

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №264»

РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
МАДОУ «Детский сад №264»
Протокол №1
от «31» 08 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
и. о. заведующего МАДОУ
«Детский сад №264»
_____ Е.В. Бауэр
Приказ №150-осн.
от «01» 09 2026 г.

Ишутина	Подписано
Оксана	цифровой
Викторовна	подписью: Ишутина
	Оксана Викторовна

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Волшебные песчинки»**

Направленность: художественная
Срок реализации: 8 месяцев
(02.10.2026 г. - 28.05.2027 г.)
Возраст обучающихся: 4-7 лет
Автор-составитель:
Герасимова Елена Николаевна,
педагог- психолог

Барнаул, 2026

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание.....	6
3. Планируемые результаты.....	6
4. Учебно-тематический план	13
5. Ресурсное обеспечение программы.....	28
6. Список литературы	29

1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 г. № 19 «Об утверждении санитарных правил 2.4.2 4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ»;
- Устав МАДОУ «Детский сад № 264»;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАДОУ «Детский сад № 264».

Актуальность:

Дошкольное детство - большой ответственный период развития ребёнка. На протяжении дошкольного периода у ребёнка не только интенсивно развиваются все психические функции, формируются сложные виды деятельности, общение с взрослыми и сверстниками, но и происходит закладка общего фундамента познавательных способностей и творческой активности. Дополнительное образование в отличие от образовательного процесса, не регламентируется стандартами, а определяется социальным заказом детей и родителей (законных представителей). Содержание современного дополнительного образования детей расширяет возможности личностного развития детей за счет расширения образовательного пространства ребенка исходя из его потребностей.

Актуальность песочной терапии для дошкольников в детском саду очень высока. В современном мире, где дети с раннего возраста сталкиваются с информационными перегрузками и высокими требованиями, этот метод выступает как естественный и эффективный способ для снятия напряжения, развития и коррекции. Его значимость подтверждается как на практическом, так и на научном уровне.

Соответствие природе ребенка

Основная деятельность дошкольника — это игра. Песочная терапия органично вписывается в эту ведущую деятельность, предлагая ребенку знакомую и понятную среду для самовыражения. Это метод, который не требует специальных знаний или умений, поэтому доступен для детей с самого раннего возраста. В песочнице ребенок может проявить свою фантазию, почувствовать себя творцом собственного мира, что крайне важно для его личностного роста.

Эмоциональная разгрузка и стабилизация

Одним из главных преимуществ является мощный терапевтический эффект:

- **Снятие стресса и тревожности:** Тактильный контакт с песком оказывает успокаивающее воздействие, помогает расслабиться, снизить уровень тревоги и агрессии. Исследования показывают, что песочная терапия способствует снижению тревожности, депрессии и улучшению эмоциональной регуляции у детей.
- **Безопасное выражение эмоций:** Дети часто не могут вербализовать свои переживания, страхи или внутренние конфликты. Создавая образы на песке и проигрывая сюжеты, они выражают свои чувства в безопасной, безобидной форме, освобождаясь от негатива.
- **Помощь в адаптации:** Особенно актуален этот метод в период адаптации к детскому саду. Игры с песком помогают установить доверительный контакт с воспитателем, снизить психологическое напряжение и освоить нормы поведения в новом коллективе.

Всестороннее развитие и обучение

Песочная терапия — это не только про эмоции, она активно стимулирует когнитивное и речевое развитие:

- **Развитие речи и коммуникации:** Метод активно используется в логопедии, особенно при работе с детьми с общим недоразвитием речи (ОНР). Песок помогает обойти речевые барьеры, стимулирует речевую активность, помогает автоматизировать звуки и развивать диалогическую речь.
- **Сенсорное и моторное развитие:** Работа с песком отлично развивает мелкую моторику, тактильную чувствительность и зрительно-моторную координацию, что напрямую влияет на развитие речи и мышления.
- **Когнитивное развитие:** В процессе создания сюжетов и построек развиваются воображение, мышление, память и внимание.

Эффективность и коррекционная значимость

Актуальность программы возрастает в работе с детьми с особыми образовательными потребностями и ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Песочная терапия доказала свою эффективность как метод психологической диагностики и коррекции, помогая в работе с гиперактивностью, страхами, замкнутостью и другими нарушениями эмоционально-волевой сферы. Согласно некоторым исследованиям, даже дети с расстройствами аутистического спектра показывают значительное улучшение поведения и

социального взаимодействия при включении песочной терапии в коррекционную программу.

Таким образом, песочная терапия в детском саду решает комплекс важных задач: от стабилизации психического здоровья и снятия стресса до развития речи, коммуникативных навыков и познавательных способностей. Это универсальный, гибкий и высокоэффективный инструмент для современного педагога и психолога, который соответствует требованиям ФГОС и отвечает насущным потребностям развития и воспитания дошкольников.

Вид программы:

Модифицированная программа, в основу которой, положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

Направленность Программы:

Художественная – направлена на развитие художественно - эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к различным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Адресат программы:

Основными участниками реализации Программы являются дети дошкольного возраста с 4 до 7 лет.

