

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль) / специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Профилактика эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средством песочной терапии

Обучающийся

А.А. Бакеева

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

к.п.н., доцент Г.М. Клочкова

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2022

Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает решение актуальной проблемы профилактики эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста средством песочной терапии.

Целью исследования является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка влияния песочной терапии на профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

В исследовании решаются следующие задачи:

1. Изучить психологическую и педагогическую литературу, обосновать теоретические основы проблемы профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.
2. Выявить уровень эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.
3. Разработать и апробировать комплекс занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.
4. Выявить динамику в уровне эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Бакалаврская работа имеет новизну и практическую значимость; работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (источников) и 5 приложений.

Текст бакалаврской работы изложен на 58 страницах. Общий объем работы с приложениями – 77 страниц. Текст работы иллюстрируют 10 рисунков и 12 таблиц.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические аспекты профилактики эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста.....	9
1.1 Профилактика эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста как педагогическая проблема исследования.....	9
1.2 Возможности песочной терапии в профилактике эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста.....	15
Глава 2 Экспериментальная работа по профилактике эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста.....	24
2.1 Выявление уровней эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.....	24
2.2 Содержание и организация работы по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет посредством песочной терапии.....	38
2.3 Выявление динамики у детей 5-7 лет в уровне эмоциональных нарушений.....	46
Заключение.....	54
Список используемой литературы.....	56
Приложение А Результаты констатирующего эксперимента.....	59
Приложение Б Конспекты занятий.....	63

Введение

Человек функционирует на трёх уровнях: интеллектуальном, физическом и эмоциональном. Но излагать свои мысли человеку, как правило, проще и привычнее, чем описывать движения и состояния своего тела или говорить об эмоциях и чувствах. Конечно, это не только потому, что беден лексикон, но и потому, что хронически «задвигаются», не осознаются эти стороны жизни и существования. А ещё потому, что это «не принято», и потому, что часто так удобнее окружающим.

Актуальность проблемы эмоционального развития детей старшего дошкольного возраста связана с тем, что невнимание к телу, к чувствам начинается в глубоком детстве, там, где существует опасность травмироваться ненадлежащим уходом и воспитанием, плохой или недостаточной связью с родителями.

Эмоциональные нарушения – это состояние повышенного беспокойства, страх и тревога в характерных социальных ситуациях. Основным отличием таких людей, от других является то, что у него очень часто появляются эмоциональные переживания, которые связаны с беспокойством: боязнь, опасения, страхи.

Специализированная психолого-педагогическая помощь необходима не только тем детям, которые воспитываются в коррекционных детских садах, но и воспитанникам массовых детских садов.

Значительное количество таких детей не грубые, а сердитые, что обуславливает возникновение дефицита внимания, девиации характера и поведения, расстройств эмоциональной сферы при пограничных формах отклонение. Наличие указанных личностных особенностей приводит к нарушению процессов социализации и социальной адаптации, к затруднениям при осуществлении различных форм деятельности.

Психологическая коррекция, по мнению таких исследователей, как: А.А. Бодалев, Л.И. Божович, Г.М. Бреслав, С.В. Велиева, А.И. Захаров,

Е.И. Изотова, предполагает целенаправленную организованную систему психологических воздействий.

Основными ее направлениями являются: повышение их активности и самостоятельности; устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, таких как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность; смягчение эмоционального дискомфорта у детей.

Исследования Н.Д. Левитова, А.И. Захарова и других психологов посвящены факторам (психодинамическому, врожденной характеристике), сказывающимся на проявлении нарушений эмоций в старшем дошкольном возрасте.

Работы таких авторов, как: А.В. Красавиной, А.Д. Кошелевой, И.В. Граниной, А.Н. Атаровой, связаны с профилактикой эмоциональных нарушений у детей посредством комплекса мероприятий (предупреждение возникновения эмоциональных нарушений, их раннее выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития, их устранение).

Большое число работа исследователей посвящено коррекции эмоциональных нарушений детей в дошкольном возрасте с помощью изобразительного творчества и игры (М.Н. Мартыненко), сказкотерапии (В.С. Мухина), игротерапии (Е.В. Шамарина), музыкотерапии (Г.А. Урунтаева), телесно-ориентированной терапии (В.Д. Шадриков), танцевальной терапии (Р.В. Овчарова), арт-терапии (Л.Д. Лебедева и другие).

По мнению М. Ловенфельда, Д. Калффа, К.Г. Юнга, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, Т.М. Грабенко в качестве инструмента, для обеспечения эмоционального благополучия детей дошкольного возраста, можно также применять средства песочной терапии, которые в образовательном пространстве способствуют приобретению новых навыков взаимодействия и рефлексии, самопонимания и самопринятия.

Игры с песком – это одна из форм естественной активности ребенка. Именно поэтому можно использовать песочницу для коррекционных занятий.

Теоретический анализ исследований данной проблемы позволил выделить **противоречие** между важностью профилактики эмоциональных нарушений у старших дошкольников и недостаточным использованием в этом процессе потенциала песочной терапии.

Социальная и практическая значимость проблемы профилактики эмоциональных нарушений детей у 5-7 лет в сочетании с недостаточной разработанностью данной проблемы побудило нас выбрать **тему исследования:** «Профилактика эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить влияние песочной терапии на профилактику эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет».

Объект исследования: процесс профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Предмет исследования: профилактика эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что применение средств песочной терапии положительно скажется на профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет, если:

- обогашена развивающая предметно-пространственная среда материалами и оборудованием для песочной терапии;
- отобраны игры и упражнения с песком в соответствии с возрастными особенностями развития детей;
- включены игры и упражнения с песком в занятия по профилактике эмоциональных нарушений у детей.

Задачи исследования:

1. Изучить психологическую и педагогическую литературу, обосновать теоретические основы проблемы профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.

2. Выявить уровень эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

3. Разработать и апробировать комплекс занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.

4. Выявить динамику в уровне эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Методы исследования:

– теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

– эмпирические: беседа, наблюдение, метод психолого-педагогического эксперимента.

Теоретической основой исследования являются:

– теоретические исследования эмоциональной сферы детей 5-7 лет (А.А. Бодалев, Л.И. Божович, Г.М. Бреслав, С.В. Велиева, В.А. Ганзен, Т.А. Данилина, А.И. Захаров, Е.И. Изотова, А.Д. Кошелева, Л. Лафренье, В.В. Лебединский, Е.В. Шамарина);

– положение теории об игре, как ведущем виде деятельности детей дошкольного возраста (Л.С. Выготский, Н.Я. Михайленко, С.Л. Новоселова и другие);

– работы исследователей, посвященные потенциалу возможности использования средств песочной терапии (Т.М. Грабенко, И.В. Гранина, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Ф. Мешавкина, Н.А. Сакович, А.В. Скавитина, Л. Штейнхард).

Экспериментальная база исследования: СП «Детский сад № 4» ГБОУ ООШ № 7 г. о. Сызрань. В эксперименте принимали участие 20 детей старшего дошкольного возраста, посещающих разные подготовительные к школе группы.

Новизна исследования: определены потенциальные возможности использования средств песочной терапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что в работе описаны и обоснованы уровни эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Практическая значимость исследования: комплекс занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей старшего дошкольного возраста средствами песочной терапии, может быть использована в практике дошкольного обучения и воспитания. Предлагаемая подборка психодиагностических методик по изучению эмоциональных нарушений позволит воспитателям и родителям получить достоверную информацию об эмоциональных нарушениях ребенка.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (включает 40 наименований), 2 приложения.

Глава 1 Теоретические аспекты профилактики эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста

1.1 Профилактика эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста как педагогическая проблема исследования

Исследования Н.Д. Левитова, А.И. Захарова и других психологов посвящены факторам (психодинамическому, врожденной характеристике), сказывающимся на проявлении нарушений эмоций в старшем дошкольном возрасте.

В последнее время исследования эмоционального интеллекта показали, что он формируется в течение жизни человека и на процесс его становления влияют такие факторы, по мнению Д.В. Люсина, как когнитивные способности, особенности представлений об эмоциях и особенности эмоциональной устойчивости и эмоциональной чувствительности [22]. В свою очередь эмоциональная устойчивость и эмоциональная чувствительность, по мнению И.Н. Андреевой, являются компонентами эмоциональности человека, которая имеет свои особенности на каждом возрастном этапе, и оказывает наиболее активное влияние на развитие эмоциональной сферы старшего дошкольника [1].

Исследования эмоциональности показывают, что как свойство личности она упоминается уже в трудах Гиппократов. Как представитель отечественной психологии В.С. Мухина, под эмоциональностью понимала эмоциональную возбудимость и реактивность, быстроту возникновения и интенсивность эмоций и чувств, способность к переживанию. Показано, что эмоциональность характеризуется такими психофизиологическими характеристиками как возбудимость и устойчивость, которые выражаются в вегетативных показателях [29].

Говоря о свойствах эмоциональности, в психологической литературе описываются комплекс психофизиологических процессов, характеризующих

особенности возникновения, протекания и угасания эмоций, настроений и чувств различной модальности. Эмоциональная сфера представляет собой своего рода регулятор отношений человека к окружающей среде. Она выполняет защитную функцию, помогает другим людям понять состояние того или иного человека.

Известно, что большое влияние на развитие эмоциональной сферы старшего дошкольника оказывает новая социальная ситуация развития, в которой он оказывается в связи с приходом в школу. Развитие эмоциональной сферы, воспитание нравственных, интеллектуальных и эстетических чувств - способствуют гармоничному становлению личности и совершенствованию отношения человека к окружающему миру.

Большой вклад в изучение эмоциональной сферы детей внес Лев Семёнович Выготский. Он был одним из первых отечественных ученых, которые изучали эмоциональную сферу ребенка как один из ключевых факторов развития личности. К сожалению, законченного учения об эмоциях Л.С. Выготский не оставил. В своих исследованиях об эмоциональной сфере он говорит: «важную роль в развитии эмоциональной сферы человека играет деятельность. Деятельность может оказывать влияние опосредованно (в деятельности развивается в первую очередь мышление, что в свою очередь вызывает изменения в аффективной сфере) и непосредственно, как это происходит, например, в игровой деятельности ребенка» [6, с. 74].

Итак, можно сформулировать понятие эмоциональной сферы, которое положим в основу данного исследования: эмоциональная сфера – это область эмоций ребенка, включающая в себя такие показатели, как тревожность, агрессивность, умение выражать свои эмоции и понимать чужие [39].

У старших дошкольников влияние эмоционального состояния на интеллектуальную деятельность очень велико. Это связано с тем, что дети старшего дошкольного возраста не способны к длительному сосредоточению, они легко отвлекаются по мелочам, часто бывают, возбудимы и эмоциональны.

Интеллектуальная, коммуникационная, речевая деятельность старших дошкольников часто бывает эмоционально окрашенной. Поскольку интеграция чувственного проявления в процесс обучения позволяет интенсивнее и эффективнее запоминать и усваивать информацию, воспитателю необходимо насыщать представляемый материал посредством формирования у детей эмоционального отклика.

Эмоциональное окрашивание педагогического материала, где дошкольники не только осознают, но и прочувствуют понятия, способствует более качественному усвоению программы дошкольного образования.

У детей старшего дошкольного возраста еще недостаточно развиты тормозные процессы в коре головного мозга и поэтому они еще не могут сдерживать проявление своих чувств. В связи с этим также можно объяснить возникновение у детей аффективных состояний, другими словами, склонность к кратковременным бурным вспышкам радости или печали. Обычно лица и позы детей очень ярко демонстрируют их эмоциональное состояние [37].

Уже в дошкольном возрасте у детей развиваются высшие чувства: моральные, интеллектуальные и эстетические. Практическое развитие эмоциональной сферы старших дошкольников предполагает включение во взаимодействие между воспитателем и дошкольниками обмена эмоциями. Подготовкой к данному этапу служит сбор педагогом информации об эмоциональном фоне семьи, получение представлений о специфике эмоционального аспекта коммуникации ребенка с родителями.

В современной дошкольной среде у воспитанников часто наблюдается повышенный уровень тревожности. Это может быть связано как с оценочно-экзаменационной системой, которая отражает уровень подготовки дошкольников, так и с отношением родителей к ребенку [36].

Педагог в общении с учениками должен продумывать, какую эмоциональную реакцию вызывает его воздействие. Очень часто воспитатель вызывает у детей эмоцию страха. Это связано с разного рода угрозами

(например, угрозой наказать), жалобами родителям или нотациями. При таком воздействии не реализуется главная задача воспитания – обеспечить позитивное развитие старшего дошкольника. Эмоция страха вызывает негативные ощущения и плохо сказывается на поведении ребенка [32].

Стремясь избавиться от такой негативной энергии, дошкольник может проявлять агрессию или подавлять эмоцию оказывая отрицательное воздействие на развитие личности.

Совершенствование эмоциональной стороны личности у старших дошкольников должно быть внедрено в программу занятий посредством включения упражнений по имитации различных эмоциональных состояний. Наиболее благоприятные условия для развития эмоций детей создают занятия по музыке, чтению и физической культуре.

Эмоциональное развитие дошкольника играет большую роль в становлении его личности. Нарушение или несформированность эмоциональной сферы ребенка вызывает затруднения в интеллектуальной деятельности, что отрицательно влияет на развитие его личности [31].

Расстройства эмоциональной сферы могут снизить не только умственные возможности, но и привести к нарушению поведения, что в свою очередь может вызвать социальную дезадаптацию. Поэтому очень важным для педагога является уметь правильно развивать эмоциональную сферу старших дошкольников, чтобы избежать вышеперечисленных последствий.

Спектр эмоциональных нарушений в детском возрасте очень разнообразен. Как отмечал И.И. Мамайчук, «это могут быть тяжелые невротические конфликты, преневротические состояния, неврозоподобные состояния у ребенка по причине органического поражения ЦНС» [25, с. 112].

«Эмоциональное нарушение – аффективное нарушение, которое создает затруднение в развитии у ребенка активной позиции, адекватного образа мира, устойчивости и подвижности в отношении с реальным миром. В.В. Лебединский и О.С. Никольская отмечали, что данное нарушение со временем приводит к дезадаптации личности» [20, с. 164].

