

*Что нужно для игры в песок?
А нужно, в сущности, так мало:
Любовь, желание, доброта,
Чтоб Вера в Детство не пропала.
Простейший ящик от стола –
Покрасим голубою краской,
Горсть золотистого песка
Туда вольется дивной сказкой.
Игрушек маленьких набор
Возьмем в игру...
Подобно Богу
Мы создадим свой Мир Чудес,
Пройдя Познания Дорогу.*

Виды терапии для развития детей – песочная

Песок прекрасный природный материал, который способен принимать формы различных предметов, он обладает сыпучестью и хорошо пропускает воду.

Дети перебирают его руками, строят замки, роют тоннели или лепят «куличики». Они увлекаются игрой, тем самым бессознательно, принимают участие в песочной терапии. Каждый малыш обожает возиться с песком. Это простое занятие способно повлиять на психологическое состояние ребёнка, помочь ему с саморазвитием.

Песочная терапия – это действенный метод помощи ребёнку дошкольного возраста вырасти здоровой, гармоничной и развитой личностью.

История создания песочной терапии

Философ Карл Густав Юнг в самом начале двадцатого века впервые заметил эффективное воздействие игры с песком на детей с психическими отклонениями. Эту методику он начал развивать и применять для терапии своих маленьких пациентов. Этот способ широко распространился по миру и стал именоваться, как юнгианский.

Песок и его воздействие на ребенка

Пескотерапия помогает ребенку быть самим собой. Дошкольник не умеет словами выражать, что он чувствует и какие эмоции испытывает.

Игра с песком помогает детям придумывать разные сюжеты в трехмерном мире, преобразуя их в песочные фигуры или рисунки на песке. Ребенок бессознательно на образы переносит свои страхи, переживания или психологические травмы.

Такая игра является важной для детей, благодаря ей они общаются. Игрушки, которые используют в ней, являются средствами. Они помогают их самовыражению.

Важно! Ребенку нельзя диктовать правила, когда он играет в песочнице. Родителям или психологу необходимо занять роль «наблюдателя».

В игре с песком ребенок проявляет различные эмоции:

- разрушает фигуры, которые построил – тем самым выплескивает гнев и раздражение;
- закапывает игрушку – таким образом «закапывает» свой страх или негативные эмоции.

Как работает песочная терапия?

Основной эффект от терапии песком в том, что она помогает бороться с психологическими травмами при помощи перенесения их на песок. Начинают формироваться ощущения контроля и взаимосвязи над своими внутренними ощущениями и желаниями. Ребёнок, играя в песок, выражает все свои переживания и страхи, освобождается от травм, которые не перерастают в психологические травмы.

Благодаря пескотерапии можно развивать у ребенка следующие **навыки**:

1. **Двигательные.** Ребенок учится насыпать песок в ведро, банку или бутылку с узким горлышком.
2. **Начертательные.** Дошкольники на песке рисуют животных, растения, технику и т.д.

3. **Развивать речевые функции и фонематический слух.** Дети рисуют буквы на песке, что помогает научиться их произносить и автоматизировать звук.
4. **Развитие умственных способностей, памяти и внимания.**
5. **Развитие мелкой моторики рук.** В игре участвует каждый пальчик, что благоприятно скажется на общем развитии ребенка.
6. **Для коррекции дыхания.** Песок выступает в качестве средства для упражнений по развитию дыхания.

Игра в песочнице помогает ребенку устанавливать причинно-следственную связь. В процессе развиваются и творческие способности – ребенок придумывает новые образы и делает их из песка.

Польза песочной терапии для детей

1. Развивается мелкая моторика у детей дошкольного возраста.
2. фантазии и мыслительной деятельности.

Действия педагога при организации песочной терапии

Педагог при организации песочной терапии должен:

- подготовить место для песочной терапии. Это должен быть спокойный уголок, где не будет шума и суеты;
- приобрести ящик, который необходимо покрасить в голубой или светло-синий цвет. Такая окраска действует благоприятно, и успокаивает психику. В него насыпают чистый белый песок;
- возле ящика ставят коробку с игрушками. Они должны быть небольших размеров, чтобы ребенок мог создать модель игры. В комплект обязательно должны входить фигурки людей и животных;

Обратите внимание! Во время пескотерапии ребенок выбирает именно те фигурки, которые символизируют его внутреннее состояние на данный момент.

- создать комфортные условия для игровой деятельности;

- поддерживать игру детей, помочь им переживать различные ситуации;
- оценивать поведение детей во время игры и делать выводы.

Для занятий песочной анимацией нужно:

1. Приобрести стол со стеклянной столешницей, снизу сделать подсветку. По краю стола установить невысокие бортики.
2. На поверхность насыпать чистый речной песок, в таком количестве, чтобы можно было рисовать рисунки на нем.

На занятиях терапией должна быть спокойная обстановка, располагающая к терапии. Можно включить спокойную музыку. Педагог наблюдает за ходом игры, при необходимости подсказывает ребенку сценарий.