Срок и объем освоения программы: 8 месяцев (с 02.10.2026 г. по 28.05.2027 г.).

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательной деятельности: *группы разновозрастные.*

Режим занятий:

Название дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Количество учебных недель	Продолжительность занятий
---	---------------------------	---------------------------

Название дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Количество учебных недель	Продолжительность занятий
Волшебные песчинки	32 недели	средняя группа – 20 минут; старшая группа – 25 минут; подготовительная к школе группа – 30 минут

2. Содержание

Цель программы: Основная цель программы песочной терапии в детском саду — это **создание безопасного пространства для гармоничного развития и эмоционального благополучия ребенка**. Достигается она через сочетание терапевтических, коррекционных и развивающих задач, которые могут меняться в зависимости от возраста и потребностей детей.

Задачи:

- **Стабилизация психоэмоционального состояния:** Это ключевая задача. Работа с песком помогает снять мышечное и эмоциональное напряжение, снизить тревожность, агрессию и страхи, стабилизировать эмоционально-волевую сферу.
- **Развитие и коррекция:** Программа направлена на развитие познавательных процессов (мышление, внимание, память, воображение) и речи, а также на коррекцию поведенческих и коммуникативных трудностей.
- **Самовыражение и социальная адаптация:** Песочная терапия дает ребенку возможность выразить свои переживания и фантазии в безопасной, творческой форме, не требуя вербального описания сложных чувств. Это особенно актуально для развития коммуникативных навыков и успешной адаптации в коллективе.

3. Планируемые результаты

Планируемые результаты программы песочной терапии охватывают все ключевые сферы развития ребенка: от стабилизации эмоционального состояния до формирования познавательных навыков и социальной компетентности. Результаты принято делить на несколько основных блоков.

Эмоционально-личностное: Снижение тревожности, агрессивности и страхов; повышение самооценки и уверенности в себе; развитие способности распознавать и адекватно выражать свои эмоции.

Познавательное: Развитие мышления, внимания, воображения и познавательного интереса; формирование навыков экспериментирования и причинно-следственного мышления.

Речевое и моторное: Увеличение речевой активности и словарного запаса; развитие мелкой моторики, тактильной чувствительности, подготовка руки к письму.

Социально-коммуникативное: Формирование навыков общения и сотрудничества со сверстниками и взрослыми; развитие способности к бесконфликтному взаимодействию; успешная адаптация в новом коллективе.

В результате систематических занятий песочной терапией к концу учебного года у детей **средней группы (4–5 лет)** предполагается формирование следующих компетенций:

1. Эмоционально-личностное развитие

- Ребенок научится распознавать и называть базовые эмоции (радость, грусть, злость, страх, удивление) как на примере песочных персонажей, так и в собственном опыте.
- У ребенка снизится уровень тревожности и импульсивности: он сможет использовать песочницу как безопасное пространство для выражения своих чувств (рисование страха и его трансформация, «закапывание» обиды).
- Ребенок обретет опыт экологичного выражения гнева и агрессии (утрамбовывание песка кулаками, разрушение и последующее созидание построек).
- Повысится уверенность в себе и своих возможностях через успешное создание песочных миров и получение положительной обратной связи от педагога и сверстников.

2. Социально-коммуникативное развитие

- Ребенок овладеет навыками элементарного сотрудничества: сможет играть рядом со сверстниками, не разрушая их постройки, а затем – договариваться о совместном строительстве (забор, дорога, город).
- Ребенок научится использовать элементарные формы речевого этикета в игровой ситуации: обращаться с просьбой («Дай, пожалуйста»), благодарить, выражать согласие или отказ.
- У ребенка сформируется первичное представление о правилах поведения в коллективе: «Я строю – ты не ломаешь», «Каждый имеет право на свой песочный мир».

3. Познавательное и речевое развитие

- Ребенок овладеет разнообразными способами обследования песка: зрительным, тактильным, кинестетическим (сухой / мокрый, теплый / прохладный, сыпучий / пластичный).

- Ребенок сможет комментировать свои действия в песочнице простыми предложениями, отвечать на вопросы педагога о своем построении, составлять короткий рассказ по созданной композиции (2–3 предложения).
- У ребенка разовьется мелкая моторика рук (сжатие, разжимание кулака, щепотный захват, проведение линий пальцами), что является подготовкой руки к письму.
- Ребенок познакомится с элементарными математическими представлениями в игре: понятия «много – мало», «высокий – низкий», «большой – маленький», счет в пределах 5.

4. Сенсомоторное развитие

- Ребенок научится выполнять скоординированные движения руками в разных плоскостях (горизонтальной и вертикальной).
- Ребенок овладеет различными техниками работы с песком: рисование пальцами, ладонью, ребром ладони, кулачком; использование формочек; лепка из мокрого песка.
- Ребенок научится ориентироваться на плоскости песочницы (верх – низ, право – лево, центр – край).

Итоговый результат:

К концу учебного года у детей средней группы наблюдается положительная динамика в развитии эмоционального интеллекта, коммуникативных навыков и мелкой моторики. Дети становятся более уравновешенными, проявляют интерес к совместным играм, лучше понимают свои чувства и чувства окружающих, что создает благоприятную основу для дальнейшего обучения в старшей группе.

