

Консультация для родителей

«Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы дошкольников с ОВЗ»

Основополагающая идея **песочной игротерапии** заключается в том, что ребенок, перенося на плоскость **песочницы** свои фантазии и переживания, может контролировать самостоятельно свои побуждения, выражая их в символической форме. **Песок - идеальная развивающая среда**, где можно творить без страха, что-либо сломать или испортить.

Цель **песочной терапии** - не менять и не переделывать ребенка, не учить его специальным поведенческим навыкам, а дать ребенку возможность быть самим собой.

Песочная игротерапия является наиболее продуктивным и действенным методом организации деятельности с детьми.

Игры с песком - это проявление естественной активности ребенка. Первые контакты детей друг с другом происходят в **песочнице**. Именно поэтому естественно использовать **песочницу**, проводя коррекционные, **развивающие и обучающие занятия**.

Песок является прекрасным психопрофилактическим средством. Он имеет замечательное свойство «заземлять» негативную психическую энергию, стабилизировать **эмоциональное состояние**.

Метод **песочной терапии** способствует: **развитию эмоций у детей, развитию фантазии, мелкой моторики, тактильных ощущений, связной речи**; наиболее эффективен в коррекции страхов, тревожности, замкнутости, агрессии, гиперактивности.

Применяется для **развития** и коррекции в решении следующих проблем у ребенка:

- трудности в общении;
- взаимоотношения детей и **родителей**;
- психологические травмы;
- расстройства настроения;
- кризисные ситуации;
- страхи, тики, навязчивости и другие расстройства;
- проблемы поведения.

Задачи **песочной игротерапии** ориентированы на то, чтобы помочь ребенку:

- **развить** более позитивную Я - концепцию;
- **развить самооценку**;
- обрести веру в себя;
- овладеть чувством контроля;

- стать более ответственным в своих действиях и поступках;
- научиться выражать свои мысли, чувства и **эмоциональные переживания**;
- научить способам самовыражения.

При организации занятий **песочной игротерапии**, ставятся следующие задачи:

1. Создавать для ребенка **атмосферу безопасности**.
2. Создавать ощущение дозволенности.
3. Понимать и принимать мир ребенка.
4. Поддерживать положительный тонус и самочувствие.
5. Установление обратной **эмоциональной связи** путем развития различных эмоций.
6. Облегчить ребенку принятие решений.

В некоторых случаях игра с песком является ведущим методом коррекции (например, при наличии у ребенка поведенческих или **эмоциональных нарушений**). В других случаях - в качестве вспомогательного средства при **развитии сенсомоторики**, при активизации к действию, для снятия **психоэмоционального напряжения**, нервозности.

Ребенок в процессе **песочной** игры выражает свои самые глубокие **эмоциональные переживания**, освобождается от страхов и пережитое не **развивается** в психическую травму.

Играя с песком, ребенок самовыражается. Используя игрушки, он выражает все то, что ему трудно выразить в словах.

В **песочной терапии** ребенок обретает внутреннюю свободу и уверенность, что его никто не осудит и примет таким, какой он есть. Сначала на песке, а затем и в реальной жизни!

Песочница - прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным. Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок освобождается от напряжения и беспокойства. Каждая выбранная игрушка воплощает какой-либо персонаж, который взаимодействует с другими героями. **Дошкольник сам придумывает**, о чем они говорят или что делают. Во всех случаях малыш чувствует себя хозяином своего маленького мира. То, что прежде таилось в глубине детской души, выходит на поверхность **песочницы**; персонажи игры приходят в движения, выражая наиболее актуальные для ребенка чувства и мысли.














Весь нехитрый материал помогает детям строить свой собственный мир и обыгрывать в нем различные внутренние проблемы.

Игра в **песок** дает средства для разрешения конфликтов и передаче чувств. Выбранные игрушки, помогают ребенку самовыразиться: в свободной игре он может выразить то, что ему

хочется сделать, то, что он не может объяснить словами, рассказать или ребенку тяжело выразить свои **эмоции**, страхи, переживания.

Для игр с песком, прежде всего, необходима «**песочница**». Она может быть любой формы, но предпочтение отдается квадратной или круглой: эта форма на подсознательном уровне улучшает процессы интеграции личности. Внутренняя поверхность должна быть окрашена в голубой или синий цвет - дно символизирует воду, а борта - небо.

Также для игр используется следующий материал:

-  вода;
-  небольшие подносы;
-  стаканчики для воды;
-  лопаточки;
-  формочки;
-  мелкие игрушки;
-  животные;
-  сказочные персонажи;
-  транспорт;
-  геометрические формы;
-  природный материал;
-  камешки, ракушки;
-  бросовый материал.

Предлагаем вашему вниманию игры и упражнения, направленные на **развитие** тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, **развитие связной речи**; коррекцию страхов, тревожности, агрессивности, гиперактивности. Ценность этих упражнений в том, что мы учим ребенка говорить о своих ощущениях, **развиваем речь**, произвольное внимание и память. Происходит формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в игре.

