**Консультация для воспитателей**

**«Песочная терапия, как метод работы с детьми с ОВЗ»**

*«Часто руки знают как решить загадку,
с которой интеллект боролся напрасно»
Карл Густав Юнг*

В настоящее время значительно возрос интерес специалистов – педагогов, логопедов, психологов к специально организованным занятиям с детьми с использование песочницы. И это не случайно, ведь игра с песком как процесс развития самосознания ребенка и его спонтанной ***«самотерапии»*** известна с давних времен. Действительно, взаимодействуя с песком, ребенок проявляет чудеса фантазии. Ребенок включается в игру с песком всем своим существом – эмоционально, психически, физически. При этом создаются благоприятные условия для проведения у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности, а так же для релаксации. Активизируются мыслительные и эмоциональные резервы, что выражается в физических формах, создаваемых руками.

***Что такое песочная терапия?***

Пескотерапия *(sand-play)* – одна из разновидностей игротерапии, как способ развития ребенка. Метод пескотерапии строится на теории Юнга о том, что каждый предмет внешнего мира вызывает какой-либо символ в глубине бессознательного.

Как известно, в дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игровая, поэтому игры с песком наиболее любимы и близки детям.

Пескотерапию может проводить воспитатель, логопед, психолог.

Цель песочной терапии: развитие познавательного интереса к различным областям знаний и видов деятельности.

**Задачи пескотерапии:**

- релаксация, снятие мышечной напряженности;

- развитие зрительно – пространственной ориентировки;

- концентрация внимания, памяти;

- развитие речи и логики, расширение словарного запаса;

- стабилизация эмоционального состояния, поглощая негативную энергию;

- способствует развитию рефлексии *(самоанализа)* ребенка;

- развитие творческих *(креативные)* способностей;

- формирование позитивной коммуникации.

Всем нам хорошо знакомый песок кажется абсолютно простым и понятным. Однако на самом деле это удивительный и загадочный материал, и дети, и взрослые могут часами играть в песке. Однако песок не так прост. Элементарные, казалось бы, игры могут быть очень полезны для психического здоровья и развития детей. Он обладает способностью завораживать человека. С самого раннего возраста детей начинает манить к песку: им хочется потрогать песок, выкопать ямку, поиграть игрушками, построить разнообразные лабиринты.

Песочная терапия — это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир с помощью коллекции мелких игрушек *(игрушка не должна превышать более 8 см)*, природного бросового материала *(камешки, веточки, шишки, пуговицы и т.д.)*, ящика с песком, небольшого количества воды. Если ребенок плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в таких играх с песком все становится возможным. Проигрывая ситуацию, ребенок раскрывается, и на поверхности, откуда не возьмись, появляются герои сказок, картины природы, танцующие цифры и буквы и взрослые получают возможность увидеть настроение ребенка в данный момент и в ходе песочной терапии это обязательно отразиться на песочную поверхность. Песочная терапия замечательно развивает фантазию, творческие способности, образное мышление, мелкую моторику *(песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания, которые находятся в подушечках пальцев)*, развивает внимательность и концентрацию; вырабатывает способность контролировать свои эмоции; учит преодолевать трудности, полагаться на самого себя. Песочная терапия для детей дошкольного возраста хороша и тем, что при создании тех или иных композиций здесь не нужны художественные навыки, как в изобразительной деятельности. А значит можно ошибиться. Занимаясь с песком, дети непосредственны, веселы и свободны в своих действиях: они создают собственный мир, и делать это бесконечно приятно. Дети часто не могут рассказать, что с ними происходит. Играя с песком, ребенок познает окружающий мир, преодолевает трудности, проигрывая различные ситуации и трудности в своей жизни. Например, нерешительность, скованность, или свои страхи. В песочной терапии дети обретают внутреннюю свободу и уверенность, что их никто не осудит и примет их такими, какими они есть, сначала на песке, а затем и в реальной жизни!

Занимаясь играми на песке, ребёнку становится увлекательно, он старается сделать красиво, аккуратно и, что немаловажно – быстро.

***И так делаем выводы:***

Что бы начать работу с песком необходимо выполнять правила песочной страны.

*Первое правило.* Руки нужно помыть до и после работы с песком.

*Второе правило.* Песком мы не бросаемся.

Не спорим, не толкаемся.

А делом занимаемся.

***Игры с песком необходимы для детей с ОВЗ, они:***

- Развивают все психические процессы: восприятие, мышление, памяти, внимания, речи, навыков самоконтроля и саморегуляции, творческого мышления, воображения и фантазии;

- Формируют у ребенка представления об окружающем мире;

- Развивают тактильно-кинетическую чувствительность и мелкую моторику рук;

- Совершенствуют зрительно-пространственную ориентировку, речевые возможности;

- Успокаивают и расслабляют, снимая напряжение;

- Воспитывают чувство успешности и уверенности в себе *(вот как я могу!)*

- Помогают познавать внешний и свой внутренний мир;

- Наряду с высокой эффективностью метода, песочная терапия имеет и противопоказания.