В результате систематических занятий песочной терапией к концу учебного года у детей **старшей группы (5–6 лет)** предполагается формирование следующих компетенций:

1. Эмоционально-личностное развитие

- Ребенок научится распознавать, называть и дифференцировать широкий спектр эмоций (радость, грусть, злость, страх, удивление, спокойствие, обида) как на примере песочных персонажей, так и в собственном опыте.
- Ребенок овладеет способами саморегуляции эмоциональных состояний: сможет использовать песочницу как безопасное пространство для выражения и трансформации негативных чувств (рисование страха и его превращение в смешное, «закапывание» обиды, сублимация агрессии через разрушение и созидание).
- У ребенка сформируется рефлексивная позиция: он сможет отвечать на вопросы «Что я сейчас чувствую?», «Почему я так поступил?», «Что я могу сделать, чтобы мне стало легче?».
- Повысится уверенность в себе и своей компетентности через осознание собственных достижений (создание сложных песочных миров, решение проблемных ситуаций в игре).

2. Социально-коммуникативное развитие

- Ребенок овладеет навыками продуктивного сотрудничества: сможет договариваться о совместной деятельности, распределять роли и обязанности в групповых песочных проектах (строительство города, зоопарка, космодрома).
- Ребенок научится разрешать конфликтные ситуации в игровой форме: договариваться об использовании фигурок, находить компромиссные решения при столкновении интересов.
- У ребенка сформируется уважительное отношение к результатам труда сверстников: он сможет давать положительную оценку работам других детей, выражать восхищение и благодарность.
- Ребенок овладеет навыками диалогической речи в игре: сможет вести ролевой диалог, задавать вопросы, аргументировать свою точку зрения («Я так сделал, потому что...»).

3. Познавательное и речевое развитие

- Ребенок овладеет разнообразными способами обследования песка и природного материала: зрительным, тактильным, кинестетическим, экспериментальным (изменение свойств при добавлении воды).
- Ребенок сможет составлять развернутый связный рассказ по созданной песочной композиции (5–7 предложений), описывать персонажей, их действия, эмоции и взаимодействие.
- У ребенка активизируется словарный запас за счет использования эмоционально-оценочной лексики, слов-признаков, слов-действий.
- Ребенок овладеет элементарными графическими навыками на песке: рисование букв, цифр, геометрических фигур, выполнение графического диктанта по инструкции педагога.
- У ребенка сформируются элементарные математические представления: счет в пределах 10, составление числовых рядов, сравнение множеств, ориентировка в пространстве (вверх-вниз, вправо-влево, центр, край).

4. Сенсомоторное и графическое развитие

- Ребенок овладеет разнообразными техниками работы с песком: рисование пальцами, ладонью, ребром ладони, кулачком; использование формочек и трафаретов; лепка из мокрого песка; насыпная техника (через воронку, щепоткой).
- Ребенок научится выполнять тонкие дифференцированные движения пальцами рук: захват мелких предметов щепотью, выкладывание узоров из камешков и бусин, работа с мелкими фигурками.
- Ребенок овладеет навыком ориентировки на плоскости песочницы (верх – низ, право – лево, центр – углы) и сможет выполнять задания на пространственное расположение предметов.
- У ребенка сформируются предпосылки для успешного овладения письмом в школе: согласованность движений глаз и руки, умение проводить непрерывные линии, копировать простые узоры.

5. Подготовка к школьному обучению

- Ребенок познакомится с моделью школьной ситуации через проигрывание в песке (строительство школы, ролевая игра «Я – ученик», взаимодействие с фигуркой учителя), что снизит тревожность перед поступлением в школу.
- У ребенка сформируется положительная учебная мотивация: он сможет воспринимать задания педагога как интересные и значимые, проявлять познавательную активность.
- Ребенок овладеет элементарными навыками самоконтроля и самооценки: сможет оценивать результат своей работы («Я справился», «У меня получилось»), соотносить свою работу с образцом.
- У ребенка разовьются предпосылки учебной деятельности: умение слушать и выполнять инструкцию педагога, работать в заданном темпе, завершать начатое дело.

Итоговый результат:

К концу учебного года у детей старшей группы наблюдается выраженная положительная динамика в развитии эмоционального интеллекта, коммуникативных навыков, познавательной активности и графических навыков. Дети становятся более уравновешенными, осознанными, готовыми к сотрудничеству, лучше понимают свои чувства и чувства окружающих, что создает благоприятную основу для успешной адаптации к школьному обучению. Песочная терапия является эффективным средством развития произвольности, регуляции и предпосылок учебной деятельности у старших дошкольников.

