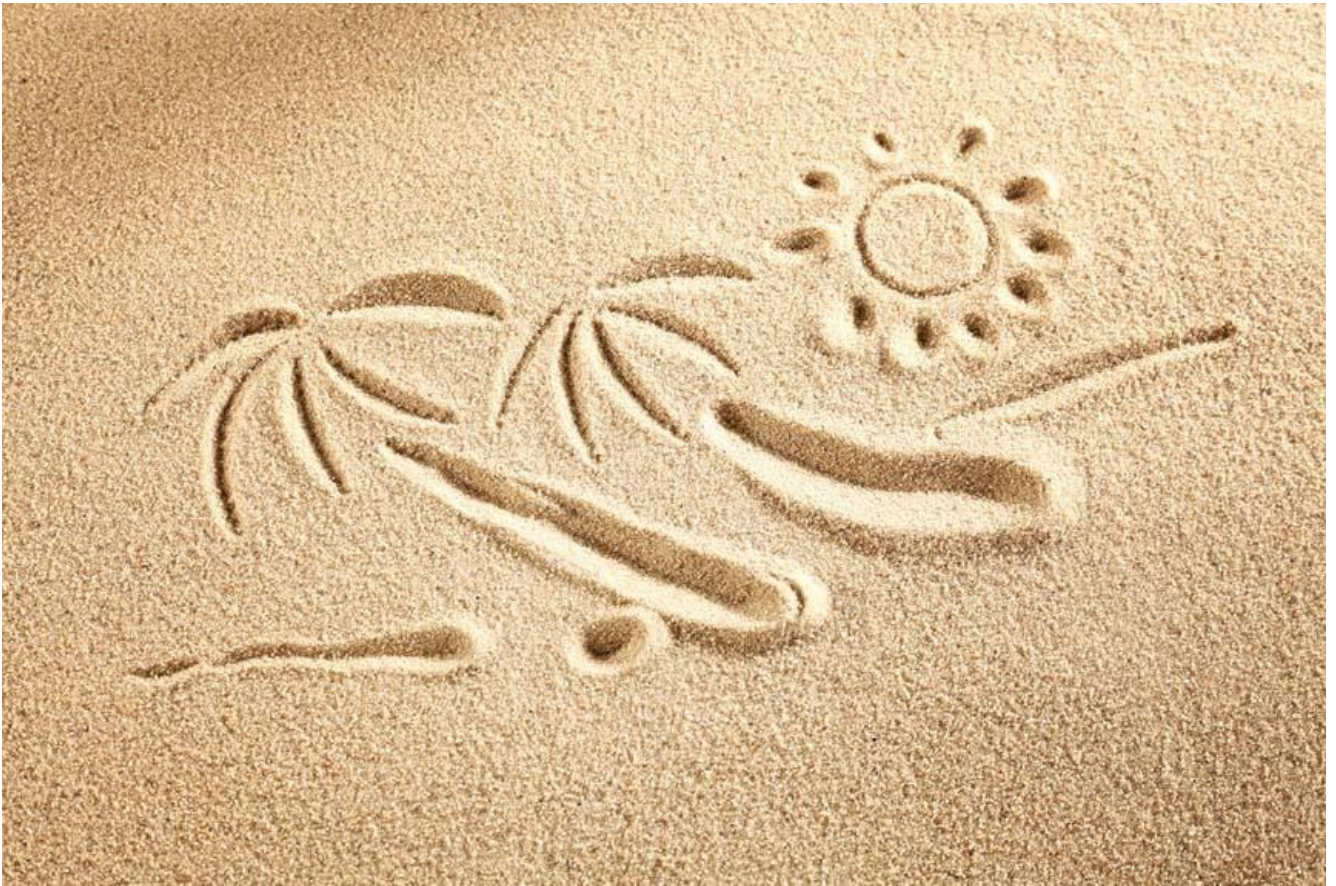


## *Игры с песком. Песочная игровая терапия.*



На сегодняшний день песочная терапия очень распространенная и доступная форма работы с детьми. Что же происходит с ребенком, когда он играет в песок?

