

Песочная терапия или игры с песком для детей



«Часто руки знают, как решить загадку, с которой интеллект боролся напрасно»

К. Г. Юнг.

Дошкольный возраст является решающим в

формировании фундамента физического и психического здоровья, поэтому так важно использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми. Одной из них является песочная терапия.

Принцип “терапии песком” был предложен еще Карлом Густавом Юнгом, психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Приятный на ощупь песок, дает возможность по-настоящему расслабиться, отдохнуть. Именно в таком состоянии лучше всего снимаются стрессы, внутреннее напряжение, уходят проблемы. Кроме того, сам материал – песок – обладает уникальным свойством заземлять негативные эмоции, которые, словно «уходят сквозь песок», тем самым гармонизируют состояние человека. Песок можно заменить крупами (манка, пшено).

Помимо формирования эмоциональной сферы, происходит развитие и психических процессов.

Таким образом, во-первых, само по себе взаимодействие с песком развивает тактильную чувствительность и мелкую моторику, что напрямую взаимосвязано с речью.

Во-вторых, обучение в песочнице происходит с удовольствием и приносит ребенку позитивные эмоции. Ребенку хочется узнавать что-то новое. Формируются произвольное внимание, память, воображение.

В-третьих, способствует развитию всех познавательных функций ребенка.

Варианты игр с песком

«Отпечатки наших рук»

Цель: развитие тактильных ощущений, понимание обращенной речи, совершенствование мелкой моторики.

Ход:

- разгладьте правой ладонью поверхность песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения;
- пройдите по поверхности песка пальцами обеих рук;
- поиграйте пальцами по поверхности песка, как на клавиатуре пианино и т.п.

«Художник»

Цель: развитие воображения, совершенствование мелкой моторики.

Ход: на песке нарисована фигура. Ребенку нужно подумать, на что она похожа и дорисовать ее.

«Дождь»

Цель: координация речи и движения мелкой моторики пальцев рук.

Ход: изображать на песке картинки по тексту.

Капля раз, капля два.

Очень медленно сперва.

А потом, потом, потом

Всё бегом, бегом.

Мы зонты свои раскрыли,

От дождя себя укрыли.

«Угадай на ощупь»

Цель: развитие мышления, мелкой моторики, тактильного восприятия.

Ход: ребенок отворачивается, а вы в это время прячете в песок игрушку. Задача ребенка найти в песке игрушку и отгадать на ощупь, что это.

«Песочный круг»

Цель: снижение психофизического напряжения.

Ход: пальцами нарисуйте с ребенком круги: самый большой, внутри поменьше, еще меньше — и так до тех пор, пока в центре кругов у вас не образуется точка. Теперь пусть ребенок украшает круги разными предметами: камешками, монетами, пуговицами, ракушками. Обязательно в конце ребенок должен дать название своему кругу и рассказать о нем свою историю.

«Карта острова сокровищ»

Цель: умение ориентироваться на плане-схеме, учить рисовать карты-схемы, развивать воображение, творческое мышление, сенсорное восприятие.

Ход: Дети вместе со взрослым чертят карту-схему с условными изображениями дерева, реки, гор, леса, домов. Ребенок по данной схеме строит песочную картину. Ребенка просят отвернуться, а в это время взрослый прячет клад на различных участках картины. На карте-схеме в том месте, где спрятан клад, ставится точка. Ребенок поворачивается и отыскивает клад, следуя карте-схеме.



Играйте и фантазируйте!