В результате систематических занятий песочной терапией к концу учебного года у детей **подготовительной к школе группы (6–7 лет)** предполагается формирование следующих компетенций, являющихся основой для успешной адаптации к школьному обучению:

1. Эмоционально-личностное развитие и саморегуляция

- Ребенок овладеет способностью осознанно различать и называть широкий спектр эмоций и чувств (радость, грусть, злость, страх, удивление, обида, спокойствие, гордость, стыд, вина), дифференцировать их по интенсивности и причинам возникновения.
- Ребенок овладеет эффективными способами саморегуляции эмоциональных состояний: сможет самостоятельно использовать песочницу как безопасное пространство для выражения, трансформации и проработки негативных чувств (символическое «закапывание» страхов, сублимация агрессии в творчество, релаксационные упражнения с песком).
- У ребенка сформируется развитая рефлексивная позиция: он сможет анализировать свои чувства и поступки, отвечать на вопросы «Что я сейчас чувствую и почему?», «Что я могу сделать, чтобы изменить свое состояние?», «Чему я сегодня научился?».
- Ребенок обретет устойчивую уверенность в себе, своих силах и возможностях, сформирует адекватную самооценку через опыт успешного создания сложных песочных миров и решения проблемных игровых задач.

2. Социально-коммуникативное развитие и готовность к школьному коллективу

- Ребенок овладеет навыками продуктивной совместной деятельности в малых группах (3–5 человек): сможет самостоятельно договариваться о замысле игры, распределять роли и обязанности, координировать действия, совместно реализовывать коллективные песочные проекты (строительство города, парка, космодрома, подводного мира).
- Ребенок научится конструктивно разрешать конфликтные ситуации в игре: аргументировать свою позицию, выслушивать мнение сверстников, находить компромиссные решения, использовать речевые формулы для выражения несогласия («Я думаю иначе, потому что...», «Давай попробуем сделать так...»).
- У ребенка сформируется уважительное и доброжелательное отношение к результатам деятельности других детей: он сможет давать содержательную положительную оценку работам сверстников, выражать восхищение, предлагать идеи для улучшения.
- Ребенок овладеет развернутыми формами диалогической речи в игре: сможет вести ролевой диалог с несколькими партнерами, задавать уточняющие вопросы, развернуто аргументировать свои действия и решения.

3. Познавательное и речевое развитие

- Ребенок овладеет исследовательскими способами познания свойств песка и других материалов: проведение простейших экспериментов (изменение свойств при добавлении воды, использование разных видов песка), формулирование выводов («Когда песок мокрый, он становится пластичным»).
- Ребенок сможет составлять развернутый, логичный и эмоционально насыщенный рассказ по созданной песочной композиции (до 10 предложений), описывать персонажей, их характеры, чувства, поступки, мотивы поведения, взаимодействие друг с другом, прогнозировать развитие событий.
- У ребенка значительно активизируется и обогатится словарный запас за счет использования абстрактной и эмоционально-оценочной лексики (ответственность, справедливость, сочувствие, переживание, радость, разочарование), слов-синонимов и антонимов.
- Ребенок овладеет навыками звукобуквенного анализа и синтеза в игровой форме на песке: рисование букв, выкладывание слогов и простых слов, выполнение звукового анализа слов (определение позиции звука в слове, количества слогов).
- Ребенок закрепит и углубит элементарные математические представления на песке: счет в пределах 20, составление и решение простых арифметических задач, ориентировка в пространстве (право-лево, верх-низ, диагональ), работа с календарем и временными понятиями (дни недели, месяцы, части суток).

4. Сенсомоторное и графическое развитие

- Ребенок овладеет разнообразными техниками работы с песком: рисование пальцами, ладонью, ребром ладони, кулачком; использование формо-

чек, трафаретов, штампов; лепка из мокрого песка; насыпная техника (через воронку, ситечко, щепоткой); работа на световом столе.

- Ребенок овладеет тонкой дифференцированной моторикой пальцев рук: точный захват мелких предметов щепотью, выкладывание сложных узоров из камешков, бусин, семян, работа с мелкими фигурками, выполнение графических заданий на песке.
- Ребенок будет уверенно ориентироваться на плоскости песочницы (верх – низ, право – лево, диагональ, центр, углы), выполнять сложные задания на пространственное расположение и перемещение предметов.
- У ребенка сформируются основные предпосылки для успешного овладения письмом в школе: высокий уровень зрительно-моторной координации, умение выполнять графический диктант, копировать сложные узоры, рисовать по клеточному ориентиру (на песке с сеткой), удерживать графическую строку.

5. Формирование психологической готовности к школьному обучению

- Ребенок познакомится с моделью школьной ситуации через систему игровых занятий в песке: проигрывание ролей ученика и учителя, моделирование школьных правил, ситуаций успеха и неудачи, взаимодействие с фигурками одноклассников, что позволит сформировать реалистичное представление о школе и снизить тревожность.
- У ребенка сформируется устойчивая положительная учебная мотивация: восприятие новых знаний как интересных и значимых, проявление познавательной инициативы («Я хочу узнать», «Я хочу попробовать»), способность ставить перед собой учебные цели и достигать их.
- Ребенок овладеет навыками самоконтроля и рефлексивной самооценки: сможет самостоятельно оценивать результат своей деятельности («Я справился, потому что...», «Мне нужно еще потренироваться...»), соотносить свою работу с образцом, корректировать ошибки.
- У ребенка сформируются универсальные предпосылки учебной деятельности: умение слушать, понимать и выполнять многошаговую инструкцию педагога, работать в заданном темпе, переключаться с одного вида деятельности на другой, завершать начатое дело.
- Ребенок овладеет способами релаксации и снятия учебного напряжения через упражнения с песком, что создаст ресурсную базу для дальнейшего обучения.

