

«Песочная терапия с дошкольниками»

К.Д. Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей – кучка песка!» Контакты детей друг с другом происходят в песочнице. Игры с песком — одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому она может быть использована в развитии и обучении детей.

В процессе песочной игры ребенок имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму. Песочница обладает для детей психотерапевтическим эффектом, помогая ребенку избавиться от застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем. **Песочная терапия** — это прежде всего возможность самовыражения. Песок, вода и несколько маленьких фигурок, людей, животных (игрушки из шоколадных яиц Kinder Surprise), предметов способны помочь ребенку раскрыться, выразить свои чувства и эмоции, которые порой так трудно выразить словами.

Такого рода **игры с песком** стабилизируют эмоциональное состояние ребенка, формируют умение прислушиваться к себе, осознавать и проговаривать свои ощущения. А это в свою очередь способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. При этом создаются благоприятные условия для проявления у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности своим делом. Активизируются мыслительные и эмоциональные резервы, что выражается в физических формах, создаваемых руками. Преобразуя ситуацию в песочнице, ребенок получает опыт самостоятельного разрешения трудностей, как внутреннего, так и внешнего плана. Но основным положительным моментом, несомненно, является возможность получить ребенком первый опыт рефлексии (самоанализа). Накопленный опыт самостоятельных конструктивных изменений ребенок переносит в реальную повседневную жизнь.

Использование песочницы в повседневной прогулках с родителями и педагогической практике в детском саду дает комплексный образовательно-терапевтический эффект.

Игровые методы с песком

Игры на песке — одна из форм естественной деятельности ребенка. Песочницы очень любят и играют в них дети разного дошкольного возраста. От самых маленьких и до старших дошкольников. Ученые доказали, что песок поглощает негативную энергию, успокаивает, наполняет гармонией. Именно поэтому так полезно малышам играть в песочнице.

Правила игры с песком для малышей

Береги песчинки — не выбрасывай их из песочницы. Если случайно песок высыпался, покажи это взрослому, и он поможет им вернуться обратно в песочницу. Нельзя выбрасывать песок из песочницы.

Песчинки очень не любят, когда их берут в рот или бросаются ими в других детей. Нельзя брать песок в рот и бросать его в других людей.

У детей всегда должны быть чистые ручки. Поиграл с песком — помой ручки и покажи чистые ладошки взрослому.

Все игрушки любят, когда их ставят на место. После игры в песке надо убрать все игрушки на свои места.

Игры с песком в младшей группе

«Чувствительные ладошки»

Горячее-холодное, мягкое-твердое, сухое-мокрое. Взрослый просит малыша притронуться к песку и спрашивает его, что он чувствует. Какой песок на ощупь: теплый, холодный, мокрый, сухой, мягкий, твердый и т.д.

«Отпечатки наших рук»

Малышам очень нравится на песке делать отпечатки ножек, ладошек, изображать пальчиками следы животных. А еще очень интересно и приятно закапывать в песок свои ручки и ножки.

Игра «Секретик»

Что спрятано в песке? Взрослый прячет в песке любые игрушки, при этом тайник помечается, задача ребенка — откопать «секретик», а потом сделать похожий тайник для взрослого.

Игра «Рисунки на песке»

С помощью палочки можно рисовать картинки (солнышко, домик, цветочек, тучку, рыбку и буквы, цифры, геометрические фигуры и целые картины).

Игра «Разноцветные паровозики»

Взрослый предлагает ребенку собрать паровоз из разноцветных пластиковых крышечек или камушков. Можно предложить собрать по цветам паровозик, а можно предложить собрать по счету из четырех, пяти, шести вагончиков и т. д.

Игры с песком в средней группе

Игра «Домики для мышки»

Ребенок вместе со взрослым копает небольшие ямки — норки руками или совочком. Затем педагог обыгрывает постройку с помощью игрушки. Например, взрослый берет игрушечную мышку в руки, имитируя ее писк. Затем его «мышка-норушка» пробирается в каждую норку и хвалит ребенка за то, что он сделал для нее замечательные домики. Домики можно делать и для других игрушек — зайчиков, лисят, медвежат и пр.

Игра «Я пеку, пеку, пеку»

Ребенок «выпекает» из песка разнообразные изделия (булочки, пирожки, тортики). Для этого малыш может использовать разнообразные формочки, насыпая в них песок, утрамбовывая их рукой или совочком. Пирожки можно «выпекать» и руками, перекладывая мокрый песок из одной ладошки в другую. Затем ребенок «угощает» пирожками гостей, кукол, взрослых.

Игра «Заборчики»

Ребенок руками лепит заборчики по кругу. За таким забором можно спрятать зайку от злого серого волка. Также устроить гонки маленьких машинок.

Игра «Волшебные отпечатки на песке»

Взрослый и ребенок оставляют отпечатки своих рук на мокром песке, а затем дорисовывают их или дополняют камешками, чтобы получились веселые мордочки, рыбки, осьминожки, птички и т. д.

Игра «Цирк на песке»

Ребенок с помощью взрослого мастерит из песка арену на которой по очереди все участники прогулки на песке, показывают цирковые номера с помощью различных маленьких игрушек (игрушки из киндер-сюрприз, солдатика, игрушки из лего конструкторов и т.д.).

Игры с песком в старшей группе

Игра «Секретики»

Взрослый прячет геометрическую фигуру, букву, цифру и предлагает «рассекретить» на ощупь что спрятано в песке.

Игра проводится согласно возрасту и умениям, знаниям ребенка, можно усложнять, изучив новую букву или цифру, закреплять пройденное.

Игра «Угадайка»

В песке спрятаны буквы (количество варьируется). Ребенок находит буквы и составляет слова на песке.

Игра «Страна слов»

На поверхности песка написано слово с пропущенной буквой. Ребенку предлагается пальчиком или палочкой написать пропущенную букву.

Игра «Сапер»

Рука одного играющего превращается в «мину»: она может находиться в песке в любом положении. Задача другого играющего — «сапера», откопать «мину» не дотрагиваясь до нее. «Сапер» может действовать руками, дуть на «мину», помогать себе тонкими палочками или перышками.

Игра «Раскопки»

Нужно заранее закопать в песок маленькие предметы: ложку, пробку, ручку и т.п. Ребенок должен их раскопать и вместе со взрослым придумать историю о том, кому принадлежали эти вещи.

Эти незатейливые упражнения обладают колоссальным значением для развития психики ребенка. Во-первых, такого рода взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние. Во-вторых, с развитием мелкой моторики, мы учим ребенка прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, это способствует развитию речи, произвольного внимания, памяти. Но главное ребенок получает первый опыт рефлексии — учится понимать себя и других.