Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Десткий сад №61»

 



Разработчик:

Педагог-психолог

Козинова А.П.

**Актуальность**

В настоящее время в мире все острее стала ощущаться потребность в новых, нестандартных способах мышления. Все большую ценность приобретает умение находить неожиданные решения и любую ситуацию принимать, как возможность решить интересную задачу.

Таким образом, одной из самых важных задач для педагогов, психологов и родителей на современном этапе, является индивидуальный подход к развитию творческого потенциала ребенка. В решении этой актуальной задачи может помочь: "Арт-терапия: Рисование на песке".

Песочная терапия - одна из разновидностей игротерапии. К. Д. Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей – кучка песка!». Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице: на песке строится дом, высаживается дерево, создаётся семья. Через свои ощущения, через прикосновения рук к песку, человек ощущает покой и одновременно огромные возможности. Терапевтический эффект игры с песком впервые был замечен швейцарским психологом и философом Карлом Густавом Юнгом. Казалось бы, всё очень просто – ребенок строит что-то из песка, без сожаления разрушает созданные им самим творения, и снова строит. Но именно это простое действие хранит уникальную тайну — нет ничего такого, что было бы непоправимо разрушено — на смену старому всегда приходит новое. Многократно проживая эту тайну, малыш достигает состояния равновесия, уходят тревога и страх. Еще одно важнейшее психотерапевтическое свойство песка — возможность изменения сюжета, событий, взаимоотношений. Поскольку игра происходит в контексте сказочного мира, ребенку предоставляется возможность изменения дискомфортной для него ситуации. Он учится самостоятельно преодолевать трудности. Проигрывая на песке ситуации из жизни, они стремятся к бесконфликтному, конструктивному общению, взаимопомощи. Дети учатся выражать свои чувства в безобидной форме, не причиняя вред окружающим людям. Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности.

Существует огромное количество необычных способов и техник рисования, но рисование песком - завораживает. Песок - материал, который притягивает к себе. Его сыпучесть привлекает и детей, и взрослых. Вспомните песочные часы, хоть они и созданы для отсчета времени, но как трудно оторвать взгляд от падающих песчинок.

У нас никогда не возникнет вопрос "Чем занять ребенка?", если во дворе есть песочница. Приготовление куличей, выкапывание тоннелей, постройка замков - все эти занятия любимы малышами, только благодаря песку и его свойствам.

Специалисты парапсихологи утверждают, что песок забирает негативную психическую энергию, а осязание песка стабилизирует эмоциональное состояние.

Сейчас уже разработаны и существуют специальные программы детской «песочной терапии». Во многих городах открываются студии рисования песком на стекле, где на специальном столе со стеклянной поверхностью и подсветкой посетители имеют возможность часок-другой повозиться с песком.

Детям очень полезно "общаться" с песком и любыми сыпучими материалами. Игра с песком - это не только развлечение для ребенка, это развитие тактильных ощущений, мелкой моторики рук, речи, образного и пространственного мышления, творческого потенциала ребенка.

Очень полезно рисование песком гиперактивным детям. Занимаясь таким видом рисования, ребенок успокаивается, освобождается от «лишней» энергии, учиться лучше понимать себя, своих друзей и родителей. Рисование песком дает ребенку возможность погрузиться в мир своих придумок, фантазий и воображений.

Данный вид творчества стимулирует развитие и мышления, и речи ребенка. Психологи объясняют это тем, что при работе с песком происходит колоссальное изменение образного и образно - логического мышления ребенка.

Сама текстура песка дает возможность для развития у детей координации движений рук, пальчиков во время рисования. Пересыпание песка из ладошки в ладошку, захват песка в кулачок, выравнивание песка на стекле - все эти движения непроизвольно влияют на развитие ребенка. Дети развивают ловкость рук и пальчиков. Рисовать песком лучше всего под приятную музыку в полумраке. Тогда появится незабываемая атмосфера волшебства и созидания.

Как известно, дети с удовольствием играют в песок, потому что такие игры насыщены разными эмоциями: восторгом, удивлением, волнением, радостью. Это дает возможность использовать игры с песком для развития, обогащения эмоционального опыта ребенка, для профилактики и коррекции его психических состояний, для развития мелкой моторики.

Для того чтобы создавать картины из песка, не обязательно иметь художественное образование.

Детям особенно нравится рисовать песком. Податливость песка, его природная магия притягивает детей с первых минут.

Рисование песком – это погружение в сказку, в мир фантазий, причудливых образов, извилистых линий. Прикасаясь к песку, чувствуешь его тепло, его текучесть, его движение.

Рисование песком – отличный способ расслабиться. Погружение в приятное текучее состояние спокойного творчества, соприкосновение с природной материей снимает стресс, любое напряжение, страхи.

Создание картины песком – увлекательный процесс, он затрагивает все сферы чувств, пробуждает творчество, расслабляет и вдохновляет одновременно. Мягкий колорит природных оттенков, контраст песка и света, плавность контуров и припудренность линий создают Волшебство. В песочной терапии дети обретают внутреннюю свободу и уверенность, что их никто не осудит и примет их такими, какими они есть. Сначала на песке, а затем и в реальной жизни! Цель такой терапии — не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать ему возможность быть самим собой.