Итоговый результат:

К концу учебного года у детей подготовительной к школе группы наблюдается высокий уровень развития эмоционального интеллекта, произвольной регуляции поведения, коммуникативных навыков, познавательной активности и графомоторных навыков. Песочная терапия позволяет сформировать у детей психологическую готовность к школе: положительную учебную мотивацию, способность к рефлексии и саморегуляции, готовность к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми. Дети становятся более осознанными, уравновешенными, уверенными в себе, демонстрируют развитое вооб-

ражение, творческое мышление и устойчивый интерес к познанию, что создает прочную основу для успешного обучения в начальной школе.

4. Учебно-тематический план

Средняя группа (4-5 лет)

Октябрь

Неделя	Тема занятия	Цели и содержание
1 нед.	Беседа о правилах поведения на занятиях (инструкция №1) «Знакомство с песочной страной»	Знакомство с сухим и мокрым песком. Упражнение «Здравствуй, песок!» (отпечатки ладоней, кулачков, ребер ладоней). Правило: «Нельзя бросаться песком и ломать постройки».
1 нед.	«Прятки в песке»	Развитие тактильных ощущений. Взрослый прячет мелкие игрушки, ребенок ищет их на ощупь. Снятие тактильных барьеров.
2 нед.	«Песочный дождь и ветер»	Дыхательные упражнения. Сдувание песка с ладони, создание «дождя» из кулачка. Релаксация.
2 нед.	«Необыкновенные следы»	Игра «Идут медведи» (кулачками), «Прыгают зайцы» (пальцами), «Ползут змеи» (ребром ладони). Развитие кисти.
3 нед.	«Мир на ладони»	Свободное рисование на песке пальчиками. Упражнение «Волшебные узоры». Диагностика настроения ребенка (цвет

Неделя	Тема занятия	Цели и содержание
		фигурок).
3 нед.	«Песочное настроение»	Каждый ребенок строит кусочек своего мира. Игра «Назови свое чувство» (веселый, грустный, злой). Развитие эмоциональной сферы.
4 нед.	«Мой дом» (Диагностика)	Ребенку предлагается построить дом своей мечты. Анализ фигурок (кто живет внутри, есть ли заборы).
4 нед.	«Семья ежей»	Групповая игра. Строительство норки для ежика (использование природного материала). Учимся делиться территорией.

Ноябрь

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«В гостях у Радости»	Построение «Страны Смеха». Использование фигурок с яркими лицами. Упражнение «Улыбка в песке» (рисуем улыбку).
1 нед.	«Обида и Грусть»	Игра «Засыпь грусть» (закапываем камешек грусти). Построим пещеру для грустного гномика.
2 нед.	«Побеждаем Злость»	Упражнение «Топотушки» (утрамбовываем песок кулаками, когда злимся). Рисование грозовых туч и их разрушение.

Неделя	Тема занятия	Содержание
2 нед.	«Страх – он не страшный»	Рисование на песке страшной маски, а затем превращение ее в смешную (дорисовываем уши, бант).
3 нед.	«Цветик-Семицветик»	Рисование на песке цветка с лепестками разных эмоций. Проговаривание ситуаций.
3 нед.	«Остров дружбы»	Коллективная постройка острова, где все звери дружат. Обсуждение конфликтов.
4 нед.	«Зеркало души»	Рисование своего портрета на песке с помощью формочек или пальцев.
4 нед.	«Сказка про песчаного льва»	Терапевтическая сказка о том, как лев учился управлять своим рыком (агрессией).

Декабрь

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Темная нора»	Построение тоннелей. Запуск туда «страшных» зверей и возвращение их с превращением в добрых.
1 нед.	«Амулет храбрости»	Рисование на песке круга (защита). Размещение в центре любимой фигурки.
2 нед.	«Мы - спасатели»	В песке зарыты «пострадавшие» игрушки. Задача – откопать их, не разрушая соседние постройки.

Неделя	Тема занятия	Содержание
2 нед.	«Путешествие в космос»	Создание космического пространства. Нет страха темноты – есть звезды.
3 нед.	«Моя семья»	Построение мира семьи (зоопарк или дом). Наблюдение за иерархией фигурок.
3 нед.	«Секретики»	Дети прячут в песке свои «секреты» (маленькие блестяшки), развивая чувство личного пространства.
4 нед.	«Динозавры» (Арт-терапия)	Игра с динозаврами. Моделирование ситуации «Опасность – Спасение».
4 нед.	«Песочное сердце»	Рисование сердца на песке, наполнение его камешками (позитивные воспоминания).

