» |
| Март | «Вместе с мамой» |
| Апрель | «Вместе с мамой» |
| Май | Итоговое анкетирование о результативности работы |
| **Работа с педагогами** | | | |  |
| В течение года |  | Составление рекомендаций для воспитателей группы | Журнал взаимодействия с воспитателями |
| В течение года |  | Совместная деятельность в режимных моментах | Песок мокрый и сухой, кинетический и тд |
| Апрель-Май | Отчет по теме самообразования |  |  |
|  |  |  |  |

Перспективный план работы на летний оздоровительный период

В летний оздоровительный период занятия проводятся 2 раза в неделю на прогулке:

* Игра «Дворник»: закапывание в песок одной руки другой поглаживающими движениями («наметаем» песок одной ладонью на другую) и наоборот, осторожное очищение ладошки от песка. *Выходит дворник из ворот и словно кисть метлу берет. И эту улицу, и ту метлой раскрасит в чистоту!*
* Игра «Щепоть»: брать понемногу песка в одну ладонь, пальцами второй сыпать в песочницу щепотью. *Суп варить я маме буду, посолить я не забуду. Поперчили, посолили и на стол скорей накрыли.*
* Игра «Бульдозер»: соединить ладони у основания и раздвинуть пальцами наружу, образуя ковш. Ковшом сгребать песок от себя. Затем, наоборот, соединить кончики пальцев, раздвинув ладони у основания, и сгребать песок к себе. *Кто над всклоченной землею смело кучи разгребает? Это маленький бульдозер своим носом все ровняет!*
* Ига «Клад»: предложить детям закапывать ладонью или совком разные предметы, а затем раскапывать. *Мы копали, мы копали, вот так, вот так. Ценный клад мы отыскали. Вот такой, такой большой.*
* Игра «Огородники»: предложить детям посадить огород, используя грабельки, лопатки, совки, палочки, муляжи овощей. *Роет норку хитрый крот. Он копает огород. Роет здесь и роет там. В середине, по бокам.*
* Игра «Пекари»: оставлять отпечатки на влажном песке с помощью формочек, строить куличики, украшать фигурки. *Из песка пирог спечем, в гости маму позовем, пригласим и вас, друзья, Только есть пирог нельзя.*
* Игра «Папины помощники»: с использование игрушечных инструментов, на влажном песке вкручивать болтики в песок, вбивать молоточком колышки. *Молоток в хозяйстве нужен, он с гвоздями очень дружен. Я гвоздочки забиваю, Маму с папой забавляю.*
* Игра «Нарядное солнышко»: помочь ребенку нарисовать палочкой или пальцем солнце, украсить его камешками и пр.
* Игра «Тоннель»: предварительно из мокрого песка строится горка. Дети копают тоннель навстречу рдуг другу до соприкосновения. Если горка обрушилась, игра начинается сначала.

**Используемая литература**

1. Вайнова А. «Песочное рисование» - Ростов-н-Д:Феникс, 2014г.

2. Дерягина Л. Б. «Лепим куличики», пускаем кораблики: развивающие игры с песком и водой для детей 1-3 лет» - СПб. :Литера, 2006г.

3. Епанчинцева О. Ю. «Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста» - СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2022г.

4. Зейц М. «Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница» - М. : Инт,2010г.

5. Зеленцова-Пешкова «Элементы песочной терпи в развитии детей раннего возраста» - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019г.

**Таблица анализа симптомов расстройств поведения и эмоций у детей (начало года, конец года)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Симптомы или виды расстройств** | **Выраженность: 0 – никогда, 1 – иногда, 2 – часто, 3 – почти всегда, 4 - непрерывно** | | | | | | | | |
| **Негативизм, упрямство** | **2** | **3** | **3** |  | **4** | **3** | **1** | **4** | **3** |
| **Демонстративность** | **1** | **3** | **4** |  | **4** | **3** | **1** | **3** | **2** |
| **Агрессивность** | **1** | **0** | **1** |  |  | **0** | **0** | **3** | **1** |
| **Конфликтность** | **1** | **2** | **2** |  |  | **2** | **0** | **4** | **1** |
| **Вспыльчивость** | **3** | **3** | **2** |  | **3** | **2** | **0** | **3** | **2** |
| **Обидчивость** | **2** | **3** | **2** |  | **3** | **2** | **2** | **2** | **2** |
| **Дурашливость, гипертимность** | **1** | **2** | **3** |  |  | **2** | **2** | **2** | **2** |
| **Пониженный фон настроения** | **2** | **2** | **1** |  | **2** | **1** | **1** | **1** | **1** |
| **Нерешительность** | **4** | **1** | **1** |  |  | **1** | **2** | **1** | **2** |
| **Страхи, тревожность** | **3** | **1** | **1** |  |  | **1** | **1** | **1** | **1** |
| **Скованность** | **1** | **1** | **1** |  |  | **2** | **2** | **1** | **2** |
| **Заторможенность** | **1** | **2** | **2** |  | **3** | **2** | **2** | **1** | **2** |
| **Эгоцентричность, эгоистичность** | **2** | **3** | **3** |  |  | **2** | **1** | **3** | **3** |
| **Эмоциональная отгороженность** | **1** | **1** | **1** |  |  | **1** | **1** | **2** | **2** |
| **Избегание умственных усилий** | **2** | **1** | **1** |  |  | **1** | **2** | **1** | **1** |
| **Дефицит внимания** | **3** | **1** | **1** |  | **4** | **3** | **2** | **3** | **3** |
| **Гиперактивность** | **0** | **1** | **2** |  |  | **2** | **1** | **2** | **3** |
| **Многоречивость** | **1** | **1** | **0** |  |  | **0** | **0** | **0** | **1** |
| **Псевдоглухота** | **0** | **1** | **2** |  | **4** | **3** | **1** | **3** | **2** |
| **Непонимание простых словесных инструкций** | **2** | **1** | **2** |  | **4** | **3** | **2** | **2** | **2** |
| **Застреваемость** | **2** | **2** | **3** |  |  | **3** | **2** | **2** | **2** |
| **Ф.И. ребенка** | **Зайнуллина Василиса** | **Пышминцева Софья** | **Сиражетдинов Артем** | **Федоров Артем** | **Панкратова Таисия** | **Кротова Яна** | **Мухлынина Анисия** | **Павлов Иван** | **Дмитриев Коля** |