***Яковлева Ольга Александровна***

*старший воспитатель*

*МБДОУ «Чечеульский детский сад»*

*с. Чечеул*

***Песочная терапия для детей дошкольного возраста***

«Часто руки знают, как распутать то,

над чем тщетно бьётся разум»

Карл Густав Юнг

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании» основным приоритетом образования сегодня выступает личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком: принятие и поддержка его индивидуальности, интересов и потребностей, развитие творческих способностей и забота о его эмоциональном благополучии.

Мир, окружающий ребенка, становится год от года все разнообразнее и сложнее и требует от него не шаблонных, привычных действий, а подвижности мышления, быстроты ориентировки, творческого подхода к решению больших и маленьких задач.

Совершенно очевидно, что на современном этапе нужны образовательные технологии, способные помочь педагогу достичь цели – научить и воспитать гармонично развитую личность – гражданина, способного творить и созидать. Это вызывает необходимость не только активно применять современные технологии, но и разрабатывать собственные, способствующие повышению уровня образования, соответствующий ФГОС.

В этом может помочь песочная терапия, как здоровьеразвивающая и здоровьесберегающая технология, способствующая пониманию себя и гармоничному сосуществованию в окружающем мире.

**Понятие пескотерапии**

Песочная терапия – это вид современной арт-терапии, включающий систему игр с песком, позволяющих раскрыть индивидуальность каждого ребенка, разрешить его затруднения, помочь ребенку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выражать свои эмоции и чувства, слышать внутреннее «Я», подсказывающее выход для решения проблемы.

Принцип «терапии песком» был предложен еще швейцарским ученым Карлом Густавом Юнгом ученым, философом, психологом в первой половине 20 – го века.

Песок – это загадочный материал, обладающий способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользающим или влажным, плотным и пластичным.

Просто сыграем, как делают дети.

Что «все игры», то для них – мишура.

Это сладчайшее дело на свете –

Общая наша игра!

Кто из нас в детстве не играл «в куличики»? ведерко, формочки, совок – первое, что Вы приобретаете ребенку. Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице. Это традиционные игры с песком, но можно использовать игры в песочнице с другой стороны.

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому мы, педагоги, можем использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы более организованной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира. Песок - прекрасный материал для работы с детьми любого возраста.

**Цели и задачи пескотерапии**

Песочная терапия – одна из разновидностей игровой терапии.

Цель такой терапии – не менять и не переделывать ребенка, не учить каким – то специальным поведенческим навыкам, а обеспечить социальную успешность, дать возможность ребенку быть самим собой, раскрыть индивидуальность каждого ребенка.

Задачи:

* стабилизировать психоэмоциональное состояние;
* совершенствовать координацию движений, мелкую моторику;
* стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестетической чувствительности;
* развивать навыки общения и речь (диалогическую и монологическую), пространственную ориентацию;
* стимулировать познавательные процессы и расширять кругозор;
* разнообразить способы сотрудничества

**Принципы пескотерапии**

**Принцип творчества** – создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищенно, проявляет творческую активность.

**Принцип дифференцированного и индивидуального подхода**, учета возрастных особенностей ребенка.

**Принцип гуманизации** предполагает строить образовательный процесс и воспитательные отношения, ориентируясь на личность ребенка.

**Принцип рефлексивности** означает готовность и способность ребенка творчески осмысливать и преодолевать проблемные ситуации, обретать новые смыслы и ценности, адаптироваться в межличностных отношениях, ставить и решать практические задачи.

**Принцип интегративности** предполагает гармоничное сочетание всех видов и форм организации разнообразной художественной деятельности. Опыт ребенка складывается из зрительных, слуховых и кинестетических ощущений (модальностей).

