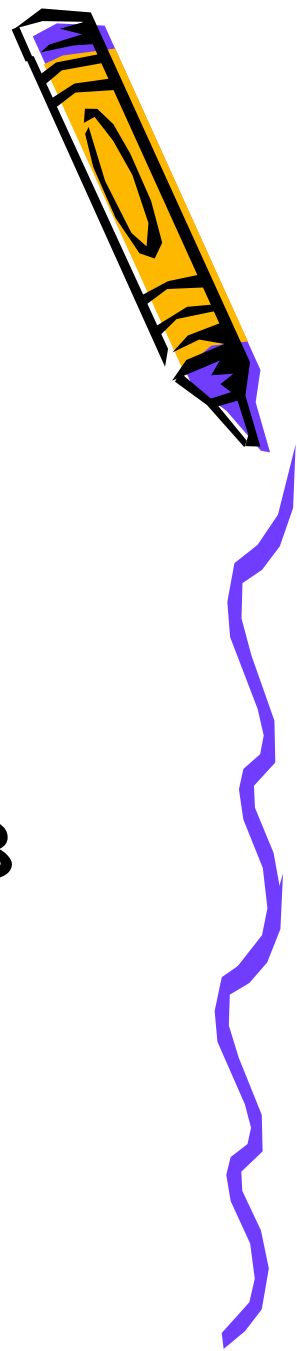


# Чудеса на песке

Использование  
технологии «Sand-play» в  
работе психолога  
психопрофилактика

Подготовила: педагог-психолог  
МДОУ №80, г.Раменское

Смолякова Т.В.



# Теоретические основы

sand-play или песочная терапия-технология работы психолога, включающая в себя много различных способов игры в песке.

Податливость песка будит желание создать из него миниатюрную картину мира. Человек выступает в песочнице как созидатель, следуя законам Бытия: один жизненный сюжет сменяет другой, все приходит и все уходит, нет ничего такого, что было бы непоправимо разрушено, - просто старое превращается в нечто иное, новое. При многократном переживании этого ощущения человек достигает состояния душевного равновесия.

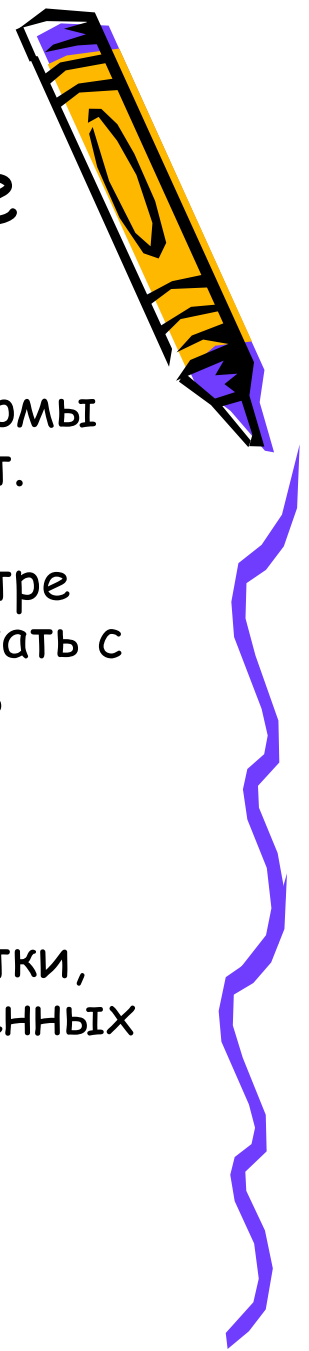


Игра с песком как способ развития и самотерапии ребенка известен с древних времен. Это естественная и доступная каждому ребенку форма деятельности.

Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи. И тут ему на помощь приходит игра.

Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное, «приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций».  
(Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева).

