

**Методические рекомендации для педагогических работников и родителей
(законных представителей) детей дошкольного и младшего школьного возраста
«Игры с песком»**

Разработала:
Потапова А.А., педагог
дополнительного образования
МАОУ ДО ЦДТ

Игры с песком и водой относятся к наиболее древним забавам человечества. И до сих пор они доставляют удовольствие и детям, и взрослым. Но это не только развлечение. Занятия с песком и водой полезны для здоровья. Обратите внимание на то, как малышам нравится трогать песок, пересыпать его ручками и совочком, с какой радостью они плещутся в воде. Это благотворно влияет на психику, успокаивает, создает умиротворенное настроение, гасит негативные эмоции. Играя с песком и водой, дети познают окружающий мир, знакомятся со свойствами веществ, учатся терпению и трудолюбию.

Песочница - прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если он плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в таких играх с песком все становится возможно. Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок раскрывается, и взрослые получают возможность увидеть внутренний мир ребенка в данный момент и в ходе песочной терапии она обязательно «выльется» на песчаную поверхность. Но это далеко не единственный плюс песочной терапии: она замечательно развивает мелкую моторику (песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания, которые находятся в подушечках пальцев), координацию движений, фантазию, творческие способности, образное мышление. Малыши начинают знакомиться с геометрическими фигурами и формами, с цветами радуги. И во всем этом им помогут песок и вода.

Работа с песком успокаивает (особенно гиперактивных детей) – в нем как будто содержится живительная солнечная энергия, которая подзаряжает нас позитивными эмоциями. Песочница и песочная терапия для детей не только развивает творческий потенциал ребёнка, активизирует пространственное воображение, образно-логическое мышление, тренирует мелкую моторику руки, но ненавязчиво, исподволь настраивает детей на постижение моральных истин добра и зла, строит гармоничный образ мира.

Используя волшебные свойства песка, вдруг оживают сказки, ребенок становится сам непосредственным участником и режиссером собственных произведений, а затем видит результат собственного творчества — именно так действует песочная терапия на детей.

Музыкальное сопровождение и цветовые эффекты при проведении занятий по песочной терапии для детей являются сильнейшим стимулом для развития эмоционального мира ребенка. Кроме того, в сочетании с пальчиковой гимнастикой, драматизацией и мимическими этюдами занятие позволяет гармонизировать эмоциональное состояние ребенка, развивать все познавательные процессы и сенсомоторные навыки. Для детей песочная терапия, занятия которой могут проводиться в самом раннем возрасте, — это способ легко поведать о своих страхах, поделиться проблемами. Ведь не для всего мы можем подобрать нужные слова – даже будучи уже взрослыми. Создавая свой неповторимый мир на песке с помощью разнообразных фигурок, малыш передает нам все свои фантазии и переживания.

Дети часто не могут ясно сформулировать или назвать то, что с ними происходит. Строя различные сюжеты, дети могут проигрывать различные трудности в своей жизни. Например, сложности в общении, свои страхи.

В играх на песке идут войны, борьба добра и зла, но ребёнок всегда знает, что добро победит! И этот опыт очень важен для его будущей жизни.

В песочной терапии дети обретают внутреннюю свободу и уверенность, что их никто не осудит и примет их такими, какими они есть. Сначала на песке, а затем и в реальной жизни!

Цель такой терапии — не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать ему возможность быть самим собой.

Хороша песочная терапия для дошкольников и тем, что при создании тех или иных композиций здесь не нужны художественные навыки, как в рисовании. А значит, нет места и разочарованиям, ошибкам и неуверенности в собственных силах. На «песочном» занятии дети раскованы, веселы и воодушевлены: они создают собственный мир, и делать это бесконечно приятно.

Песочная терапия сродни игре, а в игре ребенок познает окружающий мир, преодолевает трудности, учится решать взрослые проблемы. Здесь важно участие педагога или психолога, который вовремя поможет найти малышу решение и выход из сложившейся ситуации.

Для организации песочной терапии понадобится:

- ящик для песка, размер в сантиметрах: 50х70х8 (считается, что такой размер песочницы отвечает объему поля зрительного восприятия);
- песок (обычный, но просеянный, чистый);
- вода;
- коллекция миниатюрных фигурок.

Песочница для песочной терапии может быть деревянной или пластиковой. Главное, чтобы у нее были довольно высокие бортики (чтобы песок не высыпался) и дно, окрашенное в голубой цвет. Оно будет символизировать небо или воду, что облегчает процесс игры и создания своей собственной картины.

Занятия проводятся при помощи большого количества маленьких фигурок и специальных песочниц с сухим или влажным чистым песком.

На занятиях дети любят путешествовать в сказочную страну вместе с Песочным человечком — хранителем волшебной песочницы. Каждый раз, усаживаясь вокруг песочницы, ребята слушают рассказ Песочного человечка о новой интересной игре.

Классический сеанс песочной терапии начинается с того, что педагог дает задание создать картину своего настроения и ребенок выбирает наиболее привлекательные для него игрушки.

Важно, чтобы они были разнообразными и позволили ребенку задействовать в своих играх разные аспекты жизни. Это должны быть фигурки людей (желательно разного возраста, разной национальности, профессии, категории), причем как реальных, так и воображаемых. Фигурки животных — домашних, диких, мифических. Некие символические предметы вроде зеркал, яиц, бабочек. Игрушечные здания и мебель: домики, церкви, башни, замки. Соединяющие игрушки: лестницы, веревки, камни, зернышки, фасоль. Транспорт: машины, самолеты, поезда, лодки. Растительность: деревья, веточки, цветы, кусты. Разные вещи: пуговицы, перья, монетки.

В условиях детского сада и школы не только психолог может использовать песочницу, но и педагоги, которые могут проводить развивающие игры на песке. Развивающие занятия на песке эффективнее, чем стандартные приёмы обучения. Именно благодаря самостоятельным рисункам на песке, ребёнок быстрее осваивает буквы и цифры, усваивает такие понятия, как «много-мало», «быстро-медленно», «короткий-длинный», «высокий-низкий», временные понятия дня и ночи, времён года. С помощью построений на песке можно развивать наглядно-образное мышление, восприятие и память.

Занимаясь играми на песке, ребёнку становится интересно, он старается сделать правильно, красиво, аккуратно и, что немаловажно — быстро.

Играя с малышом, проявляйте побольше фантазии и выдумки. Таким образом вы стимулируете развитие творческих способностей ребенка.