Песочная терапия для детей дошкольного возраста

Для малышей такая терапия – это занятный способ потрогать приятный на ощупь материал. Она помогает детям развиваться умственно и физически, давая возможность подготовиться к школе.

Для малышей игры в песке помогает:

- выучить цифры и буквы;
- различать левую и правую сторону;
- правильно ориентироваться во временах года;
- тренировать память, зрение и слух;
- развивать фантазию.

Такую терапию лучше начинать с 3 лет, но можно и раньше, когда ребенок перестанет тянуть все в рот.

Показания к терапии

Занятия с песком показаны в любом возрасте, особенно детям с психологической травмой и задержкой развития. Малышу, с трудом выражающему свои чувства и переживания, такие занятия

пойдут только на пользу. Помимо этого, терапия помогает дошкольникам развить интеллект и подготовиться к школе.

Противопоказания

Основное противопоказание к пескотерапии – отсутствие доверия ребёнка к своему преподавателю. А также повышенная тревожность, возбудимость и сопротивление к песочным играм.

Иногда противопоказанием выступает аллергия на материалы у ребёнка.

Оборудование для занятий

Для терапии песком необходимо:

1. Деревянный ящик с водонепроницаемым дном, размером 50х70см.
2. Чистый песок среднего размера, лучшее всего его слегка увлажнить.
3. Цветной песок подходит для дошкольников.
4. Цветная морская соль для усиленного развития мелкой моторики малышей.
5. Миниатюрные фигурки животных, мультгероев, цветов, домиков, транспорта, сказочных персонажей.

Игры на развитие слухового внимания и памяти

В данном виде терапии множество игр, направленных на развитие памяти, слуха и речи. Рассмотрим основные из них:

1. «Крестики-нолики» – так малыш тренирует память и развивает интеллект.
2. «Животные» – поставить в ряд животных и попросить ребёнка назвать их и писать каждую букву на песке.
3. «География» – надо купить карту мира и разрешить ее на 6 частей, после дать ребёнку сложить ее, как пазл. При этом он может проговаривать названия материков и океанов. После построить на песке город с реками, горами и домами для развития пространственного мышления и памяти.

Проективные игры с песком, упражнения для эмоциональной разрядки и снятия агрессии

Рассмотрим некоторые игры для снятия тревожности и развития личности:

1. «Оттиски рук» – так ребёнок учится оценивать свои ощущения. Малыш должен описать, что он чувствует и выразить свои эмоции.
2. «Дождик» – в этой игре малыш хорошо снимает стресс. Ребёнок пересыпает песок с одной руки на тыльную сторону другой руки.
3. «Узоры» – ребёнок должен нарисовать различные изображения на песке и рассказать, что он чувствует при этом. Это занятие идеально снимает напряжение.
4. «Прятки» – избавляете от стресса и позволяет выяснить психологические проблемы ребёнка. Детям даются на выбор игрушки, которые он прячет, после выкопать и рассказать о своих эмоциях.
5. **Игра «Необыкновенные следы»**
6. Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.
7. «Идут медвежата» — ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.
8. «Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
9. «Ползут змейки» — ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).
10. «Бегут жучки-паучки» — ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом — «жучки здороваются»).
11. «Крокозябла» — дети оставляют на песке самые разнообразные следы, придумывают название для фантастического животного, которое оставило такие следы (впоследствии это животное можно нарисовать и сделать его жителем песочной страны).
12. **Игра-упражнение «Секретные задания кротов»**
13. Цель: развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса. Содержание. Предварительно необходимо познакомить ребенка с животными, обитающими под землей. Сегодня наши руки могут

превращаться в кротов. Вот так. (Взрослый взмахивает руками и складывает их «уточкой», показывая ребенку нарисованные на костяшках пальцев глаза, нос и два зуба.) Хочешь превратить свои ручки в кротов? Надо помочь моему кроту выполнить важное секретное задание под землей. (По желанию ребенка взрослый аккуратно рисует нос и глазки на костяшках его пальцев). Ну, что погружаемся в песок? Смотри и делай, как мой крот. Взрослый погружает одну руку в песок, шевелит ею под песком (обращает внимание ребенка на изменения поверхности песка), а затем осторожно раскапывает каждый палец. Затем то же самое проделывает ребенок. После этого они раскапывают руки друг друга (можно дуть на песок, использовать перышко, палочки, кисточки). Вариант: все действия осуществлять с закрытыми глазами — искать в песке пальцы друг друга, пожимать их (кроты здороваются ласково или с силой пожимают друг другу лапки).

14. Игра «Песочные прятки»

Цель: развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности. Содержание. Первый вариант Игрушки хотят поиграть с тобой в песочные прятки. Выбери понравившиеся тебе игрушки. Ты закроешь глаза, а они спрячутся в песок, а после того как я скажу: «Открываются глаза, начинается игра», ты должен их найти в песке. Ты можешь раздувать песок, раскапывать пальчиками, использовать палочки, кисточки. Чтобы разнообразить игру, взрослый показывает ребенку игрушку — «мину», которую нельзя полностью откапывать. Как только при раскопках ее часть появилась на поверхности песка, ребенок должен остановить свои раскопки и продолжить их в другом месте. Если ребенок забывает правило, он отрабатывает игровой штраф, поэтому он будет вынужден раскапывать игрушки очень осторожно.