Таким образом, мы подходим к выводу о том, что необходима профилактика эмоциональных нарушений. Дадим определение этому понятию: профилактика эмоциональных нарушений – это комплекс мероприятий, направленных на предупреждение возникновения эмоциональных нарушений, их раннее выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на их устранение.

Работы таких авторов, как: А.В. Красавиной, А.Д. Кошелевой, И.В. Граниной, А.Н. Атаровой, связаны с профилактикой эмоциональных нарушений у детей посредством комплекса мероприятий (предупреждение возникновения эмоциональных нарушений, их раннее выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития, их устранение).

А.В. Красавина определила следующие задачи профилактики эмоциональных нарушений:

- «развивать эмоциональное самосознание, умение понимать свои эмоции и управлять ими, эмоционально реагировать соответственно той или иной ситуации;
- развивать способность понимать эмоции и чувства других людей, способствовать эмоциональному взаимодействию детей;
- пополнять эмоциональный словарь детей, формировать культуру эмоциональной рефлексии через речь;
- информировать родителей о важности развития эмоциональной сферы детей, повышать их психологическую компетентность» [17, с. 119].

Устранение эмоциональных нарушений старших дошкольников должно носить комплексный характер, проявляющийся в виде системы целенаправленных психологических воздействий. Приоритетными задачами, в данном случае, становятся: смягчение эмоционального дискомфорта, стимулирование активной и самостоятельной деятельности. В комплекс необходимо включить мероприятия по устранению вторичных личностных

реакций, свойственных детям с эмоциональными нарушениями, – в частности, повышенной возбудимости, агрессивности, тревожной мнительности; а также занятия, направленные на коррекцию способностей к эмоциональной устойчивости, саморегуляции и самосознания, на стабилизацию самооценки [5].

«В отечественной и зарубежной психологии используют различные методы, которые помогают отрегулировать эмоциональные нарушения у ребенка. Такие методы в основном делятся на две главные группы, определенные Е.А. Макаровой, такие как групповые и индивидуальные» [23, с. 20].

По утверждению Л.И. Катаевой, «коррекционная работа может проводиться один – два раза в неделю и на каждого ребенка должен заводиться дневник наблюдений, который позволит проследить за его поведением» [15, с. 14].

А.Г. Маклаков отмечал, что «у человеческой природы наблюдается замечательная гибкость, позволяющая адаптироваться к окружающей среде, и задача состоит в том, чтобы сделать эту среду более благоприятной для детей:

- приблизить условия детского сада к домашним условиям;
- обеспечить доброжелательное отношение специалистов и воспитателей к своим подопечным, формируя ежедневно у детей уверенность в собственных силах;
- выдавать детям разные поручения, которые требуют вступления в контакт со взрослыми» [24, с. 268].

В старшем дошкольном возрасте, согласно исследованиям К. Изард «для коррекции, используют изобразительное творчество детей и игры, содержание, организации и методики проведения, которые в основном направлены на:

- преодоление замкнутости, нерешительности детей, скованности, и на их двигательное раскрепощение;

- развитие у детей навыков совместной деятельности и развитие доброжелательности по отношению друг к другу» [14, с. 30].

Для исследуемого возраста особенности эмоционального развития можно охарактеризовать согласно исследованиям А.Н. Атаровой, как:

- «ребёнок осваивает социальные формы выражения чувств;
- изменяется роль эмоций в деятельности ребёнка, формируется эмоциональное предвосхищение;
- чувства становятся более осознанными, обобщёнными, разумными, произвольными, внеситуативными;
- формируются высшие чувства – нравственные, интеллектуальные, эстетические» [2, с. 106].

Большое число работа исследователей посвящено коррекции эмоциональных нарушений детей в дошкольном возрасте с помощью изобразительного творчества детей и игры, сказкотерапии, игротерапии, музыкотерапии, телесно-ориентированной терапии, танцевальной терапии, арт-терапии [30]. В данном исследовании мы рассмотрим коррекцию эмоциональных нарушений детей в дошкольном возрасте с помощью такого направления, как песочная терапия.

Для дальнейшего исследования нами будут использоваться следующие показатели эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста:

- тревожность;
- агрессивность;
- умение выражать свои эмоции;
- умение понимать чужие эмоции.

1.2 Возможности песочной терапии в профилактике эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста

Метод песочной терапии можно успешно использовать в работе с детьми от трех лет. Коррекция эмоциональной сферы через песочную

терапию дает нам возможность решать множество проблем, которые возникают у детей дошкольного возраста [27].

С помощью песочной терапии можно работать даже с агрессивными, неуверенными и застенчивыми детьми. К тому же, можно работать с проблемами стыда, вины, лжи, принятием своих чувств и с различными рода психосоматическими заболеваниями. Помимо этого, согласно мнению Т.М. Грабенко: «процесс песочной терапии дает ребенку актуализировать и осознать свои проблемы, увидеть разные пути их решения и почувствовать себя счастливым творцом» [9, с. 104].

И.В. Гранина считала, что «на песке дети могут выразить все то, что спонтанно может возникнуть с ними в течение занятия. В процессе всей работы, дети могут смешивать песок с водой, если им нужно создать горы, холмы, разные влажные ландшафты, например, озеро, болото, или реки. Помимо этого, в работе используются миниатюрные фигуры: люди, животные, деревья, здания, автомобили, мосты, религиозные символы. Эти фигуры и материалы необходимы для того, чтобы дать детям стимул сформировать собственный мир» [11, с. 21].

Т.Ф. Мешавкина отмечала, что «песок считается необыкновенно приятным материалом, он устойчив в сочетании с водой и ему можно придать разную форму. С помощью песка создаются трехмерные структуры всех видов или ландшафты. Можно сказать, что детям на час предоставляется неведомая вселенная, внутри которой они могут сформировать свой индивидуальный мир. Дети не могут рассказать нам о своих сложностях как взрослые, но они могут это сделать с помощью песочных картин» [28, с. 29].

Песок оказывается привлекательным для детей, которые моментально начинают взаимодействовать с песком, как только он оказывается в поле их зрения. Если же в песочнице, помимо самого песка, присутствуют игрушки и миниатюрные фигурки, то дети очень быстро вовлекаются в игру, полностью концентрируя на ней свое внимание, и начинают создавать целый песочный

мир, руководствуясь собственной фантазией. Поскольку опытные наблюдения подтверждают позитивное влияние данного метода на эмоциональное развитие детей и взрослых, песочную терапию можно считать эффективным инструментом совершенствования эмоциональной стороны личности.

Основная идея песочной терапии заключается в том, что «Игра с песком предоставляет детям возможность избавиться от психологических травм с помощью перенесения вовне, на плоскость песочницы, фантазий и развитие ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями [26]. А.А. Бодалев отметил, что установление связи с бессознательными побуждениями, особенно с архетипом самости, и их выражение в символической форме в большей мере облегчают здоровое функционирование психики» [3].

«Игра в песок» «активизирует возможности самоисцеления, заложенные в человеческой психике», высвобождает заблокированную энергию и считал К.Г. Юнг, основатель аналитической психотерапии. «Создание песочных композиций стимулирует фантазию человека, позволяя ему понять свои собственные внутренние процессы, которые рассматриваются в символике ландшафта и выбираемых человеком миниатюрных фигурок людей, деревьев, животных, автомобилей, зданий, мостов, религиозных символов, и еще много другого. Песочная терапия – это невербальная форма психотерапии» [38].

Песочная терапия проявляет себя в разнообразных формах, основанных на создании изделий из песка и на использовании дополнительных предметов. Добавление фигурок в песочную терапию позволяет создавать образ субличности человека, а также окружающих его людей; в таком случае, дальнейшим этапом становится формирование новых отношений с собой и другими путем использования песочных моделей, что оказывается подходящим под цели гештальт-терапии и психосинтеза.

Осознание человеком его переживаний необходимо для формирования чувства определенности и уверенности. Это обуславливается пониманием природы собственных эмоций и мыслей, вызванных ими действий. При использовании метода песочной терапии объяснение и регулирование эмоционального напряжения происходит на бессознательно-символическом уровне путем творческого взаимодействия с песочными образами. Песок позволяет извлечь из бессознательного и символизировать предметы, ставшие причиной внутреннего конфликта.

«Все, что находится в бессознательном, стремится проявиться вовне, и личность также в своем развитии стремится перейти из бессознательного состояния к целостному переживанию самой себя», – пишет К.Г. Юнг. «Создавая песчаные ландшафты, человек может осмыслить содержание бессознательного» [40, с. 190].

Разыгрывая в песочнице конкретные ситуации из жизни, можно изменить своё отношение к ним и найти правильные для себя решения. Можно выстроить созидательный сюжет или событие, а это важный психотерапевтический ресурс.

«Песочная терапия позволяет:

- выразить переживания, которые трудно сформулировать словами;
- открывает внутренние резервы для разрешения трудностей;
- даёт возможность пробовать новые способы построения отношений и разрешения конфликтов» [4].

Н.С. Курманова отмечает, что «у детей, в процессе песочной игры формируется возможность выражать свои самые глубокие эмоциональные переживания, они освобождаются от страхов, и пережитая стрессовая ситуация не развивается в психическую травму. Задача песочной терапии совпадает с внутренним стремлением детей к самоактуализации» [19, с. 113].

Песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь детям развить более позитивную «Я – концепцию», выработать большую способность к самопринятию, помочь стать более ответственными в своих действиях

и поступках, развить сензитивность к процессу преодоления трудностей, помочь в большей степени полагаться на самих себя и овладеть чувством контроля, развить в себе самооценку и обрести веру в самих себя.

Цель песочной терапии – не менять и переделывать детей, не учить их специальным поведенческим навыкам, а дать им возможность быть собой. По мнению Т.М. Грабенко «игра детей служит символическим языком для самовыражения. Игру детей можно оценить более полно, если признать, что она служит для них средством коммуникации. Для детей «отыграть» свой опыт и чувства является более естественной динамической и оздоравливающей деятельностью, которой они могут заниматься» [10, с. 101].

Песочная терапия дает средства для передачи чувств и разрешения конфликтов, а игрушки служат средой, в которой может осуществляться самовыражение детей. Чувства и установки, которые дети боятся выразить открыто, они могут спроецировать на выбранную по собственному усмотрению игрушку. Формы и варианты песочной терапии определяются задачами работы и ее продолжительностью, специфическими особенностями определенного ребенка. Согласно исследованиям, «игровые методы могут применяться для оказания первичной психологической помощи, диагностики, в процессе краткосрочной психотерапии и в долгосрочном психотерапевтическом воздействии» [33, с. 219].

Во многих случаях игра с песком выступает в виде ведущего метода коррекционного воздействия, например, при наличии у детей поведенческих и эмоциональных нарушений невротического характера. В других случаях выступает в виде вспомогательного средства, которое позволяет стимулировать детей, развить в них сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение. Песочницу можно часто использовать в виде психопрофилактического и развивающего средства.

Для использования песочного метода нужно соблюдать следующие «условия работы:

- согласие и желание ребенка;

- специальная подготовка педагога, его творческий подход к проведению занятий;
- отсутствие аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках» [21].

Как правило, песочная терапия используется не с первой встречи, за исключением, когда клиент специально направлен для процедуры песочной терапии.

«Рекомендуется предлагать песочную терапию в случае, если ребенок:

- ограничен в проявлении своих чувств;
- неспособен объяснить словами то, что он чувствует или думает;
- имеет психологическую травму;
- переживает экзистенциальный или возрастной кризис;
- имеет проблемы в принятии решения» [7].

Существуют противопоказания к использованию песочной терапии.

«Песочную терапию нельзя проводить в следующих случаях, если:

- аллергия на мелкие частицы и пыль;
- порезы на руках и кожные заболевания;
- легочные заболевания;
- дети с синдромом дефицита внимания или гиперактивностью (СДВГ);
- эпилепсия или шизофрения;
- очень высокий уровень тревожности;
- невроз навязчивых состояний у ребенка» [8].

Рассмотрим характеристики и требования к песку в различных методах работы.

В песочнице можно использовать кварцевый песок маркировки «кварцевый песок 0,1-0,3». Это достаточно мелкие частицы. Более подходящий песок для песочной терапии песок для шиншиллы.

Для мелкого песка можно иметь пулевизатор с водой, чтобы орошать песок. Кроме этого, можно использовать речной или морской песок с более

крупными частицами. Песок бывает разного оттенка – от светлого, до темного. Желательно иметь песочницы с разным песком.

«Песок может быть цветным. В работе с детьми желательно иметь песок различной окраски. В работе используется как сухой, так и мокрый песок. Для этого необходимо иметь емкость с водой. Выбор, с каким песком работать, всегда остается за ребенком» [18].

В отдельных случаях для работы с песком можно использовать также и ватман, у которого загибаются края, и он превращается в импровизированную песочницу. Для работы достаточно одного килограмма песка.

Еще один вариант для создания песочных картин – использование песочницы со специальным экраном с подсветкой. В настоящее время изготавливают различные модификации светового стола для рисования песком (песочная анимация) с различной подсветкой. В этом случае используется один килограмм песка.

При работе с детьми при создании волшебных картин на ватмане, как вариант, можно использовать не только песок, но и фасоль, горох, манку и другую цветную крупу. Грунтовые цветные камни для аквариума. Это позволяет детям развивать творческие способности. Картины делаются быстро. Их можно мгновенно менять, что очень нравится детям и создает эффект волшебства.

На плотной бумаге можно делать песочные картины. Для этого делается эскиз картины, затем покрывается клеем ПВА, а далее насыпают песок. Песок сцепляется с клеем. Застывает. Где-то, через сутки, песок можно покрасить гуашью. Ландшафт в песочном пространстве символизирует карту ребенка. Это могут быть равнины, горы, моря, реки и океаны, леса, дороги. В момент построения мира ребенок может погрузиться в легкое трансовое состояние, фокусируясь на своей проблеме и выходе из проблемной ситуации. Ландшафт показывает, какой путь выбрал себе человек, как он будет его проходить.

