

Мастер-класс «Песочная терапия как средство успешной адаптации младших дошкольников к условиям детского сада»

Слайд 1., Слайд 2. Адаптационный период – серьезное испытание для малышей и часто проходит крайне болезненно, так как ранний возраст характеризуется обостренной чувствительностью ребенка к разлуке с матерью, страхом новизны. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

С целью повышения уровня адаптационных возможностей необходима своевременная профилактика психоэмоционального состояния детей младшего дошкольного возраста. И задача педагогов в данный период состоит в усовершенствовании организации процесса адаптации детей.

В нашем дошкольном учреждении в качестве ведущего психопрофилактического, развивающего средства в период адаптации детей к жизни в детском саду является широкое использование игр с песком. В песочной терапии с детьми раннего возраста я использую адаптированные игры, именно под этот возраст, как с речным, так и кинетическим песком, что является очень полезным и занимательным.

Слайд 3. Песок является прекрасным психопрофилактическим средством. Он имеет замечательное свойство «заземлять» негативную психическую энергию, стабилизировать и гармонизировать эмоциональное состояние, справиться с травматическими переживаниями. Наблюдая за играми детей в песочнице, мы видим, как положительно влияет песок на их эмоциональное самочувствие, являясь прекрасным средством для развития и самореализации ребенка и проявления его естественной активности.

Слайд 4. Через игры с песком легко решаются такие задачи, как развитие коммуникативных навыков - установление доброжелательных отношений со сверстниками и окружающими взрослыми, формированию установки на положительное отношение к себе; развитию познавательной активности и

любопытности; творческого потенциала. И если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным. Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок освобождается от напряжения и беспокойства.

Песок - это богатая сенсорная среда, он бережно стимулирует работу сразу многих видов чувствительности, является отличной тренировкой сенсомоторных навыков, мелкой моторики рук, а так же содержит и более глубокий психологический смысл. Для детей 2-3 лет овладение песком уже идет через осмысленные и целенаправленные действия. Малыши с помощью песка «варят кашку», пекут куличики и пирожки». Именно через подражание взрослым они овладевают материалом. В песочную среду легко перенести любой процесс из жизни.

Интерес к песку удерживается еще и тем, что он не поддается «овладению». Малыш его берет, а он утекает. Малыш лепит форму, а она легко разрушается. Детей привлекают тайны, которые хранит песок. Они могут его перебирать до бесконечности, выискивая там более крупные зерна, камушки и т. д.

Слайд 5. На этапе адаптации при работе с детьми рекомендуется использовать простые игры и упражнения, которые основываются на таких особенностях **детей раннего возраста**, как: эмоциональность, впечатлительность, способность быстро заражаться эмоциями от взрослых и сверстников и подражать их действиям.

Практическая часть. К песочнице приглашаются два человека.

Слайд 6. В самом начале применения игр с песком я провожу такие игры как: «Знакомство с песком» - детям показываю, как можно потрогать песок, провести поглаживающие движения, погрузить руки в **песок** (речной, кинетический), перетирать его между ладонями, сжимать, просеивать, т. е.

При этом обязательно следует обучать детей проговаривать свои ощущения:

- «Мне нравится, приятно погружать руки в этот **песок**»;
- «Я чувствую тепло **песка, прохладу**»;
- «Я чувствую крупинки, они покалывают мои ладони, он шершавый или гладкий».

- Мне приятно. А что чувствуешь ты? Пусть ребенок сначала повторяет сказанное за вами, затем он сможет рассказывать уже и о своих ощущениях.

А теперь пальцы «ходят гулять» по песку, прыгают, выполняют зигзагообразные движения, играют «на пианино», можно пройтись по поверхности разными пальцами.

Слайд 7. Дети с интересом оставляют на песке **отпечатки ладоней**. Взрослый переворачивает ладони и говорит, что его ощущения изменились. А твой? Дети любят делать также отпечатки кулачков, костяшек.

