



**Совершенствование педагогического
мастерства через экспериментирование
с песком**

Педагог-психолог МБДОУ «Детский сад № 174 г. Чебоксары
Уварова Наталия Валентиновна



несочная
теряния



Рассказ о песках (притча Адриса Шаха)

Река, начав путь от источника в далеких горах, миновав разнообразнейшие виды и ландшафты сельской местности, достигла наконец песков пустыни. Подобно тому как она преодолевала все преграды, река попыталась было одолеть и эту. Но вскоре убедилась, что при продвижении в глубь песков, воды в ней остается все меньше и меньше.

И хотя не было сомнения, что путь ее лежит через пустыню, положение казалось совсем безвыходным. Но вдруг таинственный голос, исходящий из самой пустыни, прошептал:

- Ветер пересекает пустыню, это может совершить и поток!

Река тут же возразила, что она лишь мечется в песках и только впитывается, а ветер может летать, и именно поэтому ему ничего не стоит пересечь пустыню.

- Тебе не перебраться через пустыню привычными, испытанными способами. Ты либо исчезнешь, либо превратишься в болото. Ты должна позволить ветру перенести тебя к месту твоего назначения.

- Но как это может произойти?

- Только в том случае, если ты позволишь ветру поглотить себя...

Это предложение было неприемлемо для реки. Ведь в конце концов никто и никогда не поглощал ее. Да она и не собиралась терять свою индивидуальность. Ведь потеряв ее однажды, как сможет она вернуть ее снова?

- Ветер, продолжал песок, именно этим и занимается. Он подхватывает воду, проносит ее над пустыней и затем дает ей упасть вновь. Падая в виде дождя, вода снова становится рекой.

- Но как я могу проверить это?

- Это так, и если ты не веришь, ты не сможешь стать ничем иным, кроме затхлой лужи, и даже на это уйдет многие годы. А ведь лужа, согласись, далеко не то же самое, что река.

- Но как же я смогу остаться той же самой рекой, которой являюсь сегодня?

- Ни в том, ни в другом случае ты не сможешь остаться такой же, - ответил песок. - Твоя основная часть перенесется и снова станет рекой. И даже свою нынешнюю форму существования ты только потому принимаешь за саму себя, что не знаешь, какая часть в тебе является главной и существенной.

Какой-то неясный отклик вызвали эти слова в мыслях у реки. Смутно припомнила она то состояние, когда она, или какая-то ее часть, уже находилась в объятиях ветра. Она вспомнила также - да и вспомнила ли? - что эта, хотя и не всегда очевидная, но вполне задача выполнима.

И речка воспарила в дружелюбные объятия ветра, легко и нежно подхватившего ее и умчавшего вдаль. Достигнув горной вершины, он осторожно опустил речку вниз. А так как у нее были сомнения, она смогла запомнить и запечатлеть в своем уме подробности этого опыта более основательно.

- Да, теперь я узнала истинную сущность, - размышляла река.

Река узнавала, а пески шептали:

- Мы знаем, потому что это день за днем происходит на наших глазах, поскольку из нас песков, и состоит весь путь от берегов реки до самой горы.

Вот почему говорят,

История песочной терапии

Автор "Песочной терапии", швейцарский аналитик **Дора Кальфф (Dora Kalff)**, считает что «Картина на песке может быть понята как трехмерное изображение какого-либо аспекта душевного состояния. Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым».

Песочная терапия с детьми.

Игры с песком играют важную роль в процессе развития ребенка. Для начала ребенку можно предложить поиграть с мокрым песком, а затем играть с сухим песком, используя при этом ведерко, грабли, лопатку, различные формочки, изображающие транспорт, людей, животных. Для маленького ребенка важен сам процесс игры и строительства. Юнг утверждал, что процесс “игры в песок” высвобождает заблокированную энергию и “активизирует возможности самоисцеления, заложенные в человеческой психике”.

С помощью построений на песке можно развивать наглядно-образное мышление, восприятие и память. В песочнице мощно развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика руки.

