

Программа занятий по пескотерапии «Песочные фантазии»

Песок - загадочный материал. Он обладает способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы, быть сухим и легким, или ускользящим и влажным, или плотным и пластичным.

Игра с песком как способ развития и самотерапии ребенка известен с древних времен. Податливость песка будит желание создать из него миниатюрную картину мира. Человек выступает в песочнице как создатель — один жизненный сюжет меняет другой, следуя законам бытия: 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 — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок, тем более с особыми потребностями в развитии, часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное — он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо!

Большим плюсом песочного рисования являются уникальные свойства песка – сыпучесть, мягкость, приятная шершавость, - которые действуют на человека завораживающе. Рисуя песком, человек входит в легкое медитативное состояние, что дает ему возможность по-настоящему расслабиться, отдохнуть. Данный вид арт-искусства подходит всем возрастным категориям. Особенно с песком любят играть дети.

Цели и задачи программы

Цель программы:

- 1) Дать возможность ребёнку быть самим собой, раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, а обеспечить социальную успешность.
- 2) Развитие связной речи; помощь в изучении букв, освоении навыков чтения и письма; развитие графомоторных навыков.

Задачи программы:

1. Способствовать развитию коммуникативных навыков ребенка с помощью совместной игровой деятельности.
2. Развивать тактильную чувствительность как основу раскрепощения сознания детей.
3. Развивать интерес ребенка к экспериментальной деятельности, его любознательность.
4. Профилактика оптико-пространственной дисграфии;
5. Развивать все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление, воображение), мелкой моторики;
6. Развивать зрительно-пространственную ориентацию;
7. Совершенствовать предметно-игровую деятельность, способствующую развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребёнка;
8. Разрешение психологических затруднений ребёнка, стабилизация эмоционального состояния;
9. Создать чувство защищённости в комфортной для ребёнка среде;
10. Релаксация, снятие мышечной напряжённости.
11. Развивать тактильную чувствительность как основу «ручного интеллекта».

Механизм реализации программы

• Условия реализации

Помещение для проведения занятий- кабинет психолога с ковровым покрытием

- **Оборудование.** *Студийный планшет для рисования.* Деревянный поднос прямоугольной формы размером 49,5х5х7 см. Эти размеры чрезвычайно важны, поскольку они позволяют ребенку удерживать в поле зрения всю композицию, а не отдельные фрагменты. *Песок кварцевый* натуральный. Песок занимает примерно одну треть объема ящика, он должен быть чистым, просеянным, не крупным, но и не слишком мелким и, желательно, достаточно светлым. Важно,

чтобы он был приятен на ощупь. В работе используется как сухой, так и мокрый песок. Для этого необходимо иметь емкость с водой.

- **Организационно-методические аспекты**

1. Презентация возможности проведения реабилитационной работы в сенсорной комнате, оснащенной специальным оборудованием (встреча с педагогами и формирование мотивации на совместную работу).
2. Сбор анамнестических данных, психологическая диагностика с целью уточнения травмирующего события и выявления актуального уровня развития познавательной сферы, особенностей эмоционально-волевой сферы ребенка и зоны его ближайшего развития.
3. Программа рассчитана на 5-7 занятий с периодичностью встреч два раза в неделю по 1 часу. Желательно участие воспитателя или психолога, который будет обеспечивать поддержку ребенку в период между занятиями, а также устранит психотравмирующие факторы.

- **Количественный состав групп**

Оптимальное количество участников 7 человек, включая взрослых.

- **Качественный состав группы**

Дети и подростки- воспитанники центра. В группу подбираются дети, не имеющие противопоказаний для групповой работы

- **Противопоказания**

Песочную терапию нельзя проводить в следующих случаях:

- Эпилепсия или шизофрения
- Клиент с очень высоким уровнем тревожности
- Аллергия на пыль и мелкие частицы
- Легочные заболевания
- Кожные заболевания и порезы на руках

- **Принципы организации пескотерапии**

Принцип творчества, создание естественной стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищённо, проявляя творческую активность.