Январь

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Пишем буквы»	Рисование пальчиками букв (подготовка к школе), чтение слов песком.
2 нед.	«Пишем буквы»	Рисование пальчиками букв (подготовка к школе), чтение слов песком.
2 нед.	«Цифры в песке»	Выкладывание камешков по контуру цифр. Счет спрятанных сокровищ.
3 нед.	«Времена года»	Создание зимнего леса (сухой песок имитирует снег).
3 нед.	«Профессии»	Строим больницу, стройку,

Неделя	Тема занятия	Содержание
		школу. Проигрывание действий взрослых.
4 нед.	«Викторина»	Ведущий загадывает загадку, ребенок строит отгадку в песке.
4 нед.	«География» (старшие)	Простые понятия: остров, полуостров (литье воды и песка).

Февраль

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Город Друзей»	Постройка общего города парами. Упражнение «Поменяйся фигурками».
1 нед.	«Магазин»	Сюжетно-ролевая игра в песке. Строим витрины, разворачиваем диалоги (продавец-покупатель).
2 нед.	«Подарок для друга»	Один ребенок лепит из мокрого песка угощение, другой «съедает» и хвалит.
2 нед.	«Волшебный лес»	Групповая работа. Каждый сажает свое дерево. Строим дороги между ними.
3 нед.	«Зоопарк»	Размещение животных по клеткам. Составление рассказа о каждом звере.
3 нед.	«Автогонки»	Постройка дорог, мостов. Взаимодействие машин. Учим правила поведения в конфликте (объезд).
4 нед.	«Праздничный салют»	Создание салюта из цветных камушков в небе (песок).

Неделя	Тема занятия	Содержание
4 нед.	«День Защитника»	Постройка крепости. Игра «Нападение и защита» (экологично, игрушечными солдатами).

Март

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Кляксы»	Рисование на песке цветным сухим песком (сыпучесть). Создание абстракций.
1 нед.	«Песочные строители»	Мокрый песок. Строим высокие башни. Игра «Чья башня выше».
2 нед.	«Сказочный персонаж»	Лепка из мокрого песка Колобка или Бабы-Яги.
2 нед.	«Подарок для мамы»	Рисование цветов на песке пальцами. Украшение мам фигурками.
3 нед.	«Бусы для мамы»	Выкладывание узора из бусин в песке по порядку (развитие концентрации).
3 нед.	«Наскальные рисунки»	Рисование палочкой на утрамбованном песке сюжетов из прошлого (мамонты).
4 нед.	«Фантастическое животное»	Сбор образа из частей разных фигурок в песке. Придумывание имени.
4 нед.	«Калейдоскоп»	Рисование узоров с использованием мелких предметов (пуговицы, бусы).

Апрель

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Тихий океан»	Работа с очень мелкой круговой моторикой. Создание плавных линий волн.
1 нед.	«Моя семья»	Построение мира семьи (зоопарк или дом). Наблюдение за иерархией фигурок.
2 нед.	«Секретики»	Дети прячут в песке свои «секреты» (маленькие блестяшки), развивая чувство личного пространства.
2 нед.	«Пантомима»	Один показывает действие (копает, строит), другой угадывает и повторяет.
3 нед.	«Слушаем тишину»	Минимальное количество фигурок. Работа с природным материалом (камни).
3 нед.	«Лабиринт»	Проведение пальцем дорожки лабиринта. Глазодвигательная гимнастика.
4 нед.	«Море волнуется»	Упражнение на чередование напряжения и расслабления рук в песке.
4 нед.	«Путешествие капельки»	Рисование ручейков в песке (пальчиковая живопись на воде).

Май

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Моя любимая игра»	Свободное занятие. Ребенок выбирает любую технику

Неделя	Тема занятия	Содержание
		(рисование или стройка), повторяет то, что нравится больше всего.
1 нед.	«Древо желаний»	Последняя групповая работа. Все вместе создают большое дерево и украшают его.
2 нед.	«Что я запомнил?»	Викторина по пройденным темам (в игровой форме).
2 нед.	«Волшебное колечко»	Игра на повышение самооценки каждого ребенка, осознание своей уникальности.
3 нед.	«Узоры на песке»	Работа с мелкой моторикой. Взрослый рисует узор в верхней части песочницы, дети по очереди рисуют такие же на песке внизу.
3 нед.	«Волшебный мешочек»	Итоговое упражнение: дети берут с собой в ладошку «удачу» из песка, сдувают её себе в грудь.
4 нед.	«Прощай, Песочный край!»	Ритуал выхода. Психолог говорит теплые слова каждому ребенку. Фото на память.
4 нед.	Повторение	Свободная игра с песком

Старшая группа (5-6 лет)

Октябрь

Неделя	Тема занятия	Цели и содержание
1 нед.	Беседа о правилах поведения на занятиях (инструкция №1)	Знакомство с сухим и мокрым песком. Упражнение «Здравствуй, песок!»

