

Консультация

на тему:

*«Песочная терапия в работе с детьми
раннего возраста»*

К.Д.Ушинский писал:

«Самая лучшая игрушка для детей – куча песка!».

Песочная терапия – это просто кладезь новых знаний для педагогов, работающих с детьми, возможность узнать лучше своих воспитанников, занять их интересной и познавательной игрой в песочнице.

Что нужно для игры в песок?

А нужно, в сущности, так мало:

Любовь, желанье, доброта,

Чтоб вера в Детство не пропала.

Простейший ящик из 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.

Игра ребенка с песком известна с давних времен и представляет собой один из наиболее излюбленных детьми видов творческой активности. Использование методов песочной терапии в работе с детьми первых-вторых младших групп, является самым доступным и естественным способом развития и самотерапии.

Началом использования подноса с песком в психологической практике принято считать конец 1920-х годов. При работе с детьми игрушки и миниатюры использовали Анна Фрейд, Эрик Эриксон и другие психотерапевты. Разработанная К.Юнгом техника активного воображения может рассматриваться как теоретический фундамент песочной терапии. Создание песочных сюжетов способствует творческому регрессу, работа в

песочнице возвращает в детство и способствует активизации «архетипа ребенка».

Песок имеет замечательное свойство «заземлять» негативную психическую энергию, стабилизировать эмоциональное состояние. Взаимодействуя с песком, повышаются адаптивные возможности ребенка, он быстрее и менее болезненно адаптируется к детскому саду. И это естественно, ведь дети 1,5-3 лет особенно нуждаются в песочнице, так как в ней они «проигрывают» свои чувства и эмоции, которые им пока сложно выражать в силу возрастных особенностей. Создавая «песочные страны», ребёнок входит в диалог с окружающим миром, и взрослый получает уникальную возможность увидеть мир глазами ребёнка и научиться взаимодействовать с этим миром. Все это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации.

Необходимым условием повышения адаптационных возможностей детей является использование метода песочной терапии.

Терапия (синоним лечение) — это процесс, желаемой (но не всегда достигаемой) целью которого является облегчение, снятие или устранение симптомов и проявлений того или иного заболевания, патологического состояния или иного нарушения жизнедеятельности, нормализация нарушенных процессов жизнедеятельности и выздоровление, восстановление здоровья. Терапия используется в разных интерпретациях в области медицины, психологии, психиатрии и других сферах связанных с нормализацией жизненных и социальных процессов. Например, существуют следующие виды терапии: акватерапия; ароматерапия; логотерапия; магнитотерапия; цветотерапия; песочная терапия.

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и

открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

Автор **метода песочной терапии**, швейцарский аналитик Дора Кальфф, считает что «картина на песке может быть понята как трехмерное изображение какого-либо аспекта душевного состояния. Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым».

Игры с песком – одна из форм естественной активности ребёнка. Именно поэтому можно использовать песочницу, проводя коррекционные, развивающие и обучающие занятия. Строя картины из песка, придумывая различные истории, в наиболее органичной для ребёнка форме передаются знания и жизненный опыт, познаются законы окружающего мира. Взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние ребенка, улучшает самочувствие взрослых и детей. Всё это делает песочную терапию прекрасным средством для развития и саморазвития ребенка.

Через игру в песок у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности, а также решаются следующие *задачи*:

1. В песочнице быстрее устанавливаются доверительные отношения между воспитателем и ребенком. Для ребенка роль педагога становится понятной, предсказуемой и значимой, что укрепляет его базисное доверие к миру.

2. В играх с песком происходит спонтанное снижение высокого уровня психического напряжения как ребенка, так и педагога, тоже испытывающего в этот период нервные перегрузки. Это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации, укреплению адаптивных возможностей.

3. В песочнице, взаимодействуя с взрослым и сверстниками, ребенок более осмысленно и быстро осваивает нормы и правила поведения и общения в группе.

4. В песочных играх с миниатюрными фигурками ребенок с помощью взрослого проигрывает психотравмирующую ситуацию расставания с родителями, встречу с неизвестным, осваивает позитивные способы поведения.

5. Педагог становится для ребенка проводником в освоении умений, навыков и знаний об окружающем мире и самом себе в этом мире.

Игры с песком используются педагогами младших групп в качестве групповой или подгрупповой работы во время прогулки на игровой площадке 1-2 раза в неделю по 20-30 мин. и в качестве индивидуальных занятий по усмотрению педагога.

Чтобы вместе с детьми отправиться в увлекательное путешествие в волшебную Песочную страну, необходима песочница. Это может быть либо стационарная песочница на игровой площадке, либо специально организованная «минипесочница» в групповой комнате.

Оборудование «мини-песочницы»:

1. Водонепроницаемый деревянный ящик или пластиковый таз, дно и борта которых должны быть голубого/синего цвета (дно символизирует воду, а борта — небо). Для индивидуальных занятий можно использовать несколько пластиковых прямоугольных тазов. Желательно, чтобы у песочниц были съемные крышки.

2. Чистый просеянный песок, создающий в песочнице линию горизонта.

3. Набор игрового материала: лопатки, широкие кисточки, сита, воронки; разнообразные пластиковые формочки разной величины и формы; миниатюрные игрушки для обыгрывания заданий в песочнице; бросовый материал: камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля. «Коллекция» миниатюрных фигурок, желательно, не более 8 см высотой. В набор могут входить: человечки, здания, животные, транспорт, растения, сказочные герои, злые и добрые, различные геометрические фигуры, природный материал - камешки, веточки,

шишки, орехи, желуди, каштаны, - словом, все, что может быть использовано в песочных играх.