В песочной терапии при работе с детьми можно использовать мифы, сказки, легенды, притчи, которые подбираются в зависимости от проблемы ребенка. Сюжет должен быть понятен ребенку. У организатора должна быть подборка сказок, притч, метафор. В ходе работы их можно соединять в одну единую метафору, одна метафора может плавно переходить в другую. Для песочной терапии должен быть большой выбор миниатюрных объектов, так как фигурки будут символизировать сознательных и бессознательных процессов ребенка. Кроме миниатюрных фигур в кабинете желательно иметь следующие материалы: ткань, тесьма, нитки, пластилин, глина, маркеры, цветная бумага, чтобы ребенок мог создать то, чего нет в коллекции, создать свой объект. В коллекции должны быть миниатюры – символы, привлекательные и непривлекательные; ужасные и прекрасные; символы гармонии и абсурда, добра и зла. Коллекция должна быть представлена объектами различных размеров, структур и материалов, цветов.

«Коллекции могут быть:

- большие и крошечные;
- прозрачные и непрозрачные;
- бесцветных и ярких цветов;
- сделанные из разных материалов: металла, стекла, глины, древесины и пластмассы» [13].

«Нами не рассматривается подробный перечень миниатюрных фигур. Однако можно сказать, что несколько фигур могут выделяться из всего ряда фигур и при выборе клиентом могут стать ключевыми фигурами всей терапии. Но надо быть осторожными, когда на приеме маленькие дети, так как они все тащат в рот. Слишком мелкие фигурки не использовать с маленькими детьми. Игры с песком играют важную роль в процессе развития ребенка. Для начала ребенку можно предложить поиграть с мокрым песком, а затем играть с сухим песком, используя при этом грабли, лопатку, ведерко, различные формочки, изображающие людей, транспорт, животных. Для маленького ребенка важен сам процесс игры и строительства» [12].

Песок для детской песочницы должен быть сертифицированным. Его необходимо промыть, прокалить в духовке или прокварцевать. Эту процедуру делают не реже одного раза в 3 – 4 месяца. Желательно обновлять песок в песочнице один раз в год. Свойства песка способствуют тактильной стимуляции и реагированию эмоций, проработке психологической травмы. При работе с детьми часто вводятся правила, которые не нужны при работе со взрослыми, увеличивается или ограничивается время сессии песочной терапии, специально организуется или допускается присутствие родителей или значимых взрослых на занятии. В случае возникновения проблем в детско-родительских отношениях предлагается построение мира на одном песочном поле совместно ребенка и родителя. Возможно построение мира в разных песочницах.

А.В. Скавитина описывают упражнения с песком для детей младшего и старшего дошкольного возраста, которые выполняются совместно с психологами или педагогами детского сада. «Эти упражнения направлены на снижение психофизического напряжения, регуляцию мышечного напряжения, расслабления, развитие воображения, развитие тактильной чувствительности, расширению представлений об окружающем мире» [35].

Н.А. Сакович выявила закономерности в выборе миниатюр детьми разного возраста [34]. Так в возрасте до 5-7 лет у детей в работе с песком преобладают животные и растения, натуральные предметы (веточки, мох, шишки, камушки). Таким образом, метод песочной терапии может использоваться в группах личностного роста, в центрах коррекционно-развивающего обучения и реабилитации, на тренингах общения; в детских садах, в детских центрах [16].

Следовательно, по результатам нашего исследования можно сделать вывод, что песочная терапия на сегодняшний день является одним из эффективнейших методов профилактики эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста.

Глава 2 Экспериментальное исследование по изучению и коррекции эмоциональной сферы у детей 5-7 лет

2.1 Выявление уровней развития эмоциональной сферы у детей 5-7 лет

Эмпирическое исследование было организовано и проведено на базе структурного подразделения СП «Детский сад № 4» ГБОУ ООШ № 7 г. о. Сызрань. В эксперименте принимали участие 20 детей в возрасте 5-7 лет.

Цель эмпирической части нашего исследования – практическим путем определить возможности применения упражнений с песком в процессе работы по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

На констатирующем этапе эксперимента в качестве испытуемых были отобраны две группы детей 5-7 лет. Из них были сформированы экспериментальная и контрольная группы, по 10 детей в каждой.

Цель констатирующего эксперимента заключается в выявлении уровней развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста.

В ходе исследования использовались следующие показатели эмоциональной сферы ребенка 6-7 лет:

- тревожность;
- агрессивность;
- умение выражать свои эмоции;
- умение понимать чужие эмоции.

Методики:

- методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса) [17];
- графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой [7];
- проективная методика «Три желания» (автор Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина) [36];

– методика «Сюжетные Картинки» Р.Р. Калининой [12].

Диагностическая карта констатирующего этапа исследования представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Диагностическая карта констатирующего этапа исследования

Показатель	Диагностическая методика
Тревожность	Методика 1 – наблюдение (автор: Сирс).
Агрессивность	Методика 2 – «Кактус» (автор: М.А Панфилова).
Умение выражать свои эмоции	Методика 3 – «Три желания» (авторы: Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина).
Умение понимать чужие эмоции	Методика 4 – «Сюжетные Картинки» (автор: Р.Р. Калинина).

Методика 1 – наблюдение (автор Сирс).

Цель: определить уровень тревожности у детей 4-5 лет.

«На основе наблюдения дети оцениваются в соответствии с признаками шкалы Сирса.

Материалы: бланк протоколов.

Ход: исследование тревожности дошкольников проводилось на основании методики диагностики тревожности, включающая наблюдение по следующим признакам:

- часто напряжен, скован;
- часто грызет ногти;
- сосет палец;
- легко пугается;
- сверхчувствителен;
- плаксив;
- часто агрессивен;
- обидчив;
- нетерпелив, не может ждать;
- легко краснеет, бледнеет;

- имеет трудности в сосредоточении, особенно в экстремальной ситуации;
- суетлив, много лишних жестов;
- потеют руки;
- при непосредственном общении с трудом включается в работу;
- чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает на вопросы» [17].

Критерии оценивания:

- «низкий уровень тревожности (1 балл) – 1-4 признака.
- средний уровень (2 балла) – 5-6 признаков.
- высокий уровень (3 балла) – 7 и более признаков» [17].

Результаты по диагностическому заданию 1 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе по каждому ребенку представлены в приложении А.

Количественные результаты по диагностическому заданию 1 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе, представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Количественные результаты по диагностическому заданию 1 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе

Уровень тревожности	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Низкая тревожность	2	20	2	20
Средняя тревожность	3	30	4	40
Высокая тревожность	5	50	4	40

Для наглядности, процентное соотношение уровней тревожности у детей 5-7 лет в контрольной и экспериментальной группах на констатирующем этапе эксперимента, представлено на рисунке 1.



Рисунок 1 – Процентное соотношение уровней тревожности у детей 5-7 лет в контрольной и экспериментальной группах на констатирующем этапе эксперимента, %

Итак, на основе проведенного исследования по методике 1 – наблюдение можно констатировать, что в обеих группах преобладает высокая тревожность. Были зафиксированы признаки, которые чаще всего наблюдались у детей: часто напряжен, скован, суетлив, много лишних жестов, с трудом включается в работу, тихо отвечает на вопросы. С высоким уровнем тревожности в экспериментальной группе выявлено 5 (50 %) детей (Наташа П., Сережа С., Владик Ш., Марина В.). Так, Ваня Р. достаточно тяжело пошел на контакт, боялся совершить ошибку, отвечал слишком тихо.

Средний уровень тревожности в экспериментальной группе диагностирован у 3 (30 %) детей (Карины Ф., Матвея А., Вероники М.). Дети тихо отвечали на вопросы, по-разному реагировали на взрослого, проводящего методику, могли испугаться его и перестать отвечать на вопросы, руки иногда потели. Но в целом дети со средним уровнем лучше перенесли испытание, в конце проведения методики успокаивались и могли отвечать на вопросы.

Дети с низким уровнем тревожности спокойно прошли все этапы проведения методики, особых проявлений перечисленных признаков

практически не было выявлено. Всего таких детей двое (20 %). Это Виктория Т. и Алиса У.

В контрольной группе схожие результаты, здесь также самые часто замеченные признаки, которые были констатированы: часто напряжен, скован, суетлив, много лишних жестов, с трудом включается в работу, тихо отвечает на вопросы. С высоким уровнем тревожности в экспериментальной группе 4 (40 %) детей (Кирилл К., Степа М., Юлия Б., Никита С.). Так Кирилл К. достаточно тяжело пошел на контакт, боялся совершить ошибку, отвечал слишком тихо и неохотно.

Средний уровень тревожности в контрольной группе диагностирован также у 4 (40 %) детей (Богдана М., Динары И., Вовы Щ., Максима Л.). Дети тихо отвечали на вопросы, по-разному реагировали на взрослого, проводящего методику, могли испугаться его и перестать отвечать на вопросы, руки иногда потели. Но в целом дети со средним уровнем лучше перенесли испытание, в конце проведения методики успокаивались и могли отвечать на вопросы.

Дети с низким уровнем тревожности спокойно прошли все этапы проведения методики, особых проявлений перечисленных признаков практически не было выявлено. Всего таких детей двое (20 %) (Катя П. и Лиза Д.).

Диагностическая методика 2 – «Кактус» (автор М.А. Панфилова).

Цель: «выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности» [7].

Материалы: бумага, карандаши.

Ход: Ребенку предлагалось нарисовать кактус таким, каким он себе его представляет.

Критерии оценивания:

«Низкий уровень агрессивности – использование ярких цветов, изображение «радостных» кактусов, рисунок смещен к краю листа, наличие

выступающих отростков, необычность форм, наличие украшения, цветов, мягких линий.

Средний уровень агрессивности – сильный нажим на карандаш при рисовании, рисунок в центре листа, расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса, форм, наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса.

Высокий уровень агрессивности – иголки на кактусе находятся в большом количестве, использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, изображен дикорастущий кактус, пустынный кактус» [17].

Результаты по диагностическому заданию 2 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе по каждому ребенку представлены в приложении Б.

Результаты исследования агрессивности детей по методике 2 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе, представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты агрессивности детей по диагностической методике 2 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе

Уровень агрессивности	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Низкий уровень	2	20	3	30
Средний уровень	5	50	4	40
Высокий уровень	3	30	3	30

Процентное соотношение уровней агрессивности детей в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе на рисунке 2.

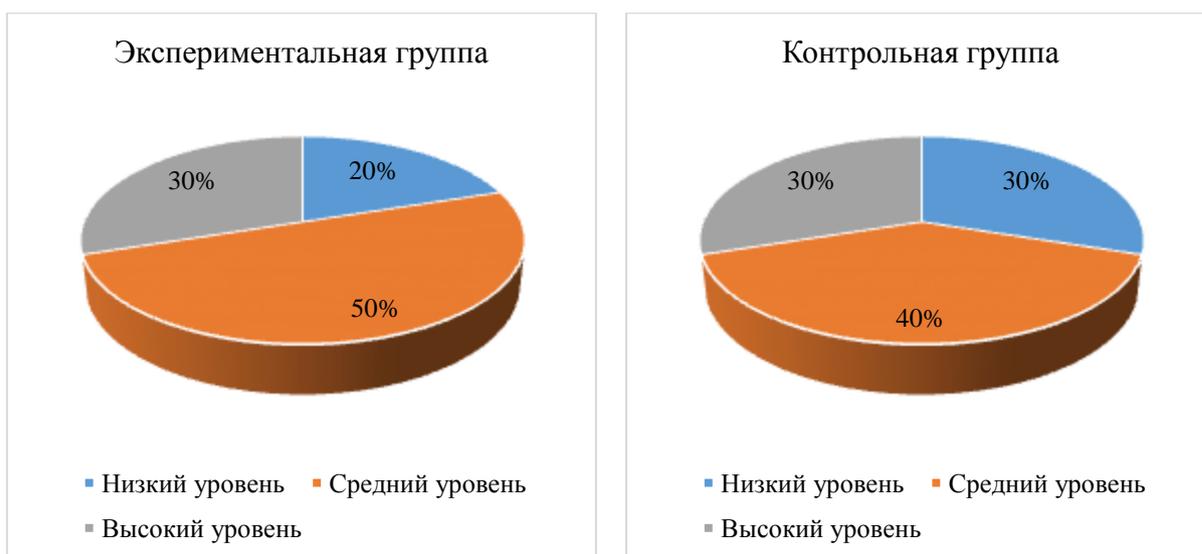


Рисунок 2 – Процентное соотношение уровней агрессивности детей в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе, %

Итак, на основе проведенного исследования по методике «Кактус» М.А. Панфиловой можно констатировать, что уровень агрессивности в контрольной и экспериментальной группе находится на примерно одинаковом уровне.

В экспериментальной группе высокий уровень агрессивности обнаружен у 3 (30 %) детей (Вани Р., Сережи С. и Владика Ш.). На рисунке, иголки на кактусе находятся в большом количестве, преобладает использование темных цветов, много внутренней штриховки, прерывистых линий, изображен дикорастущий кактус или пустынный кактус.

Средний уровень агрессивности диагностирован у половины группы (5 детей), это Наташа П., Марина В., Матвей А., Карина Ф., Вероника М.). На рисунках у этих детей наблюдается сильный нажим на карандаш при рисовании, рисунок в центре листа, расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса, форм, наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса.

Низкий уровень агрессивности показали двое детей, Виктория Т. и Алиса У. На рисунках девочек выделяется использование ярких цветов, изображение «радостных» кактусов, рисунок смещен к краю листа, наличие

выступающих отростков, необычность форм, наличие украшения, цветов, мягких линий.

В контрольной группе высокий уровень агрессивности выявлен также у троих детей (Кирилла К., Степана М., Никиты С.). На рисунке детей кактус с большим количеством иголок, преобладание темных цветов, внутренней штриховки, прерывистых линий; изображен дикорастущий кактус или пустынный кактус.

Средний уровень агрессивности диагностирован у 4 (40 %) детей (Юли Б., Богдана М., Вовы Щ., Максима Л.). На рисунках у этих детей наблюдается сильный нажим на карандаш при рисовании, рисунок в центре листа, расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса, форм, наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса.

Низкий уровень агрессивности показали трое детей (Динара И., Катя П. и Лиза Д.). Рисунки девочек выполнены с использованием ярких цветов, изображение «радостных» кактусов, рисунок смещен к краю листа, наличие выступающих отростков, необычность форм, наличие украшения, цветов, мягких линий.