**Тип проекта:** познавательно-творческий.

**Направления в условиях реализации ФГОС ДО:** социально-коммуникативное, познавательное, художественно-эстетическое.

**Участники проекта:** дети 5-7 лет.

**Срок реализации:** долгосрочный (сентябрь - март), 7 мес.

**Название проекта:** «Песочные сказки» (рисование песком).

**Технологии:** здоровьесберегающие (сказкотерапия, песочная терапия, пальчиковая гимнастика), игровые.

**Цель проекта:**

Сохранение и укрепление психологического здоровья детей 5-7 лет, через использование песочной терапии (рисование на песке).

**Задачи:**

-познакомить детей со средствами рисования песком (световой стол, песок, камера, проектор), приемами рисования песком;

- воспитывать понимание красоты окружающего мира, потребность в выражении своего отношения к нему.

- способствовать снятию психоэмоциональное состояние.

- развивать:

познавательные процессы (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение),

процессы саморегуляции;

сенсорно-перцептивную сферу;

творческий потенциал;

мелкую моторику.

-формировать коммуникативные навыки, положительное отношение к окружающему миру;

**Предварительная работа:**

Чтение художественной литературы, сказок; разучивание стихотворений; просмотр мультфильмов и видеофильмов; создание презентаций для непосредственно - образовательной деятельности; подготовка к занятиям с детьми, консультациям для родителей и воспитателей, изготовление костюма «фея песка».

**Взаимодействие с семьей:**

1. Родительское собрание «Психологическое сопровождение детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет через использование песочной терапии и сказкотерапии (рисование сказок на песке) с презентацией фильма «Песочная сказка».
2. Мастер-класс для родителей: «Песочная сказка нашей семьи»
3. Семинар-практикум для родителей: «Использование здоровьесберегающих технологий в сохранении и укреплении психологического здоровья детей дошкольного возраста».
4. Буклет «В сказку весело играем», «Песочные фантазии»
5. Психологическая акция «Песочные фантазии»

**Взаимодействие с педагогами:**

1. Выступление на педагогическом совете на тему «Использование здоровьесберегающих технологий в психологическом сопровождении детей».
2. Семинар-практикум «Песочные сказки»
3. Мастер-класс «Песочные фантазии»
4. Психологическая акция «Песочные фантазии»

**Основные направления работы:**

1. Организованные формы обучения на занятиях.

2. Совместная деятельность взрослого и ребёнка.

3. Самостоятельная деятельность ребёнка.

4. Привлечение родителей для изготовления атрибутов к НОД и познавательным экскурсиям в театр со своим ребёнком.

5. Развитие речи.

6. Художественная литература.

7. Изобразительная деятельность.

8. Игра.

9. Просмотр сказок и презентаций с использованием метода рисования на песке.

**Ресурсное обеспечение проекта.**

1. Уголок «Наше творчество»

2. Столы для рисования на песке

3. Кварцевый песок.

5. «Коллекция» миниатюрных фигурок и различный природный материал.

6. Наглядный материал: альбомы по изобразительной деятельности, картинки, карточки, видеокассеты, аудиокассеты, СД – диски по разным видам изобразительной деятельности.

7. Технические средства: проектр, магнитофон, компьютер, камера.

**Методы и приёмы**: словесные, наглядные, исследовательские и практические.

Для усиления воздействия песочной терапии в процессе игр и упражнений -использование музыкальные произведения: «Звуки природы», релаксационную и классическую музыку, рекомендованную для детей дошкольного возраста. А также цветовые столы для подсвечивания песка, где дети создают свои рисунки на песке, что позволяет ребенку раскрыть в естественной обстановке свой творческий потенциал, развить воображение, фантазию.

**Методическое сопровождение проекта.**

• Конспекты занятий, бесед, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр, родительского собрания, семинара-практикума, мастер-класса, психологических акций.

• Консультативный материал для родителей.

• Подборка музыкального материала по теме проекта.

• Подборка стихотворений и сказок по теме проекта.

• Рисунки детей.

**Ожидаемые результаты:**

В результате освоения техники рисования песком: дети смогут использовать световой стол и песок для создания изображений; отличать приёмы создания фона (наброс и насыпание); отличать приёмы рисования (расчищение, вырезание, линейный, щепотка); будут рисовать картины с использованием различных приемов и рассказывать об их сюжете. Смогут создавать рисунок, серию рисунков по заданной теме (с обязательным использованием предложенных приёмов), смогут повторить предложенный рисунок (использовать те же приёмы рисования, что использованы на рисунке) смогут участвовать в коллективном просмотре работ и их обсуждении.

Результаты в реализации проекта:

* Сочинение сказок
* Публикация материала по проекту на сайте МБДОУ «Детский сад №61»
* Создание сборника сказок, презентации, буклетов: «песочные фантазии»; «Песочные сказки»;

Список литературы:

Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». – Спб., 2001.

Епанчинцева О. Ю. Роль песочной терапии в эмоциональной сфере детей дошкольного возраста: Конспекты занятий. Картотека игр. – Спб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2010.