# Материалы и оборудование



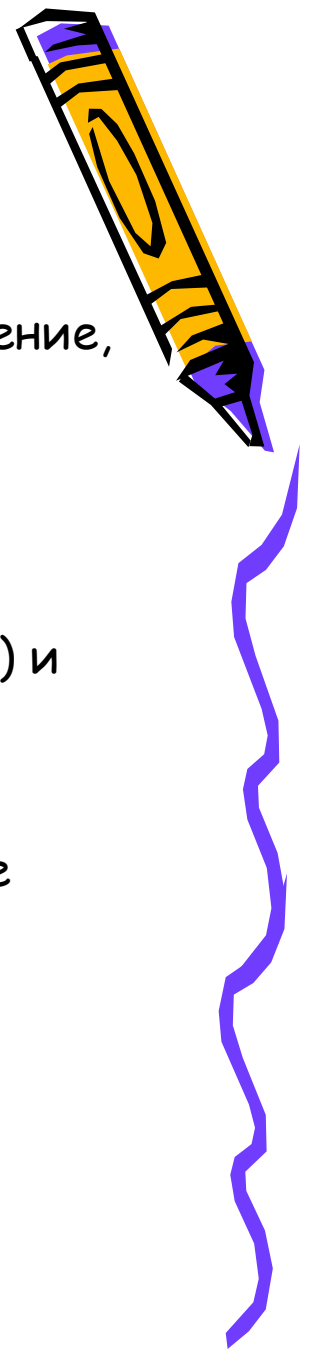
- **Подносы с песком**
- Классический поднос с песком - прямоугольной формы (50\*70\*8). Внутренняя часть окрашена в голубой цвет. Можно так же использовать круглые, квадратные и другие лотки. Поднос с песком располагается в центре комнаты или в отдельном углу. Ребенок может работать с подносом на столе или на полу, а так же переносить поднос в другой угол
- **Коллекция миниатюрных фигурок**
- **Стол, кувшин с водой, бумажные полотенца**
- **Дополнительные материалы:** пластилин, ткань, нитки, цветная бумага и т.п. для создания клиентом собственных объектов
- **Фотоаппарат** для запечатления детских работ



# Наша песочница



# Коллекция миниатюрных объектов (высота до 10-12 см)



Объекты должны быть самые разные- и вызывающие отвращение, и привлекательные; целые и имеющие повреждения. Важно иметь дубликаты фигурок. Их удобно размещать на полках и в контейнерах.

## Категории объектов:

- Люди (разных полов, рас, профессий, культур и возрастов) и предметы быта
- Животные
- Растения
- Полезные ископаемые (камни, кристаллы, металлические предметы, ракушки)
- Здания
- Транспорт
- Разное (символы, стеклянные шарики, зеркала, продукты питания и др.)



# Игрушки для sand-play



# Дополнительные материалы





# Психопрофилактика

Медитация на песке. Проводится с использованием медитативной музыки. Цель-релаксация.

1. Рисование на песке дыханием через трубочку для коктейля
2. Рисование на очень мокром песке заостренным тонким предметом
3. Создание мандалы на песке с использованием мелких предметов (ракушки, бусинки, фасоль), с использованием разноцветного, разнофактурного песка
4. Пересыпание песка из разных емкостей
5. Строительство замков из очень мокрого песка



# Создаем волшебный круг



## **Игры-упражнения для снижения психофизического напряжения**

### **Упражнение «Здравствуй, песок!»**

Песочная Фея просит детей поздороваться с песком: «сначала нежно, а потом сильно», то есть различными способами дотронуться до песка:

- ребенок дотрагивается до песка поочередно пальцами одной руки, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно
  - Ребенок легко/ с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу.
  - Ребенок дотрагивается до песка всей ладонью - внутренней, затем тыльной ее стороной
  - Ребенок перетирает песок между пальцами, ладонями.
- Сюрпризный момент: найти игрушку в песке

### **Игра-упражнение «Бусы»**

**Цель: развитие тактильной чувствительности, мелкой моторики; снятие психофизического напряжения**

У Песочной феи порвались ее любимые бусы. Ребенок должен помочь отыскать все бусинки, которые спрятались в песке. С откопанных бусинок ребенок «сдувает» песчинки и складывает их в сундучок Песочной Феи.

## Упражнение «Необыкновенные следы»

- «Идут медвежата»-ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.
- «Прыгают зайцы»- кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
- «Ползут змейки»-ребенок расслабленными / напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой ( в разных направлениях)
- «Бегут жучки-паучки»- ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом, - «жучки здороваются»).
- «Кракозябла»-дети оставляют на песке самые разнообразные следы, придумывают название для фантастического животного, которое оставило такие следы (впоследствии это животное можно нарисовать и сделать его жителем песочной страны).



## Упражнение «Песочный дождик»

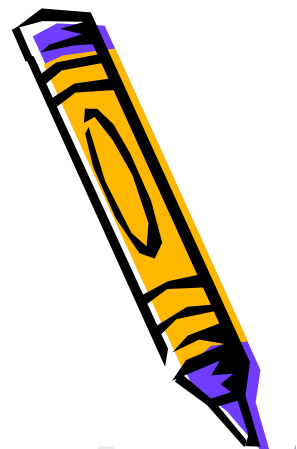
**Цель-регуляция мышечного напряжения, расслабление.**

Песочная фея: «В моей стране может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождь и ветер. Смотрите, как это происходит:

Ребенок медленно/ быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь

Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются ролями





Благодарим за внимание!