Занимаясь играми на песке, ребёнку становится интересно, он старается сделать правильно, красиво, аккуратно и, что немаловажно – быстро.

В книге Н.В. Кузуб, Э.И. Осипук "В гостях у песочной Феи" даются описания упражнений с песком для детей младшего и старшего дошкольного возраста, которые выполняются детьми совместно с педагогами или психологами детского сада. Эти упражнения направлены на снижение психофизического напряжения, регуляцию мышечного напряжения, расслабления, развитие тактильной чувствительности, развитие воображения, расширению представлений об окружающем мире

Адаптационные игры и занятия в песке.

Игра в песок, особенно для малышей первых-вторых младших групп, является, пожалуй, самым доступным и естественным способом самотерапии. Психологи и воспитатели младших групп могут использовать игры с песком в качестве психопрофилактического средства в период адаптации детей к жизни в детском саду.

Взрослый через игру с ребенком в песочнице может ненавязчиво сообщить ему нормы и правила поведения в группе. Психолог или воспитатель естественным путем могут осуществить психолого-педагогическую коррекцию поведения ребенка и обучить его социально приемлемым способам нервной разрядки.

В свою очередь, для малыша, еще слабо владеющего речью, песочница становится своеобразным театром одного актера, сценой для его внутреннего Я. Через игру в песок у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности, а также решаются следующие задачи:

1. В песочнице быстрее устанавливаются доверительные отношения между воспитателем и ребенком. Для ребенка роль воспитателя становится понятной, предсказуемой и значимой, что укрепляет его базисное доверие к миру.
2. В играх с песком происходит спонтанное снижение высокого уровня психического напряжения как ребенка, так и воспитателя, тоже испытывающего в этот период нервные перегрузки. Это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации.
3. В песочнице, взаимодействуя с взрослым и сверстниками, ребенок более осмысленно и быстро осваивает нормы и правила поведения и общения в группе.
4. В песочных играх с миниатюрными фигурками ребенок с помощью взрослого проигрывает психотравмирующую ситуацию расставания с родителями, встречу с неизвестным, осваивает позитивные способы поведения.
5. Воспитатель становится для ребенка проводником в освоении умений, навыков и знаний об окружающем мире и самом себе в этом мире.

Упражнение «Доброе утро!»

Цель: формирование доверия,
взаимопонимания, уважения,
положительных эмоций

Упражнение «Солнечный зайчик»

Цель: формирование доверительных
отношений, взаимопонимания,
положительных эмоций ☺

Упражнение

«Необыкновенные следы»

Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.

«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»).

«Крокозябла» — 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).

Игра «Песочные строители»

Цель: закрепление пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти.

Жители песочной страны просят помочь им построить домики. Для начала нам надо наметить на песке, где будет строиться тот или иной дом. Например, колобок любит только дома круглой формы, жираф — только прямоугольной, а бегемотик хочет жить в квадратном доме. Помоги обитателям песочницы.

В верхнем правом углу будет жить бегемотик. Выбери нужную формочку и сделай отпечаток.

Подобным образом взрослый дает ребенку задание расселить всех жителей песочницы. Задание можно также усложнить путем введения большего количества персонажей, расселения игрушек по нарисованному взрослым плану.

Упражнение

«Узоры на песке»

Цель: развитие зрительно-моторной координации, процесса классификации, воображения.

Так как на мокром песке получаются более четкие узоры, дорожки, то их можно использовать в играх на классификацию. Например, по волнистой дорожке идут только люди, по прямой дорожке едут только машины, а на заборчике сидят только птицы — ребенок выбирает нужные фигурки или картинки и ставит их на указанную дорожку. Впоследствии можно развить сюжет и сочинить мини-сказку «Кто, куда, зачем и что случилось?».

На мокром песке можно рисовать достаточно четкие лица, обучая ребенка графическим способам обозначения эмоций человека: радость, грусть, злость, страх, удивление.



МЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