

*Информационно - психологическая
брошюра для любознательных родителей*

Выпуск № 16

Радуга детства

**Тема номера:
«Игры с песком или
песочная терапия»**

**«Что нужно для игры в песок?
А нужно, в сущности, так мало:
любовь, желанье, доброта,
чтоб Вера в Детство не пропала...»**

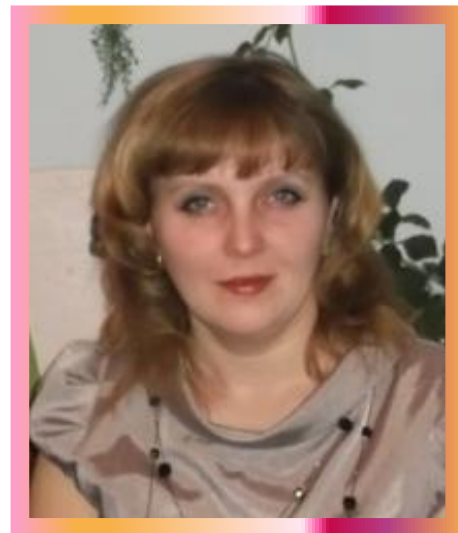


Составитель:

Винокурова Юлия Александровна

педагог-психолог

МБДОУ «Детский сад №51»



Уважаемые родители!

Мир постоянно информационно усложняется и не хватает времени для живого человеческого общения.

Давайте сделаем первые шаги на встречу друг к другу и совершим небольшую экскурсию в мир детства.

У каждого из Вас порой возникают вопросы и брошюра поможет мне в сотрудничестве с вами. У Вас появится новый домашний собеседник и профессиональный консультант по наиболее актуальным вопросам и волнующим нас всех проблемам.

Я надеюсь, что брошюра заинтересует Вас и станет необходимым гидом и помощником для тех, кому не безразлично будущее своих детей.

**Готова выслушать каждого,
кто хочет помочь своему ребенку преодолеть трудности в
развитии.**

Часы приема родителей: *понедельник*
15.20 до 17.00
вторник, четверг:
12.30 до 13.30





***В нашем
номере:***

Это интересно знать:

- ✚ Роль песочной терапии в развитии эмоционально-волевой сферы дошкольников***

Семейная психологическая копилка:

- ✚ Для чего нужны игры с песком?***
- ✚ Для организации игры в песок нам понадобится...***
- ✚ Методика рисования песком***

Давайте поиграем:

- ✚ Игры с песком.***

Спрашивали? Отвечаем

- ✚ Нужны ли наказания?***

Рекомендуемая литература





Это интересно

ЗНАТЬ

Проблема эмоционально - волевой сферы в развитии дошкольника сегодня весьма актуальна, именно эмоциональное развитие и воспитание является фундаментом, на котором закладывается и всю жизнь реконструируется здание человеческой личности.

Ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка – это телевизор или компьютер, а любимое занятие — просмотр мультимедийных или компьютерных игр. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции. Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках, а отрицательные тормозят процесс развития. Ещё Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции.

С одной стороны, детям необходимы яркие эмоциональные впечатления, а с другой стороны - игры, упражнения, которые помогают детям научиться управлять эмоциями, исправлять и их осознавать. Если линия развития эмоций нарушается, нарушается и нормальный процесс личностного развития в целом. И здесь нам на помощь приходит «песочная терапия – рисование на песке».

Чем нам поможет песок? Всем нам хорошо знакомый песок кажется абсолютно простым и понятным. Однако на самом деле это удивительный и простой материал. И дети, и взрослые могут часами возиться на песке, строить песчаные замки или же просто наблюдать, как он пересыпается с ладони на ладонь. Песок, вода и несколько маленьких фигурок людей, животных или предметов способны помочь человеку раскрыться, выразить свои чувства и эмоции, которые порой так трудно передать с помощью слов. Игры с песком имеют большое значение не только для развития эмоционально-волевой сферы, но и для развития познавательных процессов, влияют на становление всех сторон личности ребенка, формируют гуманное, искреннее отношение к окружающим.





Семейная психологическая копилка

Для чего нужны игры с песком?

Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности.

Работа детей с песком призвана решать ряд задач, а именно:

- снятие зажимов, сенсорное воздействие;
- релаксация / стимуляция;
- развитие мелкой и общей моторики;
- развитие речи;
- развитие навыков общения и взаимодействия;
- развитие адекватной самооценки и позитивного самоощущения;
- проигрывание альтернативных вариантов развития ситуации, возможность изменения финала;
- возможность посмотреть на ситуацию со стороны, глазами другого человека;
- формирование новых способов действий.
- песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в работе с «особыми» детьми.

