Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 47
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 47
Приморского района Санкт-Петербурга
(протокол от 31.08.2026 г. № 1)

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 31.08.2026 г. № 354
Заведующего ГБДОУ детским садом № 47
Приморского района Санкт-Петербурга
_____/О. В. Викторова/

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮШАЯ ПРОГРАММА
«Веселые песчинки»

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 2 – 3 года

Разработчик:
Зелемоткина Юлия Николаевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. **Направленность программы:** социально-гуманитарная.
2. **Адресат программы:** программа предназначена для детей 2 – 3 лет, независимо от их гендерной принадлежности и возможностей.
3. **Актуальность программы**

Период 2–3 лет является критически важным этапом адаптации ребёнка к условиям дошкольной образовательной организации. В этом возрасте дети переживают разлуку с матерью особенно остро, испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Адаптация может протекать с разной степенью тяжести – от лёгкой (1–2 недели) до тяжёлой (до 6 месяцев и более). Основными проявлениями дезадаптации выступают нарушения сна, снижение аппетита, регрессия навыков, эмоциональная нестабильность, частые заболевания.

Современные исследования подтверждают высокую эффективность игр с кинетическим песком как средства психопрофилактики и снятия эмоционального напряжения в период адаптации. Кинетический песок обладает уникальными свойствами: он пластичен, не рассыпается, приятен на ощупь, что позволяет ребёнку быстро получить положительный сенсорный опыт и ощущение контроля над средой. В отличие от обычного песка, кинетический песок не требует постоянного увлажнения, безопасен, легко очищается.

Программа «Весёлые песчинки» отвечает социальному заказу общества на создание условий для успешной социализации детей раннего возраста, а также потребностям родителей, заинтересованных в мягкой адаптации ребёнка к детскому саду без стресса и потери психоэмоционального благополучия.

4. **Уровень освоения программы:** общекультурный.
5. **Объем и срок освоения программы:** общее количество учебных часов в год – 28, лет – 1.
6. **Цель:** создание условий для успешной социальной адаптации детей 2–3 лет к дошкольной образовательной организации через организацию систематических игр с кинетическим песком, обеспечивающих снятие эмоционального напряжения и развитие навыков взаимодействия в коллективе.
7. **Задачи программы**

– **Обучающие:**

а) Формировать элементарные представления о свойствах кинетического песка (мягкий, липкий, сыпучий, держит форму).

б) Обучать простейшим приёмам работы с песком: сжимание, разминание, скатывание, формовка с помощью формочек.

в) Обогащать активный и пассивный словарь детей словами, обозначающими действия с песком и эмоциональные состояния.

– **Развивающие:**

а) Развивать мелкую моторику и тактильную чувствительность через разнообразные манипуляции с кинетическим песком.

б) Развивать эмоциональную саморегуляцию: способность успокаиваться, переключаться с негативных переживаний на продуктивную деятельность.

– **Воспитательные:**

а) Воспитывать умение играть рядом со сверстниками, не мешая друг другу, соблюдать элементарные правила игры в песочнице.
б) Формировать положительное отношение к пребыванию в детском саду через создание ситуаций успеха в песочной деятельности.

8. Планируемые результаты

– **Предметные результаты:**

а) Ребёнок знает и называет (или показывает) основные свойства кинетического песка.
б) Ребёнок выполняет простейшие действия с песком: сжимает в кулачке, лепит «колобка», использует формочку.
в) Ребёнок понимает и выполняет простые речевые инструкции, связанные с игрой («слепи», «покажи», «спрячь»).

– **Метапредметные результаты:**

а) Ребёнок способен удерживать внимание на песочной деятельности в течение 5–7 минут.
б) Ребёнок проявляет элементарную самостоятельность в выборе формочек и игрушек.
в) Ребёнок способен играть рядом с другими детьми, не забирая их материалы без разрешения.

– **Личностные результаты:**

а) Ребёнок демонстрирует положительные эмоции в процессе игры с песком (улыбка, заинтересованность).
б) Ребёнок спокойно реагирует на присутствие других детей и взрослых в группе.
в) Ребёнок проявляет интерес к повторению игровых действий на последующих занятиях.

9. Организационно-педагогические условия реализации программы

– **Язык реализации программы:** русский.