Диагностическая методика 3 – «Три желания» (автор Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина).

Цель: выявить уровень умения детей выражать свои эмоции.

Материалы: бумага, карандаши.

Ход: «Представьте, что золотая рыбка может выполнить три желания. Нарисуйте, что бы вы пожелали?»

Критерии оценивания:

- низкий уровень – рисунок отсутствует;
- средний уровень – рисунок связан с желанием для себя;
- высокий уровень – рисунок связан с желанием для других людей» [36].

Результаты по диагностическому заданию 3 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе по каждому ребенку представлены в приложении В.

Результаты исследования уровня умения детей выражать свои эмоции по методике 3 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе, приведены в таблице 4.

Таблица 4 – Количественные результаты исследования уровня умения детей выражать свои эмоции по методике 3 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе

Уровень умения выражать свои эмоции	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Низкий уровень	2	20	2	20
Средний уровень	5	50	4	40
Высокий уровень	3	30	4	40

На основе проведенного исследования по методике 3 «Три желания» (автор Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина) можно констатировать, что в экспериментальной группе высокий уровень умения выражать свои эмоции выявлен у 3 (30 %) детей (Алисы У., Наташи П., Марины В.). На рисунке изображены желания не для себя, а для родителей, родственников, друзей. Очень многие хотели бы потратить свои желания на то, чтобы мама имела больше времени отдыхать, много не работала, так как ей сложно. В третьем желании мог появиться мотив для себя, но это были скорее просьбы каких-то вещей, которые по каким-то причинам еще не купили родители.

Средний уровень умения выражать свои эмоции выявлен у 5 (50 %) детей (Виктории Т., Матвея А., Карины Ф., Вероники М., Сережи С.). Дети в основном пытались исполнить свои желания, но при этом не забывали и о близких людях.

Низкий уровень умения выражать свои эмоции выявлен у 2 (20 %) детей (Вани Р. и Владика Ш.). Эти дети сосредоточены только на своих

желаниях, про то, что они могут исполнить чье-то чужое заветное желание даже не думают.

В контрольной группе схожие результаты, высокий уровень выявлен у 4 (40 %) детей (Динары И., Кати П., Лизы Д. и Юли Б.). На рисунке изображены желания не для себя, а для родителей, родственников, друзей.

Средний уровень умения выражать свои эмоции выявлен в контрольной группе у 4 (40 %) детей (Богдана М., Вовы Щ., Максима Л. и Никиты С.). Дети в основном пытались исполнить свои желания, но при этом не забывали и о близких людях.

Низкий уровень умения выражать свои эмоции выявлен в контрольной группе у двоих детей (Степа М. и Кирилл К.). Эти дети сосредоточены только на своих желаниях, про то, что они могут исполнить чье-то чужое, заветное желание, даже не думают.

Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей выражать свои эмоции по методике 3 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе, представлены на рисунке 3.



Рисунок 3 – Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей выражать свои эмоции по методике 3 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе, %

Диагностическая методика 4 – «Сюжетные картинки» (автор Р.Р. Калинина).

Цель: выявить уровень умения детей понимать чужие эмоции.

Материалы: картинки с изображением положительных и отрицательных поступков сверстников.

Ход: «Ребенку предлагались картинки с изображением положительных и отрицательных поступков сверстников, которые нужно разложить так, чтобы с одной стороны лежали те, на которых нарисованы хорошие поступки, а с другой – плохие» [12].

Результаты оценивались по следующим критериям:

«Низкий уровень – ребенок неправильно раскладывает картинки (в одной стопке оказываются картинки с изображением как положительных, так и отрицательных поступков), эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют. Либо ребенок правильно раскладывает картинки, но не может обосновать свои действия» [12].

«Средний уровень – правильно раскладывая картинки, ребенок обосновывает свои действия; эмоциональные реакции адекватны, но выражены слабо. Слабое выражение эмоций – средний уровень (СУ)» [12].

«Высокий уровень – ребенок обосновывает свой выбор (возможно, называет моральную норму); эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции и так далее. Высокий уровень развития эмоций (ВУ)» [12].

Результаты по диагностическому заданию 4 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе по каждому ребенку представлены в приложении Г.

Результаты исследования умения детей понимать чужие эмоции по методике 4 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе приведены в таблице

Таблица 5 – Количественные результаты исследования умения детей понимать чужие эмоции по методике 4 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе

Уровень умения понимать эмоции	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Высокий уровень	3	30	4	40
Средний уровень	4	40	4	40
Низкий уровень	3	30	2	20

Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей понимать чужие эмоции по методике 4, в контрольной и экспериментальной группах, на констатирующем этапе представлено на рисунке 4.

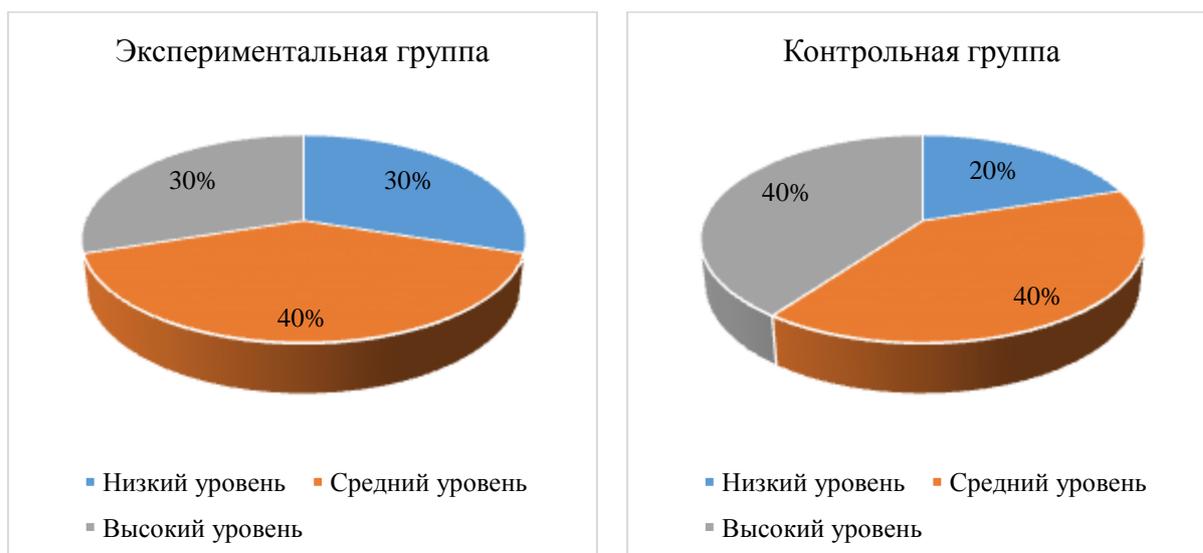


Рисунок 4 – Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей понимать чужие эмоции по методике 4 в контрольной и экспериментальной группах на констатирующем этапе

Итак, на основе проведенного исследования по 4 методике: «Сюжетные картинки» (автор Р.Р. Калинина) можно констатировать, что в экспериментальной группе высокий уровень умения понимать чужие эмоции выявлен у троих детей (Алиса У., Виктория Т., Наташа П.). Их

эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции.

Средний уровень умения понимать чужие эмоции выявлен у четверых детей (Марина В., Матвей А., Карина Ф., Вероника М.). Эмоциональные реакции этих детей адекватны, но выражены слабо.

Низкий уровень умения понимать чужие эмоции выявлен у троих детей (Сережа С., Ваня Р., Владик Ш.). Их эмоциональные реакции неадекватны. Либо эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют, что говорит об эмоциональной заторможенности.

В контрольной группе высокий уровень умения понимать чужие эмоции выявлен у четверых детей (Динара И., Катя П., Лиза Д. и Юлия Б.). Их эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции.

Средний уровень умения понимать чужие эмоции выявлен также у четверых детей (Богдан М., Вова Щ., Максим Л. и Никита С.). Эмоциональные реакции этих детей адекватны, но выражены слабо.

Низкий уровень умения понимать чужие эмоции в контрольной группе свойственен двоим детям (Степа М. и Кирилл К.). Их эмоциональные реакции неадекватны. Либо эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют, что говорит об эмоциональной заторможенности.

Критерии уровней развития эмоциональной сферы у детей 5-7 лет по 4 методикам.

Низкий уровень развития эмоциональной сферы – психологические проявления, выражаются в пугливости, агрессивности, нетерпеливости, суетливости, эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют; рисунка либо нет, либо на нем присутствуют детали, свидетельствующие о тревожности ребенка (острые края, использование темных цветов, прерывистые линии).

Средний уровень развития эмоциональной сферы – психологические проявления, выражающиеся в скованности, чувствительности, уменьшение

силы голоса, эмоциональные реакции адекватны, но выражены слабо. Если рассматривать рисунок ребенка, то можно наблюдать сильный нажим на карандаш при рисовании, рисунок в центре листа.

Высокий уровень развития эмоциональной сферы – при общении ребенок проявляет спокойствие, терпеливость, эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции. Если рассматривать рисунок ребенка, то можно наблюдать использование ярких цветов, необычность форм, наличие украшения, цветов, мягких линий.

Количественные результаты общего сводного уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Количественные результаты общего сводного уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе

Уровень умения понимать эмоции	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество детей (чел.)	%	Количество детей (чел.)	%
Высокий уровень	3	30	3	30
Средний уровень	3	30	3	30
Низкий уровень	4	40	4	40

Процентное соотношение результатов исследования уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе представлено на рисунке 5.

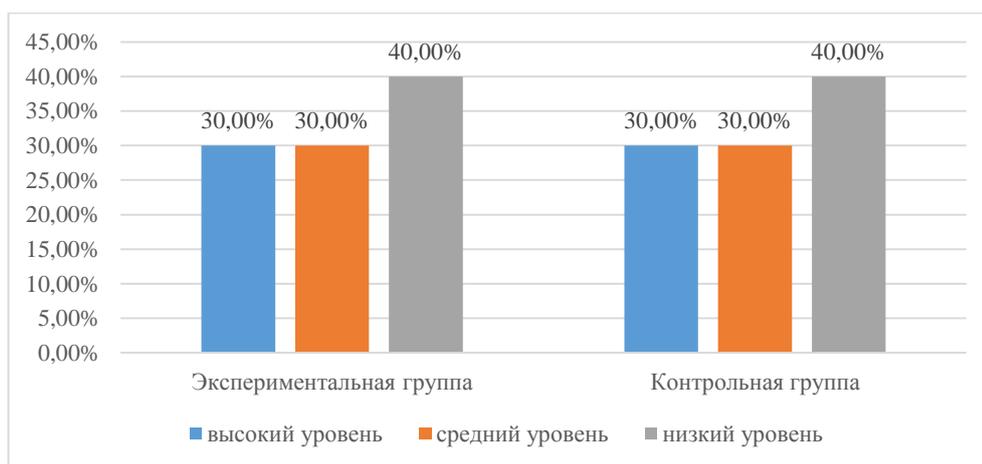


Рисунок 5 – Процентное соотношение результатов исследования уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе

На основании проведенного исследования можно сделать вывод о том, что в обеих группах детей одинаково недостаточно развита эмоциональная сфера. Помимо этого, было выявлено, что у некоторых детей экспериментальной группы наблюдалось чувство тревоги, стресса, страха, скованности. Потому, в данной группе детей необходимо проведение коррекционной работы, направленной на преодоление эмоциональных нарушений.

2.2 Содержание и организация работы по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет посредством песочной терапии

На основании проведенного исследования можно сделать вывод о том, что на этапе констатирующего эксперимента в обеих группах детей одинаково недостаточно развита эмоциональная сфера; у некоторых детей наблюдалось чувство тревоги, стресса, страха, скованности. Общий сводный уровень развития эмоциональной сферы показал, что высоким и средним уровнем обладают по трое детей (30 %), низкий уровень имеют четверо детей (40 %) контрольной и экспериментальной группы.

Потому, в данной группе детей было необходимо проведение профилактической работы, направленной на преодоление эмоциональных нарушений.

Согласно гипотезе, применение средств песочной терапии положительно скажется на профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет, если:

- обогащена развивающая предметно-пространственная среда материалами и оборудованием для песочной терапии;
- отобраны игры и упражнения с песком в соответствии с возрастными особенностями развития детей;
- включены игры и упражнения с песком в занятия по профилактике эмоциональных нарушений у детей.

Для этого в СП «Детский сад № 4» ГБОУ ООШ № 7 г. о. Сызрань было оборудовано помещение, где были созданы условия для занятий песочной терапией: установлены столы с песочницами на уровне роста детей, подготовлены сопутствующие материалы: формочки, грабельки, палочки, оросители с водой для смачивания песка. Рядом с помещением есть туалет с раковиной, чтобы после занятия ребенок имел возможность помыть руки.

Далее мы разработали и реализовали комплекс занятий с использованием средств песочной терапии. В основе лежат занятия, предложенные Е.А. Макаровой, Н.А. Балаевой.

Комплекс разработан на основе следующих принципов:

- «создание естественной стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность. Для этого подбираются задания, соответствующие возможностям ребенка; формулируется инструкция к играм в сказочной форме; исключается негативная оценка его действий, идей, результатов, поощряется фантазия и творческий подход;
- оживление абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур и прочее. Реализация этого принципа позволяет сформировать и

усилить положительную мотивацию к занятиям и личностную заинтересованность ребенка в происходящем;

- реальное проживание, проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями сказочных игр. На основе этого принципа осуществляется взаимный переход воображаемого в реальное и наоборот. Например, оказавшись в роли Спасителя Принцессы, ребенок не только предлагает выход из ситуации, но и реально разыгрывает ее на песке с помощью миниатюрных фигурок. Так, он убеждается в правильности или ошибочности выбранного пути» [22].

Для реализации третьей задачи поставленной гипотезы были заявлены следующие цели занятий:

- для профилактики агрессивного эмоционального нарушения: гармонизация процесса развития личности, снижение напряжения, обучение навыкам контроля за своим эмоциональным состоянием, выработка механизма эмпатии, сочувствия и доверия друг к другу;
- для профилактики возникновения расторможенного эмоционального нарушения: устранение конфликтов, разрушение комплексов;
- для профилактики застенчивого, ранимого, обидчивого, робкого, тревожного поведения: формирование положительного отношения к себе, развитие свободного общения со взрослыми и детьми.