***Не рекомендуется в случаях, когда:***

- Уровень тревожности ребёнка *(взрослого)* очень высок;

- Есть аллергия и астма на пыль и мелкие частицы;

- Есть кожные заболевания и порезы на руках.

В нашем дошкольном учреждении педагоги и узкие специалисты используют специальный, готовый световой стол с песком, который предназначен для релаксации, тактильной и зрительной стимуляции и развития воображения, игровой терапии.

*Рекомендации по установке стола для песочной терапии:*

Желательно, чтобы дети работали стоя – так у них будет больше свободы движений;

К столу для работы с песком должен быть обеспечен свободный доступ со всех сторон: только в этом случае дети смогут по желанию выбирать формат будущего изображения *(горизонтальный или вертикальный)*

Стол с песком следует установить на большой и прочной поверхности, высота которого должна обеспечивать комфортные условия для работы детей. При этом поверхность должна быть значительно больше стола, чтобы на ней можно было свободно разместить вспомогательные материалы и организовать места для занятий с песком;

*Рекомендации по проведению занятийной, коррекционной и совместной, деятельности:*

Все принадлежности следует размещать в маленьких коробочках или ящичках на уровне глаз ребенка;

С детьми полезно устраивать своего рода ***«мозговые штурмы»***, во время которых можно обсуждать, например, какие еще материалы подойдут для игр и рисования на песке;

После деятельности стол рекомендуется закрывать специальной крышкой:

***Методы и формы песочной терапии:***

- Диагностическая;

- Исследовательская, практическая деятельность, включающая в себя работу с раздаточным материалом, элементы экспериментирования, наблюдения;

- Коррекционная;

- Наглядные методы *(презентации, показ игрушек, рассматривание картин, иллюстраций, моделирование)*;

- Игровая деятельность; *(обыгрывание ситуаций, инсценировки, элементы театрализации)*;

- Словесные методы-беседы, рассказ педагога, чтение произведений литературы *(стихи, сказки)*.

Опыт работы с детьми показал, что использование песочной терапии дает положительные результаты:

- Дети чувствуют себя более успешными;

- Дети научились выражать свои эмоции безобидной форме;

- Дети легче адаптируются в коллективе, наладилось эмоциональное общение детей со сверстниками и взрослыми;

- Страх и напряжение исчезает. Уменьшилось проявление отрицательных эмоций *(злость, гнев, обида)*;

- Попадая в заворожительную песочную страну, дети играют в Волшебной песочнице и чувствуют себя настоящими Волшебниками!

*Общие условия организации песочной терапии*

В качестве песочницы используется большой водонепроницаемый ящик. Традиционный его размер 50х70х8 см, *(где 50х70 – размер поля, а 8 – глубина)*. Считается, что такой размер песочницы соответствует объему поля зрительного восприятия. Традиционный размер песочницы предназначен для индивидуальной работы. Для групповой работы удобнее использовать песочницу размером 100х140х8 см.

**Материал.** Традиционным и предпочтительным материалом является дерево. В практике работы с песком чаще используются пластиковые ящики, но в них песок не ***«дышит»***.

**Цвет.** Традиционная песочница сочетает естественный цвет дерева и голубой цвет. Дно и борта окрашиваются в голубой цвет. Таким образом, дно символизирует воду, а борта – небо. Голубой цвет оказывает на человека умиротворяющее воздействие. Кроме того, наполненная песком ***«голубая»*** песочница являет собой миниатюрную модель нашей планеты в человеческом восприятии. Если позволяют средства и пространство, можно экспериментировать с разноцветными песочницами, когда дно и борта окрашиваются в один или несколько цветов.

**Игрушки.** Для организации игр с песком вам будет необходим большой набор миниатюрных предметов и игрушек, в совокупности символизирующих мир. В классической песочной терапии существует следующая классификация предметов, используемых в процессе создания песочных картин.

* люди, разнообразные по полу, возрасту, культурной и национальной принадлежности, профессиям, эпохе *(от первобытных до современных)*, в динамических и статических позах
* наземные животные *(домашние, дикие, доисторические)*
* летающие животные *(домашние, дикие, доисторические)*
* обитатели водного мира *(разнообразные рыбы, млекопитающие, моллюски, крабы)*
* жилища с мебелью *(дома, дворцы, замки, другие постройки, мебель различных эпох)*
* домашняя утварь *(посуда, предметы обихода, убранства стола)*
* деревья и другие растения *(цветы, трава, кустарники, зелень и пр.)*
* объекты небесного пространства *(солнце, луна, облака, радуга, звезды)*
* транспортные средства *(наземный, водный, воздушный транспорт гражданского военного назначения, фантастические транспортные средства)*
* объекты среды обитания человека *(заборы, изгороди, мосты, ворота, дорожные знаки)*
* объекты ландшафта и естественной активности Земли *(вулканы, горы)*
* естественный природные предметы *(кристаллы, камни, раковины, куски дерева и пр.)*
* фантастические предметы и персонажи мультфильмов.