Игры с песком, или Песочная терапия. «Дошкольное воспитание», № 3, 2004.

Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. - СПб.: Речь, 2006.

ПРИЛОЖЕНИЕ:

**Консультация для родителей «Дидактические игры по песочной терапии**

**для детей дошкольного возраста»**

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой, способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному подлинному «Я», восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

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

Наблюдения психологов показывают, что именно первые совместные игры детей в песочнице могут наглядно показать родителям особенности поведения и развития их детей. Родители видят, что ребенок становится излишне агрессивным или робким в общении со сверстниками — это может стать поводом для размышлений о системе воспитания.

Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает больший воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения.

Играя с песком, у ребенка усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно, в песочнице мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта». В играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление, а также речь и моторика. Песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в работе с «особыми» детьми. Игры направлены на развитие творческого мышления, воображения, произвольного внимания, снижает тревожность и агрессивность, застенчивость и замкнутость, формирует навыки общения, позволяет ребенку научиться высказывать свои ощущения при прикосновении с песком.

Упражнений для игры на песке с детьми:

*Упражнение "Волшебный песок"*

Цель: развитие тактильно-кинетической чувствительности, снятие эмоционального напряжения.

Задача: учить говорить о своих чувствах, учить взаимодействию.

Вводная инструкция: "Перед тобой песок. Хочешь погрузить в него руки? (ответ ребенка). Опусти руки в песок; расскажи о своих ощущениях (теплый, сухой, рассыпается, течет сквозь пальчики). Пропусти между пальчиками, чувствуется тепло собственных рук. Приятные воспоминания (чувства) охватывают тебя: река, солнце, лето, ощущение бесконечности мира и ожидание чуда. Чувства переполняют тебя, и хочется поделится ими. Ты стоишь на пороге открытий. Сейчас мы вместе пойдем по ней. А помогут нам игры".

Упражнения на восстановление сниженного и утраченного тактильного ощущения:

• скользи ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки);

• выполни те же движения, поставив ладонь на ребро;

• сделай отпечатки кулачков, костяшками кистей рук, ребрами ладоней сделай причудливые узоры на поверхности песка, найди сходство с другими предметами (ромашка, солнышко, дождинка, травинка, дерево, ежик);

• пройдись по поверхности песка каждым пальцем поочередно правой и левой рукой (можно группировать пальцы по два, три, четыре и т. д.)

• поиграй на поверхности песка, как на клавиатуре пианино или компьютера

• погрузи в сухой песок кисти рук и начинай ими шевелить, наблюдая за тем, как изменяется песчаный рельеф

• освободи руки от песка, не совершая резких движений, только шевеля пальцами и сдувая песчинки

Анализ упражнений: - Что ты чувствовал при работе с песком?; Тебе было приятно или нет?; Понимал ли ты мою инструкцию?; Что легче говорить, или понимать (чувствовать?).

*Упражнение "Отпечатки наших рук"*

Цель: учить совместному действию

Задача: оценить собственные ощущения

На ровной поверхности песка ребенок и взрослый по очереди делают отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороной. Важно задержать руку на песке, слегка вдавив ее, и отмечать свои ощущения. Взрослый начинает игру, рассказывает о своих ощущениях: "Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки. А что чувствуешь ты? "

*Упражнение" Песочный дождик"*

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Ведущий: 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 сыплет 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").

*Упражнение "Змейки"*

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.

Змейки на песке играли письма не прочесть никак!

И хвостом слова писали, как узнать ей о змеятах?

За узором шли петельки - Что случилось? Где? И как?

Это письма маме-змейке. Ты теперь у нас волшебник!

Но пронесся ветерок, напиши скорей слова,

И засыпал все в песок. Помоги ты маме-змейке

И в печали мама-змейка: Доброй силой волшебства

Тематическое календарное планирование проекта

«Песочные фантазии»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название мероприятия | Участники | Сроки проведения |
| 1 | Выступление на родительском собрании на тему:  «Психологическое сопровождение детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет через использование песочной терапии и сказкотерапии (рисование сказок на песке) с презентацией фильма «Песочная сказка» | родители детей старших и подгот. групп | сентябрь |
| 2 | Просмотр на проекторе «песочных сказок» | дети старших и подготовительных групп | октябрь |
| 3 | Проведение занятий с использованием песочной терапии | дети старших и подготовительных групп | октябрь-март |
| 4 | 1. Семинар-практикум «Использование здоровьесберегающих технологий в сохранении и укреплении психологического здоровья детей дошкольного возраста». | родители детей старших и подгот. групп | ноябрь |
| 5 | Выступление на педагогическом совете на тему: «Использование здоровьесберегающих технологий в психологическом сопровождении детей старшего дошкольного возраста». | педагоги | ноябрь |
| 6 | Психологическая акция «Песочные фантазии» | родители, дети, педагоги | январь |
| 7 | Занятие «Путешествие в песочную сказку» | Дети старших и подготовительных групп | январь |
| 8 | Буклеты «В сказку весело играем», «Песочные фантазии» | Педагоги и родители | февраль |
| 9. | Изготовление сборника «Песочные сказки» | Педагоги и родители | март |