**Песочная терапия и игры с песком,**

**как средство сопровождения детей с ОПФР в совместной деятельности педагога-психолога и учителя-дефектолога**

*Малиновская Нина Федоровна,*

*педагог-психолог*

*первой квалификационной категории*

В последние годы наметилась устойчивая тенденция ухудшения здоровья детей дошкольного возраста, проявляющаяся в увеличении количества детей с особенностями психофизического развития. Часто возбужденные, невнимательные, гиперактивные дети, а также дети, имеющие нарушения речи, требуют к себе повышенного внимания. Актуальной становится проблема организации эффективной помощи таким детям.

Метод песочной терапии уже длительное время используется в ГУО «Ясли-сад №2 г. Минска» в период адаптации детей к учреждению дошкольного образования в качестве средства сохранения психологического здоровья детей использованию песка мы придаём особое значение. В данном контексте игры на песке решают следующие задачи:

облегчение установления доверительных отношений педагога с ребенком, помощь в установлении социальных контактов со сверстниками;

снижение чрезмерного уровня психофизического напряжения;

проигрывание психотравмирующих ситуаций;

помощь в выражении своего внутреннего состояния через спонтанную

игру на песке;

помощь в возникновении и поддержании положительных эмоций, повышению эмоционального тонуса, общего фона настроения.

Выбрав ту или иную фигурку (символизирующую свое «Я»), дети вместе с педагогом проигрывают на песке ситуацию из жизни в учреждении дошкольного образования («дорога в сад», «расставание с мамой», «сон в группе» и т.д.). При многократном проживании в игре психотравмирующей ситуации, например, расставания с родителями, у ребенка наступает своего рода снижение чувствительности и страха в реальной стрессовой ситуации, так как его песочный опыт будет показывать предсказуемость и благополучный исход реальных событий.

Поэтому основным средством, в рамках сопровождениядетей с ОПФР в совместной деятельности педагога-психолога и учителя-дефектолога, выбран метод песочной терапии.

Из-за нарушений речевого развития, ограниченного запаса представлений об окружающем мире дети с ОПФР часто затрудняются в вербализации своих переживаний. Им часто трудно выразить правильно свои эмоции и чувства, а играя в песок, ребенок может, сам того не замечая, рассказать о волнующих его проблемах и снять психоэмоциональное напряжение, выразить и показать, как он относится к себе, к значимым взрослым, событиям в своей жизни и окружающим людям. Для них игра на песке является «символическим языком для самовыражения», не требующим слов.

Занятия по песочной терапии обеспечивают не только гармонизацию психоэмоционального состояния ребенка в целом, но и положительно влияют на развитие мелкой моторики, сенсорики, речи, мышления, интеллекта, воображения.

Используемые формы и варианты песочной терапии нами определяются в зависимости от особенностей конкретного ребенка, специфических задач работы и ее продолжительности. Песочница используется нами с детьми всех возрастных категорий, так как игра с песком является одной из форм естественной активности ребенка.

Цветной песок предлагает широкие возможности для диагностики и снятия отрицательных эмоциональных состояний в старшем дошкольном возрасте. Используя тот или иной цвет в процессе рисования песочных картин, ребенок не только неосознанно дает нам информацию о своём преобладающем эмоциональном фоне, но и выражает в символической форме свои чувства и эмоции. Последующая беседа по рисунку позволяет нам на вербальном уровне конкретизировать чувства ребенка, стабилизировать его эмоциональное состояние.

Учитывая это, нами была разработана коррекционно-развивающая программа «Волшебный песок», направленная на развитие познавательного, речевого, творческого потенциала детей, стабилизации их эмоциональной сферы посредством различных игр с песком. Данная программа состоит из 22-х взаимосвязанных между собой коррекционно-развивающих занятий. Программа предполагает, как индивидуальную, так и подгрупповую форму работы. Возраст детей от 4 до 6 лет.

Материально-техническое обеспечение реализации программы:

1. Водонепроницаемый деревянный ящик. Внутренняя поверхность (дно и борта) окрашиваются в синий или голубой цвет. Таким образом, дно будет символизировать воду, а борта – небо. Если заниматься подгруппой (3-4 человека) или индивидуально, его размер – 50 х 70 х 8см. Такой размер ящика соответствует оптимальному полю зрительного восприятия, и это позволяет охватывать его взглядом целиком.

2. Чистый, просеянный песок. Он не должен быть слишком крупным или слишком мелким.

3. Цветной песок.

4.  Манка

5. Индивидуальные лотки, подносы.

6.  Разбрызгиватель воды или лейка.

7. Набор миниатюрных фигурок: человеческие персонажи, животные (домашние, дикие, доисторические, морские и др.), транспорт (наземный, водный, космический, и др.), растения (деревья, кусты, цветы, овощи и пр.), бросовый материал (ракушки, веточки, камни, пробки, и пр.), сказочные герои (злые и добрые), пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры (круги, треугольники, прямоугольники, пирамиды и др.).