Неделя	Тема занятия	Цели и содержание
	«Знакомство с песочной страной»	(отпечатки ладоней, кулачков, ребер ладоней). Правило: «Нельзя бросаться песком и ломать постройки».
1 нед.	«Мой мир»	Диагностика. Свободное построение мира с фигурками. Беседа: «Что здесь происходит? Кто главный?»
2 нед.	«Рисунок на песке»	Рисование пальцами «Мое настроение». Анализ цвета и формы (используем цветные камешки).
2 нед.	«Прятки с цифрами»	В песке спрятаны цифры 1–5. Найти, назвать, выложить столько же камешков.
3 нед.	«Буквы в песке»	Рисование знакомых букв (А, О, У, М) пальцем на песке. Придумывание слов на эти буквы.
3 нед.	«Моя семья» (проективная)	Построение семьи из фигурок. Расположение членов семьи. Вопросы психолога (кто рядом, кто далеко).
4 нед.	«Дружные соседи»	Групповая работа. Постройка забора между участками. Учимся договариваться (делаем общие ворота).
4 нед.	«Что изменилось?»	Развитие внимания. Психолог строит композицию, дети запоминают, затем одну фигурку прячут – надо найти.

Ноябрь

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Азбука эмоций»	Рисование на песке лиц: радость, грусть, злость, удивление. Обсуждение ситуаций, когда мы так чувствуем.
1 нед.	«Злость в песочнице»	Работа с агрессией. И/У «Разрушь гору» (кулаком), затем «Построй новую» – сублимация.
2 нед.	«Страх и смелость»	Рисование страшного чудища, затем его «превращение» в смешное (дорисовываем бант, уши).
2 нед.	«Волшебный сундук»	Создание сундука в песке, куда «закапываем» обиды и страхи. Ритуал очищения.
3 нед.	«Мой поступок»	Моделирование ситуации в песочнице (спасение игрушки, помощь другу). Развитие эмпатии.
3 нед.	«Я – волшебник»	Ребенок исполняет желания фигурок. Игра «Если бы у меня была волшебная палочка...» (речь).
4 нед.	«Путешествие в страну чувств»	Коллективная постройка города, где живут разные эмоции (радость-зеленый, грусть-синий).
4 нед.	«Сюрприз для друга»	Работа в парах. Строим подарок друг другу, затем дарим и благодарим.

Декабрь

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Темная нора»	Построение тоннелей. Запуск туда «страшных» зверей и возвращение их с превращением в добрых.
1 нед.	«Амулет храбрости»	Рисование на песке круга (защита). Размещение в центре любимой фигурки.
2 нед.	«Мы - спасатели»	В песке зарыты «пострадавшие» игрушки. Задача – откопать их, не разрушая соседние постройки.
2 нед.	«Путешествие в космос»	Создание космического пространства. Нет страха темноты – есть звезды.
3 нед.	«Моя семья»	Построение мира семьи (зоопарк или дом). Наблюдение за иерархией фигурок.
3 нед.	«Секретики»	Дети прячут в песке свои «секреты» (маленькие блестяшки), развивая чувство личного пространства.
4 нед.	«Динозавры» (Арт-терапия)	Игра с динозаврами. Моделирование ситуации «Опасность – Спасение».
4 нед.	«Песочное сердце»	Рисование сердца на песке, наполнение его камешками (позитивные воспоминания).

Январь

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Пишем буквы»	Рисование пальчиками букв (подготовка к школе), чтение слов песком.
2 нед.	«Пишем буквы»	Рисование пальчиками букв (подготовка к школе), чтение слов песком.
2 нед.	«Цифры в песке»	Выкладывание камешков по контуру цифр. Счет спрятанных сокровищ.
3 нед.	«Звуки в песке»	Рисование букв (С, З, Ш). Игра «Найди слова с этим звуком», прячем фигурки на звук.
3 нед.	«Сосчитай-ка»	Рисование цифр от 1 до 5 . Выкладывание соответствующего количества предметов.
4 нед.	«Викторина»	Ведущий загадывает загадку, ребенок строит отгадку в песке.
4 нед.	«География»	Простые понятия: остров, полуостров (литье воды и песка).

Февраль

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Город Друзей»	Постройка общего города парами. Упражнение «Поменяйся фигурками».
1 нед.	«Магазин»	Сюжетно-ролевая игра в песке. Строим витрины, разворачиваем диалоги (продавец-покупатель).
2 нед.	«Подарок для друга»	Один ребенок лепит из мокрого песка угощение, другой «съедает»

Неделя	Тема занятия	Содержание
		и хвалит.
2 нед.	«Волшебный лес»	Групповая работа. Каждый сажает свое дерево. Строим дороги между ними.
3 нед.	«Зоопарк»	Размещение животных по клеткам. Составление рассказа о каждом звере.
3 нед.	«День Защитника»	Постройка военной техники (танк, самолет) из песка. Игра «Парад».
4 нед.	«Праздничный салют»	Создание салюта из цветных камушков в небе (песок).
4 нед.	«Рыцарский турнир»	Использование фигурок рыцарей. Игра на справедливость и честь.

Март

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Кляксы»	Рисование на песке цветным сухим песком (сыпучесть). Создание абстракций.
1 нед.	«Песочные строители»	Мокрый песок. Строим высокие башни. Игра «Чья башня выше».
2 нед.	«Украшение для мамы»	Выкладывание из камешков бус, узоров. Развитие тонкой моторики.
2 нед.	«Семейный портрет»	Рисование на песке портрета семьи пальцами. Рассказ о каждом члене.
3 нед.	«Звуки весны»	Рисование букв (Л, Р). Дифференциация звуков. Прячем фигурки со звуком «Р» и «Л».

