Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

№ 22 «Орлёнок»

***Песочная терапия как средство адаптации детей***

***раннего возраста к ДОУ.***

Автор. Гергерт Л.В, воспитатель МАДОУ № 22

г. Карпинск, 2021г.

Что нужно для игры в песок? А нужно, в сущности, так мало:

Любовь, желанье, доброта,

Чтоб вера в детство не пропала.

Простейший ящик из стола

Покрасим голубою краской,

Горсть золотистого песка,

Туда вольётся дивной сказкой

Игрушек маленький набор

Возьмём в игру…

Подобно Богу,

Мы создадим свой Мир чудес,

Пройдя Познания дорогу. (Т. Грабенко)

Идея «терапии песком» была предложена швейцарским психологом и философом Карл Густав Юнгом, основателем аналитической терапии. Наблюдая за играми детей, мы видим, как положительно влияет песок на их эмоциональное самочувствие, являясь прекрасным средством для развития и самореализации ребенка.

Оборудование

1. Кварцевый песок.

2. Стол со специальным стеклом, оснащенный подсветкой.

3. Антистатик.

4. Музыка (релакс)

5. Ноутбук, проектор

6. Сюжетные картинки .

7. Набор игрового материала.

Для организации песочницы нужен песок двух типов: сухой и увлажненный. Эксперты советуют использовать мелкофракционный кварцевый песок с крупицами 0.1-0.3 единиц. Оттенок можно выбрать любой – от рыжего до белого. Лучше, чтобы материал был мягким и без труда струился. С ним будет приятней работать.

При работе с песком ребенок сможет использовать различные мелкие игрушки по возрасту. Для детей 2-3 лет потребуются более крупные игрушки, которые они не смогут проглотить. Старшие детки могут брать игрушки типа Kinder. Игры на песке — одна из форм естественной деятельности ребенка. Метод рисования песком на световом столе не имеет возрастных ограничений. Именно поэтому использую песочницу в развивающих и обучающих целях. Взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние, способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Но главное — ребенок получает первый опыт рефлексии. Учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации. Игры с песком помогают продуктивно организовать адаптационный период детей раннего возраста с 1 до 2х лет.

Воспитательно-образовательный эффект игр с песком:

В песочнице мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта».

В играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика.

Совершенствуется предметно-игровая деятельность, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка.

Песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в адаптационный период с детьми.

**Оборудование «педагогической песочницы»:**

1. Песочница с подсветкой, песочница: водонепроницаемый деревянный ящик или пластиковый таз, дно и борта которых должны быть голубого/синего цвета (дно символизирует воду, а борта — небо). Высота бортов не менее 10 см. Размеры большой песочницы для подгрупповых занятий — 90x70 см, песок в ней можно разделить на две части: сухой и мокрый. Для индивидуальных занятий можно использовать несколько пластиковых прямоугольных тазов. Желательно, чтобы у песочниц были съемные крышки.

2. Песок должен быть желтого или светло-коричневого цвета, сертифицированный , песчинки должны быть среднего размера. Песком заполняется 1/3 ящика. Перед использованием песок должен быть просеян, промыт и обеззаражен — его нужно прокалить в духовке или прокварцевать. Кварцевать песок необходимо не реже одного раза в неделю с обязательным указанием последней даты кварцевания на бирке (на внешней стенке песочницы). Мокрый песок по окончании занятия необходимо подсушить, поверхность сухого песка выровнять и сбрызнуть водой.

3. Набор игрового материала (хранится в пластиковых контейнерах с отверстиями):• лопатки, широкие кисточки, сита, воронки; • разнообразные пластиковые формочки разной величины — геометрические; изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста;• миниатюрные игрушки (высотой 5–10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт и пр. (игрушки из «киндер-сюрпризов» для занятий в младших группах не использовать); • набор игрушечной посуды и игрушечные кроватки (для игр «Песочный детский сад» и «Семья»); • различные здания и постройки; • бросовый материал (камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля и т.п.)