Формы работы с детьми: занятия «Чувствительные ладошки», «Знакомство с Песочной Феей», «В гостях у песочной Феи», «Путешествие золотой рыбки», «Солнечный мальчик», «Колобок», «В песочной стране», «Волшебный цветок», «Сказочная страна», «Городок игрушек», «У солнышка в гостях», «Город веселых музыкантов», «Путешествие к гномам в горы», «Приключения Квака», «В поисках радуги».

Комплекс занятий был рассчитан на один месяц. Занятия проводились один раз в неделю, длились 30-35 минут.

Все занятия были разделены на три блока: для профилактики агрессивного эмоционального нарушения, для профилактики

расторможенного эмоционального нарушения, для профилактики застенчивого, ранимого, обидчивого, робкого, тревожного поведения. Каждый блок состоял из пяти занятий.

В процессе работы решались следующие задачи:

- переключаться с одного эмоционального состояния в противоположное;
- развивать произвольное управление поведением, способность сопереживать, волевое усилие, сосредоточенность на определенной работе;
- научить позитивным выходам злости, агрессии, страхов;
- выстраивая профилактическую работу с детьми, составить систему занятий с учётом возрастных особенностей детей.

Комплекс занятий по профилактике эмоциональных нарушений предполагает пять шагов организации процесса.

Демонстрация песочницы. «Посмотрите, наша песочница заполнена песком наполовину, поэтому видны голубые борта. Как вы думаете, зачем это нужно? Действительно, борта символизируют небо. У песочницы есть еще один секрет, если мы с вами раздвинем песок, то обнаружим голубое дно. Как вы думаете, а это зачем нужно? Действительно, дно символизирует воду. Вы можете создать реку, озеро, море и даже океан. А с помощью кувшина с водой сухой песок легко превращается во влажный. Словом, здесь все подвластно вашей фантазии» [22].

Демонстрация коллекции фигурок. «Посмотрите здесь много самых разнообразных фигурок. Вы можете их рассмотреть, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди, и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, вы можете использовать разные фигурки» [22].

Знакомство с правилами игр на песке. «Игры с песком выдвигают значительное число ограничений, запретов. Нужно познакомить детей с правилами в контексте некоего ритуала, постоянно повторяющегося действия, в котором эти правила проживаются и проигрываются» [22].

«Формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия. Этот шаг осуществляет сказочный герой (Песочный Человечек, Фея, черепаха Тортила). Он задает тему занятия, от его лица ведется увлекательный рассказ о каком-либо событии, он формулирует задания и загадывает загадки. Иными словами, весь образовательный материал преподносится детям этим сказочным персонажем. Он же ведет игровой процесс, контролирует его ход, резюмирует и анализирует результаты творческих работ, «коронуется» и подбадривает каждого из ребят» [22].

Завершение занятия, ритуал выхода. «Завершая работу в песочнице, ребяташки разбирают свои постройки, расставляют игрушки на полки стеллажа; разравнивают песок, кладут ладони на поверхность песка и произносят слова благодарности» [22].

Содержание комплекса занятий, направленных на профилактику эмоциональных нарушений средствами песочной терапии представлено в таблице 7.

Таблица 7 – Содержание комплекса занятий, направленных на профилактику эмоциональных нарушений средствами песочной терапии

Этапы	Содержание	Цели
Блок 1: для профилактики агрессивного эмоционального нарушения	«Чувствительные ладошки», «В песочной стране», «Волшебный цветок», «Приключения Квака», «Город веселых музыкантов»	Снижение напряжения, обучение навыкам контроля за своим эмоциональным состоянием, выработка механизма эмпатии, сочувствия и доверия друг к другу.
Блок 2: для профилактики расторможенного эмоционального нарушения	«В гостях у песочной Феи», «Колобок», «Городок игрушек», «Путешествие к гномам в горы», «Путешествие золотой рыбки»	Устранение конфликтов, разрушение комплексов.
Блок 3: для профилактики застенчивого, ранимого, обидчивого, робкого, тревожного поведения	«Знакомство с Песочной Феей», «Солнечный мальчик», «Сказочная страна», «У солнышка в гостях», «В поисках радуги».	Формирование положительного отношения к себе, развитие свободного общения со взрослыми и детьми.

Рассмотрим два занятия из блока 2 и 3.

Конспект занятия «В гостях у Песочной феи».

Цель: пополнить знания свойствах песка (сухой, сыплется, влажный – можно лепить). Учить пользоваться лейкой. Развивать стремление к труду, наблюдательность, и аккуратность.

Материал: пластмассовые бутылки, рюкзак, кукла «Королева песочного мира», воронки, лейки, совочки, ведерки, колокольчик, обручи, дорожка или скамейка, камешки.

Ход занятия:

Показ волшебной коробочки.

– Ребята посмотрите, это коробочка. А чья же она? Ребята так она потерялась, она должна была попасть в «Песочное королевство», к «Песочной фее». (читаю на коробочке). А почему-то попала к нам в группу.

– Ребята, а давайте мы возьмем её себе и посмотрим, что в ней? так она ведь не наша, а «Песочной феи». Ребята, а вы знаете, что не красиво брать чужие вещи. Давайте мы её отнесем в «Песочное королевство» к «Песочной фее», а если нужно она сама покажет, что в ней!

– Ребята, а вы знаете где «Песочное королевство»? где много песка. На пути будут испытания. Мы с вами должны пройти через топкое болото и по узенькому мостику, через реку. Чтобы пройти через болото мы должны уметь хорошо прыгать по кочкам. (прыжки в обруч).

Теперь пройти нужно по узкому мостику. (ходьба по дорожке, скамейке).

Вот мы и пришли в «Песочное королевство» (Педагог показывает на песочницу, а где же «Песочная фея». Что бы она появилась нужно позвонить в волшебный колокольчик. (звук колокольчика).

Появилась «Песочная фея».

– Здравствуйте ребята! Очень хорошо, что вы её принесли спасибо.

– «Песочная фея» а ты не могла нам показать, что в этой у тебя такой красивой коробочке?

– Ребята, конечно, я вам покажу, что внутри, но для начала я хочу с вами поиграть в моем Песочном королевстве. Вы любите играть с песком? Посмотрите на песок. Здесь кто-то уже играл и весь песок разбросал. Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы. А еще дети нельзя бросать песок в других и брать его в рот. Давайте мы соберем весь песок в песочницу. Насыпайте песок совочком в ведерко и высыпайте на середину песочницы.

– Настя, песочек нужно собирать совочком и класть в ведерко, а потом уже в песочницу. Вы молодцы, дети. Все постарались.

– А теперь посмотрите, какие у «Песочной феи» красивые предметы. (показываю).

Все бутылочки, вороночки, яркие, разные. Мне «Песочная фея» на ушко сказала, что разрешает с ними поиграть. Давайте сначала насыплем в бутылочки песок. Посмотрите, как нужно сыпать. Берем воронку и через нее аккуратно насыпаем песок. Пользоваться нужно совочком, не набирая много песка. Женя, у тебя нет воронки? И песок не насыпается в бутылочку без нее? Давайте я тебе помогу. Видишь, без воронки плохо насыпать песок. Песок сухой, сыплется тонкой струйкой.

Беру лейку с водой.

– Скажите, для чего нужна лейка? Из нее можно поливать песок, чтобы его увлажнить. А теперь посмотрите, как правильно нужно лить воду, аккуратно, тонкой струйкой. Поливать нужно медленно, вдоль песочницы. Вода будет впитываться равномерно по всей поверхности песка. Напевая:

Ты, водичка, лей, лей!

Ты, песочек, пей, пей!

Становлюсь перед детьми, поливаю ещё раз песок и прошу 2-3 полить песочек.

– А теперь посмотрите, помешаю песок совочком. Теперь песок стал влажным. Посмотрите, даже по цвету он другой. Сразу видно, где сухой, где влажный песок. Ну-ка, попробуйте насыпать его в бутылочку. Почему не

сыплется? Из влажного песка можно что-нибудь построить? Лепить? А из сухого? Почему?

— Давайте попробуем из влажного песка построить домик. Для этого нужно утрамбовывать песок. Посмотрите, как надо утрамбовывать песок, затем в нем с одного края выбирать часть. Посмотрите, получаются маленькие домики.

Затем показываю, как делать дверь.

— Давайте представим, что здесь будут жить мышата. Где живут мышата? А где же мышата? А мне фея подсказала, что они в коробочке, в которую мы несли ей.

— Ребята так ведь это камешки, ой посмотрите вот же они. Они кошечку испугались, которая может их поймать, и спрятались в камешках. Ребята, «песочная фея» дарит нам их. Ребята давайте их спрячем от кошки, нужно каждому мышонку сделаем норку. Красивый домик-норка получится для мышат.

Пусть не сердятся родители,

Что измажутся строители,

Потому что тот, кто строит,

Тот чего-нибудь да стоит!

И не важно, что пока

Этот домик из песка!

«Кот и мышки»

Мыши водят хоровод

На лежанке дремлет кот.

Тише, мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите.

Как проснётся Васька кот

Разобьёт наш хоровод

Педагог: Вы очень хорошо занимались на занятии, были внимательными, старались. Помогли мышкам.

Более подробно занятия из приведенного комплекса отражены в приложении Б.

Таким образом, предложенный комплекс занятий и работа нему должны были способствовать эффективной коррекции эмоциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста.

2.3 Выявление динамики у детей 5-7 лет в уровне эмоциональных нарушений

После проведения формирующего эксперимента был проведен контрольный этап исследования. Обследование проводилось по тем же методикам, что и на этапе констатирующего эксперимента.

Методика 1 – наблюдение (автор: Сирс).

Количественные результаты по диагностическому заданию 1 в контрольной и экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлены в таблице 8.

Таблица 8 – Количественные результаты по диагностическому заданию 1 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Уровень тревожности	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Количество детей (чел.)	%	Количество детей (чел.)	%
Низкая тревожность	2	20	5	50
Средняя тревожность	3	30	3	30
Высокая тревожность	5	50	2	20

Для наглядности, процентное соотношение уровней тревожности у детей 5-7 лет в экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапе эксперимента, представлено на рисунке 6.

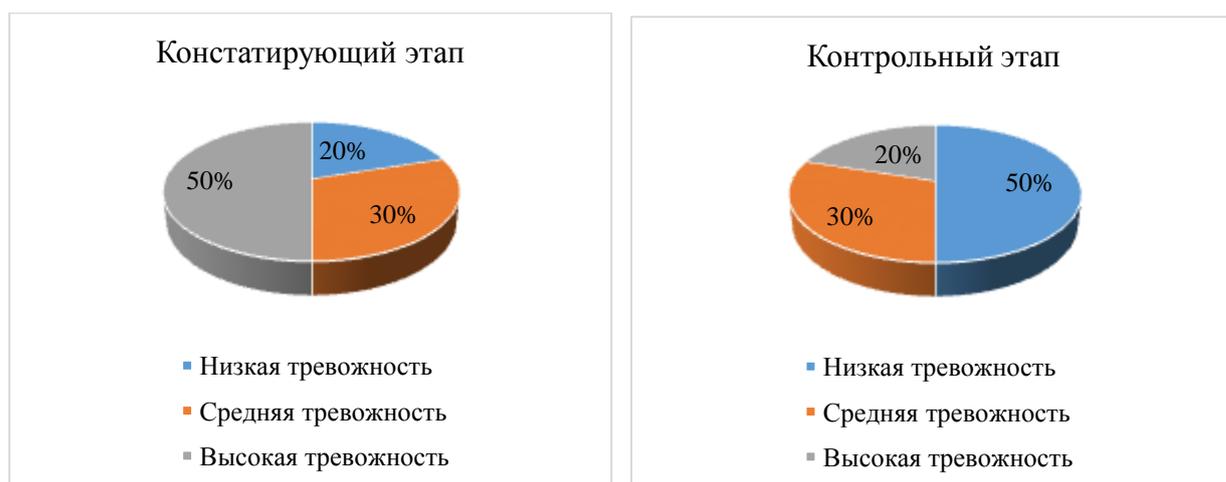


Рисунок 6 – Процентное соотношение уровней тревожности у детей 5-7 лет в экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапе эксперимента, %

Итак, на основе проведенного исследования по методике 1 – наблюдение (Автор Сирс) можно констатировать, что высокая тревожность в экспериментальной группе снизилась, теперь детей с высоким уровнем тревожности 20 %. Общее снижение высокого уровня тревожности произошло на 30 %. Средний уровень тревожности в экспериментальной группе диагностирован также у 30 % детей. Это те дети, у которых на этапе констатирующего эксперимента был выявлен высокий уровень тревожности. То есть если в количественном выражении, кажется, ничего не случилось. Но при этом можно отметить улучшение уровня тревожности у троих детей. Дети с низким уровнем тревожности спокойно прошли все этапы проведения методики, особых проявлений перечисленных признаков практически не было выявлено. Низкий уровень тревожности наблюдается у 50 % детей, что на 30 % больше, чем на констатирующем этапе.

Диагностическое задание 2 – «Кактус» (автор: М.А. Панфилова). Результаты исследования агрессивности детей по методике 2 в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапе приведены в таблице 9.

Таблица 9 – Количественные результаты по диагностическому заданию 2 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Уровень агрессивности	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Низкий уровень	2	20	6	60
Средний уровень	5	50	3	30
Высокий уровень	3	30	1	10

Процентное соотношение по уровню агрессивности детей в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента на рисунке 7.