«Отпечатки наших рук»

Поверхность песка ровная, **песок влажный**. Ребенок вместе со взрослым по очереди делают отпечатки кистей рук - то внутренней, то внешней стороной. Необходимо слегка вдавить руку в **песок**, прислушаться к своим ощущениям («**Песок прохладный**, теплый, сухой, мокрый; когда двигаем руками по песку, ощущаем маленькие песчинки.»). Делаем другие упражнения:

1. отпечатки кулачков, костяшек пальцев (*найти сходство со знакомым предметом - цветком, солнышко, ежик*);

2. скользить ладонями по поверхности песка (зигзагообразные и круговые движения - как машина едет, ползет змея, карусель); то же, поставив ладонь ребром;

3. «пройтись» поочередно каждым пальчиком правой и левой руки (*потом двумя руками одновременно*);

4. «поиграть» пальцами по поверхности песка, как на пианино (*движения мягкие «вверх-вниз» - движется вся кисть*);

5. оставлять следы одновременно двумя пальцами, пятью пальцами (*вместе пофантазировать: чьи это следы*).

«Зарывание секретиков»

Взрослый предварительно закапывает в песок мелкие игрушки (*разного цвета, формы*). Ребенку кисточкой (*если песок сухой*) или руками (*если песок мокрый*) начинает откапывать «секретики». И в процессе раскопок по открывающимся частям игрушки, нужно описать ее.

По окончании работы взрослый предлагает вымыть руки и поделиться впечатлениями.

«Домики для животных».

Ребенку предлагается построить домики для любимых животных, фигурки которых он сам выбирает. Можно использовать пластиковые геометрические фигуры для построек, а можно строить пещерки из песка. Главное, не навязывать свои варианты, а просто подавать ребенку идеи, если он затрудняется. Во время игры ребенок с помощью взрослого перечисляет животных, называя их детенышей в единственном и множественном числе и т. п.

«Угадай рисунок»

Взрослый «рисует» на спине ребенка любую букву или цифру, если ребенок их уже знает. В противном случае можно нарисовать геометрическую фигуру или что-то другое. Ребенок должен изобразить этот рисунок на песке.

«Найди отличие»

Ребенок рисует на песке любую несложную картинку (*дерево, домик и др.*) и показывает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и показывает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

«Клад»

Взрослый зарывает в песок предмет и описывает его, не называя. Когда ребенок отгадывает, дает инструкцию, как найти спрятанную вещь словами «правее», «левее», «прямо» и т. д.

«Продолжи узор».

Взрослый рисует на песке простой узор и просит ребенка продолжить его.

«Узнавалка»

В этой игре рисуется какой-либо контур. А затем предлагается ребенку посмотреть на него с разных сторон, пытаясь придумать, на что же похоже.

«Чей след?».

На столе выставляется некоторое количество предметов. **Песок в песочнице смачивается водой**, чтобы видно было отпечатки. Ребенок отворачивается, а взрослый делает отпечаток на песке одним из предметов. Ребёнок, открыв

глаза, должен отгадать предмет, которым был сделан отпечаток.

«Победим страх»

(коррекция страха, тревожности, агрессивности, гиперактивности)

Материал: ящик с песком, вода, фигурки по выбору, бросовый и природный материал; магнитофон, аудиокассета со спокойной музыкой.

Взрослый предлагает ребенку на мокрой и ровной поверхности песка нарисовать свой страх. Затем поливать рисунок до тех пор, пока нарисованное не исчезнет (*не "смывается"*) и вновь - чистая, ровная поверхность, страх исчез. На том месте, где был нарисован страх, ребенок создает "веселую картинку" из материала и фигурок, которые выбрал.

«Я колючий только снаружи»

(коррекция агрессивного поведения)

Материал: ящик с песком, вода, фигурки людей; магнитофон и аудиокассета со спокойной музыкой.

Взрослый просит ребенка вылепить из песка своего обидчика, а затем разрушить фигурку и залить водой. Затем взять выбранную фигурку обидчика и закопать в **песок** (*но мы закапываем не обидчика, а свой гнев и озлобленность на него*). Всё - негативных **эмоций и переживаний нет**, а значит «обидчик» больше не обидит. В конце работы ребенок выравнивает поверхность **песочницы**.

В заключении хочется ещё раз отметить большую воспитательную и **развивающую роль песочных игр** в работе с детьми **дошкольного возраста**. Используя игры и упражнения с песком, можно добиваться концентрации внимания, сосредоточенности при выполнении определённого действия, побуждать детей к активным действиям, проявлению инициативы в совместных играх в песке. Всё это способствует гармоничному **развитию личности ребёнка**, а это очень важно и ценно, как для самого ребёнка, так и для общества в целом.