– **Формы организации и проведения занятий**

а) Групповые занятия (подгруппами 4 – 6 человек) – основная форма, 1 раза в неделю.
б) Индивидуальные занятия – по необходимости для детей с тяжёлой степенью адаптации.
в) Игровые сеансы продолжительностью 8 – 10 минут (в соответствии с возрастными нормативами для детей 2 – 3 лет).

– **Структура занятия:** приветствие и разминка (2 мин) → основная часть (6 – 8 мин) → рефлексия и прощание (2 мин).

– **Материальное оснащение**

а) Столы с подсветкой для песочной терапии (по количеству подгрупп).
б) Кинетический песок (из расчёта 2–3 кг на подгруппу).
в) Наборы формочек (животные, геометрические фигуры, овощи, фрукты).
г) Совочки, лопатки, грабельки (пластиковые, безопасные).
д) Мелкие игрушки для обыгрывания (резиновые животные, машинки, куколки).
е) Бусины, камушки, цветные крышечки для украшения.
ж) Влажные салфетки, клеёнки для столов.
з) Контейнеры для хранения песка с крышками.
и) Музыкальное сопровождение (спокойные детские мелодии, звуки природы).
к) Игрушка-«хозяин песочницы» (мягкая игрушка для ритуала приветствия).

– **Кадровое обеспечение:** реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование темы, раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	**Раздел 1. Знакомство с песком**	4	0,5	3,5	Наблюдение
1.1	«Здравствуй, песок!»	1	0,5	0,5	Наблюдение
1.2	«Песочный дождик»	1	–	1	Наблюдение
1.3	«Необыкновенные следы»	1	–	1	Наблюдение
1.4	«Спрячь ладошки»	1	–	1	Наблюдение
2	**Раздел 2. Я и мои ручки**	6	–	6	Наблюдение
2.1	«Пальчики здороваются»	1	–	1	Наблюдение
2.2	«Сильные кулачки»	1	–	1	Наблюдение
2.3	«Песочные комочки»	1	–	1	Наблюдение
2.4	«Волшебные отпечатки»	1	–	1	Наблюдение
2.5	«Дорожки для зверят»	1	–	1	Наблюдение
2.6	«Прятки в песке»	1	–	1	Наблюдение

№ п/п	Наименование темы, раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
3	**Раздел 3. Весёлые превращения**	8	–	8*	Наблюдение
3.1	«Колобок румяный бок»	1	–	1	Наблюдение
3.2	«Угощение для куклы»	1	–	1	Наблюдение
3.3	«Заборчик для зайки»	1	–	1	Наблюдение
3.4	«Кораблики плывут»	1	–	1	Наблюдение
3.5	«Ягодки для мишки»	1	–	1	Наблюдение
3.6	«Башенка для петушка»	1	–	1	Наблюдение
3.7	«Пирожки для бабушки»	1	–	1	Наблюдение
3.8	«Цветочная полянка»	1	–	1	Наблюдение
4	**Раздел 4. Играем вместе**	6	–	6*	Наблюдение
4.1	«Песочный домик»	1	–	1	Наблюдение
4.2	«Прятки с игрушками»	1	–	1	Наблюдение
4.3	«Общий пирог»	1	–	1	Наблюдение
4.4	«Подарок для друга»	1	–	1	Наблюдение

№ п/п	Наименование темы, раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
4.5	«Волшебный лес»	1	–	1	Наблюдение
4.6	«Вот какие мы дружные!»	1	–	1	Наблюдение
5	**Раздел 5. Мои достижения**	4	–	4*	Наблюдение, анализ продуктов деятельности
5.1	«Вспоминаем, играем»	1	–	1	Наблюдение
5.2	«Мой любимый песочный герой»	1	–	1	Наблюдение
5.3	«Песочный праздник»	1	–	1	Наблюдение
5.4	«До свидания, песок!»	1	–	1	Наблюдение
	ИТОГО	**28**	**0,5**	**27,5**	

***** Педагог объясняет теоретическое выполнение работы по ходу практической деятельности.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество часов	Количество часов в неделю	Режим занятий
1	05.10 2026	30.04 2027	28	28	28	1	1 раз в неделю по 1 часу

*1 академический час = 10 мин в соответствии с возрастом детей

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Содержание учебного плана

Раздел 1. Знакомство с песком (4 часа)

Тема 1.1. «Здравствуй, песок!» (1 час: 0,5 теория, 0,5 практика)

Теоретическая часть: Знакомство с «хозяином песочницы» (мягкая игрушка). Правила игры с песком: не бросать, не брать в рот, вытирать руки салфеткой. Рассматривание сухого кинетического песка.