Итак, все что встречается в окружающем мире может занять достойное место в коллекции. Коллекция фигурок располагается на полках *(могут использоваться и прозрачные коробки)*.

*Чем полезны игры с песком?*

- Развивают речь, восприятие, мышление, память, внимание, навыки самоконтроля и саморегуляции, творческое мышление, воображение.

- Формируют у ребенка представления об окружающем мире.

- Развивают мелкую моторику, глазомер.

- Успокаивают и расслабляют, снимая напряжение.

- Помогают узнавать внешний и свой внутренний мир.

- Воспитывают чувство успешности и уверенности в себе *(вот как я могу!)*

***Эффект песочной терапии:***

Позитивное влияние на эмоциональное состояние детей;

***Положительная динамика в развитии:***

* образного мышления
* тактильной чувствительности
* зрительно – моторной координации
* ориентировки в пространстве
* сенсомоторного восприятия.

***Все игры в пескотерапии делятся на 3 направления:***

Обучающие игры – направлены на развитие тактильно – кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Ребенок говорит о своих ощущениях, тем самым спонтанно развиваем его речь, словарный запас, развивает внимание и память, развивает восприятие различного темпа речи, развивает фонематический слух, работает над дыханием. Главное идет обучение письму и чтению.

Познавательные игры – познать многогранность нашего мира.

Проективные игры – осуществляют психологическую диагностику, коррекцию и развитие ребенка.

Перед тем, как начать играть с песком, необходимо проговорить с детьми правила игры в песочнице. В этом поможет стихотворение Т. М. Грабенко:

*Вредных детей нет в стране –
Ведь не место им в песке!
Здесь нельзя кусаться, драться
И в глаза песком кидаться!*

*Стран чужих не разорять!
Песок – мирная страна.
Можно строить и чудить,
Можно много сотворить:*

*Горы, реки и моря,
Чтобы жизнь вокруг была.
Дети, поняли меня?
Или надо повторить?!*

*Чтоб запомнить и дружить!
Советы по организации занятий*

Чтобы избежать неразберихи вокруг лотка, нужно предварительно обсудить с детьми порядок работы и установить для них несколько правил. Тут нет никаких ***«законодательных норм»***, но желательно соблюдение ряда общих рекомендаций. В любом случае нужно учитывать количество детей в группе, размер и планировку рабочего помещения, наличие персонала и, естественно, характер игрового поведения детей.

В детском саду лоток с песком должен постоянно находиться в специально отведенном для него месте.

***Итак, некоторые рекомендации:***

- Желательно, чтобы дети работали стоя – так у них будет больше свободы движений.

Не помещайте лоток в углу комнаты. К лотку должен быть обеспечен свободный доступ со всех сторон: только в этом случае дети смогут по желанию выбирать формат будущего изображения *(горизонтальный или вертикальный)*.

- Лоток с песком следует установить на большом и прочном столе, высота которого должна обеспечивать комфортные условия для работы детей. При этом столешница должна быть значительно больше лотка, чтобы на ней можно было свободно разместить вспомогательные материалы и организовать места для занятий с песком.

Все принадлежности для занятий следует размещать в маленьких корзиночках или ящичках на уровне глаз ребенка.

- Детям будет удобнее работать, если в их распоряжении имеется стойка, предназначенная для хранения вспомогательных материалов: цветной бумаги, гофрированного картона, голографической пленки, которые можно использовать в качестве фона для фигур, нарисованных на песке.

- С детьми полезно устраивать своего рода ***«мозговые штурмы»***, во время которых можно обсуждать, например, какие еще материалы подойдут для игр и рисования в лотке.

- Следует запретить использование предметов и материалов, которые могут поцарапать стеклянное дно лотка.

- Необходимо категорически запретить детям бросаться песком. Если это все-таки случится, взрослые, проводящие занятия, должны немедленно вмешаться.

Даже если дети работают очень аккуратно, песок может просыпаться на стол или на пол. В таких случаях дети должны самостоятельно подмести пол веником и собрать песок в совок для мусора.

- Песок время от времени следует очищать. Полезно, чтобы дети делали это самостоятельно, просеивая песок через самое мелкое сито: все загрязнения останутся в нем.

Требуйте, чтобы перед началом занятий с песком дети мыли руки –таковы гигиенические нормы.

- Периодически лоток нужно пополнять песком.

Дети способны многому научиться, играя в лотке с песком, и это зависит от характера их игрового и рабочего поведения. Одни дети могут работать самостоятельно и спокойно, другим нравится начинать что-то, но они не любят заканчивать работу. Иногда детям нравится работать вместе, например, выполняя какие-либо задания и заранее обсудить его с детьми. Выполнение заданий совместно с партнером *(особенно с педагогом)* приносит большую пользу и нравится многим детям.

- Следует учесть, что свободный доступ к лотку с песком для проведения занятий в детском саду зависит от правил, установленных в этом учреждении.

- После занятий лоток рекомендуется закрывать специальной крышкой. Крышка надежно фиксируется на лотке, и его можно переносить за ручку, как чемодан, не боясь, что песок просыплется.