

## Мастер класс для родителей «Чудеса на песке»

*Подготовила и провела:  
педагог-психолог Голобородько Т.В.*

**Цель:** практическое освоение приемов песочной терапии как коррекционной технологии, стимуляция эмоционального фона с помощью песочной терапии.

### Задачи:

- способствовать снятию напряжения, расслаблению;
- создавать интерес к играм и упражнениям с песком, превратив их в занимательную игру;
- развивать тактильную чувствительность, мелкую моторику рук.

### Оборудование:

Стол с песком, кинетический песок, линейка, силуэты кораблей, клубок, мелкие игрушки, музыкальное сопровождение (шум моря).

### **Ход мастер-класса**

#### **Теоретическая часть**

**Психолог:** Здравствуйте, уважаемые родители! Я очень рада встрече с вами. Уже давно была известна и непонятна любовь детей к песочнице. Малыши в песочнице начинают дружить со сверстниками, и заводить друзей. В песочнице происходят первые ссоры из-за совочков и ведёрок. Непоседа в песочнице чувствует себя спокойно и комфортно.

Много раз вы с удивлением наблюдали, как ребёнок длительное время играет с песком на пляже или в песочнице, где проявляется бурная фантазия и развитие мелкой моторики, когда малыш отыскивает клады или прячет свои сокровища. И просто сочиняет сказки, при этом прорисовывая их на песке.

Песок привлекает малышей - «строителей» своей необычной структурой и новыми ощущениями, которые испытывают при касании с песком.

Песочная терапия — это рекорд усидчивости для ребёнка любого возраста. Песочная терапия это – возможность у ребёнка самовыражения. Песок, фигурки и предметы способны помочь ребёнку раскрыться. Выразить эмоции и чувства, которые иногда сложно и трудно передать словами. Пескотерапия способна помочь ребёнку разобраться в себе, помочь избавиться от комплексов и страхов. Песок даёт ощущение полной свободы и защищённости.

Пескотерапия – это игра, которая помогает ребёнку строить отношения и заводить друзей. При создании песочной композиции не нужны специальные знания и навыки. Поэтому ребёнок не будет бояться совершить ошибку или неточность, и будет более рискованно и смело действовать.

Чем полезны игры с песком:

- развивают восприятие, внимание, образное мышление, речь, внимание, навыки самоконтроля;
- формируют представления об окружающем мире;
- развивают глазомер и мелкую моторику.
- успокаивают и расслабляют, снимают напряжение и агрессию;
- воспитывают чувство уверенности и успешности; - помогают познавать внешний и свой внутренний мир.

Эффект песочной терапии:

- позитивное влияние на эмоциональное состояние;
- положительная динамика в развитии образного мышления;
- тактильной чувствительности; - ориентировки в пространстве;
- сенсорно – моторного восприятия.

Песок бывает обычный, но такой песок сам по себе сухой и рассыпчатый и без воды форму держать не станет, в тоже время кинетический песок работает без манипуляций с водой.

При помощи кинетического песка мы можем создавать замки, дома, строить куличики, так как этот песок держит форму.

### **Практическая часть.**

#### **Ритуал «входа» в Песочную страну:**

Предлагаю создать паутинку приветствий. Передавая клубок поприветствуйте друг друга по-разному. Вот в такой веселой компании мы и отправимся с вами в страну песочной терапии. Главным героем нашего мастер-класса станет песок.



У всех есть мечта побывать на море. Тем, кто был на море, хочется ещё раз пройтись по песку, вспомнить, как приятно, когда волны омывают тебя. Я вам предлагаю побывать на морском берегу.

Встанем все в круг на ковре, возьмёмся за руки, закроем глаза и произнесём волшебные слова

«Ковёр лети, к морю нас неси» (включить звуки моря).

#### **Тактильная разминка. Упражнения «Чувствительные ладошки»**

Вот мы и оказались на пляже, положите руки в песок, проскользите по песку двумя руками одновременно, сделайте отпечатки кистей рук, внутренней стороной, теперь внешней. Важно задержать руку в песке, слегка и



вдавлив её. Что вы чувствуете? Переверните руки тыльной стороной. Изменились ваши ощущения?

Сейчас предлагаю пересыпать песок из одной ладони в другую, почувствуем, как приятно нашим ладонкам, теперь из правой руки на поверхность экрана, затем из левой руки, теперь двумя руками одновременно. Наберите в ладони песка, и с разной высоты попробуйте просыпать его на экран, создавая горы в левом нижнем углу. Что вы чувствуете?



Предлагаю при помощи пальчиков нарисовать на поверхности песка отдельно каждым пальчиком поочередно правой и левой рукой коротенькие прямые линии, потом одновременно (сначала только указательными, затем средними, безымянными, большими и мизинцами).

- нарисуем лесенку, для того что бы подняться на гору;
- рисуем солнышко в правом верхнем углу;
- мы же с вами на море, а на море плавают корабли, разложите кораблики по поверхности экрана в



горизонтальном положении.

- теперь пальчиком нарисуем волны, сейчас всеми пальчиками рисуем волны возле каждого корабля;
- в море растут ещё и водоросли, давайте их нарисуем указательным пальчиком, но не забываем, что водоросли растут снизу-вверх, могут быть волнистыми и прямыми;

- вдруг на море подул ветер, образовался шторм и кораблики начало закручивать в водоворот, изображаем водоворот с помощью техники дудлинга.

- подул лёгкий ветерок, море успокоилось (рисование всей кистью руки).  
В нашем море кого-то не хватает? Давайте заселим наше море морскими жителями (рыбками, медузами, морскими звездочками, дельфинами).



У нас получилось замечательное подводное царство! Наше морское путешествие подошло к концу.



### Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Нам пора возвращаться домой, но мы должны попрощаться с песком такими словами:

«В ладошки наши посмотри – мудрее стали ведь они.  
Спасибо, милый наш песок,

ты всем нам подрасти помог!».

До свиданья песок, до свиданья дружок!

**Рефлексия** (родители садятся, вымыв руки)

Вот мы и в детском саду. Вам понравилось наше путешествие?

А теперь, я хочу узнать ваше мнение. Предлагаю Вам выразить своё отношение к моему выступлению при помощи смайликов.

- Был интересным и полезным





- Скучно, не интересно.

### **Итог мастер-класса**

А теперь я хочу попросить вас, чтобы каждый подарил друг другу что-нибудь на прощание! Но так как у вас нет ничего с собой, но у вас есть тепло сердец, которое можно почувствовать это тепло ваших ладошек. Давайте просто в ладошках передадим

соседу тепло и доброту вашей улыбки.

Благодарю за внимание!

В конце занятия были розданы буклеты на тему: «Игры и упражнения с песком в домашних условиях».