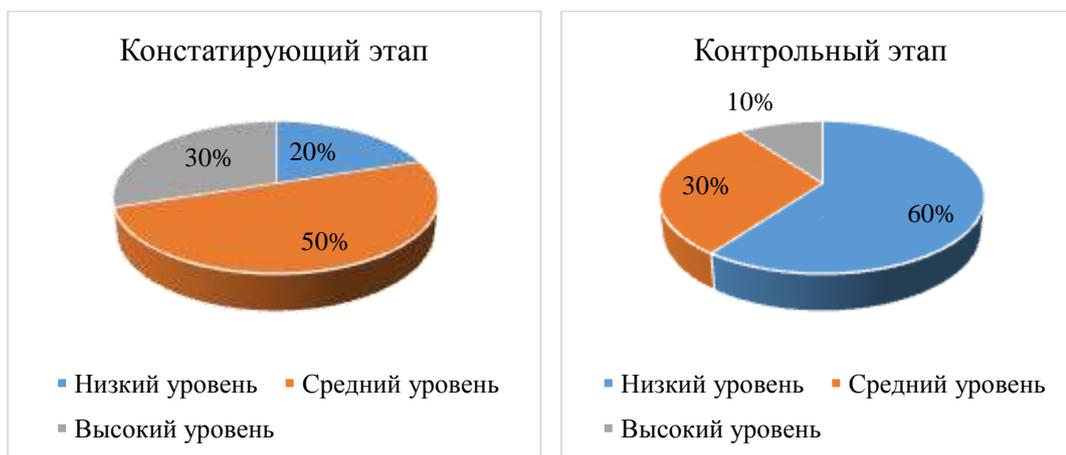


Рисунок 7 – Процентное соотношение уровней агрессивности детей в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Итак, на основе проведенного исследования по методике: «Кактус» М.А. Панфиловой можно констатировать, что в экспериментальной группе высокий уровень агрессивности снизился на 20 % (с 30 % на констатирующем до 10 % на контрольном этапе). Средний уровень агрессивности также снизился на 20 % (с 50 % до 30 %). Низкий уровень агрессивности показали теперь 60 % детей, в то время как на констатирующем этапе он был у 20 % детей.

Диагностическая методика 3 – «Три желания» (автор Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина).

Результаты исследования уровня умения детей выражать свои эмоции по методике 3 экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапе приведены в таблице 10.

Таблица 10 – Количественные результаты по диагностическому заданию 3 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Уровень умения выражать свои эмоции	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Количество детей (чел.)	%	Количество детей (чел.)	%
Низкий уровень	2	20	1	10
Средний уровень	5	50	3	30
Высокий уровень	3	30	6	60

Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей выражать свои эмоции по методике 3 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлено на рисунке 8.

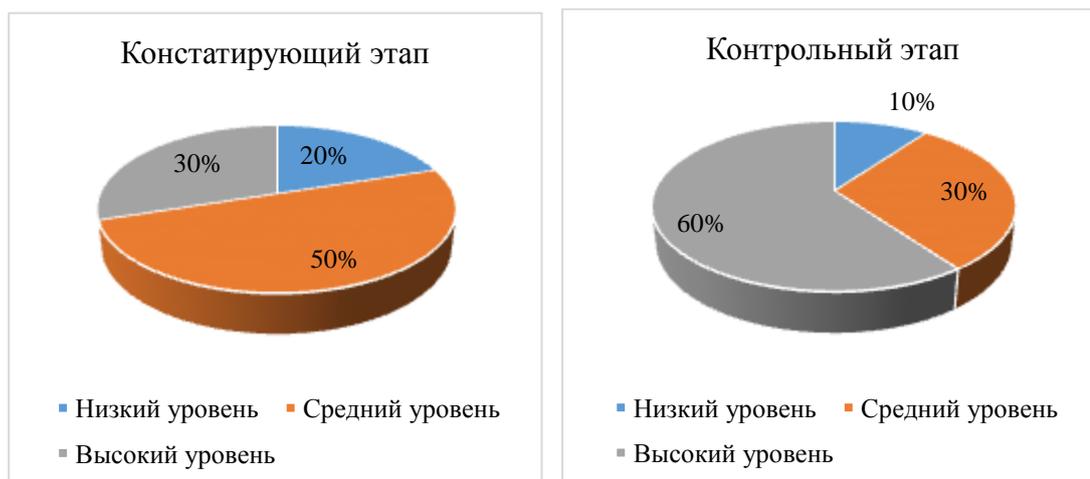


Рисунок 8 – Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей выражать свои эмоции по методике 3 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Итак, на основе проведенного исследования по методике: «Три желания» можно констатировать, что в экспериментальной группе высокий уровень умения выражать свои эмоции поднялся на 30 % (с 30 % на констатирующем до 60 % на контрольном этапе). То есть количество детей с высоким уровнем умения выражать свои эмоции выросло вдвое.

Средний уровень умения выражать свои эмоции уменьшился на 20 % (с 50 % до 30 %). Низкий уровень умения выражать свои эмоции остался только у 10 % детей ребенка, в то время как на констатирующем этапе таких детей было 20 %.

Диагностическая методика 4 – «Сюжетные картинки» (автор: Р.Р. Калинина). Результаты исследования умения детей понимать чужие эмоции по методике 4 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента приведены в таблице 11.

Таблица 11 – Количественные результаты исследования умения детей понимать чужие эмоции по методике 4 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Уровень умения понимать эмоции	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Высокий уровень	3	30	7	70
Средний уровень	4	40	2	20
Низкий уровень	3	30	1	10

Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей понимать чужие эмоции по методике 4 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлено на рисунке 9.

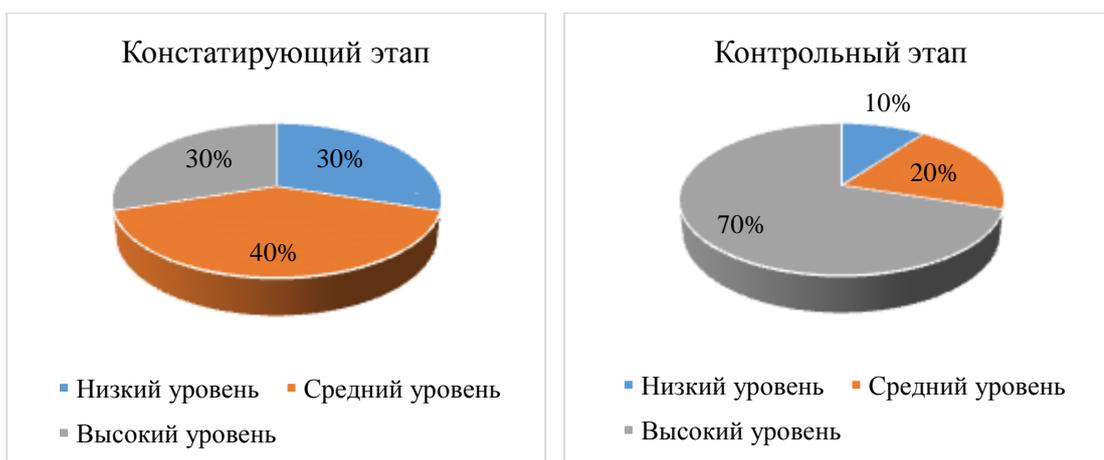


Рисунок 9 – Процентное соотношение результатов исследования уровней умений детей понимать чужие эмоции по методике 4 в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Итак, на основе проведенного исследования по методике: «Сюжетные картинки» можно констатировать, что в экспериментальной группе высокий уровень умения понимать чужие эмоции выявлен у троих детей, которые и раньше имели его (Алиса У., Виктория Т., Наташа П.), а также еще у четверых детей, которые ранее имели более низкие уровни умения понимать чужие эмоции (Марина В., Матвей А., Карина Ф., Вероника М.).

Средний уровень умения понимать чужие эмоции теперь у двоих детей, которые раньше имели низкий уровень по этому показателю (Сережа С. и Владик Ш.).

С низким уровнем умения понимать чужие эмоции остался только Ваня Р.

Результаты общего сводного уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Результаты общего сводного уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Уровень умения понимать эмоции	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Количество детей, чел.	%	Количество детей, чел.	%
Высокий уровень	3	30	6	60
Средний уровень	3	30	3	30
Низкий уровень	4	40	1	10

Результаты диагностики общего сводного уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлены на рисунке 10.

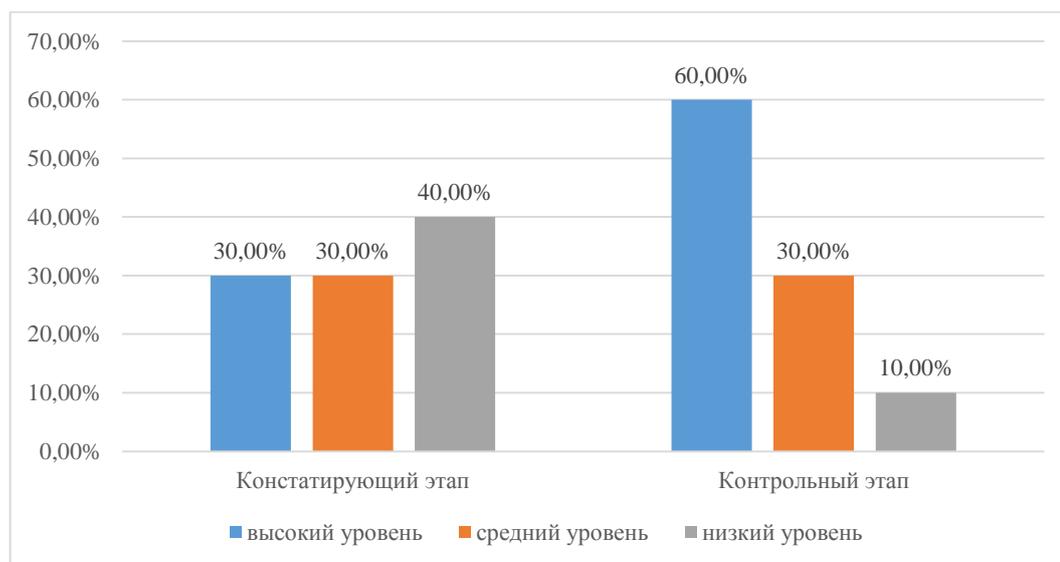


Рисунок 10 – Результаты диагностики общего сводного уровня развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Результаты контрольного эксперимента показали, что количество детей с высоким уровнем развития эмоциональной сферы увеличилось на 30 % (с 30 % на констатирующем этапе до 60 % на контрольном этапе), средний

уровень остался без изменений. Связано это с тем, что дети, которые были на среднем уровне развития эмоциональной сферы поднялись на высокий уровень, а дети с низкого уровня – на средний. Так детей на низком уровне развития эмоциональной сферы также стало меньше на 30 % (на констатирующем их было 40 %, а на контрольном – только 10 %). В итоге в экспериментальной группе остался только один ребенок с низким уровнем развития эмоциональной сферы.

Проведенное исследование показало, что средства песочной терапии позволяют преодолеть эмоциональные нарушения детей старшего дошкольного возраста. Таким образом, гипотеза, поставленная нами перед началом исследования, нашла свое подтверждение: применение средств песочной терапии положительно сказалось на профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Заключение

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что тревожность – это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги. Анализ теоретических подходов позволил выявить многофакторность причин и проявлений тревожности детей дошкольного возраста. При этом причины могут иметь корни как социального происхождения, так и индивидуальные.

В рамках гипотезы исследования мы предполагали, что применение средств песочной терапии положительно скажется на профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Для достижения цели работы и проверки гипотезы нами решен ряд конкретных задач:

- изучена психологическая и педагогическая литература, обоснованы теоретические основы проблемы развития эмоциональной сферы детей 5-7 лет средствами песочной терапии;
- выявлен уровень развития эмоциональной сферы у детей 5-7 лет;
- разработан и апробирован комплекс занятий по профилактике эмоциональной сферы у детей 5-7 лет средствами песочной терапии;
- выявлена динамика в развитии эмоциональной сферы у детей 5-7 лет.

Исследовательская работа была проведена на базе структурного подразделения СП «Детский сад № 4» ГБОУ ООШ № 7 г. о. Сызрань.

На этапе формирующего эксперимента использовались занятия средствами песочной терапии. В задачи формирующего эксперимента входила разработка комплекса занятий, направленных на профилактику эмоциональных нарушений у детей старшего дошкольного возраста. Нами был подобран комплекс занятий, способствовавший снижению эмоционального напряжения у старших дошкольников. Эффективность применения комплекса занятий подтверждена данными контрольного этапа эксперимента и качественными изменениями в поведении детей. У всех

испытуемых с высоким уровнем тревожности наметилась тенденция к его снижению, снизилось количество агрессивных проявлений, меньше стало раздражительности, улучшился сон.

Таким образом, сопоставляя результаты исследования с выдвинутой предварительно рабочей гипотезой, можно констатировать, что цель и задачи исследования в рамках данной выпускной квалификационной работы удалось реализовать. По результатам итогового диагностирования, по отзывам педагогов, родителей и по нашим собственным наблюдениям, с уверенностью можно сказать, что гипотеза нашего исследования подтвердилась – применение средств песочной терапии положительно сказалось на профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.

Результаты данного исследования позволяют дать рекомендации о необходимости активного использования упражнений с песком, так как произошедшие у испытуемых личностные изменения можно назвать позитивными.

Список используемой литературы

1. Андреева И. Н. Албука эмоционального интеллекта. СПб. : БХВ-Петербург, 2017. 288 с.
2. Атарова А. Н. Эмоциональный компонент в структуре самостоятельности дошкольников: изучение и развитие // Начальная школа: теория и практика. 2019. № 4. С. 104–112.
3. Бодалев А. А. Личность и общение: Избранные труды. М. : Педагогика, 2013. 328 с.
4. Бреслав Г. М. Психология эмоций. М. : Академия, 2018. 238 с.
5. Венгер А. Л. Психологическое обследование старших дошкольников. М. : Владос-Пресс, 2018. 315 с.
6. Выготский Л. С. История развития высших психических функций: сборник сочинений. М. : Педагогика, 2009. 244 с.
7. Гонина О. О. Психология старшего дошкольного возраста. М. : Флинта, 2016. 194 с.
8. Гоулман Д. А. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2017. 544 с.
9. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по песочной терапии. СПб : «Речь», 2016. 282 с.
10. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Игры в сказкотерапии. СПб. : Речь, 2016. 208 с.
11. Гранина И. В. Песочная терапия в психотерапии. Екатеринбург, 2017. 65 с.
12. Демьянов Ю. Г. Диагностика психических нарушений: практикум. СПб. : МиМ, Респекс, 2019. 224 с.
13. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по песочной терапии. СПб. : Речь, 2012. 224 с.
14. Изард К. Эмоции человека. М. : Юнити-Дана, 2016. 71 с.