НОД с использованием метода песочной терапии имеет свою структурную особенность:

1. Разминка (или разогревающие игры). Этап прикосновений и игр на поверхности сухого песка.

Цель: снижение психофизического напряжения, регуляция мышечного напряжения, расслабление, развитие тактильной чувствительности, воображения, закрепление знаний о сенсорных эталонах.

2. Непосредственно обучающая часть.

Цель: развитие сенсорных способностей, предметно-практических манипуляций, тонкой моторики, познавательной и речевой активности.

3. Завершающий этап. Этап прикосновений и игр на поверхности мокрого песка.

Цель: приобретение нового сенсорного опыта, благодаря которому дети узнают о своих физических и чувственных возможностях, а так же о свойствах вещей, которые их окружают.

Педагог в ходе НОД обращает внимание детей на изменение тактильной чувствительности при работе с сухим и мокрым песком. Если ребенок испытывает неприятные ощущения, нельзя настаивать на продолжении игр с песком.

Все игры, упражнения в песке осуществляются с помощью игрушки-посредника, например - Песочного зайчика. Данную игрушку мы используем только в песочнице или в некоторых исключительных случаях в НОД в группе, так как через эту игрушку объявляются все правила поведения, запреты и поощрения.

Памятка по организации безопасного поведения детей в играх с песком.

При каждой организации игр с песком необходимо:

- проверить прочность песочного ящика, любые мелкие неисправности должны быть немедленно устранены.
- перекопать песок, полить его горячей водой, немедленно убрать с поверхности песка мусор, инородные предметы.
- обеспечить содержание песка в условиях, исключающих запыление воздушной среды;
- проверить на прочность игрушки.

При организации игр с песком запрещается:

- использовать игрушки со сколами, трещинами, острыми краями;
- использовать булавки, иголки, гвозди, другие колющие, режущие предметы;
- сдувать песчаную пыль ртом (исключить образование пыли);
- играть с подбрасыванием песка вверх, с бросанием его друг в друга;
- насыпать песок за ворот рубашки, в штаны, в волосы, в обувь;
- ходить в обуви, наполненной песком;
- закапывать в песок тело ребенка;
- лежать на песке вниз лицом;
- жевать песок, либо имитировать употребление его в пищу;
- нюхать песок;
- переносить песок весом до 2-х кг - мальчикам, до 1,5 кг - девочкам.

Взрослый должен внимательно наблюдать за играющими детьми и их отношениями;

- не оставлять ребенка без присмотра.

Нельзя организовывать игры с песком в ветреную погоду!

Во время проведения НОД с использованием пескотерапии применяются такие *формы работы с детьми*, как:

1. Сюжетные игры – «Построим дорожку (дом, заборчик)», «Норки для мышки». Освоив простую постройку, даем усложнение с использованием бросового материала (палочки, травка, дощечки, платочки и т.д.).
2. Игры-забавы – «Найди предмет», «Откопай сюрприз», «Спрячь ты, а я буду искать», «Необыкновенные следы».
3. Дидактические игры-упражнения - «Узоры на песке», «Мы создаем мир».
4. Рассказывание сказок – лепим героев или рисуем на песке палочкой сказку и сопровождаем рассказом.
5. Инсценирование: «Девочка чумазая», «Испечем пирожки».
6. Читаем на песке – предварительно лепим формочки животных или предметов, а потом показываем детям и читаем стихотворение, например, из цикла А.Барто «Игрушки».
7. Рисование песком – хорошо просушенный и просеянный песок набираем в ладошку или насыпаем в кулечек с отрезанным уголком и рисуем по готовому контуру картинку.
8. Конструирование – используем метод «наплыва» (полужидкий песок выливается постепенно в определенную форму «Замок из песка»).

Все игры и упражнения необходимо объединить общим сказочно-игровым сюжетом: «Знакомство с Песочной страной», «День рождения в Песочной стране», «В гостях у Мишки-Топтыжки».

Можно выделить *группы методов и приемов песочной терапии*, используемых в работе:

1. Исследовательская, практическая деятельность, включающая в себя работу с раздаточным материалом (совочки, формочки, кисточки), элементы экспериментирования, наблюдения;
2. Игровая деятельность (обыгрывание ситуаций («песочная буря», «проливной дождь», инсценировка, элементы театрализации);

3. Словесные методы – беседы, рассказ педагога, чтение произведений литературы (стихи, сказки), использование фольклорного жанра (потешки, прибаутки);
4. Наглядные методы (показ игрушек, рассматривание картин и иллюстраций, моделирование).

В результате использования песочной терапии наблюдаются *положительные изменения* у детей:

- значительно повышается общий эмоциональный фон;
- снижается уровень тревожности;
- быстрее происходит восстановление всех нарушенных навыков;
- повышается познавательная и игровая активность, уровень взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- усиливается самостоятельность ребенка;
- развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика;
- более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память и мышление), а так же речь и моторика.

Работать с песком могут дети с различными нарушениями и заболеваниями, кроме некоторых соматических. У ребенка не должно быть аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках.

Итак, игра с песком, особенно для детей раннего возраста, является, пожалуй, самым доступным и естественным способом самотерапии.