**Игры с песком разнообразны:**

* Адаптационные игры, помогающие адаптироваться к новым условиям пребывания детей в саду, усвоить нормы и правила поведения и общения в группе («Прятки», «Отпечатки», «Тучки», «Угостим друга», «Дом для друга», «Дорожки», «Найди игрушку»).
* Обучающие игры, обеспечивающие процесс обучения чтению, письму, счету, грамоте. Такие игры направлены на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторике рук. Ребенок говорит о своих ощущениях, тем самым спонтанно развивается его речь и словарный запас («Угадай какая цифра (буква)», «Найди столько же…», «Угадай по описанию»).
* Познавательные игры дают возможность детям узнать о многообразии окружающего мира, об истории своего села, страны («Путешествие», «Загадки», «Песочная арифметика»).
* Проективные игры откроют потенциальные возможности ребенка, разовьют его творчество и фантазию.

**Пять шагов организации игрового процесса с песком**

**Первый шаг – демонстрация песочницы.**

Начать игры с песком можно стихами, с просмотра видео.

Обычно мы говорим детям следующее. «Посмотрите, наша песочница заполнена песком наполовину, поэтому видны голубые борта. Как вы думаете, зачем это нужно? Действительно, борта символизируют небо.

У песочницы есть еще один секрет, если мы с вами раздвинем песок, то обнаружим голубое дно. Как вы думаете, а это зачем нужно? Действительно, дно символизирует воду. Вы можете создать реку, озеро, море и даже океан. А с помощью кувшина с водой сухой песок легко превращается во влажный. Словом, здесь все подвластно вашей фантазии»

**Второй шаг – демонстрация коллекции фигурок.**

При этом мы говорим детям следующее. «Посмотрите, здесь много самых разнообразных фигурок. Вы можете их рассмотреть, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди, и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, вы можете использовать разные фигурки»

**Третий шаг – знакомство с правилами игр на песке.**

Игры с песком выдвигают значительное число ограничений, запретов. Чтобы избежать нравоучений, познакомьте детей с правилами в контексте некоего ритуала, постоянно повторяющегося действия, в котором эти правила проживаются и проигрываются.

**Четвертый шаг – формулирование темы, основное содержание занятия.**

Этот шаг осуществляет сказочный герой (Песочный Человечек, Фея, черепаха Тортила и др). Он задает тему занятия, от его лица ведется увлекательный рассказ о каком-либо событии, он формулирует задания и загадывает загадки. Иными словами, весь образовательный материал преподносится детям этим сказочным персонажем. Он же ведет игровой процесс, контролирует его ход.

**Пятый шаг – завершение занятия, ритуал выхода.**

Завершая работу в песочнице, ребятишки разбирают свои постройки, расставляют игрушки на полки стеллажа; разравнивают песок, кладут ладони на поверхность песка и произносят слова благодарности.

Закончить игры с песком можно стихами.

**Как должен вести себя педагог, практикующий работу с песком? Для специалиста действуют три правила:**

* Присоединение к ребенку. Песочная картина, создаваемая ребенком, содержит богатую информацию о его внутреннем мире и актуальном состоянии. Понять ребенка и его проблемы, почувствовав ритм песочной картины.
* Искренняя заинтересованность. Рассматривая картину ребенка, специалист как бы сочетает в себе две ипостаси. С одной стороны, это любознательный, открытый путешественник, которому чрезвычайно интересно, что происходит в этом мире, который создал ребенок. С другой стороны, это мудрец, стремящийся найти истину.
* Строгое следование профессиональной и общечеловеческой этике. Это правило является одновременно и обязательным условием для любого рода профессиональной помощи ребенку. Педагог не может в присутствии ребенка без спроса изымать фигурки из песочницы, перестраивать картину или высказывать оценочное суждение. Внутренний мир человека чрезвычайно хрупок, и только строгое соблюдение этического кодекса и высокий профессионализм специалиста могут защитить ребенка от психической травмы.

**Способы рисования песком**

Педагог предлагает детям воплотить в песке свои идеи теми способами, которые им больше нравятся.

* Песок можно разравнивать как ладонями, так и пальцами.
* Руки могут работать и как «бульдозер», разгребая песок вокруг.
* Пальцами можно проделывать отверстия в песке или рисовать на нём.
* Для изображений можно использовать кулачок или указательный палец.
* Для изображения волны в рисунке можно использовать кисть руки.
* Осваивать новый способ рисования песком путём отсечения лишнего.