Недаром у некоторых народов перед храмом строят чаши с песком и водой, чтобы человек, перед тем как общаться с высшими силами, очистился духовно и телесно.

Психологические проблемы, при которых полезно применять песочное рисование в сочетании с другими методами.

Проблемы поведения детей.

Эмоциональные проблемы.

Семейные проблемы.

Коммуникативные проблемы.

Что дает нам этот метод рисования песком:

Дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я.

Метод помогает войти в контакт со своими чувствами.

Работа с песком помогает вдохновиться, вернуть утерянную спонтанность, развить внутреннюю свободу и почувствовать забытые ощущения счастья и творчества.

Приобретается ценный опыт позитивных изменений. Внутренние конфликты и переживания легче выражаются с помощью зрительных образов.





Для организации игры в песок нам понадобится...

1. лоток с песком, который должен быть прямоугольным. Так как подобная форма воздействует на сознание совершенно иначе, чем квадрат или круг. Если квадрат или круг вызывают умиротворение и сосредоточенность, то прямоугольник более динамичен. Ребенок имеет возможность выбирать любой формат будущего рисунка (горизонтальный или вертикальный), ему легче определить центр композиции. Кроме того, прямоугольная форма лотка лучше, чем квадратная, подходит для создания симметричных фигур.

Используя лоток с песком, мы можем вместе с детьми осуществлять практически любые свои идеи, а также совершать увлекательные путешествия, постоянно узнавая что-то новое.

2. Набор игрового материала (хранится в пластиковых контейнерах с отверстиями):

- лопатки, широкие кисточки, сита, воронки;
- разнообразные пластиковые формочки разной величины — геометрические; изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста;
- миниатюрные игрушки (высотой 5–10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт и пр. (игрушки из «киндер-сюрпризов» для занятий в младших группах не использовать);
- набор игрушечной посуды и игрушечные кроватки (для игр «Песочный детский сад» и «Семья»);
- различные здания и постройки;
- бросовый материал: камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля.





Некоторые рекомендации:

- желательно, чтобы дети работали стоя – так у них будет больше свободы движений.
- не надо помещать лоток в углу комнаты.
- лоток с песком нужно устанавливать на большом и прочном столе, высота которого должна обеспечивать комфортные условия для работы детей.
- все принадлежности стоит размещать в маленьких корзиночках на уровне глаз ребенка.
- песок время от времени следует очищать. Полезно, чтобы дети делали это самостоятельно, просеивая песок через самое мелкое сито.
- после занятий лоток рекомендуется закрывать крышкой.

Правила при работе с песком:

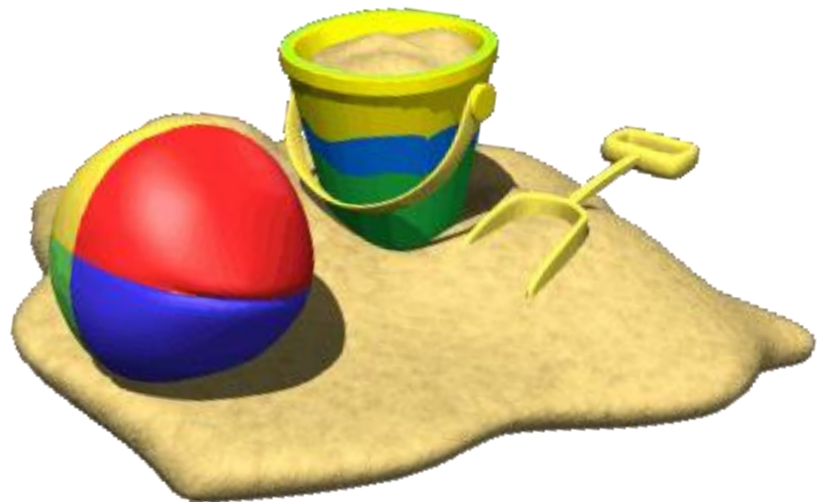
Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы.

Нельзя бросать песок в других или брать его в рот.

После игры надо помочь Песочной фее убрать все игрушки на свои места.

После игры в песке надо помыть ручки.

Все занятия проводятся в форме сказки и игры. Через сказку и игру ребенок легче открывает для себя мир чувств, учится гармоничному общению с взрослыми и сверстниками, понимают себя.