Второй вариант Для игры необходимо иметь ламинированные картинки из разных сказок и сказочные персонажи, их можно изготовить самостоятельно, обернув скотчем яркие картинки из детских книжек. Для игр с малышами используют цветные картинки с четким изображением (на начальном этапе — несложные для восприятия, с изображением одного предмета).

Для развития поисковой активности происходит постепенное усложнение изображения. Так, для старших дошкольников изображение может быть черно-белым, силуэтным. Предварительно взрослый беседует с ребенком о его любимых сказках и героях, о причинах положительного и отрицательного отношения к разным героям. Пример: взрослый говорит в песке любят прятаться сказки и сказочные герои. Давай сыграем с ними в песочные прятки. Закрывай глаза и скажи волшебные слова: «Раз, два, три, сказка

приходи». (Взрослый закапывает в песок картинку из хорошо знакомой ребенку сказки. Для малышей оставляют видимым уголок картинки.) Бери кисточку и начинай искать в песке эту сказку. Чтобы сказку не спугнуть, раскапывай ее медленно, осторожно. Ты очистил от песка часть картинки: как ты думаешь, какая это сказка? Ребенок постепенно открывает картинку, на каком-то этапе он в состоянии назвать сказку или сказочного персонажа. Если он не может догадаться и назвать сказку по элементам картинки, можно ввести обучающий этап. Ребенок сам закапывает картинку в песок, а взрослый ищет

Для малышей с задержкой речи подходит игра «песочная грамота». Она улучшает правильное восприятие слов, формирует верное произношение, развивает чтение и письмо.

Дети с интеллектуальным отставанием должны играть с песком около часа.

Такая терапия лечит неврологические проблемы и является активной профилактикой отклонений в развитии. Частая игра в песочнице заряжает ребёнка положительными эмоциями и освобождает от негативных проявлений внешнего мира.

Песочная терапия полноценно развивает ребёнка, устраняет неврологические проблемы. Также это просто приятное и полезное времяпрепровождение с собственным ребёнком.

Виды песочных игр

Существует 2 основных вида песочных игр:

1. **Рисование песком.** Такой вид терапии помогает ребенку расслабиться. Он фантазирует, рисуя различные образы: людей, животных или природу. Песок можно разравнивать как ладонями, так и пальцами, рисовать кулачком или запястьем. Можно делать отверстия, разгребать его или просеивать между пальцами. Песочная анимация помогает развивать творческие способности, мышление и воображение. Особенно этот вид пескотерапии подойдет для легковозбудимых и гиперактивных детей.
2. **Игра в песочнице.** Ребенок играет в импровизированной песочнице – коробке с песком. Он использует фигурки людей, строений, техники, фруктов, овощей и других предметов.

Дошкольник самостоятельно придумывает сюжет и проигрывает его, выражая скрытые эмоции. При организации терапии психологом, он сам подсказывает сюжет, чтобы ребенок пережил конкретное чувство. Для развития речи логопед проводит необходимые занятия в игровой форме.

Песочная терапия включает в себя многообразные сюжетные игры, которые помогают детям развиваться.

Для коррекции дыхания применяются следующие игры:

1. «Ровная дорога»

Логопед машинкой проводит дорожку по песку. Ребенок должен струей воздуха ее разровнять.

1. «Картинка под песком»

На стол нужно положить цветную картинку, сверху насыпать песок. Ребенок должен сдуть его с изображения.

1. «Дорога к животному»

Терапевтические игры с песком для развития мелкой моторики

Развитие мелкой моторики неразрывно связано с развитием речи, памяти и мышления ребенка. Для этого существует много разных игрушек, настольных игр, творческих наборов и других разнообразных методов. Песочная терапия помогает развивать моторику рук детям разных возрастов.

Для развития моторики педагог проводит следующие игры:

«Морской мир»

Ребенок играет с песком в коробке, создает «морской мир». Педагог дает игрушки на морскую тематику, а также камешки, ракушки, бусинки. С их помощью ребенок выкладывает рыбок, кораблики и придумывает истории.

Этапы организации песочной терапии в детском саду

Организацией пескотерапии занимаются педагоги в детских садах, психологи и логопеды. Они применяют игры с песком для занятий с детьми. В домашних условиях родители могут организовать место, в котором ребенок сможет играть в песочнице с пользой для себя.

К основным этапам организации терапии можно отнести:

1. Подготовка ребенка к песочной терапии. У него должно быть желание участвовать в игре.
2. Педагог должен уметь проводить песочную терапию, иметь творческий подход и потенциал.
3. Дети должны быть здоровыми на момент игры. У них должна отсутствовать аллергическая реакция на песок.
4. Подготовка игрового места: ящик с песком, стол для анимации и игрушки.
5. Проведение игры