Практическая часть: Дети трогают песок ладонями, сжимают в кулачках, наблюдают, как он «течёт» между пальцами. Упражнение «Поздороваемся с песочком» — поглаживание поверхности ладонями.

Тема 1.2. «Песочный дождик» (1 час практика)

Практическая часть: Набирание песка в кулачок и медленное высыпание («дождик идёт»). Игра «Тучка и дождик»: по команде педагога дети изображают дождь разной интенсивности (сильный – быстро сыпят, слабый – медленно). Пальчиковая гимнастика «Вышли пальчики гулять».

Тема 1.3. «Необыкновенные следы» (1 час практика)

Практическая часть: Оставление отпечатков ладоней, кулачков, пальцев на поверхности песка. Игра «Кто оставил след?» - педагог показывает след, дети угадывают (медведь – кулачок, зайка – пальчики, змейка – волнистая линия).

Тема 1.4. «Спрячь ладошки» (1 час практика)

Практическая часть: Погружение рук в песок («спрятались»), затем «находим» ручки. Игра «Песочные прятки»: дети прячут в песке мелкие игрушки и находят их по просьбе педагога. Рефлексия: «Понравилось ли играть с песком?»

Раздел 2. Я и мои ручки (6 часов)

Тема 2.1. «Пальчики здороваются» (1 час практика)

Практическая часть: Упражнение «Пальчики здороваются» - поочерёдное касание песка каждым пальцем, «ходьба» пальчиками по песку. Игра «Волшебные отпечатки»: сравнение отпечатка ладони взрослого и ребёнка («Чья ладошка больше?»).

Тема 2.2. «Сильные кулачки» (1 час практика)

Практическая часть: Упражнение «Идут медвежата» - кулачками с силой надавливать на песок. Упражнение «Прыгают зайцы» - кончиками пальцев ударять по поверхности, двигаясь в разных направлениях. Игра «Ямки и горки» - сгребание песка в горку и разравнивание.

Тема 2.3. «Песочные комочки» (1 час практика)

Практическая часть: Скатывание песка между ладонями круговыми движениями («колобки»). Сжимание песка в кулачке для получения плотного комочка. Игра «Снежки из песка» - бросание комочков в корзинку (с близкого расстояния).

Тема 2.4. «Волшебные отпечатки» (1 час практика)

Практическая часть: Использование формочек для получения отпечатков (звёздочки, сердечки, животные). Дорисовывание отпечатков пальчиками («глазки», «носик», «улыбка»). Игра «Угадай, кто спрятался в песке?».

Тема 2.5. «Дорожки для зверят» (1 час практика)

Практическая часть: Прокладывание дорожек в песке пальчиками, совочком, ладонью. Обыгрывание: по дорожке «идёт» зайка (игрушка), «едет» машинка. Игра «Длинная – короткая дорожка».

Тема 2.6. «Прятки в песке» (1 час практика)

Практическая часть: Закрепление навыков нахождения предметов в песке. Игра «Секретики»: дети закапывают бусины и находят их. Рефлексия: обсуждение того, что было интересно.

Раздел 3. Весёлые превращения (8 часов)

Тема 3.1. «Колобок румяный бок» (1 час практика)

Практическая часть: Лепка колобка из кинетического песка (скатывание между ладонями). Обыгрывание: «колобок катится по дорожке» к домику. Пальчиковая гимнастика «Лепим вместе колобка».

Тема 3.2. «Угощение для куклы» (1 час практика)

Практическая часть: Формирование «пирожков», «печенья» с помощью формочек. Украшение бусинами и камушками. Игра «Угости куклу Катю»: дети «пекут» угощение и предлагают кукле.

Тема 3.3. «Заборчик для зайки» (1 час практика)

Практическая часть: Лепка заборчика из отдельных «столбиков» (скатывание колбасок). Обыгрывание: за заборчиком прячется зайка от волка. Игра «Высокий – низкий заборчик».