Принцип дифференцированного и индивидуального подхода, учёта возрастных особенностей ребёнка.

Принцип гуманизации предполагает строить образовательный процесс и воспитательные отношения, ориентируясь на личность ребёнка.

Принцип рефлексивности означает готовность и способность ребёнка творчески осмысливать и преодолевать проблемно-конфликтные ситуации; умение обретать новые смыслы и ценности, адаптироваться в непривычных межличностных системах отношений, ставить и решать неординарные практические задачи.

Принцип интегративности предполагает гармоничное сочетание всех видов и форм организации разнообразной художественной деятельности. Опыт ребёнка складывается из зрительных, слуховых и кинестетических ощущений (модальностей).

- **Ориентировочная структура занятий**

Часть 1. Вводная. Цель – настраивание детей на совместную работу, установление эмоционального контакта между детьми. Основные процедуры: ритуал приветствия, игры – разминки.

Часть 2. Основная. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят упражнения и игры, направленные на развитие эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка.

Основные процедуры: песочная терапия, игры и упражнения на развитие мышления, внимания, памяти, игры на развитие навыков общения, рисование, творческие работы.

Часть 3. Завершающая. Основные цели: подведение итога занятия, создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии, беседа о том, что было на занятии.

- **Методы и приёмы работы**

Наглядные (показ образца, пример, помощь).

Словесные (объяснение, описание, поощрение, убеждение, использование скороговорок, пословиц и поговорок).

Практические (самостоятельное и совместное выполнение образов)

- **Способы рисования песком**

Педагог предлагает детям воплотить в песке свои идеи теми способами, которые им больше нравятся.

- Песок можно разравнивать как ладонями, так и пальцами.
- Руки могут работать и как «бульдозер», разгребая песок вокруг.
- Пальцами можно проделывать отверстия в песке или рисовать на нём.
- Для изображений можно использовать кулачок или указательный палец.
- Для изображения волны в рисунке можно использовать кисть руки.
- Осваивать новый способ рисования песком путём отсечения лишнего.

Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты работы по программе:

- умение владеть различными приемами работы с сухим песком;
- умение создавать композиции и сюжеты на песке;
- устойчивое внимание, память, мышление, пространственное воображение;
- развитие мелкой моторики рук и глазомера;
- художественный вкус, творческие способности и фантазия;
- улучшение коммуникативных способностей и приобретение навыков работы в коллективе;
- участие в различных видах игровой, изобразительной, творческой деятельности; расширение кругозора и словарного запаса.

Список литературы

1. Бетенски Мала. Что ты видишь? Новые методы арт – терапии. – М.: Эксмо-Пресс, 2002
2. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998 г, – 50 с.
3. Грабенко Т.М. , Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по песочной терапии, -СПб , „Речь", 2002.
4. Зейц М. Пишем и рисуем на песке. Практические рекомендации. – М., 2010.
5. Эль Г. Человек, играющий в песок. Динамическая песочная терапия. – СПб, «Речь», 2007.