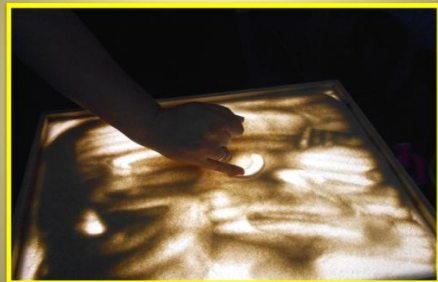




Методика рисования песком

Одновременное использование нескольких пальцев

Рисование мизинцами



Рисование пальцем



Рисование симметрично двумя руками



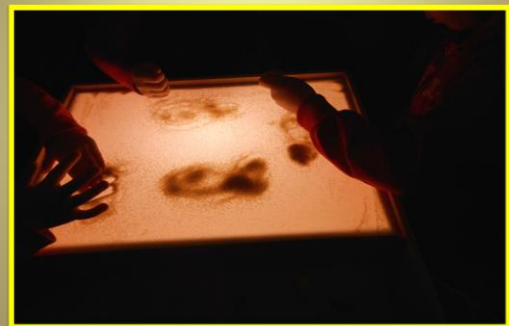
Отсечение лишнего



Рисование щепотью



Насыпание из кулачка



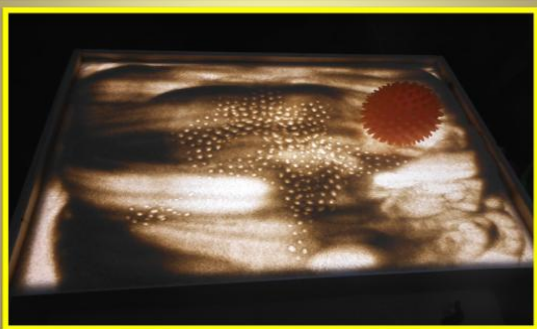


Материалы для рисования

Выдувание рисунка



Использование массажного мячика



Использование ситечка



Использование декоративных украшений



Использование трафаретов





Давайте

поиграем

Игра «Здравствуй, песок!»

Цель: снижение психофизического напряжения.

Содержание.

Взрослый просит по-разному «поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка.

Ребенок:

- дотрагивается до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно;
- легко/с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу;
- дотрагивается до песка всей ладонью — внутренней, затем тыльной стороной;
- перетирает песок между пальцами, ладонями.

Игра «Песочный дождик»

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Содержание.

Взрослый говорит о том, что в «песочной 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, а затем 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.

Игра «Песочные прятки»

Цель: развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности.

Содержание.

Первый вариант

Игрушки хотят поиграть с тобой в песочные прятки. Выбери понравившиеся тебе





игрушки. Ты закроешь глаза, а они спрячутся в песок, а после того как я скажу: «Открываются глаза, начинается игра», ты должен их найти в песке. Ты можешь раздуть песок, раскапывать пальчиками, использовать палочки, кисточки.

Игра «Кто к нам приходил?»

Цель: развитие зрительного и тактильного восприятия.

Содержание.

Ребенок отворачивается, взрослый изготавливает с помощью формочек барельефные/горельефные отпечатки, затем ребенок отгадывает формочку, которую использовал взрослый. Потом они меняются ролями. Формочки предварительно осматриваются и ощупываются, обводятся их контуры. Усложнение задания — игра с новыми формочками без предварительного их ощупывания.

Игра «Угадай, что спрятано в песке»

Цель: развитие умения представлять предметы по их словесному описанию

Содержание.

Ребенку предлагается, используя миниатюрные фигурки, построить песочную картину под названием «Чего на свете не бывает». После завершения работы ребенка просят рассказать о том, что получилось. Постарайтесь вместе с ним сочинить сказку.

Игра «Пересыпание сухого песка через воронку»

Цель: познакомить детей со свойствами сухого и влажного песка.

Содержание.

Воспитатель подводит группу детей (не более 8 человек) к песочнице. Раздает детям бутылочки, ведерки, формочки. Показывает как сыплется песок через воронку, как пересыпается из ведерка в формочку. Затем поливает часть песка, перемешивает совком и показывает, что мокрый песок сыпать нельзя, но из него можно лепить, придавая разную форму.

Воспитатель показывает детям как наполнять формочку, прижимать песок пальцами или совком, опрокинуть формочку на борт песочницы, украсить «пирог», «торт».





Спрашивали?

Отвечаем

Нужны ли наказания?

Наказание – палка о двух концах. Оно больно бьёт и по родителям, и по детям. Надо ли наказывать малыша? Что делать, если малыш не слушается? Чтобы ответить на эти вопросы, рассмотрим причин непослушания.



