

Проект
«Песочная терапия как средство снижения тревожности
детей старшего дошкольного возраста»

Проект «Песочная терапия как средство снижения тревожности детей старшего дошкольного возраста»

План проекта.

1. Актуальность темы.
2. Выявление проблемы.
3. Цель, формулировка задач.
4. План реализации проекта.
5. Предполагаемый результат.
6. Список литературы.

Актуальность темы.

Песочная терапия – научно обоснованный метод креативной терапии, проверенный многолетней практикой квалифицированных специалистов в области психологии. В бессознательном состоянии руки человека становятся языком его внутреннего мира, с помощью которого он строит образы и сюжеты. Анализ песочного творчества приводит к раскрытию внутреннего потенциала, выявлению различных психологических травм, нахождению путей избавления от них. Посредством терапии можно решить многие проблемы и найти выход из любой жизненной ситуации, оценить уровень агрессии, и избежать стрессов. Погрузившись в творческий процесс, человек начинает лучше понимать себя, контролировать собственное поведение и поведение других.

В ходе диагностических исследований, в результате которых наблюдаются дети с высокой тревожностью, обращений родителей с жалобами на страхи, тревожность, что указывает на возможность создания условий, способствующих преодолению развития высокого уровня тревожности в детском возрасте, а именно через песочную терапию.

Наблюдение и опыт показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, снижает уровень тревожности, агрессивности, нормализацию его социального поведения, коррекцию детско-родительских отношений, создание ребёнку обстановки внешней безопасности, внутренней защищённости, оказание ему максимальной поддержки. В условиях работы ДОУ были разработаны и внедрены формы естественной деятельности ребёнка – различных игр с песком. Непосредственно – образовательная деятельность предполагает индивидуальную деятельность с ребёнком или совместную деятельность в паре «ребёнок – родитель». Песочная терапия является частью совместной комплексной работы специалистов с детьми, имеющими высокую тревожность.

Выявление проблемы: Песочная терапия – одна из психотерапевтических, психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем, а именно – снижение тревожности у детей старшего дошкольного возраста через творчество и игру.

Цель: Создание условий для снижения тревожности детей дошкольного возраста.

Задачи:

- 1) Организовать приобретение песочницы и игрового материала;
- 2) Разработать и апробировать на практике содержание воспитательно-образовательной работы по психофизическому оздоровлению детей;
- 3) Повышение компетентности родителей при использовании в домашних условиях форм естественной деятельности ребёнка – различных игр с песком.

Тип проекта:

- По доминирующей деятельности информационно-практический;
- По числу участников групповой, ориентированный на детей старшего дошкольного возраста, родителей, педагогов;
- По времени проведения долгосрочный;
- По характеру контактов осуществляется внутри дошкольного учреждения в контакте с семьей.

Средства реализации:

- Информирование родителей о задачах и содержании проекта (беседы, консультации, лекции);
- Вовлечение родителей в совместную работу над проектом;
- Подготовка оборудования, материалов (приобретение песочницы), коллекцию мелких игрушек (человеческие персонажи, здания, дома, замки, животные: домашние, дикие, морские, машины, сказочные герои: злые и добрые, символические предметы: источники для загадывания желаний, камушки, "драгоценности", растения – деревья, кусты, цветы, овощи, фрукты, естественные предметы из окружения.

План реализации проекта.

I. Подготовительный этап:

- Определение педагогами темы, целей, задач, содержание проекта, прогнозирование результата.
- Обсуждение с родителями проекта, выяснение возможностей, средств, необходимых для реализации проекта.
- Изучение и анализ психолого-педагогической литературы, подбор необходимого диагностического инструментария.

II. Основной этап реализации проекта:

1. Содержание деятельности родителей:

- Привлечение родителей к изготовлению методических пособий для работы с песком;
- Участвуют в анкетировании, тестировании, на родительских собраниях, "Родительских клубах", индивидуальных и групповых консультациях;
- Принимают активное участие в совместной деятельности с ребёнком в играх и упражнениях с песком.

2. Содержание деятельности педагога:

- Просветительская работа с родителями, организация совместных конкурсов родителей и детей поделок из песка ("Песочное угощение", "Песочный город");
- Фотовыставка "Игры детей на песке";
- Разрабатывает серию конспектов непосредственно – образовательной деятельности с детьми на песке;
- Индивидуальная и групповая консультативная работа;
- Практическая помощь родителям;
- Направляет и контролирует осуществление проекта;
- Подготовка презентации проекта.

3. Содержание деятельности детей:

- Активно участвуют в играх и упражнениях на песке;
- Принимают посильное участие в изготовлении фигурок – образов;
- Конструируют из песка;
- Рисуют песком на песке;
- Экспериментируют;
- Составляют узор на песке;
- Создают песочные композиции и “секреты”.

III. Заключительный этап.

- Разработка презентации проекта;
- Презентация проекта на родительских собраниях, на педагогическом совете;
- Участие в конкурсах, конференциях;
- Проведение совместной и индивидуальной непосредственно – образовательной деятельности с детьми на песке.

Ожидаемый результат в процессе взаимодействия педагог – дети – родители в реализации проекта.

В результате реализации проекта педагоги ДООУ приобрели опыт самостоятельного выбора исследовательско-творческой деятельности, оценки и самооценки полученных результатов. Налажено взаимодействие всех сторон воспитательно-образовательного процесса. Введение в практику работы ДООУ элементов песочной терапии способствует психофизическому и личностному развитию детей. Тема разработанного проекта выбрана с учётом возрастно-психологических и индивидуальных особенностей детей, что положительно повлияло на эмоциональное самочувствие детей. Наблюдается снижение тревожности, агрессивности, возможность выражения позитивных эмоций у детей в играх на песке. У детей появилась потребность на установление контакта и доверия в общении с другими людьми. Наблюдается улучшение в развитии тактильно-кинестетической чувствительности, благодаря упражнениям на песке. Возросла речевая активность детей. Полученные результаты проекта свидетельствуют о его жизнеспособности и необходимости дальнейшего развития.