15. Катаева Л. И. Работа психолога с застенчивыми детьми. М. : Книголюб, 2017. 56 с.
16. Кошелева А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников: учебное пособие для студентов. М. : Академия, 2013. 176 с.
17. Красавина А. В. Профилактика эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста методами песочной терапии // Вопросы педагогики и психологии. 2020. № 2. С. 118–125.
18. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет. Ярославль : Академия развития, 2017. 208 с.
19. Курманова Н. С. Психологическая коррекция детско-родительских отношений социально и педагогически запущенных подростков: дис. ... канд. психол. наук. Казань, 2018. С. 112–114.
20. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб. : Речь, 2018. 254 с.
21. Лопатина О. Г. Психолого-педагогическая работа с родителями по профилактике нарушений эмоциональной сферы дошкольников // Справочник педагога-психолога. Детский сад. 2017. № 4. С. 65–78.
22. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте. М. : Инт психологии РАН, 2016. 113 с.
23. Макарова Е. А. Программа «Путешествие по песочной стране». СПб. : Питер, 2018. 52 с.
24. Маклаков А. Г. Общая психология. СПб. : Питер, 2017. 592 с.
25. Мамайчук И. И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. СПб. : Речь, 2017. 220 с.
26. Мариллов В. В. Общая психопатология: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Издательский центр «Академия», 2019. 224 с.
27. Мартыненко М. Н. Развитие эмоционального интеллекта у детей среднего дошкольного возраста // V Ежегодная международная научно-практическая конференция «Воспитание и обучение детей старшего возраста». 2016. № 5. С. 88–90.

28. Мешавкина Т. Ф. Использование песочной терапии в работе с дошкольниками. Екатеринбург, 2016. 78 с.
29. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студ. вузов. М. : изд. центр «Академия», 2019. 456 с.
30. Немов Р. С. Психология: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. М. : Просвещение, 2004. 576 с.
31. Овчарова Р. В. Практическая психология. М. : Сфера, 2016. 510 с.
32. Полянская Т. Б. Игры и стихи для развития эмоциональной сферы старших дошкольников. М. : Детство-Пресс, 2016. 978 с.
33. Психология эмоций. СПб. : Питер, 2016. 496 с.
34. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб. : Речь, 2016. 176 с.
35. Скавитина А. В. Аналитическая игра в песок (сэндплэй) – дверь в королевство детства. М. : Просвещение, 2017. 127 с.
36. Урунтаева Г. А. Дошкольная психология: учебное пособие для студентов. М. : Академия, 2016. 336 с.
37. Шадриков В. Д. Введение в психологию: эмоции и чувства. М. : Логос, 2017. 156 с.
38. Шамарина Е. В. Особенности познавательной и эмоциональной сферы // Педагогика. 2017. № 4. С. 26–35.
39. Шмырева О. И. Психологическая модель преодоления эмоционального неблагополучия в подростковом возрасте // Мир психологии. 2017. № 1. С. 240–245.
40. Штейнхард Л. Юнгианская песочная терапия. СПб. : Питер, 2016. 320 с.

Приложение А

Результаты констатирующего эксперимента

Таблица А.1 – Количественные результаты методики Сирса в экспериментальной и контрольной группе

№ п/п	Часто напряжен, скован	Часто грызет ногти. Сосет палец	Легко пугается	Плаксив	Часто агрессивен	Обидчив	Нетерпелив, не может ждать	Легко краснеет, бледнеет	Имеет трудности в сосредоточении, особенно в экстремальной ситуации	Суетлив, много лишних жестов	Потеют руки	При непосредственном общении с трудом включается в работу	Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает на вопросы	Сверхчувствителен	Баллы	Вывод
Экспериментальная группа																
Вероника М.	+		+				+			+		+		+	6	С
Ваня Р.	+		+	+	+		+		+		+		+		8	В
Карина Ф.	+		+	+		+			+	+					6	С
Виктория Т.		+			+	+		+							4	Н
Наташа П.	+		+	+			+		+	+		+			7	В
Владик Ш.	+		+		+			+		+	+		+		7	В
Матвей А.	+		+	+		+		+	+						6	С
Алиса У.						+								+	2	Н
Сережа С.	+	+	+			+	+	+	+	+			+		9	В
Марина В.	+	+	+		+			+	+		+	+			8	Н
Контрольная группа																
Кирилл К.	+		+	+		+	+			+		+		+	8	В
Катя П.	+				+										3	Н
Степа М.	+		+	+		+			+	+			+		7	В
Вова Щ.		+			+	+		+				+			5	С
Лиза Д.	+				+			+		+					4	Н
Юля Б.	+		+	+			+		+	+		+			7	В
Богдан М.	+		+	+		+		+	+						6	С
Динара И.	+	+			+		+						+		5	С
Максим Л.	+	+								+	+		+		5	С
Никита С.	+	+	+			+	+	+	+	+			+		9	В

Продолжение Приложения А

Таблица А.2 – Количественные результаты методики «Кактус» в экспериментальной и контрольной группе

Имя Ф.	Количество баллов	Уровень
Экспериментальная группа		
Вероника М.	6	С
Ваня Р.	8	В
Карина Ф.	5	С
Виктория Т.	2	Н
Наташа П.	6	С
Владик Ш.	9	В
Матвей А.	5	С
Алиса У.	1	Н
Сереза С.	9	В
Марина В.	6	С
Контрольная группа		
Кирилл К.	8	В
Катя П.	2	Н
Степа М.	9	В
Вова Щ.	4	С
Лиза Д.	2	Н
Юля Б.	5	С
Богдан М.	6	С
Динара И.	5	С
Максим Л.	1	Н
Никита С.	9	В

Продолжение Приложения А

Таблица А.3 – Количественные результаты методики «Три желания» в экспериментальной и контрольной группе

Имя Ф.	Количество баллов	Уровень
Экспериментальная группа		
Вероника М.	4	С
Ваня Р.	1	Н
Карина Ф.	8	В
Виктория Т.	9	В
Наташа П.	5	С
Владик Ш.	2	Н
Матвей А.	5	С
Алиса У.	9	В
Сереза С.	5	С
Марина В.	6	С
Контрольная группа		
Кирилл К.	1	Н
Катя П.	9	В
Степа М.	5	С
Вова Щ.	6	С
Лиза Д.	8	В
Юля Б.	5	С
Богдан М.	9	В
Динара И.	5	С
Максим Л.	6	В
Никита С.	2	Н

Продолжение Приложения А

Таблица А.4 – Количественные результаты методики «Сюжетные картинки» в экспериментальной и контрольной группе

Имя Ф.	Количество баллов	Уровень
Экспериментальная группа		
Вероника М.	2	С
Ваня Р.	0	Н
Карина Ф.	3	В
Виктория Т.	3	В
Наташа П.	2	С
Владик Ш.	1	Н
Матвей А.	2	С
Алиса У.	3	В
Сереза С.	1	Н
Марина В.	2	С
Контрольная группа		
Кирилл К.	0	Н
Катя П.	3	В
Степа М.	2	С
Вова Щ.	2	С
Лиза Д.	3	В
Юля Б.	2	С
Богдан М.	3	В
Динара И.	2	С
Максим Л.	3	В
Никита С.	1	Н

Приложение Б

Конспекты занятий

Конспект занятия «В гостях у Песочной феи»

Цель: пополнить знания свойствах песка (сухой, сыплется, влажный – можно лепить). Учить пользоваться лейкой. Развивать стремление к труду, наблюдательность, и аккуратность.

Материал: пластмассовые бутылки, рюкзак, кукла «Королева песочного мира», воронки, лейки, совочки, ведерки, колокольчик, обручи, дорожка или скамейка, камешки.

Ход занятия:

Показ волшебной коробочки.

– ребята посмотрите, это коробочка. А чья же она? Ребята так она потерялась, она должна была попасть в «Песочное королевство», к «Песочной феи». (читаю на коробочке). А почему-то попала к нам в группу. Ребята, а давайте мы возьмем её себе и посмотрим, что в ней? так она ведь не наша, а «Песочной феи». Ребята, а вы знаете, что не красиво брать чужие вещи. Давайте мы её отнесем в «Песочное королевство» к «Песочной феи», а если нужно она сама покажет, что в ней!

Ребята, а вы знаете где «Песочное королевство»? где много песка.

На пути будут испытания. Мы с вами должны пройти через топкое болото и по узенькому мостику, через реку.

Чтобы пройти через болото мы должны уметь хорошо прыгать по кочкам (прыжки в обруч)

Теперь пройти нужно по узкому мостику (ходьба по дорожке, скамейке).

Вот мы и пришли в «Песочное королевство» (Педагог показывает на песочницу, а где же «Песочная фея»).

Что бы она появилась нужно позвонить в волшебный колокольчик (звук колокольчика)

Продолжение приложения Б

Появилась «Песочная фея».

– здравствуйте ребята! очень хорошо, что вы её принесли спасибо.

– «Песочная фея» а ты не могла нам показать, что в этой у тебя такой красивой коробочке?

Ребята, конечно, я вам покажу, что в нутрии, но для начала я хочу с вами поиграть в моем Песочном королевстве.

– вы любите играть с песком? Посмотрите на песок. Здесь кто-то уже играл и весь песок разбросал. Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы. А еще дети нельзя бросать песок в других и брать его в рот.

Давайте мы соберем весь песок в песочницу. Насыпайте песок совочком в ведерко и высыпайте на середину песочницы.

– Настя, песочек нужно собирать совочком и класть в ведерко, а потом уже в песочницу.

Вы молодцы, дети. Все постарались.

А теперь посмотрите, какие у «Песочной феи» красивые предметы (показываю).

Все бутылочки, вороночки, яркие, разные.

Мне «Песочная фея» на ушко сказала, что разрешает с ними поиграть.

Давайте сначала насыплем в бутылочки песок. Посмотрите, как нужно сыпать. Берем воронку и через нее аккуратно насыпаем песок. Пользоваться нужно совочком, не набирая много песка. Женя, у тебя нет воронки? И песок не насыпается в бутылочку без нее? Давайте я тебе помогу.

Видишь, без воронки плохо насыпать песок. Песок сухой, сыплется тонкой струйкой.

Беру лейку с водой.

– скажите, для чего нужна лейка?

Но можно и поливать песок, чтобы его увлажнить.

Продолжение приложения Б

А теперь посмотрите, как правильно нужно лить воду, аккуратно, тонкой струйкой. Поливать нужно медленно, вдоль песочницы. Вода буде впитываться равномерно по всей поверхности песка.

Напивая:

Ты, водичка, лей, лей!

Ты, песочек, пей, пей!

Становлюсь перед детьми, поливаю ещё раз песок и прошу 2-3 полить песочек.

А теперь посмотрите, помешаю песок совочком.

Теперь песок стал влажным.

Посмотрите, даже по цвету он другой. Сразу видно, где сухой, где влажный песок.

Ну-ка, попробуйте насыпать его в бутылочку.

Почему не сыплется?

Из влажного песка можно что-нибудь построить? лепить?

А из сухого? Почему?

Давайте попробуем из влажного песка построить домик. Для этого нужно утрамбовывать песок.

Посмотрите, как надо утрамбовывать песок, затем в нем с одного края выбирать часть. Посмотрите, получаются маленькие домики. Затем показываю, как делать дверь.

Давайте представим, что здесь будут жить мышата. Где живут мышата?

А где же мышата? А мне фея подсказала, что они в коробочке, в которую мы несли ей.

Ребята так ведь это камешки, ой посмотрите вот же они. Они кошечку испугались, которая может их поймать, и спрятались в камешках. Ребята «песочная фея» дарит нам их.

Продолжение приложения Б

Ребята давайте их спрячем от кошки, нужно каждому мышонку сделаем норку.

Красивый домик-норка получится для мышат.

Пусть не сердятся родители,

Что измажутся строители,

Потому что тот, кто строит,

Тот чего-нибудь да стоит!

И не важно, что пока

Этот домик из песка!

«Кот и мышки»

Мыши водят хоровод

На лежанке дремлет кот.

Тише, мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите.

Как проснётся Васька кот

Разобьёт наш хоровод

Педагог: Вы очень хорошо занимались на занятии, были внимательными, старались и помогли мышкам.

Конспект занятия «Приключения с песочной феей»

Цель: способствовать интенсивному и гармоничному развитию познавательных интересов детей, преодолению эмоциональной замкнутости, неуверенности в себе, снижению физического и психоэмоционального напряжения через создание естественной стимулирующей, комфортной среды.

Задачи:

– развивать коммуникативные навыки воспитанников;

– устанавливать положительные эмоциональные связи между участниками;

Продолжение приложения Б

- развивать воображение, любознательность;
- развивать творческой мышление;
- развивать мелкую моторику, тактильную чувствительность;
- развивать уверенность в собственных силах, умение работать коллективно;
- способствовать стабилизации эмоционального состояния;
- развитие навыков саморегуляции.

Оборудование: интерактивная песочница, набор игрушек, музыкальная колонка.

Время занятия: 40 минут.

Ход занятия.

Вводная часть:

Я приветствую всех, кто пришел в эту волшебную комнату. Сегодня у нас с вами не просто занятие, а занятие с гостями. Поэтому...

Для начала давайте вспомним правила поведения в нашем зале Чудес:

- нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы;
- нельзя бросать песок в других ребят или брать его в рот;
- перед работой с песком нужно «засучить» рукава;
- после игры надо помочь Песочной фее убрать игрушки на свои места;
- после игры с песком необходимо вымыть руки.

Здесь нельзя кусаться, драться!

И нельзя песком кидаться!

Можно строить и творить:

Горы, реки краски зрить –

Чтобы радость не забыть!

Никого не обижать,

Ничего не разорять!

Продолжение Приложения Б

Основная часть:

Мы продолжаем наше занятие. Сейчас я предлагаю вам положить руки на песок, закрыть глаза. Почувствуйте вашими ладонями каждую песчинку... Постараемся, чтобы песчинки не покидали свою страну, не падали на пол, ведь им будет от этого очень грустно и одиноко!