Тематическое планирование

| № | Название занятия | Цели, задачи | Практическая деятельность |
|----|--------------------|--|--|
| 1. | Здравствуй, песок! | Знакомство детей с песком, его свойствами; совершенствование координации движений, мелкой моторики, ориентации в пространстве; | <i>Песочный дождик</i> (медленно или быстро сыпать песок из своего кулака, на свою ладонь или взрослого, глаза можно закрыть). <i>Необыкновенные следы</i> (медведи – надавливать кулачками, зайцы – кончиками пальцев в разных направлениях, ползут змейки, бегут жучки-паучки, крокозябла – дети создают следы сами). <i>Узоры на песке</i> (пальцами, ребром ладони, кулаком) Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры (в соответствии с возрастными нормами освоения), простые/сложные узоры (прямые и волнистые дорожки, заборчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке, либо продолжить узор взрослого. Вариант: взрослый рисует на доске, дает устную инструкцию нарисовать на песке определенный узор. |
| 2. | Чуткие руки | Развивать мелкую моторику рук, формировать представление об изменчивости формы песка | <i>Найди отличие.</i> 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. Взрослый и ребенок могут в процессе игры меняться ролями. <i>Волшебные превращения.</i> Не менее интересно соединять несколько видов цветного песка и при этом получать удивительные сочетания, которые в виде необычных образов активно включаются в игру. |
| 3. | Солнечные лучики | Развитие сплоченности детей, мелкой моторики, пробуждение интереса, стимуляция внимания; | <i>Цветные острова (групповая).</i> Детям предлагается взять песок любого цвета и на поверхности стола создать с его помощью - острова, при этом дополнительно можно использовать миниатюрные фигурки. Затем дети отправляются путешествовать по островам друг друга, рассказывая о них. <i>Буквы.</i> Учим буквы? И вам поможет кинетический песок. Из него легко и просто моделировать, поэтому обязательно потренируйтесь. Весьма увлекательно вылепливать букву и тренировать варианты их произношения. |
| 4. | Узоры на песке | Учить детей рисовать свое настроение на песке ,развивать воображение | <i>Змейка.</i> Цель: снять эмоциональное напряжение. Задача: выразить свое отношение, показав это в игре Инструкция: возьми Змейку за голову или хвост и проведи по песку. Теперь возьми веревочку так, как ручку, плавно пройди по змеиному следу. Ребенок берет Змейку за голову и пишет узоры: кружочки, петельки, палочки. |

| | | | |
|----|---------------|---|---|
| 5. | Радуга | Закрепление представлений об окружающем мире; развитие моторики рук, тонких тактильных ощущений; развитие речи, памяти, мышления. | <p>Точка, точка, запятая. Цель: знакомство с техническим приемам и способам изображения с использованием песка. <i>Точка, точка, запятая – вышла рожица кривая. Ручки, ножки, огуречик – получился человечек.</i> Прочитайте стишок и нарисуйте на песке смешного человечка..</p> <p>Угадай на ощупь. Это упражнение направлено на развитие мышления и моторики рук ребёнка. Малыш отворачивается, а взрослый в это время прячет в песок игрушку/камень/шишку/ракушку... Задача ребёнка найти в песке предмет и отгадать на ощупь, что это. Затем участники игры меняются ролями</p> |
| 6. | Мир из песка | «Проигрывание» разнообразных жизненных ситуаций, создание композиций на песке. | <p>Мы создаем мир. Цель: развитие и расширение представлений ребенка об окружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека. Педагог показывает способы построения в песочнице живых и неживых сообществ – город, деревня, лес, река, озеро, остров, а затем в игровой форме побуждает ребенка строить самостоятельно и по инструкции разнообразные природные и рукотворные сообщества. (тема построений может соответствовать теме занятий)</p> |
| 7. | Глаза в глаза | Обучение выстраиванию композиции на песке по образцу; развитие внимания, связанного с координацией движений | <p>Мы едем в гости. Цель: развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе»; для малышей инструкция значительно упрощается, идет только закрепление сенсорных эталонов и представлений «верх – низ». Взрослый в игровой форме знакомит ребенка с пространственными представлениями (или закрепляет знания): «верх – низ», «право – лево», «над – под», «из-за — из-под», «центр, угол». Ребенок по словесной инструкции взрослого пальчиками «ходит, прыгает, ползает» по песку, изображая различных персонажей. Песочная фея. Мы идем в гости к зайчику. Где живет заяц? (Заяц живет в лесу, потому что это дикое животное.) В каком углу песочницы растет лес? (Малыши отвечают «вверху песочницы».) Кто живет рядом с зайчиком? (Перечисляются и помещаются в песочницу фигурки или картинки диких животных.) С кем дружит зайчик? Кого боится зайчик? Чем нас заяц угостил? Что мы пожелаем зайчику?</p> |

