

## **«Песочная терапия в работе с детьми с ОВЗ»**

**Домашенко Е. В., педагог – психолог МБДОУ ДС №10**

Несмотря на то, что песочная терапия практикуется специалистами в России относительно недавно, она уже успела зарекомендовать как эффективный метод психо-коррекции у детей с ограниченными возможностями здоровья. Чаще всего используют две разновидности работы с песком: занятия в песочнице и рисование песком на световом планшете. В основу песочной терапии положены представления о тесной взаимосвязи между мелкой моторикой и развитием полушарий головного мозга у детей. В детском развитии творчество, задействуя воображение, занимает одну из важнейших ролей. Терапия песком является разновидностью терапии выразительными искусствами, которая в свою основу ставит идею о решении разного рода проблем через творчество. Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении. Оно проявляется в символической форме в процессе создания творческого продукта – образов, миров, ситуаций, построенных определенным образом в песочнице или на световом столе с песком.

В качестве материала для манипуляций выбран песок, - это обуславливается его особыми свойствами. Песок является природным материалом, с которым ребенок привыкает манипулировать с самого раннего возраста. Являясь регрессивным материалом, песок способен проникать сквозь те защитные механизмы, которые при обычной терапии приходится преодолевать различными, порой долгосрочными, методами. Это ускоряет и облегчает процесс психокоррекции.

При любом взаимодействии с песком, используются обе руки, порой одновременно, благодаря чему идет благотворное влияние на развитие правого и левого полушария, а также их взаимодействия. При таком подходе гармонизируется эмоциональное состояние. У детей активно развивается мелкая моторика: каждый элемент рисуется определенным пальчиком определенной руки, маленькие фигуры побуждают детей задействовать полностью всю кисть руки: и ладонь, и пальцы. Ребенок учится владеть своими руками, успокаивается, тренирует внимание, воображение, укрепляется нервная система. Давно установлен факт о тесной связи между развитием мелкой моторики и речью. После нескольких песочных занятий дети начинают активнее говорить, становятся более спокойными.

Подобные занятия являются очень полезными для детей с ОВЗ, потому что зачастую происходит задержка речи, психического развития, когнитивных способностей. Благодаря песочной терапии удается преодолеть нежелание заниматься, негативизм, потому что все происходит в естественной и привычной для ребенка игровой среде. Занятия проходят под музыкальное сопровождение. Как правило, это классическая музыка, которая стимулирует воображение, помогает расслабиться и является дополнительной сенсорной

стимуляцией (список см. в Приложении). Первоначально для работы с песком использовали ящики размером 50х72х8 см, дно которых было покрашено в голубой цвет, моделирующий воду и небо, однако сейчас с развитием этого вида терапии специалисты все чаще экспериментируют с различными формами песочниц для работы. Поверхность светового стола, на которой происходит рисование, представляет собой деревянный стол с подсветкой, то есть ребенок окружен максимально природными и близкими для его развития материалами. Помещение затемняется, чтобы на подсветке максимально были видны песочные следы и фактуры. Рисование песком сильно отличается от обычного рисования, для него не требуются специальные навыки и умения.

Именно благодаря самостоятельным рисункам на песке, ребёнок быстрее осваивает буквы и цифры, усваивает понятия «право» и «лево», временные понятия дня и ночи, времён года. С помощью рисования на песке можно развивать наглядно-образное мышление, восприятие и память. Мощно развивается тактильная чувствительность. Выполняя задания на песке, ребёнку становится интересно, он старается сделать правильно, красиво, аккуратно и, что немаловажно – быстро. Таким образом, сочетания природных материалов и уникальных методов дает огромные возможности для коррекционно-развивающей деятельности, развития воображения.

Новым направлением в песочной терапии является рисование цветным **песком**.

Цветной **песок** вызывает все больший интерес в качестве материала для художественного творчества детей. Это удивительный материал для создания «насыпных» картин, приятный на ощупь, пластичный и красочный, позволяет легко воплотить самые фантастические замыслы!

Эта техника способствует развитию мелкой моторики у детей. Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие, воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. **Песок будучи цветным**, способен влиять на детей через цвет: желтый - наполняет теплом, красный – добавляет оптимизма, синий – действует успокаивающе, зеленый – вдохновляет свежестью. Наблюдение и опыт показывает, что игра с **песком**, позитивно влияет на общее самочувствие детей.

Популярными в настоящее время стали занятия и игры с кинетическим песком. Кинетический песок - это инновационный песок от шведского производителя который идеально подходит как для учебно-развивающего процесса, так и для терапевтических целей.

Кинетический песок (песок, который движется) представляет собой смесь кварцевого песка 98% и силиконовой составляющей 2 % (Е 900), связывающей его частицы между собой.

На первый взгляд он напоминает влажный морской песок, но как только берёшь его в руки — проявляются его необычные свойства. Он течет сквозь пальцы и в тоже время остается сухим. Он рыхлый, но из него можно строить разнообразные фигуры. Он приятен на ощупь, не оставляет следов на руках и может использоваться как расслабляющее и терапевтическое средство.

С помощью этого песка у нас появляется возможность не только играть в песочнице. Ребенок играет не только руками, он играет весь, вся речевая - двигательная система, мыслительная деятельность, воображение, эмоции. Очень многое зависит от движения рук, ног, пальчиков - вот как движется рука, так и подсознательно двигаются наши ноги, а, следовательно, и мысли (широко идет движение – ребенок широко мыслит, а узкое создано пространство, так и будет мыслить). Без работы рефлексов, без насыщенной радуги мира, эмоций – ребенок замыкается, сковывается. Поэтому, чтобы нашим детям все удавалось, они были успешными, нужно не мешать играть, а способствовать игре, правильно её направлять.

**ВЫВОД:** игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок, тем более с особыми образовательными потребностями, 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! Песок нередко действует на детей как магнит. Их руки сами, неосознанно, начинают пересыпать и просеивать песок, строить тоннели, горы, выкапывать ямки. А если к этому добавить различные игрушки, тогда у малыша появляется собственный мир, где он выдумывает и фантазирует, и, в то же время, учится работать и добиваться цели.

### Список литературы

1. Большебратская Э.Э. Песочная терапия. – Петропавловск, 2010. – 74 с.
2. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.
3. Кузуб, Н. В., Осипук, Э. И. В гостях у Песочной Феи. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольных учреждений. - М.: Сфера, 2011. – 61 с.