Песок состоит из отдельных песчинок, которые символизируют индивидуальность человека, а песочная масса — жизнь во вселенной. Податливость песка дает возможность ребенку почувствовать себя творцом. Ребенок создает сооружения из песка, любит их, играет, а затем разрушает, чтобы получилось что — то новое. Один сюжет сменяется другим, и так без конца. Кто — то может подумать: все слишком просто, но именно эта простота, естественные для человека действия таят в себе уникальную тайну. Много раз проживая те или иные сюжеты (когда старое уступает место новому), ребенок достигает состояния душевного равновесия.

Часто ребенок не может выразить словами свои переживания, тревоги и страхи, а игры с песком помогают ему справиться с имеющимися проблемами.

Песок становится своеобразным средством коммуникации для ребенка. Это чуть ли не первая игровая зона, в которой он учится играть самостоятельно. Занятия с песком помогают детям самовыразиться. Малыши ещё не умеют говорить, а старшие дети недостаточно хорошо формулируют свои мысли. В песочнице ребёнок открывает своё внутреннее «Я».

На песке ребенок проигрывает взволновавшие его ситуации, создавая картину мира, тем самым он освобождается от эмоционального напряжения и дает выход своим эмоциям, превращая все в игру. Как известно в дошкольном возрасте ведущей деятельностью, является игровая деятельность.

Когда дети касаются песка, погружают в него руки, у них развиваются тактильно — кинетическая чувствительность и мелкая моторика. На подушечках пальцев сосредоточено множество рецепторов. Песочные крупички стимулируют их работу, развивают тактильные ощущения. Занятия с песком способствуют развитию фантазии, образного мышления, отработке точности движений.

Кроме того, песок имеет удивительную способность «заземлять» негативную психическую энергию, поэму является прекрасным психопрофилактическим средством.



## Чем полезна песочная терапия для детей?

Песок имеет способность успокаивать детей. Играя, они превращаются в активных участников процесса. Они сами режиссеры своей игры. Возможность управлять процессом побуждает интерес — малыши становятся более усидчивыми. С песком ребенок видит результат своей работы. Это делает его ответственным и помогает развить новые качества, присущие взрослому человеку. Малыш приобретает жизненный опыт, учится взаимодействовать со сверстниками, выражая свои мысли и поддерживая диалог.

Главное, что ребенок в песочной терапии черпает для себя и пользу, и интерес. Упражнения для пальчиков здесь гармонично переплетается с актёрскими навыками. Это стабилизирует эмоциональное состояние ребёнка.

Песочная терапия с песком развивает: внутренний мир ребёнка, его логику, умение фантазировать, мыслить образно. На примере песочницы несложно показать разницу между добром и злом, плохими и хорошими поступками.

Для детей дошкольного возраста песок — возможность отдать свой негативный заряд и плохое настроение, и получить позитивные эмоции взамен, поэтому игры с песком не просто забава, а важная часть развития.

Темы для игр могут быть самыми разнообразными : «Моя страна», «Мое настроение», «Моя семья», « Мои друзья», «Место, где я счастлив», «То, что я люблю», «Мой страх», «Мой сон».

Для примера рассмотрим 4 эффективных упражнения песочной терапии.

1. Чувствительные ладошки. Посредством развития тактильных ощущений ребёнок учится определять разные состояния песка (мягкое — твёрдое)
2. Отпечатки. Ребёнок оставляет на песке собственные следы или схематично рисует следы лап животных.
3. Рисование. С помощью пальчиков или палочки ребёнок рисует в песке цифры, буквы, геометрические фигуры. Если умения позволяют, можно создавать целые картины.

Эти игры кажутся взрослым примитивными. Но они положительно влияют на психику детей. Если регулярно заниматься песочной терапией, то это благотворно скажется на развитие речи, памяти, внимания и воображения ребёнка.

Как видите, всё очень просто! А сколько радости и удовольствия получите вы и ваш ребёнок! Желаем вам приятных часов совместного творчества!

