

Волшебство песка.

Сегодня мы живем в очень непростом мире. Жизнь ставит нас в сложные ситуации, требующие адекватных решений. Только уверенный в себе, в своих возможностях человек может добиваться высоких результатов, развивать творческие способности и активно самовыражаться. С этим многие не справляются, испытывая страх, тревожность, у них появляются трудности в общении, агрессивное реагирование при взаимодействии.

В общении с детьми все чаще приходится наблюдать проявление таких качеств, как жестокость, нежелание и неумение помочь сверстнику, посочувствовать, порадоваться вместе с ним, неумение уступать. Дети проявляют нетерпимость к индивидуальным особенностям друг друга. Негативные способы поведения дети переносят в игру. Игра самоценна. Игра – самый органичный способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстроить отношения.

К. Д. Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей-кучка песка». Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице: на песке строятся дом, высаживается дерево, создается семья.

В наше время родители из-за чрезмерной занятости, к сожалению, позволяют детям много времени проводить перед телевизором и компьютером, что негативно сказывается на психическом и физическом здоровье детей. Это побуждает психологов и педагогов искать новые формы работы. Такой инновацией стала технология сенд-плей - игра с песком, а также её называют юнгианская **песочная терапия**. Согласно Юнгу, человеческая психика имеет свою глубокую мудрость и потенциал к исцелению и трансформации, собственную систему самосохранения, некоторый психический иммунитет. Однако, чтобы этот иммунитет появился, нужны определенные условия. Одно из таких условий - это создание надежного и безопасного **пространства**, в котором ребенок может выражать и исследовать свой мир, превращая свой опыт и свои переживания, часто непонятные или тревожащие, в зримые и осязаемые образы

Наука утверждает, что преобразуя ситуацию в песочнице, ребенок получает опыт самостоятельного разрешения трудностей. А потом полученный опыт от ощущения этих изменений он переносит в реальность.

Песочная терапия - это, прежде всего возможность самовыражения. **Песок**, вода и несколько маленьких фигурок людей, животных или предметов способны помочь человеку раскрыться, выразить свои чувства и **эмоции**, которые порой так трудно передать с помощью слов. Такого рода игры с песком стабилизируют **эмоциональное состояние ребенка**, формируют умение прислушиваться к себе, осознавать и проговаривать свои ощущения.

Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребенка

В процессе **песочной** игры ребенок имеет возможность выразить свои самые глубокие **эмоциональные переживания**, он освобождается от

страхов и пережитое не **развивается** в психическую травму. **Песочница обладает психотерапевтическим эффектом**, помогая ребенку избавиться от застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем.

Игры с песком имеют большое значение для поддержания психического здоровья, развития познавательных процессов, влияют на становление всех сторон личности ребёнка, формируют гуманное, искреннее отношение к людям и всему живому.

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 им бесконечно приятно. При этом создаются благоприятные условия для проявления у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности своим делом. Активизируются мыслительные и **эмоциональные резервы**, что выражается в физических формах, создаваемых руками.

Часто мы не можем найти слов для объяснения своих трудностей, боли или конфликта. Мы не понимаем причины происходящего с нами, не видим решения возникших проблем.

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребенка. Строя картины из песка, придумывая различные истории, проигрывая возможные ситуации, вместе с персонажами участвующими в играх с песком, ребенок получает определенные знания, развивает свои творческие возможности.

Что происходит, когда наши пальцы касаются песка? Через нервные окончания в мозг поступают сигналы, стимулирующие его работу. У детей, игры с песком развивают мелкую моторику, улучшается работа мозга, и как следствие, память, воображение, координация. Прекрасным помощником будет **песок и в развитии речи**. Дети, которые с трудом разговаривают, намного быстрее преодолевают проблемы с речью, так как **песок** воздействует на тактильно-кинестические центры, связанные с теми участками мозга, которые отвечают за развитие речевой активности. Детей постарше можно учить составлять рассказы на основе того, что они нарисовали на песке. Это учит их связной речи, навыкам рассказа.

Песок пропускает воду и, по утверждению парапсихологов, он поглощает и негативную энергию человека, стабилизирует его эмоциональное состояние. Рисование песком рекомендовано всем возрастам как медитативная, расслабляющая техника, а также способ заземления своих негативных эмоций.

У этого вида терапии нет противопоказаний и побочных эффектов. Он подходит всем: детям в возрасте от 3 до 12 лет, которым свойственна застенчивость, мнительность, низкая успеваемость в школе, проблемы в общении со сверстниками и родителями; подросткам 12-18 лет, у которых низкая самооценка, конфликты с родителями. Также детям с особенными

потребностями, например, с нарушением зрения, ДЦП, гиперактивностью, синдромом дефицита внимания.

Именно поэтому песочная терапия может быть использована в **развивающих** и обучающих занятиях.

Игры с песком разнообразны:

- Обучающие игры помогают в овладении навыками чтения, письма, счёта, развивают фонематический слух, а также проводить коррекцию звукопроизношения.

- Познавательные игры дают возможность детям познать многогранность окружающего мира.

- Проективные игры открывают потенциальные возможности ребёнка, развивают его творчество и фантазию. С помощью этих игр проводится психологическая диагностика, коррекция и развитие ребёнка.

- Психотерапевтические игры помогают снять нервное напряжение, в том числе в период адаптации к новым обстоятельствам.

Песок – загадочный материал. Он обладает способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользящим, или влажным, плотным и пластичным. Игра в песок захватывает и взрослых, и детей - вспомните, как приятно бывает присоединиться к игре в «куличики», построить замок на морском берегу или просто смотреть, как высыпается сухой песок из вашей ладони. Работа с песком успокаивает, в нем как будто содержится солнечная энергия, которая способна зарядить позитивными эмоциями

Песочная терапия - это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития.

Фотоотчет о конкурсе детских построек из песка «Песочная фантазия»

Песок – загадочный материал. Он обладает способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользающим, или влажным, плотным и пластичным. Игра в песок захватывает и взрослых, и детей - вспомните, как приятно бывает присоединиться к игре в «куличики», построить замок на морском берегу или просто смотреть, как высыпается сухой песок из вашей ладони. Работа с песком успокаивает, в нем как будто содержится солнечная энергия, которая способна зарядить позитивными эмоциями

Игры с **песком**, **рисование песком** имеют большое значение для психического здоровья, **развития** познавательных процессов, влияют на становление всех сторон личности ребёнка, формируют гуманное, искреннее отношение к людям и всему живому.

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребенка.

В процессе **песочной** игры ребенок имеет возможность выразить свои самые глубокие **эмоциональные переживания**, он освобождается от страхов и пережитое не **развивается** в психическую травму. **Песочница обладает психотерапевтическим эффектом**, помогая ребенку избавиться от застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем.

Строя картины из песка, придумывая различные истории, проигрывая возможные ситуации, вместе с персонажами участвующими в играх с песком, ребенок получает определенные знания, развивает свои творческие возможности.

В самый разгар лета, в нашем детском саду прошёл конкурс детских построек из песка «Песочные фантазии». Целью конкурса было расширение содержания воспитательно – образовательной деятельности с детьми в летний период. По условиям конкурса постройки можно было дополнять любым бросовым и природным материалом. Ребята фантазировали на разные темы. В игре с песком ребёнок чувствует себя хозяином своего маленького сказочного мира и является автором своей сказки. Играя в песочнице, дети чувствуют себя настоящими волшебниками. В конкурсе построек из песка «Песочные фантазии» победила дружба!

*МК ДОУ Починковский детский сад №8
педагог-психолог - Гусева М.Л.*