Тема 3.4. «Кораблики плывут» (1 час практика)

Практическая часть: Формирование ладошками овальных холмиков («кораблики»). Украшение флажками (цветные палочки, крышечки). Игра «Плыви, кораблик!»: дети «пускают» кораблики по песочному «морю».

Тема 3.5. «Ягодки для мишки» (1 час практика)

Практическая часть: Скатывание маленьких шариков («ягодки») круговыми движениями пальцев. Собирание «ягодок» в «корзинку» (формочку). Игра «Мишка собирает ягодки».

Тема 3.6. «Башенка для петушка» (1 час практика)

Практическая часть: Формирование «кирпичиков» с помощью формочки, выкладывание башенки. Обыгрывание: петушок «сидит» на башенке и «кукарекает».

Тема 3.7. «Пирожки для бабушки» (1 час практика)

Практическая часть: Использование формочек для выпекания «пирожков» разной формы. Игра «Угости бабушку»: дети дарят пирожки игрушечной бабушке.

Тема 3.8. «Цветочная полянка» (1 час практика)

Практическая часть: Создание цветов из песка с использованием формочек и мелких деталей (бусины, крышечки). Коллективная композиция «Полянка для бабочки».

Раздел 4. Играем вместе (6 часов)

Тема 4.1. «Песочный домик» (1 час практика)

Практическая часть: Совместное строительство домика для игрушек. Распределение ролей: один лепит стены, другой – крышу. Обсуждение: «Дом получился, потому что строили вместе».

Тема 4.2. «Прятки с игрушками» (1 час практика)

Практическая часть: Дети по очереди прячут игрушку в песке для другого ребёнка. Игра «Найди, что спрятал Миша». Развитие навыка очередности и ожидания.

Тема 4.3. «Общий пирог» (1 час практика)

Практическая часть: Коллективное создание большого «пирога»: каждый ребёнок добавляет свою часть. Украшение общего пирога. Обсуждение: «Какой красивый пирог у нас получился!»

Тема 4.4. «Подарок для друга» (1 час практика)

Практическая часть: Дети лепят «подарок» (шарик, цветочек, пирожок) и дарят соседу по столу. Игра «Скажи доброе слово»: при дарении ребёнок говорит «на», «возьми», «пожалуйста».

Тема 4.5. «Волшебный лес» (1 час практика)

Практическая часть: Создание коллективной композиции «Лес»: деревья (столбики), ёжики (комочки с «иголками» из палочек), дорожки. Обыгрывание с мелкими игрушками.

Тема 4.6. «Вот какие мы дружные!» (1 час практика)

Практическая часть: Итоговое занятие раздела: свободная игра в песок с друзьями. Педагог наблюдает за взаимодействием детей, фиксирует проявления взаимопомощи. Рефлексия с обсуждением: «С кем ты играл? Что вам понравилось?»

Раздел 5. Мои достижения (4 часа)

Тема 5.1. «Вспоминаем, играем» (1 час практика)

Практическая часть: Повторение любимых игр по выбору детей. Педагог предлагает на выбор 2 – 3 знакомых упражнения, дети голосуют (поднимают руку).

Тема 5.2. «Мой любимый песочный герой» (1 час практика)

Практическая часть: Лепка по желанию: колобок, пирожок, кораблик, башенка. Обыгрывание вылепленного героя.

Тема 5.3. «Песочный праздник» (1 час практика)

Практическая часть: Игровая программа с элементами любимых упражнений. Сюрпризный момент: «хозяин песочницы» приносит новые формочки.

Тема 5.4. «До свидания, песок!» (1 час практика)

Практическая часть: Итоговое занятие. Свободная игра. Беседа: «Что тебе больше всего понравилось делать с песком?» Педагог отмечает достижения каждого ребёнка. Ритуал прощания с песком и «хозяином песочницы».

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. **Педагогические технологии**

а) **Игровая технология** – все занятия построены в форме игры, что соответствует ведущей деятельности детей раннего возраста. Игровые ситуации создают естественную мотивацию для выполнения упражнений.

б) **Здоровьесберегающая технология** – продолжительность занятий не превышает 10 минут, предусмотрены смена видов деятельности, пальчиковые разминки, релаксационные упражнения. Соблюдение правил безопасности при игре с песком.

