

*Развитие эмоциональной сферы ребенка
посредством
песочной терапии*

Чернова Марина Владимировна,
МБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад «Гармония»



**«ЛУЧШАЯ
ИГРУШКА ДЛЯ
ДЕТЕЙ – КУЧКА
ПЕСКА!»**

К.Д. Ушинский



Обыкновенный песок – это нечто волшебное. Уверена, что вы с этим согласитесь!

Трудно найти человека, которому слово «песок» тотчас не навеяло бы живые воспоминания из детства.

Используя лоток с песком, вы сможете вместе с детьми осуществлять практически любые свои идеи, а также совершать увлекательные путешествия.

Ребенок включается в игру с песком всем своим существом

– эмоционально, психически, физически.

При этом создаются благоприятные условия для проявления у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности, а также для релаксации.



Цель :

Снятие психоэмоционального напряжения, развитие тактильной чувствительности, создание положительного эмоционального настроения.

ЗАДАЧИ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ:

Обогащает эмоционально-чувственный опыт;

Совершенствует навыки коммуникативного и деятельностного общения;

Формирует способность к рефлексии;

Воспитывает самостоятельность, упорство в достижении цели;

Развивает тактильную чувствительность;

Совершенствует моторику, координацию, связь «глаз- рука»;

Систематизирует знания, развивает творчество и др.

Песочная терапия



Не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность ребенку быть самим собой.



Песочная терапия

как один из методов арт-терапии, не имеет ограничений, противопоказаний, является безопасным методом снятия напряжения.

В «песочном» пространстве дети выражают свои страхи, желания, обиды; уходит страх ошибок, неуверенности в своих силах и сомнения.

Песочная терапия решает воспитательные, развивающие, коррекционные и обучающие задачи.

Что нужно для игры в песок?

А нужно, в сущности, так мало:
Любовь, желание, доброта,
Чтоб Вера в Детство не пропала.
Простейший ящик из стола
Покрасим голубою краской,
Горсть золотистого песка
Туда вольется дивной сказкой.
Игрушек маленький набор
Возьмем в игру... Подобно Богу
Мы создадим свой мир Чудес,
Пройдя познания Дорогу.



Коллекция дополнительного материала

- Фигурки реальных персонажей и мифологических;
- Предметы и фигурки созданные человеком;
- Природный материал (камень, древесина, кусочки металла, бусины, ракушки...)
- Имеет разные характеристики и могут быть внешне красивые, привлекательные и темные, злые, пугающие...
- Представлять разные исторические периоды, содержать символические фигуры из других культур...

Материал используется, если это необходимо самому ребёнку!





- желательно, чтобы дети работали стоя – так у них будет больше свободы движений.
- не надо помещать лоток в углу комнаты.
- лоток с песком нужно устанавливать на большом и прочном столе, высота которого должна обеспечивать комфортные условия для работы детей.
- все принадлежности стоит размещать в маленьких корзиночках на уровне глаз ребенка.
- песок время от времени следует очищать. Полезно, чтобы дети делали это самостоятельно, просеивая песок через самое мелкое сито.
- перед началом работы с песком дети должны мыть руки (гигиенические нормы).
- после занятий лоток рекомендуется закрывать крышкой.



Правила поведения:

Вредных нет детей в стране —
Ведь не место им в песке!
Здесь нельзя кусаться, драться
и в глаза песком кидаться!
Стран чужих не разорять!
Песок — мирная страна.
Можно строить и чудить,
Можно много сотворить:
Горы, реки и моря,
Чтобы жизнь вокруг была.
Дети, поняли меня?
Или надо повторить?!
Чтоб запомнить и дружить!

Т.М. Грабенко

Упражнения:

«Необыкновенные следы»

«Идут медвежата» — ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Бегут жучки-паучки» — ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых.

«Наша сказка»

«Поздороваемся
с песком»

«Учимся считать»

«Веселая ферма»



«Sand Art»- рисование песком



Способы рисования песком:

1. Первым делом надо предложить детям воплотить в песке свои идеи теми способами, которые им больше нравятся. И только после того, можно давать конкретные задания;
2. Песок можно разравнивать как ладонями, так и пальцами;
3. Руки могут работать и как бульдозер, разгребая песок вокруг;
4. Пальцами можно проделывать отверстия в песке или рисовать на нем;
5. Дети очень хорошо расслабляются, пропуская песок между пальцами;
6. Поначалу дети могут использовать указательный палец, так удобнее и привычнее;
7. Для изображения солнышка можно предложить использовать кулачок;
8. Для изображения волны в рисунке можно использовать кисть руки;
9. На последующих занятиях можно осваивать новый способ рисования песком, путём отсечения лишнего.



Пусть стол усыпан мелкой крошкой,
Сквозь пыль морскую бьется свет,
Черчу я пальцами дорожки,
Ладонью оставляю след.
Стремятся беглые песчинки
Под кисть идейного творца,

Еще мгновенье - и слезинки
Текут со светлого лица.
Песок скользит по белой глади,
И время замедляет ход,
Рисует мысль свою художник,
В картине стынет "теплый лед".



Создание картины песком – увлекательный процесс, он затрагивает все сферы чувств, пробуждает творчество, расслабляет и вдохновляет одновременно.

Мягкий колорит природных оттенков, контраст песка и света, плавность контуров и припудренность линий создают Волшебство. Главное – дать волю воображению и не бояться экспериментировать.

Преимущества техники рисования песком:

- ❖ - взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние;
- ❖ - работая с песком на плоскости, движения становятся размеренными, синхронизируются с ритмом дыхания. А при работе с песком под музыку задействованы одновременно зрительный, слуховой, кинестетический каналы, что позволяет воспринимать мир непосредственно, вчувствоваться в него;
- ❖ - ощущение песка в руках расслабляет, нервные импульсы передаются от кожи в головной мозг, и ребенок «подзаряжается», как батарейка, хорошей энергией;
- ❖ - рисование происходит непосредственно пальцами по песку, что способствует развитию сенсорных ощущений, снятию эмоционального напряжения, расслаблению, приобретению навыков релаксации, гармонизации внутреннего состояния и фонового настроения;
- ❖ - Творчество с песком позволяет снять волнения и фобии. Уходят эмоциональные «зажимы», и организм возрождается.

Специалисты говорят, что методика рисования песком даже эффективнее, чем пальчиковая гимнастика.

Почему так?

Потому что задачи с песком больше напрягают и мозг, и мышцы.



- Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998.
- Мариэлла Зайц. Пишем и рисуем на песке (пер. на русский яз.), 2009г.
- О.Ю. Епанчинцева. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста: Конспекты занятий. Карточка игр. – СПб, ООО Изд. Детство-пресс, 2015г.
- Новиковская О. А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников.- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005

Спасибо за внимание !