Дотронемся до песка поочередно пальчиками правой и левой руки, потом – всеми пальцами одновременно (дети выполняют упражнение). Дотронемся до песка ладошкой правой, потом левой руки, и обеими ладошками одновременно. Перетирайте песок между пальцами, ладошками, пересыпайте песок из ладошки вниз и на другую ладошку. Почувствуйте, какой он... Мне приятно... Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки... А что чувствуете вы? Какие у вас ощущения от прикосновения к песочку? Какой песок на ощупь? (ответы воспитанников: холодный, гладкий, шершавый, теплый, приятный или неприятный, мягкий, сухой..)

А еще он очень легкий. В любой момент он может разлететься если работать с ним резко. Поэтому важно при работе с песком, настроиться на вдумчивость и мягкость.

Упражнение «Следы на песке» (Режим «День/ ночь»). Мы много раз играли с вами с песком. Сегодня предлагаю поиграть в следы на песке.

Приготовьте ваши ручки.

- «песочные зайчики» (есть «солнечные зайчики», а у нас будут песочные): кончиками указательных и средних пальцев дети изображают прыгающие мягкие движения;
- «кошачьи лапки»: пальцы ладони складываются «щепоткой» и прижимаются к песку;
- «песочные медведи»: сначала дети «впечатывают» ладонь с растопыренными пальцами, затем поверх полученных следов ладоней нажимают кулаком;

Продолжение Приложения Б

– «песочные змейки»: ребром ладони делаются волнистые следы на поверхности песка;

– «песочные жучки»: дети двигают всеми пальцами на песке в различных направлениях, имитируя движения насекомых.

Сначала следы делаются одной рукой, потом – другой. И, наконец, двумя руками (для развития межполушарных связей).

Замечательно!

Небольшую гимнастику для рук и настроения сделали. А теперь немного загадок.

Игра «Прятки» (Режим «Художник»).

Задача участника – с закрытыми глазами найти предмет, спрятанный в песке. Ощупать его и назвать, что это.

Сначала простой предмет (елочка, шар... Затем животные...)

«Группы»

А сейчас я хочу рассказать вам небольшую притчу.

«В одной сказочной удивительной стране жила мудрая Черепашка.

Много лет она создавала свою страну, подбирала песчинку к песчинке, ползала по свету, подбирая лучший песок. В созданной ею Песочной стране можно создавать горы, делать реки, сажать цветы и разговаривать с животными... Но, как в любой пустыне, в Песочной стране много песка, тепла, солнца, но нет растительности, деревьев, кустарников, цветов, некоторые люди вообще уверены, что там, где песок, вообще не может быть никакой жизни. Нашей Черепашке очень грустно от этого и так хочется, чтобы в Песочной стране красиво. Давайте сделаем подарок нашей замечательной Черепашке, создадим картину из песка в песочнице?

Но картина будет не простая.

Под песню «Маленькая страна» воспитанники создают общую картину.

Продолжение Приложения Б

Заключительная часть. Подведение итогов.

Ребята, посмотрите, что у нас получилось. Вам нравится результат вашей работы?

Ребята, где мы с вами были? Кого мы видели? (ответы детей).

Что вам больше всего понравилось?

Давайте дружно друг другу похлопаем. Впереди у нас с вами новые открытия.

Ну а нам с вами пора возвращаться, покидать мир Песочной страны. Нас ждет наша группа. Закрывайте глазки! (включается интерактивный проектор, звучит красивая мелодия, психолог произносит слова):

В песочной стране побывали мы с вами,

Полна она сказками и чудесами...

За руки друг друга мы крепко возьмем,

Из сказки домой мы в наш сад попадем!

Открой глаза! Вот мы и дома! Вам понравилось наше путешествие? Вернемся еще раз в эту чудесную Песочную страну к его хозяйке – мудрой Песочной Фее?

Конспект занятия «Весна в песочной стране»

Цель: создание атмосферы благотворного влияния на эмоциональное состояние ребенка.

Задачи:

- обобщить у ребенка представления о весне, ее признаках, расширять и активизировать словарь по теме;
- учить ребенка создавать песочные сюжеты;
- учить аккуратности в работе с песком;
- закреплять свойства песка;

Продолжение Приложения Б

- развивать тактильную чувствительность, мелкую моторику, мышление, фантазию.

Оборудование: световой стол для рисования песком, картина Левитана «Весна. Большая вода».

Ход занятия:

По весне набухли почки

И проклюнулись листочки.

Посмотри на ветки клена –

Сколько носиков зеленых!

Я приглашаю вас в «Песочную страну». Но прежде, чем мы туда отправимся, я предлагаю рассмотреть эту картину. Рассматривание картины Левитана «Весна. Большая вода».

Вопросы детям:

- какая весна изображена на картине? (ранняя);
- какие краски использовал художник? (голубая, зеленая);
- что на картине особенно красиво? (вода, деревья);
- какая погода была в этот день? (ясная).

Сегодня мы будем рисовать необычным способом: на песке пальцами, руками.

Но сначала мы с песком здороваемся: «Здравствуй, песок!».

Положи ладошки на песок. Давай его погладим. Какой песок? (сухой, шершавый, мягкий). Песок может сыпаться (набираем в кулачок, сыпем струйкой; набираем пригоршню, просыпаем сквозь пальцы).

А теперь я разровняю песочек, и мы будем рисовать здесь весеннюю картину.

Я буду загадывать загадки, а ты будешь рисовать отгадки.

Я раскрываю почки в зелёные листочки.

Деревья одеваю, посева поливаю,

Продолжение Приложения Б

Движения полна, зовут меня... (весна)

Кто, как только жарко станет,

Шубу на плечи натянет.

А нагрянет холод злой –

Скинет с плеч её долой (лес).

Я приглашаю тебя на прогулку в весенний лес.

Какая же красавица

Серьгами забавляется:

Весною надевает,

А осенью – теряет?

/Ольха, берёза/

Дерево нарисуем, отпечатав ладошку с растопыренными пальчиками.

Подрисуем короткие веточки пальчиком и ствол ребром ладони.

А листочки подушечками пальцев.

Что выше леса,

Краше света,

Без огня горит? (солнце)

Солнце нарисуем круговыми движениями кулачка.

Кто входит в окно и не ломает его? (солнечные лучи) –
подрисуем пальчиками.

Без крыльев летят,

Без ног бегут,

Без паруса плывут (облака).

Волнистыми движениями пальчика нарисуем облака.

У них есть крылья, голова,

Две лапки, клюв и перья.

Все появляются с яйца.

Слышны их песенки с деревьев. (птицы)

Продолжение Приложения Б

Птиц, летящих в небе, нарисуем указательными пальчиками левой и правой рукой.

Сначала одной рукой, потом другой.

Летом бежит,

Зимой остановится.

Весной пошумит, поворчит,

Да вновь в дорогу тронется. (река)

Давай нарисуем воду пальчиками, сразу всеми.

Посмотри, какая красивая картина получилась! Тебе понравилось рисовать на песке?

«Волшебная песочная страна»

Цель занятия: снятие повышенной тревожности детей, снятие эмоционально-психического напряжения, повышение самооценки, воспитание положительного отношения к нравственным ценностям.

Задачи:

- формировать у детей конкретные представления о песке, его свойствах используя схемы-модели (сыпучий, легкий, мягкий, липкий, держит форму, не держит форму, светлый, тёмный);
- формировать умение в работе с сухим и мокрым песком;
- развитие эмоционально- чувственного мира детей;
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие тонких тактильных ощущений, тактильно- кинестетической чувствительности;

Воспитательные:

- воспитывать доброжелательное отношение между детьми;
- воспитывать желание прийти на помощь к попавшим в беду;

Продолжение Приложения Б

– воспитывать чуткость, отзывчивость, умение сопереживать, получать радость от совместной деятельности, повышать чувство уверенности в себе.

Оборудование: Песочницы 50x70, набор диких животных, песок, песок цветной, песок кинестетический, фоторамки для рисования, ваза, коллекция игрушек, шкатулка, сокровища, наклейки для поощрения.

Ход занятия:

Упражнение «Знакомство».

Воспитатель: здравствуйте ребята, я сегодня очень добрая и хочу поделиться ею с вами. (Дети по кругу сжав ладони вместе имитируют передачу «добра» друг другу называя каждого по имени).

Воспитатель: я передаю свою доброту Ане... (Ритуал передачи дошел до воспитателя). Спасибо ребята теперь «доброты у нас стало еще больше.

Слышится звук ветра и на проекторе появляется песочный человек.

Воспитатель: здравствуйте! А вы кто?

Песочник: здравствуйте, я песочный человек. По нашей стране пронеслась песчаная буря, заметая все на своем пути. Жители городов песочной страны просят о помощи. Помогите нам

Воспитатель: ну что ребята сможем помочь жителям песочной страны?

Дети: да.

Воспитатель: тогда отправляемся на помощь. (идут к первому столу)

На столе большой картон голубого цвета, на нем песок.

Пустыня. Упражнение «Знакомство с песком».

Воспитатель: ребята, мы с вами оказались в настоящей пустыне. Давайте поздороваемся с песочком. Потрогаем его. (Внутренней стороной ладони трогают песок).

Продолжение Приложения Б

Воспитатель: какой песок? (холодный, гладкий, шершавый и т. д.). Чтобы он не был холодным, мы его сейчас согреем своими ладошками. И уже теплым песком поделимся друг с другом. (греют песок под ладонями, затем передвигают кучки песка друг другу проговаривая слова «Я делюсь своим теплым песочком с Аней... и т. д.)

Воспитатель: спасибо ребята как много стало теплого песка, мы с вами его согрели. Ну чтобы нам свами дальше отправиться в путь потребуются дороги. Давайте их нарисуем (рисуют дороги: узкая- мизинцем, становится шире- двумя пальчиками, широкая- боковой стороной ладони). Ребята, дорога может быть прямой, а может извилистой.

Воспитатель: все наши дороги встретились и ведут к большой песчаной горе (сгребают песок в гору в середине стола). Давайте с вами заберемся на эту гору (пальчиками к вершине). Мы забрались на самую вершину, что мы сможем увидеть отсюда?

Дети: весь город, весь мир, всю планету.

Воспитатель: спускаемся с горы пододвигаем к себе песочек. Ребят, а когда мы ходим по песочку что остается?

Дети: следы.

Воспитатель: кто может оставлять следы? (Ответы детей). Давайте попробуем оставить следы.

Воспитатель: в нашей пустыне проскакало кенгуру (прищипывают песок тремя пальчиками). А теперь проползла змея (боковой частью ладони двух рук волнистая линия). А еще по нашей пустыне ходил слон (кулаком в низ). Достает коробочку с животными.

Воспитатель: а посмотрите кто еще мог проходить в пустыне? (ответы детей). Как они оставляют следы? Что они могут искать в пустыне? (воду). Дело в том, что песчаная буря занесла все колодца и водоемы.

Продолжение Приложения Б

Давайте поможем жителям ее отыскать (дуют в соломинки на песок).
Делаем вдох через нос, выдыхаем в трубочку.

Воспитатель: пока мы с вами дули пришли грозовые тучи (берут песок в кулачки и сыпят на стол). Пошел дождь и наполнил водой колодца. Мы смогли помочь жителям, теперь они смогут напоить животных. Что они нам скажу, как вы думаете? (спасибо) А мы им ответим (пожалуйста). Отправляемся в следующий город. Чтоб не увязнуть в песке мы с вами возьмемся за руки и пойдем на носочках.

Город Радости.

Воспитатель: мы с вами в городе радости. Но дело в том, что песчаная буря унесла всю радость и теперь всем жителя стало... Как стало? (грустно). Покажите грустно, это как? Бровки и уголки рта приспущены. Ребята нарисуем грусть (рисуют на своих разносах). Покажите злость. Когда мы злимся мы хмурим бровки, губки сжимает (показывают, рисуют). Но нам же нужно вернуть радость. Покажите радость – это как? (показывают, рисуют). Улыбнулись, глазки открыли.

Воспитатель: я предлагаю поделиться своей радостью с жителями (берут песок со своих разносов, поочередно пересыпают в емкость). Делимся радостью. Чем вы делитесь ребята? (ответы).

Воспитатель: ребята посмотрите, что у нас получилось. На что это похоже? (радуга). Радугу радости мы дарим жителям этого города. Теперь радость к ним вернулась. Ну а нам она поможет отправиться дальше. Закройте глазки и представите, что мы оказались на радуге (вдох- поднялись на радугу, выдох - спустились 3-4 раза).

Город Фантазии.

Воспитатель: радуга помогла нам, и мы попали с вами в город Фантазии. Но дело в том, что песчаная буря занесла весь город. Здесь не осталось ни чего. Ни домов, ни деревьев. И люди были вынуждены покинуть этот город.

Продолжение Приложения Б

Давайте потрогаем песочек и посмотрим какой он (дети проговаривают какой он). Давайте поможем восстановить город чтобы жители смогли вернуться (строят город используя разные игрушки).

Воспитатель каждому задает вопросы, что строят дети.

Воспитатель: какие вы молодцы. У вас красиво получилось. Вы каждый смог помочь жителям города. Теперь они смогут вернуться. Ну а мы пойдем дальше. Идти нам предстоит через болото по кочкам (спинка ровная, руки в сторону).

Город Сокровищ.

Воспитатель: мы с вами попали в город сокровищ (кладут руки на песок). Песчаная буря в этом городе спрятала все сокровища. Нам их нужно найти. Медленно отодвигаем песок и ищем сокровища (находят и складывают в ларец).

Воспитатель: давайте из этого песка сделаем солнышко ведь буря ушла, и оно снова засияло (делают солнышко и украшают сокровищами).

Звук ветра. Появляется Песочный человек.

Воспитатель: Песочник мы побывали во всех городах и смогли помочь вам.

Песочник: а что вы сделали?

Воспитатель: что ребята мы сделали? Где побывали? (ответы детей).

Песочник: жители всей песочной станы говорят вам спасибо, они очень благодарны и дарят вам частичку своей доброты и тепла.

Воспитатель: ребята жители песочной страны дарят вам вот такое солнышко. Оно будет греть вас и напоминать вам о нашем путешествии.

Воспитатель: что вам понравилось больше всего? Что было самым трудным? Мы с вами смогли преодолеть все трудности. Почему? (дружные, помогали друг другу). Давайте возьмемся за руки и поделимся дружбой. Пора прощаться. До свидания.