в) **Личностно-ориентированная технология** – учёт индивидуального темпа и возможностей каждого ребёнка, отсутствие негативной оценки, поощрение самостоятельности и инициативы.

г) **Технология песочной терапии** – использование кинетического песка как средства эмоциональной разгрузки и тактильной стимуляции.

2. **Методы и приёмы обучения и воспитания**

– **Наглядные методы:**

а) Показ способов действий педагогом (сопряжённые действия «рука в руке» для детей с трудностями).

б) Демонстрация образцов (вылепленный колобок, украшенный пирожок).

в) Рассматривание игрушек и материалов перед занятием.

– **Словесные методы:**

а) Художественное слово: потешки, короткие стихи, песенки («Я пеку, пеку, пеку…»).
б) Ситуативные беседы: вопросы к детям («Что это?», «Какого цвета?», «Кто спрятался?»).
в) Речевое сопровождение действий педагога («Сейчас мы возьмём песок в кулачок…»).

– **Практические методы:**

а) Упражнения на развитие тактильной чувствительности.
б) Манипуляции с песком по образцу и словесной инструкции.
в) Игровые задания с элементами экспериментирования («Песок сыпучий или липкий?»).

– **Игровые приёмы:**

а) Сюрпризные моменты (появление игрушки, «волшебный» мешочек).
б) Обыгрывание созданных продуктов (колобок «катится», пирожок «съедается» куклой).
в) Пальчиковые игры и динамические паузы.

3. Формы контроля

В дошкольном возрасте основной формой контроля является педагогическое наблюдение. Наблюдение проводится систематически на каждом занятии, результаты фиксируются в индивидуальных картах развития детей.

Критерии наблюдения:

Параметр	Показатели	Уровни
Эмоциональное состояние	Проявление положительных эмоций, спокойствие, заинтересованность	Высокий – устойчиво положительное Средний – ситуативное Низкий – преобладание негативных реакций
Мелкая моторика	Выполнение действий по показу, воспроизведение знакомых движений	Высокий – выполняет самостоятельно Средний – с помощью взрослого Низкий – не выполняет
Взаимодействие со сверстниками	Играет рядом, не мешает, делится материалами	Высокий – играет рядом спокойно Средний – кратковременно включается Низкий – избегает контакта
Самостоятельность	Выбор формочек, инициатива в действиях	Высокий – проявляет инициативу Средний – выбирает с подсказкой

Параметр	Показатели	Уровни
		Низкий – не проявляет

Формы фиксации результатов:

а) Карта наблюдения за адаптацией (заполняется в начале и конце обучения).
б) Индивидуальный профиль развития мелкой моторики (заполняется в начале и конце обучения).
в) Итоговая педагогическая диагностика (май) – анализ достижения планируемых результатов.

4. Информационные источники для педагогов

а) Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия» — методическое пособие по песочной терапии.
б) Сапожникова О.Б., Гарнова Е.В. «Песочная терапия в развитии дошкольников» — практическое руководство.
в) Епанчинцева О.Ю. «Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста».
г) Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утв. приказом Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028) .
д) Материалы журнала «Воспитатель детского сада» по организации игр с кинетическим песком.

5. Информационные источники для родителей

а) Памятка «Как играть с кинетическим песком дома» (подготовлена педагогом).
б) Консультация «Игры с песком – помощник в адаптации к детскому саду».
в) Рекомендации по организации сенсорных игр в домашних условиях.

6. Формы взаимодействия с родителями

а) Родительское собрание в начале года: презентация программы, объяснение целей и ожидаемых результатов.
б) Мастер-класс «Весёлые песчинки» (октябрь): родители пробуют игры с кинетическим песком.
в) Индивидуальные консультации по результатам наблюдения.
г) Итоговая встреча (май): подведение результатов, обсуждение динамики адаптации детей.

Программа «Весёлые песчинки» представляет собой системный подход к решению задач социальной адаптации детей 2 – 3 лет через использование естественной для этого возраста деятельности – игры с песком. Сочетание сенсорной стимуляции, эмоциональной разгрузки и мягкого обучения навыкам взаимодействия обеспечивает комплексное воздействие на все сферы развития ребёнка в период адаптации к дошкольной образовательной организации.