

Государственное казенное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №8 «Солнечный лучик»

**Здоровьесберегающие технологии.  
Песочная терапия.  
Программа коррекционного развития «Играем с песком»**

Подготовил:  
Педагог-психолог: Ерёмина Л.С.

г. Буденновск, 2018 г.

## Программа коррекционного развития «Играем с песком» Песочная терапия.

*"Самая лучшая игрушка для детей – кучка **песка!**"*

Игра с песком - одно из самых любимых занятий детей. Ребенок сам тянется к песку, и если добавить к этой игре творческую составляющую, то из обычного пересыпания песка получается образовательный процесс.

Занятия по песочной терапии положительно влияют на развитие мелкой моторики, сенсорики, речи, мышления, интеллекта, воображения. Детям 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.

Цель песочной коррекции - снятие психоэмоционального напряжения, развитие тактильной чувствительности, развитие межполушарного взаимодействия, создание положительного эмоционального настроения. Использование песка способствует коррекции ассоциального поведения у дошкольников, снятию симптомов тревожности, гиперреактивности, замкнутости, формированию умения выражать чувства, повышению самооценки и формированию уверенности в себе.

Для реализации цели используются различные игры и упражнения с песком, которые превращают коррекционно- развивающее занятие в интересную и увлекательную игру, на протяжении которой дети активно и свободно выражают свои эмоции и настроение в постройках из песка.

Песочная терапия полезна, если у ребенка:

- плохой сон, ночные кошмары;
- плохо развита мелкая моторика;
- истерики, непослушание, капризы;
- застенчивость, неуверенность в себе;
- агрессия, тревожность;
- расстройства невротического характера;
- психосоматические заболевания;
- частая плаксивость (*без повода*);
- ребенок пережил сильный стресс.

Результаты коррекции:

- Улучшится общее эмоциональное состояние ребенка;
- Уйдут страхи, негативные эмоции, переживания;
- Развитие воображения, творческого потенциала;
- Развитие мышления, речи, памяти, внимания, мелкой моторики;
- Развитие самооценки и уверенности в себе;
- Адаптация в новой среде;

Формирование положительных черт характера.

Правила поведения в песочнице

1. Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы.
2. Нельзя бросать песок в других.
3. После игры в песке нужно помыть руки.

Игры и упражнения с песком.

«Учимся считать». Цель: обучить ребенка порядковому счету.

Делаем из песка несколько кучек, в одной из них прячем игрушку. Ребенку нужно найти ее по подсказке взрослого: «*Ищи в третьей кучке справа*» или «*В пятой слева*». После можно предложить малышу самому спрятать игрушку и подсказать вам, как ее найти. Постепенно увеличиваем количество кучек.

«Отгадай загадку». Цель: развитие мелкой моторики и мышления. Для игры вам понадобится песочница с песком и маленькие игрушечки.

Правила очень просты – малыш отворачивается, а вы прячете в песке игрушку-ответ к загадке. Далее ребенок поворачивается, вы загадываете загадку, а он должен отгадать ее и проверить правильность ответа, найдя отгадку в песке.

«Веселая ферма». Цель: развитие внимания, памяти, умения определять и классифицировать.

Начинаем игру с того, что просим построить в песочнице веселую ферму и поселить на ней только домашних животных. Ребенок должен сам построить песочную композицию и выбрать из предложенных игрушечек только нужные. Далее просим ребенка запомнить всех животных, которых он поселил на ферме. После этого он отворачивается, а вы убираете одну из игрушечек. Когда малыш повернется, он должен найти и назвать, кого не хватает. По аналогии можно сделать из песка сказочный лес, волшебный сад, цветочное поле и другое.

Игра «*Найди отличие*».

Ребенок рисует на поверхности песка любую несложную картинку, затем показывает её взрослому, а сам в это время отворачивается. Взрослый дорисовывает некоторые детали и показывает полученное изображение ребенку. Малыш должен заметить, что изменилось в картинке.

Упражнение "Песочный дождик"

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Воспитатель: в нашей песочнице может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождик и ветер.

Инструкция: ребенок медленно, а затем быстро высыпает песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.

Упражнение "Необыкновенные следы"

Цель: развитие тактильной чувствительности.

"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").

Разговор с руками Цель: научить детей контролировать свои действия. Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на песке силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить бусинками, камушками или ракушками пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно, но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.