Провести упражнение «Чья горка выше», а затем показать детям, как можно сделать дождь из песка. Дождь бывает разным: высоким, средним, низким. Проводя это упражнение обязательно делать акцент на ощущениях ребенка. Какой дождь ему нравится именно сейчас.

Слайд 8. Эти незатейливые упражнения на самом деле обладают колоссальным значением для развития психики ребенка. Такого рода взаимодействия с песком стабилизирует эмоциональное состояние. Наряду с развитием тактильно - кинестетической чувствительности и мелкой моторики, мы учим ребенка прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. Таким образом, ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализ). Учиться понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования позитивной коммуникации.

Очень нравятся детям такие игры как: «Найди предмет», «Откопай сюрприз». В песочном поле спрятаны геометрические фигуры и разные игрушки. Предлагается потихоньку раскапывать песок и найти, что спрятано.

(Взрослые выполняют упражнение). В таких играх дети не только получают заряд положительных эмоций, но и лучше запоминают геометрические фигуры, величину предмета, его название, цвет.

Приглашаются другие два участника.

Следующие игры с использованием кинетического песка. Это потрясающая игрушка для детского творчества, это сыпучий материал, частички которого как бы прилипают друг к другу, поэтому работать с ним очень удобно и приятно. Кинетический песок похож на мокрый пляжный песок, но, в то же время, он мягкий и пушистый, и течет сквозь пальцы, оставляя при этом руки чистыми и сухими.

Слайд 9. Нравится детям мять в руках кинетический песок, он очень приятен, он расслабляет, и чтобы было веселее, мы лепим тесто, чтобы потом делать отпечатки форм.

Игра «тесто».

Поочередные движения: захват песка в кулачки, рубящие движения ребрами ладоней по песку, похлопывание ладонями по песку.

С мамой тесто мы замесим,

Чтоб испечь пирог нам вместе.

Нужно тесто поразмять,

Нужно тесто нам помять,

Нужно тесто порубить

И немножечко побить.

Игра «Лепим печеньки» для мамы (круглые, квадратные, треугольные). Сначала делает формы взрослый, а ребенок отгадывает, затем постепенно дети учатся делать печеньки сами.

Постепенно деятельность по изготовлению простых фигур из песка (куличей, горок) может перейти к более сложным играм. Например, игра «Угадай кто это?», где взрослый делает из песка силуэт геометрической фигуры, животного, транспорта растений, посуды..., а дети отгадывают, что

это может быть. В дальнейшем дети уже могут сами лепить силуэт и загадывать предметы. Очень увлекательным получается, когда дети украшают угаданные предметы бросовым материалом.

Проводится игра «Кто это?» - отпечатки контуров предметов, форм. Участники украшают их по своему усмотрению. Делаю глазки животным, размещают яблоки на дерево и т.д.

Таким образом, применение игр от простого с постепенным усложнением вовлекает ребенка в прекрасный и магический песочный мир.

Приглашаются следующие два участника. На столе стоят подносы с цветным песком.

Когда дети уже освоили основные игры с сухим песком, научились соблюдать правила работы в песочнице, я предлагаю такие игры, как «Нарисуй узор» на подносах с цветным песком. Цветной песок еще больше завораживает детей своим ярким цветом, что способствует еще и сенсорному развитию.

Я вам предлагаю нарисовать то, что вы сейчас хотите. При рисовании старайтесь задействовать каждый палец обеих рук, что способствует развитию межполушарных взаимодействий.

Дети могут рисовать линии, узоры, повторяя за взрослым, затем пробуют самостоятельно рисовать простые узоры.

Слайд 10. В завершении хотелось бы сказать, что применение песочной терапии способствует более безболезненной и успешной адаптации детей к ДООУ, сохранение чувства защищенности и доверия, сокращение срока адаптации, а так же позитивному развитию отношений в детском коллективе. Данные игры могут использовать педагоги дошкольных учреждений в своей деятельности с детьми, что будет способствовать их дальнейшему развитию, накоплению и обогащению опыта, эмоционального интеллекта, внутренней гармонии.

Слайд 11. Благодарю за внимание.