

**Щербина Лейла Геловна**

педагог-психолог

МБДОУ «Д/С №63»

г. Таганрог, Ростовская область

## **ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ – ЭФФЕКТИВНАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

***Аннотация:** в данной статье рассматриваются особенности коррекционно-развивающей работы с детьми. Игры с песком являются самой доступной формой деятельности.*

***Ключевые слова:** коррекционно-развивающая работа, песочная терапия, дети.*

*Самая лучшая игрушка для детей –  
кучка песка!*

К.Д. Ушинский

Песок – загадочный материал, он обладает способностью завораживать человека – своей податливостью, умением принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользящим или влажным, плотным и пластичным. Игра с песком – это естественная и доступная каждому ребенку форма деятельности.

Опыт использования песочных игр в коррекционно-развивающей работе для дошкольников, подтверждает перспективность и доступность данного метода.

Песок – это замечательный сенсорный материал, непревзойденная по своим возможностям предметно – игровая среда и великолепный материал для изобразительной деятельности, экспериментирования. Игра с ним активизирует и поддерживает детскую фантазию и инициативу. В процессе работы с песком у ребенка закрепляется направленность на процесс, а это и есть залог развития.

Используя песок, дети осуществляют практически любые свои идеи, а также совершают увлекательные путешествия, решают множество проблем, ощущают

радость творчества, учатся взаимодействовать в коллективе, договариваться, проявлять заботу.

Песок оказывает не только расслабляющее действие, но и несет лечебную, коррекционную и обучающую функции.

В нашем детском саду, помимо общеразвивающих, 2 комбинированные и 4 группы компенсирующей направленности (2 с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) и 2 с задержкой психического развития (ЗПР)). При работе с данной категорией детей я использую элементы песочной терапии в диагностических, коррекционно-развивающих целях. Строя фигурки из песка с использованием символов, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для «особенного» ребенка форме передаем ему знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира.

Для организации процесса песочной терапии у нас в ДООУ созданы специальные условия. В каждой из специализированных групп имеется оборудование для игры с песком и водой, набор миниатюрных предметов и игрушек, бросовый материал.

Коррекционно-развивающие занятия с использованием элементов песочной терапии я строю на основе следующих принципов:

1) создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно, проявляет творческую активность. Для этого я стараюсь подбирать задания, соответствующие возможностям ребенка;

2) оживление абстрактных символов: буквы, цифры, геометрической фигуры. Реализация этого принципа позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию;

3) реальное проживание, проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями.

Все игры с песком можно разделить по трем направлениям.

1. Обучающие – они облегчают процесс обучения ребенка.
2. Познавательные – с их помощью познается многомерность мира.

3. Проективные – через них осуществляется психологическая диагностика, коррекция и развитие детей.

Игры с песком я включаю в занятия для детей, имеющих различные формы нарушений, сложности, связанные с изменениями в семье, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, повышенную тревожность, страхи, агрессию, нарушения в развитии высших психических функций, отсутствие мотивации, при подготовке руки к овладению письмом, в работе с детьми с ОВЗ.

Свои занятия с песком я начинаю с того, что знакоблю детей с песочницей, демонстрирую коллекцию фигурок. Далее знакоблю воспитанников с правилами игры на песке. Затем ввожу детей в игровую среду, используя ритуал входа, провожу игры-разминки. После, формулирую тему занятия, знакоблю с игрой и ее героями. В завершении провожу ритуал выхода, подведение итогов, закрепление положительных эмоций.

Правила игры на песке.

1. Берегите песчинки – не выбрасывайте их из песочницы. Если случайно песок высыпался, покажи это взрослому, и он поможет им вернуться. Нельзя выбрасывать песок из песочницы.

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

3. У детей всегда должны быть чистые руки и носики. Поиграл с песком – помой руки и покажи чистые ладошки зеркалу.

4. Наши игрушки любят, когда их ставят на место. После игр надо убрать все игрушки на свое место.

Песочные игры, отличное развивающее занятие для детей. В таких играх развивается не только мелкая моторика, но и глазомер, мышление, фантазия, концентрация внимания и усидчивость. Для подготовки ведущей кисти руки ребенка к письму дети 6–7 лет с большим удовольствием работают на занятиях песочным карандашом, рисуют картины, пишут цифры и буквы.

Важной задачей педагога-психолога является помощь детям в преодолении стресса при поступлении в дошкольное учреждение и успешная адаптация к

нему. Для решения данной задачи я включаю игры с песком в занятия с детьми со сложной степенью адаптации, провожу консультации с воспитателями и родителями по использованию элементов песочной терапии в период адаптации детей к условиям ДОО. Песочная терапия стабилизирует психоэмоциональное состояние ребенка, помогает установить взаимопонимание со сверстниками, взрослыми и новой средой в период адаптации.

Практически все дети с ЗПР обладают значительной общностью психического дефекта, проявляющегося в недостаточности развития познавательной, эмоционально-волевой сферы, активности личности в целом, что вызывает определенные трудности в процессе обучения. Часто нарушения носят смешанный характер: помимо проблем в интеллектуальном развитии встречаются нарушения речи или полное ее отсутствие, недостаточное развитие координации движений, мелкой моторики рук. Все эти нарушения требуют использование специальных и эффективных методов, каким и является песочная терапия.