Неделя	Тема занятия	Содержание
4 нед.	«Фантастическое животное»	Сбор образа из частей разных фигурок в песке. Придумывание имени.
4 нед.	«Калейдоскоп»	Рисование узоров с использованием мелких предметов (пуговицы, бусы).

Апрель

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Графический диктант»	Психолог диктует направление (вверх, вниз, вправо, влево), ребенок рисует на песке.
1 нед.	«Составь слово»	Рисование букв и выкладывание простых слов (МА-МА, ДОМ). Звуковой анализ.
2 нед.	«Математический лабиринт»	Рисование дорожки, на каждом повороте – пример (1+1, 2+1). Идем пальцем и считаем.
2 нед.	«Часы»	Рисование циферблата на песке. Изучение времени (час, половина).
3 нед.	«Экологическая тропа»	Создание леса с муравейником, рекой. Обсуждение экологических правил.
3 нед.	«Мой город»	Моделирование родного города (дома, дороги, светофоры). ПДД.
4 нед.	«Клад» (квест)	Поэтапное выполнение заданий в песке (найти букву, цифру, выполнить упражнение) – развитие внимания.
4 нед.	«Клад» (квест)	Поэтапное выполнение заданий в

Неделя	Тема занятия	Содержание
		песке (найти букву, цифру, выполнить упражнение) – развитие внимания.

Май

Неделя	Тема занятия	Содержание
1 нед.	«Пожелания на песке»	Каждый ребенок рисует пожелание другу на лето. Обмен теплыми словами.
1 нед.	«Мои достижения»	Постройка «башни достижений». Каждый этаж – то, чему научился (рисовать буквы, считать, дружить).
2 нед.	«Летнее путешествие»	Строим пляж, море, пальмы. Свободная игра. Релаксация.
2 нед.	«Волшебное колечко»	Игра на повышение самооценки каждого ребенка, осознание своей уникальности.
3 нед.	«Узоры на песке»	Работа с мелкой моторикой. Взрослый рисует узор в верхней части песочницы, дети по очереди рисуют такие же на песке внизу.
3 нед.	«Город Дружбы» (итоговый)	Коллективная работа всей группы. Строим большой город. Договариваемся о зонах.
4 нед.	«Прощай, Песочный край!»	Ритуал выхода. Психолог говорит теплые слова каждому ребенку. Фото на память.
4 нед.	Итоговое занятие	Повторение и закрепление пройденного материала

5. Ресурсное обеспечение программы

Аспекты	Характеристика
Информационно-методическое обеспечение	-дидактические игры, пособия, материалы по теме программы; -методическая продукция по разделам программы; -учебные и информационные ресурсы: сценарии занятий. -требования техники безопасности (проведение инструктажей).
Применяемые технологии, средства обучения и воспитания	<i>На занятиях используются элементы следующих технологий:</i> • технология группового обучения; • технология дифференцированного обучения; • технология развивающего обучения; • коллективного взаимообучения; • игровые технологии; • технология проблемного обучения; • технология исследовательской деятельности. <i>Описание особенностей проведения занятий:</i> Ритуал входа (приветствие, ощущение песка) – 2–3 мин. Основная часть (игра, построение мира, сказка) – 20 мин. Обсуждение/Рефлексия (рассказ о том, что получилось) – 3–5 мин. Ритуал выхода (разборка песочницы, "забираем хорошее с собой") – 2 мин.

Материально-техническое обеспечение	Занятие по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волшебные песчинки» проводятся на базе МАДОУ «Детский сад №264». Для реализации программы имеется необходимое помещение: -кабинет изостудии, соответствующий требованиям СанПиН и техники безопасности. В кабинете имеется следующее учебное оборудование: - Световой стол (опционально), юнгианская песочница, кинетический/кварцевый песок, коллекция фигурок (люди, животные, динозавры, дома, деревья, транспорт, природный материал).
-------------------------------------	--

6. Список литературы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Волшебные песчинки»

- Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. М., 1991.
- Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии. 1966. № 6.
- Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». СПб., 1998
- Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. «Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии». СПб., 2002
- Игра и дошкольник. Развитие детей старшего дошкольного возраста в игровой деятельности / Под ред. В.А. Деркунской. СПб., 2004.
- Криволапова Н.М., Солодкова Т.Ю. «Истории на песке. Программа развития и коррекции эмоционально-личностной сферы у детей 2-8 лет методами песочной игротерапии». М., 2022
- Кузуб Н.В., Осипчук Э.И. «В гостях у песочной феи. Организация педагогической песочницы и игр с песком...». СПб., 2011
- Куцакова Л.В., Мерзлякова С.И. Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, образованного самостоятельного, инициативного, неповторимого, культурного, активно-творческого. М., 2004.
- Новиковская О.А. «Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников». СПб., 2010
- Сакович Н.А. «Технология игры в песок. Игры на мосту». СПб., 2006

Федосеева М.А. «Занятия с детьми 3-7 лет по развитию эмоционально-коммуникативной и познавательной сфер средствами песочной терапии». Волгоград, 2025

Лист изменений и дополнений