Зарубежный психолог Р. Дрейкурс выделил 4 цели неправильного поведения или непослушания:

- **получение большего или дополнительного внимания**: ребенок полагает, что «если я добьюсь внимания, меня будут ценить», ребенок успокаивается и верит, что он значим, когда он в центре внимания; чувство взрослого, которое сигнализирует о наличии этой проблемы у ребенка – раздражение;

- дети, желающие чем-то выделиться и разочаровавшиеся, могут обратиться к следующей цели: **добиться власти** («все обязаны делать, то, что я хочу»), дети могут пользоваться не только силой (агрессия, упрямство, капризы), но и слабостью (болезни, страх), чувство взрослого – злость;

- если разочаровавшийся ребенок приходит к выводу, что с помощью власти он все равно не может найти положение среди людей, то он выбирает 3-ю цель – **стремление отомстить**, ребенку кажется, что ему нанесли вред другие люди или обстоятельства, единственный способ добиться ощущения своей значимости – отомстить за себя; ребенок может ломать вещи, вредить людям; чувство взрослого – его обидели, задели, некоторое желание мстить;

- неадекватность – **полный уход от самостоятельного решения проблемы**, если все предыдущие цели оказались безуспешными. Убеждение ребенка – оставьте меня в покое. Чувство взрослого – бессилие.

Процесс воспитания не может обойтись без наказания. Наказывая ребенка, вы учите отвечать его за последствия своих поступков.

К сожалению, родители не всегда себя сдерживают, чтобы не поднять руку на ребенка. Многие задают шлепки и подзатыльники не





задумываясь, по привычке. Родители, которые часто используют физические наказания, добиваются только видимости послушания со стороны детей.

Очень часто наказание вызывает у детей не раскаяние и желание исправиться, а совсем другие чувства:

- возмущение и обиду: «Это несправедливо. Я не заслужил такого обращения»;
- месть: «Они выиграли сейчас, но я с ними поквитаюсь»;
- протест: «Я сделаю им назло, пусть они поймут, что я имею право поступать по-своему»;
- изворотливость, трусость: «В следующий раз я постараюсь не попасться»;
- снижение самооценки «Я плохой».

Наказания могут не понадобиться, если соблюдать следующие правила:

1. Действуйте согласно законам развития ребенка. Например, позволяйте ему много двигаться, не тормозите его любознательность.
2. Попробуйте отвлечь, переключить внимание капризули.
3. Позволяйте попробовать на собственном опыте, «что такое хорошо и что такое плохо» (пусть потрогает весьма теплый чайник и узнает, что об него можно обжечься).
4. Свод запретов не должен превышать 7 пунктов. Все они обоснованы и не отменяемы (нельзя играть у дороги, нельзя сидеть на подоконнике у открытого окна и т. д.).
5. Растолковывайте правила доступным языком, не надо читать длинные нотации. Говорите просто и ясно («Отпусти кошку, ей больно»).
6. Делайте акцент на том, что хорошо, а не на том, что плохо. Не надо говорить: «Не лезь в лужу», а скажите: «Молодец, обошел лужу и ноги сухие».
7. Создайте необходимую среду для роста и развития (организируйте творческий уголок, место, где можно вволю покувыркаться).
8. Не навязывайтесь и помогайте тогда, когда ребенок об этом просит.
9. Соблюдайте разумную альтернативу («Нельзя шуметь в помещении, но можно покричать на улице, в лесу»).
10. Нельзя говорить одно, а делать другое. Например, вы запрещаете



говорить «плохие» слова, а сами их употребляете.

11. Нельзя откладывать наказание. Не стоит говорить: «Вчера ты меня не слушался, поэтому сегодня кататься не будешь».

12. Нельзя проявлять непостоянство: то запрещать что-то, то разрешать это делать. Этим вы сбиваете малыша с толку, и он перестанет понимать, что можно, а что нельзя.

13. Нельзя запугивать тем, что вы никогда не выполните («Никогда больше не куплю тебе игрушку»).

Если ваш малыш провинился, можно наказывать лишением привилегий (не разрешить смотреть мультфильм вечером). Только об этом ему надо сообщить сразу же, а потом обязательно осуществить обещание. Главное обязательно осуществляйте последовательность: то, что запрещено – запрещено навсегда, и наказание за это последует в любом случае.

Ни в коем случае не наказывайте малыша трудом, может сформироваться отрицательное к нему отношение.

Физические методы тоже никогда не принесут того результата, который вы ожидаете. Когда ребенку больно, ему не до мыслей о том, что же он сделал не так.

Никогда не запугивайте ребенка: «Я не буду тебя любить», «Уходи, ты плохой». Для любого ребенка это самые страшные слова. Маленький человек ни при каких ситуациях не должен сомневаться в вашей любви.





Рекомендуемая литература

Список литературы:

1. Большебратская Э.Э.

Песочная терапия. - Петропавловск, 2010 – 74с.

2.Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.

Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. — СПб.: Детство-Пресс, 2002

3. Н.В. Кузуб, Э.И. Осипук

В гостях у песочной феи. Организация «педагогической песочницы» и игр с песком для детей дошкольного возраста

4. Хоменко И. Н.

Коррекционно-диагностический комплекс «Песочная магия» / И. Н. Хоменко. - СПб.: ИМАТОН, 2009. - 44 с





*г. Муром МБДОУ
«Детский сад № 51»*