Общая структура игровых занятий:

1. Вводная часть:

ритуалы приветствия и «вхождения»;

правила работы с песком.

2. Основная часть:

упражнения и игры, направленные на развитие познавательных процессов;

упражнения на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики руки;

упражнения на развитие речи;

упражнения на снятия психоэмоционального напряжения.

3. Заключительная часть: ритуал прощания

Сюжетно-тематическая организация занятий включает в себя игры с песком и водой, направленные на развитие мелкой моторики и тактильных ощущений; на развитие познавательной сферы детей и коммуникативных навыков, снятие статического напряжения; речевой материал, сопровождаемый действием; дыхательные упражнения и т.д. Это позволяет каждому ребенку чувствовать себя комфортно, уверенно, получать удовольствие от выполняемой деятельности и от общения с миром.

Работать с песком мы начинаем с первого занятия. Вначале строим на песке сказочные города и придумываем, что произойдет с жителями. Такие занятия проводятся с целью диагностики и психопрофилактики. Здесь можно определить лидера, выявить некоторые черты характера ребенка: застенчивость, самостоятельность, нерешительность и т. д. Затем включаются игры на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Тактильные ощущения мы получаем через кожу (горячее-холодное, сухое-мокрое, твердое-мягкое и т. д.), кинестетические ощущения — во время движения. Обычно используем следующие игры: поскользить ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, санки и т. д.); выполнить те же движения, поставив ладонь на ребро; создать отпечатками ладоней-кулачков, костяшек ладоней, кистей рук, ребрами ладоней, всевозможные причудливые узоры на песке; «пройтись» по песку отдельно каждым пальцем правой и левой рук поочередно (сначала только указательными, затем средними, безымянными, большими, мизинцами); «поиграть на пианино» и др.

Очень интересно детям играть в игры «Найди клад»: ребенок находит закопанные предметы, произносит название предмета, описывает его, называет первый звук названия предмета, последний звук названия предмета, составляет с ним предложение, делит слово на слоги. Игра «Отпечатки» или «Следы»: ребенок смотрит на отпечаток, называет предмет, который оставил такой отпечаток, находит его среди других предметов и описывает его. При затруднении выполнения задания ребёнку можно задать вопрос: как ты думаешь, кто оставил эти следы; опиши, кто оставил эти следы, как его зовут, какой он, что любит делать и т. д. Игра «Следы» хорошо развивает фантазию и воображение ребенка. Все эти игры развивают речевую активность ребенка, фонематический слух, воображение, познавательные процессы, снимают психоэмоциональное напряжение. В старших группах задания усложняются. Наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики можно научить детей прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это в свою очередь способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Но самое важное — ребенок получает первый опыт рефлексии (самопознания), учится понимать себя и других. Использование в песочнице игр «Кто быстрее?», «Мой город», «Мы создаем мир», «Песочный детский сад» имеет огромное значение для развития и расширения представления ребенка об окружающем мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека. Данные игры способствуют стабилизации эмоционального состояния детей, учат их самостоятельно действовать, достигать цели через экспериментальную деятельность, развивать мыслительную активность, умения сравнивать, выдвигать гипотезы, делать выводы.

Опыт работы показал, что использование песочной терапии дает положительные результаты. Она способствует развитию психических процессов детей с ОПФР; гармонизации их внутреннего мира и эмоциональной сферы, помогает выстроить индивидуальную траекторию развития ребенка; вызывает положительные эмоции (радость, удивление), снижает негативные проявления (страх, агрессия, тревожность), уменьшает проявления отрицательных эмоций (злость, гнев, обида); способствует снижению чрезмерного уровня психического напряжения. Ребенок учится понимать себя, других людей, окружающий мир. Следует отметить, что достижение оптимальных результатов невозможно без тесного, доверительного и партнерского взаимоотношения с законными представителями воспитанников. Как было сказано выше, игры с песком являются одной из форм естественной деятельности ребенка, поэтому родители могут использовать песочницу в развивающих и обучающих играх. Строя картины из песка, придумывая различные истории, взрослые в наиболее органичной для ребенка форме передают ему свой жизненный опыт, знакомят с событиями и законами окружающего мира.

Таким образом, игра с песком - это не простое времяпрепровождение. Это много новых эмоций и развивающих игр для каждого его участника. Ребенок с раннего возраста сам тянется к песку, надо только придать этой тяге творческую составляющую, и тогда из обычной игры в песке получится образовательный процесс.

**Литература:**

Тинникова О. А., Хакимова М. Е. Использование песочной терапии в коррекционном образовании дошкольников // Молодой ученый. — 2016. — №17. — С. 172-174. — URL https://moluch.ru/archive/121/33349/ (дата обращения: 09.11.2020).

https://moluch.ru/archive/121/33349/