

## *Консультация: « Песочная терапия для детей с ОВЗ»*



### **Что такое песочная терапия?**

Пескотерапия – 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.

Песок состоит из отдельных песчинок, которые символизируют индивидуальность человека, а песочная масса - жизнь во Вселенной.

Податливость песка дает каждому ребенку возможность почувствовать себя творцом. Ребенок создает сооружения из песка, любит ими, играет, а затем разрушает, чтобы появилось что-то новое. Один сюжет сменяется другим, и так без конца. Кто-то может подумать: слишком все просто, но именно эта простота, естественные для человека действия тают в себе уникальную тайну: в сети нет ничего такого, что было бы окончательно разрушено - просто старое уступает новому. Много раз проживая это, ребенок достигает состояния душевного равновесия.

Не стоит также игнорировать коррекционно-развивающие **ресурсы занятий с песком в работе с детьми**, имеющими недостатки развития. В песочнице создаются дополнительные возможности для развития тактильной чувствительности, «мануального интеллекта» ребенка. Итак, имеем

дополнительный эффект в решении традиционных учебных и развивающих задач: с одной стороны, значительно усиливается мотивация ребенка к учебной деятельности, с другой - интенсивнее и гармоничнее развиваются познавательные процессы.

Когда дети касаются песка, погружают в него руки, у них развиваются тактильно-кинестетическая чувствительность и мелкая моторика. Кроме того, песок имеет удивительную способность «заземлять» негативную психическую энергию, поэтому является прекрасным психопрофилактическим средством.

### **Чем полезны игры с песком для ребенка с ОВЗ?**

- 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:

1. 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.
  2. Познавательные игры – познать многогранность нашего мира.
  3. 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!

### **Чем могут помочь своему ребенку родители?**

Игры с песком – одна из форм естественной активности ребёнка. Именно поэтому родители могут использовать песок, проводя развивающие и обучающие занятия, играя. Строя картины из песка, придумывая различные истории, в наиболее органичной для ребёнка форме передаются знания и жизненный опыт, познаются законы окружающего мира. Взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние ребёнка, улучшает самочувствие. Всё это делает песочную терапию прекрасным средством для развития и саморазвития. Именно благодаря самостоятельным рисункам на песке, ребёнок быстрее осваивает буквы и цифры, усваивает понятия «право» и «лево», временные понятия дня и ночи, времён года. С помощью построений на песке можно развивать наглядно-образное мышление, восприятие и память.

### **Правила для родителей в игре:**

Первое правило – установите доверительные отношения с ребенком.

Второе правило – включите себя в игру («игра с самим собой», проявление эмоций, привлечение внимания к песку яркими игрушками, потешками, которые сделают игру ярче и веселее и т.д.).

Третье правило - не подавляйте инициативу ребенка. Песок нередко действует на детей как магнит. Их руки сами, неосознанно, начинают пересыпать и просеивать песок, строить тоннели, горы, выкапывать ямки. А если к этому добавить различные игрушки, тогда у малыша появляется собственный мир, где он выдумывает и фантазирует, и, в то же время, учится работать и добиваться цели.

### **Примерные игры с песком:**

#### 1. Играем вместе

Учите ребенка:

- трогать песок руками;
- вставлять в песок палочки, веточки, листики, камушки;
- лепить куличи из мокрого песка, используя различные формочки;

- лепить заборчики из мокрого песка;
- рисовать палочкой, пальцем различные фигуры, буквы, цифры;
- насыпать кучки;
- зарывать предметы; (Игра "Угадай на ощупь". Попросите ребенка закрыть глаза, а вы в это время прячете в песок игрушку. Задача ребенка найти в песке игрушку и отгадать на ощупь, что это. Если ребенок не называет игрушку. Произносите сами: «Ура, ты нашел мишку (зайчика)»);
- закапывать руку;
- строить город и т.д.

## 2.Рисование песком

Рисование песком снимает стресс, позволяет расслабиться как взрослому, так и ребенку, способствует формированию положительных эмоций. Рисование происходит непосредственно пальцами по песку, что способствует развитию сенсорных ощущений, раскрепощает и гармонизирует, а также способствует развитию двух полушарий (так как рисование происходит двумя руками).

Материал: стекло (оргстекло), лампа, ящик

- Прodelайте в ящике окошко.
- Закройте его куском оргстекла.
- Сверху оргстекла положите лист белой бумаги (для матовости). Закрепите его изолентой.
- Поставьте ящик на подставки. Под ящик поместите источник света.
- Засыпьте в ящик песок, дождитесь темноты и можете приступать к творчеству.

## 3.Песчаный конус

Возьмите руки ребенка в свою руку. Свободной рукой выпускайте песок из горсти, чтобы он падал в ладонки ребенка. Постепенно в месте падения песка образуется конус, растущий в высоту и занимающий все большую площадь в основании. Если долго сыпать песок на поверхность конуса, то в одном, то в другом месте, возникают «сплывы», движения песка, похожие на течение воды. Ребенка привлекает движение песка. Приговаривайте во время проведения действия «Песочек сыплется, песочек рассыпается»

## 4.Песочные часы

Возьмите две одинаковые пластиковые бутылки. Склейте крышки плоскими сторонами скотчем. Середину обеих пробок пробейте тонким гвоздем, чтобы получилось небольшое сквозное отверстие.

Затем насыпьте в бутылку сухого, лучше просеянного песка. Соедините бутылки пробками. Часы готовы. Осталось только по наручным часам определить, за какое время пересыпается песок из одной бутылки в другую. Добавьте или отсыпьте песок в таком количестве, чтобы часы показывали удобное для вас время: 5 минут или 15.

### **Уважаемые родители, организуя игру с песком, помните!**

В ходе организации игры необходимо находить адекватные возможностям вашего ребенка приемы игровой деятельности. Попытки сразу установить контакт либо навязать определенные виды деятельности без учета

доступного этому ребенку уровня коммуникации (общения) могут создать атмосферу непонимания. Поэтому поначалу не должно быть никаких речевых инструкций, ребенку предоставляется полная свобода. Далее активное включение взрослого в деятельность, что дает ребенку понять преимущества совместной работы со взрослым.