

# «Песочная терапия»

Учитель-дефектолог Недолуга Е.И.

## **Цели песочной терапии для детей:**

- психическое развитие ребенка (мелкой моторики, мышления, речи, воображения);
- коррекция его проблемного поведения (плохо слушается, стесняется сверстников, обманывает);
- снятие стресса, проработка негативных эмоций (страх перед садиком, школой, агрессия словесная или физическая).

Песок пластичен и податлив. С его помощью ребенок может воплотить в песочнице свои самые смелые мечты. Он стимулирует чувствительность пальцев ребенка, будит его воображение, он становится ТВОРЦОМ своего собственного МИРА.

## **Чем могут помочь своему ребенку родители?**

Игры с песком – одна из форм естественной активности ребёнка. Именно поэтому родители могут использовать песок, проводя развивающие и обучающие занятия, играя. Строя картины из песка, придумывая различные истории, в наиболее органичной для ребёнка форме передаются знания и жизненный опыт, познаются законы окружающего мира. Взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние ребёнка, улучшает самочувствие. Всё это делает песочную терапию прекрасным средством для развития и саморазвития. Именно благодаря самостоятельным рисункам на песке, ребёнок быстрее осваивает буквы и цифры, усваивает понятия «право» и «лево», временные понятия дня и ночи, времён года. С помощью построений на песке можно развивать наглядно-образное мышление, восприятие и память.

## **Правила для родителей в игре:**

Первое правило – установите доверительные отношения с ребенком.

Второе правило – включите себя в игру («игра с самим собой»), проявление эмоций, привлечение внимания к песку яркими игрушками, потешками, которые сделают игру ярче и веселее и т.д.).

Третье правило - не подавляйте инициативу ребенка. Песок нередко действует на детей как магнит. Их руки сами, неосознанно, начинают пересыпать и

просеивать песок, строить тоннели, горы, выкапывать ямки. А если к этому добавить различные игрушки, тогда у малыша появляется собственный мир, где он выдумывает и фантазирует, и, в то же время, учится работать и добиваться цели.

### **Примерные игры с песком:**

#### 1.Играем вместе

Учите ребенка:

- трогать песок руками;
- вставлять в песок палочки, веточки, листики, камушки;
- лепить куличи из мокрого песка, используя различные формочки;
- лепить заборчики из мокрого песка;
- рисовать палочкой, пальцем различные фигуры, буквы, цифры;
- насыпать кучки;
- зарывать предметы; (Игра "Угадай на ощупь". Попросите ребенка закрыть

глаза, а вы в это время прячете в песок игрушку. Задача ребенка найти в песке игрушку и отгадать на ощупь, что это. Если ребенок не называет игрушку.

Произносите сами: «Ура, ты нашел мишку (зайчика)»);

- закапывать руку;
- строить город и т.д.

#### 2.Рисование песком

Рисование песком снимает стресс, позволяет расслабиться как взрослому, так и ребенку, способствует формированию положительных эмоций. Рисование происходит непосредственно пальцами по песку, что способствует развитию сенсорных ощущений, раскрепощает и гармонизирует, а также способствует развитию двух полушарий (так как рисование происходит двумя руками).

Материал: стекло (оргстекло), лампа, ящик

- Прорежьте в ящике окошко.
- Закройте его куском оргстекла.
- Сверху оргстекла положите лист белой бумаги (для матовости). Закрепите его изолентой.
- Поставьте ящик на подставки. Под ящик поместите источник света.
- Засыпьте в ящик песок, дождитесь темноты и можете приступать к творчеству.

### 3.Песчаный конус

Возьмите руки ребенка в свою руку. Свободной рукой выпускайте песок из горсти, чтобы он падал в ладошки ребенка. Постепенно в месте падения песка образуется конус, растущий в высоту и занимающий все большую площадь в основании. Если долго сыпать песок на поверхность конуса, то в одном, то в другом месте, возникают «спливы», движения песка, похожие на течение воды. Ребенка привлекает движение песка. Приговаривайте во время проведения действия «Песочек сыплется, песочек рассыпается»

### 4.Песочные часы

Возьмите две одинаковые пластиковые бутылки. Склейте крышки плоскими сторонами скотчем. Середину обеих пробок пробейте тонким гвоздем, чтобы получилось небольшое сквозное отверстие.

Затем насыпьте в бутылку сухого, лучше просеянного песка. Соедините бутылки пробками. Часы готовы. Осталось только по наручным часам определить, за какое время пересыпается песок из одной бутылки в другую. Добавьте или отсыпьте песок в таком количестве, чтобы часы показывали удобное для вас время: 5 минут или 15.

### **Уважаемые родители, организуя игру с песком, помните!**

В ходе организации игры необходимо находить адекватные возможностям вашего ребенка приемы игровой деятельности. Попытки сразу установить контакт либо навязать определенные виды деятельности без учета доступного этому ребенку уровня коммуникации (общения) могут создать атмосферу непонимания. Поэтому поначалу не должно быть никаких речевых инструкций, ребенку предоставляется полная свобода. Далее активное включение взрослого в деятельность, что дает ребенку понять преимущества совместной работы со взрослым.