В настоящее время развитие ребенка через инклюзивное образование получает все большее распространение. Так и среди воспитанников нашего ДОО есть дети, с расстройствами аутичного спектра (РАС). Под РАС понимается сборная группа синдромов, в основе которых лежит дизонтогенез «по типу искаженного развития», при котором нарушены адекватные связи с окружающей действительностью.

Свою работу по коррекции эмоциональной сферы детей с РДА я направляю на установление контакта со взрослыми, смягчение общего фона сенсорного и эмоционального дискомфорта, снижение тревожности, страхов, стимуляцию психической активности, направленной на взаимодействие со взрослыми и сверстниками, преодоление отрицательных форм общения: агрессии, негативизма.

Для того, чтобы ребенок с аутизмом адаптировался к игре с песком, для начала берем песок и трем его об руки ребенка, это дает ему возможность привыкнуть к песку. Затем поднимаем песок вверх, и насыпает его – это дает заинтересованность для ребенка, а также вызовет фиксацию глаз. Иногда, чтобы

привлечь внимание ребенка к песочнице, я использую яркую игрушку, которую помещаю в песочницу.

Опыт работы показывает, что наиболее важным условием появления более сложного игрового поведения детей с РАС является целиком проработанный психологом организационный момент игры. Занятия по песочной терапии проводятся индивидуально, что обеспечивает более тесный контакт между ребенком и специалистом, а также повышает эффективность работы. Длительность таких занятий – от 15 до 30 минут в зависимости от актуального состояния ребенка и степени глубины искажения развития ребенка в целом.

Игры с песком – здоровьесберегающий метод в работе с детьми, имеющими особенности в развитии, объединяющий множество упражнений и игр, направленных на общую релаксацию, снятие двигательных стереотипов и судорожных движений, на повышение концентрации внимания и усидчивости. Я использую песочницу как хорошего посредника для установления контакта с ребенком. И если он плохо говорит и не может рассказать о своих переживаниях, то в таких играх с песком все становится возможным. Проигрывая волнующую ситуацию, ребенок раскрывается и у меня появляется возможность увидеть внутренний мир ребенка.

Анализ опыта работы с детьми по использованию элементов песочной терапии в коррекционно-развивающей работе показывает, что у воспитанников значительно возрастает интерес к занятиям, они чувствуют себя более успешными, на занятиях нет места монотонности и скуке, у малышей более легко проходит адаптационный период, нормализуется психоэмоциональное состояние, быстрее развиваются психические процессы.

Формы и варианты использования песочной терапии определяются особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами и их продолжительностью. Опыт применения песочной терапии в рамках работы педагога-психолога показывает, что различные модификации песочной терапии могут быть очень эффективными в работе не только психологов, но и учителей – дефектологов, логопедов, воспитателей.

Мастер-класс для педагогов по использованию элементов песочной терапии в работе с детьми.

Для выполнения практической части приглашаются по 2–3 педагога к каждой песочнице.

Педагог-психолог: Здравствуй, песочек, сыпучий и прохладный,

Ты – наш дружок, играть с тобой приятно!

1. Упражнение «Здравствуй песок».

Далее педагог-психолог демонстрирует с основные техники работы с песком:

– закидывания – выполняется несколькими быстрыми движениями. Ребром ладони как бы сбрасывается верхушка с песка, лежащего вдоль края песочницы к центру;

– засыпания (насыпания) – набираем песок в кулак и держим его над поверхностью, кулак сжимаем не очень сильно, чтобы песок мог сыпаться через пальцы;

– вытирания – вытираем лишний песок с поверхности;

– процарапывания – для рисования используем подушечку пальца или ноготь;

– отпечатки – можно использовать отпечатки ладони, пальцев, ребра ладони, кулака, также можно использовать различные предметы.

Педагог-психолог: Предлагаю вам создать свою композицию (2 мин.). Как вы назовете композицию, которая у вас получилась? Какие чувства она вызывает?

Сегодня я показала вам лишь несколько песочных игр, в которые можно поиграть с ребенком. Я приготовила для вас картотеку игр, которые можно использовать в своей работе, надеюсь она будет для вас полезна.

### ***Список литературы***

1. Попова С.В. Использование песочной игротерапии в проективной деятельности дошкольников / С.В. Попова, О.В. Фомина // Молодой ученый. – 2015. – №8. – С. 1024–1026.

2. Хоменко И.Н. Коррекционно-диагностический комплекс «Песочная магия» / И.Н. Хоменко. – СПб.: Иматон.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2007.
4. Сакович Н.А. Игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь, 2008.
5. Битов А.Л. Особый ребенок: исследования и опыт помощи. Проблемы интеграции и социализации. – М., 2009.
6. Зейц М. Пишем и рисуем на песке: Практические рекомендации. – М.: ИНТ, 2010 – 94 с.