**Ритуал «входа» Здравствуй, песок.**

Цель: снижение психофизического напряжения.

Ход игры: Педагог просит по-разному «поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка.

Ребенок:

• дотрагивается до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно;

• легко/с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу;

• дотрагивается до песка всей ладошкой — внутренней, затем тыльной стороной;

• перетирает песок между пальцами, ладонями.

В последнем случае можно спрятать в песке маленькую плоскую игрушку: «С тобой захотел поздороваться один из обитателей песка или его хозяин — ...»

Дети старшего дошкольного возраста описывают и сравнивают свои ощущения: «тепло — холодно», «приятно — неприятно», «колючее, шершавое» и т.д.

**Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

В ладошки наши посмотри —

Мудрее стали ведь они!

Спасибо, милый наш песок,

Ты всем нам подрасти помог!

**Эффективные игры-упражнения песочной терапии для детей раннего возраста:**

1. Отпечатки. Это упражнение для детей очень простое: ребенок оставляет на песке собственные следы или схематично рисует следы лап животных.
2. Чувствительные ладошки. Посредством развития тактильных ощущений, ребенок учится определять разные состояния песка (например, мягкое и твердое).
3. Рисование. С помощью пальчиков или палочки ребенок рисует в песке цифры, буквы, геометрические фигуры. Если умения позволяют, можно создавать целые картины.
4. Спрячем ручки. Учить детей прятать ручки в сухом песке, засыпая пальчики или погружать целиком ладони.
5. Спрячь игрушки. Зарывать игрушки в песке, засыпая их песком.
6. Удержи песок в ладошках. Учить набирать песок и удерживать в ладонях, сыпать тонкой струйкой.
7. Наполни формочку. Учить совком насыпать сухой песок в формочку.
8. Найди камешки. Учить просеивать песок через сито, отделяя камешки от песка.
9. Насыпь песок в бутылочку. Учить насыпать песок через воронку.
10. Цветной песок. Учить смешивать песок и цветной толчёный мел до однородной массы.
11. Горки. Лепить из влажного песка горки, ямки, пирожки, домики и т.д.

Песок и вода неминуемо будут рассыпаться и проливаться. В этом нет признаков преднамеренности, невоспитанности или неаккуратности детей, просто во время вдохновенной игры амплитуда движений рук широка и резка, координация действий в системе «глаза – рука» несовершенна. Чтобы не стоять у них над душой, не досаждать постоянными оговорками «осторожно, не рассыпь, не пролей» и тем более не ограничивать время и характер действий, стоит немного подстраховаться: положить на пол клеёнку, подготовить щетку, совок и тряпочку. Актуально использование клеенчатых фартуков, нарукавников. В качестве «страховки» в группах раннего возраста и в младших группах целесообразно пользоваться песком и водой попеременно. Даже если ёмкости две, одну следует наполнять песком или водой, а вторую накрывать крышкой и использовать как «поле для действий» или как полку для игрушек. Еще вариант – наполнять обе емкости только песком или водой, тем самым увеличивая «проходную способность». Как это ни парадоксально, но «страховкой» служит и постоянство работы этого Центра. Чем реже он бывает в свободном пользовании, тем дольше у детей сохраняется ажиотажный спрос и тем шире поле для конфликтов. И напротив, если песок и вода находятся в ежедневном свободном пользовании, большинство успевает наиграться и стойкий интерес к работе сохраняется лишь у отдельных детей, действительно нуждающихся в стимулировании тактильных ощущений, испытывающих фрустрацию или захваченных каким-либо воображаемым сюжетом, требующим проигрывания.

**Игры с песком позволяют:**

• Совершенствовать координацию движений, мелкую моторику

• Стимулировать развитие сенсорики, тактильно-кинестетической чувствительности

• Развивать навыки общения и речь, пространственную ориентацию

• Стимулировать познавательные интересы и расширять кругозор

• Разнообразить способы сотрудничества