**Общие рекомендации по проведению песочных игр**

1. Игры в песочнице проводят с подгруппой или индивидуально.

2. До занятия и после занятия моют руки.

3. Перед занятием в «песочнице» желательно провести пальчиковые игры-разминки.

4. Во время работы с песком следует соблюдать определённые правила:

• песок не должен высыпаться из песочницы;

• нельзя брать песок в рот и кидаться песком;

• отряхивать руки и играть можно только над песочницей;

• после игры надо убрать за собой рабочее место, сложить все игрушки на свои места.

5. Не обязательно придерживаться жёсткой структуры занятия, возможно также продление по времени игры в песке, если это стабилизирует психофизическое состояние детей.

6. Взрослый должен внимательно следить за реакцией детей во время работы с песком. В случае появления у детей негативного отношения или усталости игру-занятие следует ненавязчиво завершить.

7. Педагог вначале показывает способы действия в играх с песком, а затем ребёнок «рука в руке» или самостоятельно повторяет их. Не стоит настаивать на чётком выполнении инструкции, взрослый должен на первых порах подстраиваться под ребёнка.

8. Для начала и окончания игр-занятий в песочнице вырабатывается особый ритуал приветствия и прощания (это может быть определённая музыка или звук, песочные часы и т. д.).

9. Детям не показывают сразу весь набор игрушек, они должны освоить достаточно широкий спектр простых манипуляций с песком с помощью рук и инструментов.

10. В играх с песком все правила поведения, запреты, поощрения осуществляются через игрушку-посредника (Песочная Фея, Хозяйка песочницы, Королева песочного мира и т.п.).

11. Педагог (воспитатель, психолог) выполняет роль внимательного зрителя. Позиция педагога — это «активное присутствие, я- рядом». Ребёнку предлагают проблемную ситуацию, с которой ему предстоит справиться самостоятельно. Взрослый направляет рассуждения ребёнка, обращает внимание на наиболее значимые моменты.

Педагогам следует не забывать и о работе с родителями (законными представителями) детей. На собраниях с родителями можно проводить семинары, посвященные формам и методам развития речи дошкольников используя методику песочной терапии. Это необходимо для того, чтобы родители ясно представляли уровень речевого развития ребенка, знали о его индивидуальных особенностях и могли сами помочь своим детям дома — развивать и закреплять навыки, полученные на занятиях в детском саду.

Использование пескотерапии как вида современной арт-педагогики в образовательной деятельности школьников является уникальным средством развития ребёнка. У учащихся быстрее формируется произвольное поведение, активно развивается воображение, инициативность, повышается интерес и любознательность; стабилизируется эмоциональное состояние. Наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики дети учатся прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, что способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Пескотерапия способствует формированию не только физического, но и умственного (интеллектуального) здоровья детей.

Уникальность пескотерапии как вида современной арт-терапии и арт-педагогики состоит в том, что она имеет универсальный характер и рассчитана на любого ребёнка, поскольку способствует повышению адаптационных способностей ребёнка, стабилизации эмоциональной сферы, снижению тревожности, неуверенности в себе. Во время игр с песком у ребёнка возникает чувство безопасности, т. к. песочный мир — это мир под его контролем. Опыт подтверждает правоту слов К. Юнга: «Всё, что проходит через руки и ощущения ребёнка, помогает познать и узнать этот мир... всё, что можно потрогать, оставляет в голове всю доносимую до него информацию».

***Литература***

*Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998г.*

*Зейц М. Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница: (адаптированный перивод с англ.) – М.: ИНТ, 2010 г. редактор русского издания Качанова И. А.*

*Сапожникова О. Б., Гарнова Е. В. Песочная терапия в развитии дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2017г.*

*Старцева С. М. Психотерапия в работе с дошкольниками. Журнал «Коррекционная работа в ДОУ», №07 (19) июль 2016г. стр.2*