

Игры с песком или Песочная терапия

Взаимодействуя с **песком**, ребенок проявляет чудеса фантазии. Он включается в игру с **песком** всем своим существом – эмоционально, психически, физически. При этом создаются благоприятные условия для проявления у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности, а также для релаксации. Активируются мыслительные и эмоциональные резервы. Развивается мелкая моторика рук, что стимулирует развитие центра речи в головном мозге и стимулируется формирование внимания и памяти. Ребёнок прислушивается к своим ощущениям и рассказывает о них. Игры с песком положительно влияют на психику ребёнка.

Песочная терапия — это и возможность обучения детей предметному и ландшафтному конструированию. Из песка и природных материалов (*кусочков дерева, веток, шишек, камушков и т. п.*) дети сооружают реки, долины, горы, озера, дороги, туннели, мосты. Вдоль дорог возводят строения и целые города, населяют их жителями (*игрушками-фигурками людей и животных*). При этом развивается кругозор детей, их речь, пространственная ориентация, умение сотрудничать друг с другом, работать и играть сообща.

На песке детей учат рисовать, писать буквы и целые слова (*пальцем, палочкой*). Это вызывает большой интерес, чем письмо на бумаге.

Песочная терапия полезна, если у ребенка:

плохой сон, ночные кошмары, плохо развита мелкая моторика, истерики, непослушание, капризы, логоневроз (заикание, задержки развития речи, а также другие речевые проблемы, застенчивость, неуверенность в себе, агрессия, тревожность, нет взаимопонимания с родителями, расстройства невротического характера, недержание мочи или кала (*энурез, энкопрез*), психосоматические заболевания, страх перед садиком, частая плаксивость (*без повода*), ребенок пережил сильный стресс.

Песочная терапия позволяет:

- стабилизировать психоэмоциональное состояние;
- совершенствовать координацию движений, пальцевую моторику;
- стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестетической чувствительности;

- развивать навыки общения и речь (диалогическую и монологическую, пространственную ориентацию);
- стимулировать познавательные интересы и расширять кругозор;
- разнообразить способы сотрудничества.

Кинетический песок – сказочный материал для работы с ребенком.

Кинетический песок состоит на 98% из кварцевого песка и на 2% из современных полимерных материалов, что обеспечивает необходимую для лепки пластичность и вязкость. При этом песок легко меняет форму и рассыпается на мелкие частички, которые продолжают двигаться даже после окончания воздействия. Этот уникальный материал обладает бактериостатическими и гипоаллергенными свойствами, поэтому подходит всем без исключения.



Как проводятся игры с песком?

- Детям показывают, как можно, глубоко погрузив руки в песок, перетирать его между ладонями, сжимать, просеивать, т. е. делать самомассаж. Следует обучать детей проговаривать свои ощущения:

«Мне нравится погружать руки в этот песок, я чувствую тепло песка, я чувствую крупинки, они покалывают мои ладони, мне приятно».

Игры с песком.

1. Отпечатки ладошек.

Разровняйте поверхность песка и вместе с ребенком по очереди оставляйте отпечатки кистей рук — внутренней и внешней стороны. При этом нужно прислушаться к ощущениям. А потом поговорите о них.

2. Змейка.

Проскользните ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (*как машинки, змейки, санки*);

выполните те же движения, поставив ладонь на ребро, — и проложите совместно с малышом «*трассы*»; «*пройдите*» ладошками по полученным «*трассам*», оставляя на них свои следы.

3. Загадочные узоры.

Можно создать на песке отпечатками ладоней, кулачков, с помощью природных материалов всевозможные причудливые узоры и попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира (*ромашкой, солнышком, дождевой каплей, травкой, деревом, ежиком и т. д.*).

4. Чьи следы?

Провести по поверхности песка отдельно каждым пальцем сначала правой, а потом левой руки (сначала только указательным, потом — средним, затем — безымянным, большим и наконец — мизинчиком, а затем — пальцами обеих рук сразу в той же последовательности);

можно оставлять на поверхности песка отпечатки не только одного пальца, а сразу нескольких: двух, трех и т. д. Получатся загадочные следы. Пофантазируйте вместе с малышом: чьи они?

5. Пианино.

По поверхности песка можно поиграть, как на клавиатуре пианино или компьютера. При этом должны двигаться не только пальцы, но и кисти рук, совершая мелкие движения вверх-вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола.

6. Пуговичный массаж.

Предложите ребенку опустить в ящик с песком пуговицы, различные по величине, форме, фактуре. Необходимо опустить руку в песок и, совершая различные действия, описать свои ощущения.

Можно спрятать в песок различные фигурки, бусинки, монетки, шишки.

7. Обыкновенное чудо.

И, наконец, можно безгранично фантазировать, создавая песочные города, космические станции, аэродромы, железные дороги, комнаты для кукол.

Взаимодействие с песком очищает энергетику человека, стабилизирует его эмоциональное состояние, улучшает самочувствие взрослых и детей. Все это делает песочную терапию прекрасным средством для развития и саморазвития человека.

