

## ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

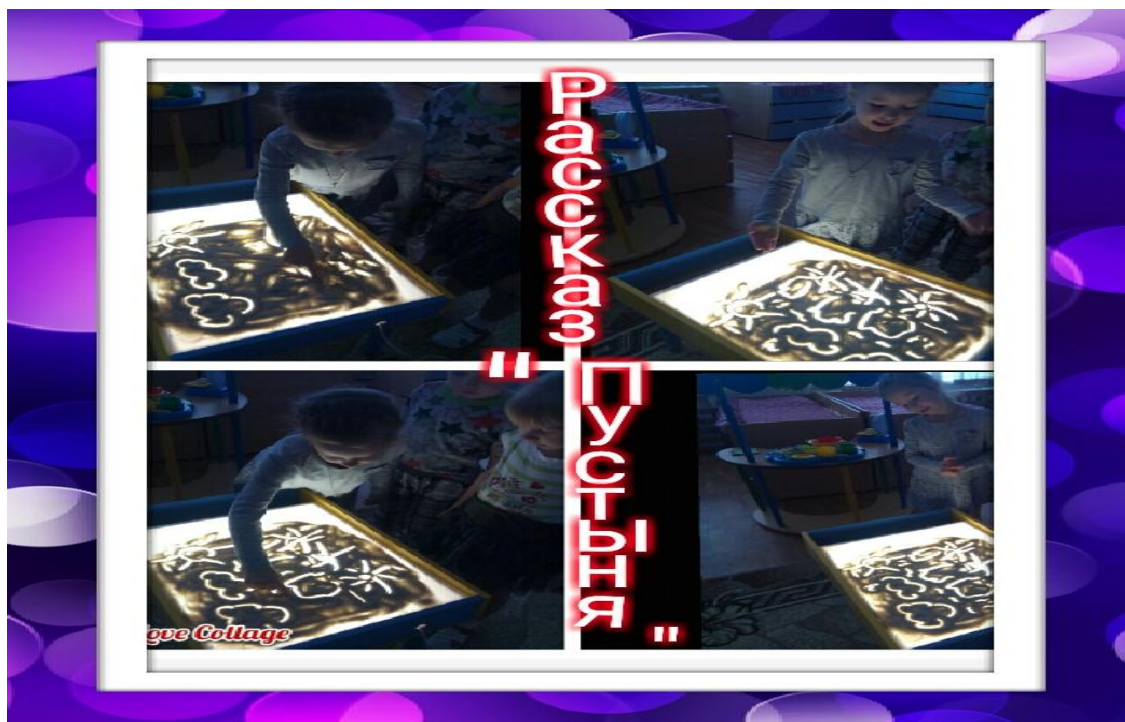
Вы замечали, что песок для детей обладает некой магической силой?

Пожалуй, у каждого из нас есть свои положительные воспоминания из детства, связанные с играми в песке. Однако песок не так прост.

Элементарные, казалось бы, игры могут быть очень полезны для психического здоровья и развития детей. Особенно если эти игры — песочная терапия.

В первую очередь, песочная терапия для детей — это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих склонностей в ребенке, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания.

Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок раскрывается, и взрослые получают возможность увидеть внутренний мир ребенка в данный момент и в ходе песочной терапии она обязательно «выльется» на песчаную поверхность.



Но это далеко не единственный плюс песочной терапии: она замечательно развивает мелкую моторику (песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания,

которые находятся в подушечках пальцев), фантазию, творческие способности, образное мышление и многое другое.

Работа с песком успокаивает (особенно генеративных детей) — в нем как будто содержится живительная солнечная энергия, которая подзаряжает нас позитивными эмоциями.

Хороша песочная терапия для дошкольников и тем, что при создании тех или иных композиций здесь не нужны художественные навыки. А значит, нет место и разочарованиям, ошибкам и неуверенности в собственных силах.

На «песочном» занятии дети раскованы, веселы и воодушевлены: они создают собственный мир, и делать это бесконечно приятно.

Песочная терапия сродни игре, а в игре ребенок познает окружающий мир, преодолевает трудности, учится решать взрослые проблемы. Дети подготовительной группы могут учиться составлять рассказы на основе того, что они «нарисовали» на песке. Это учит



их связной речи, навыкам пересказа, причем это им действительно интересно: кому не хочется описать то, что за ситуация изображена на песке?

**Рекомендация для родителей.**

***Игрушки для песочной терапии:***

1. **Человеческие персонажи, куклы, миниатюрные статуэтки.** Их можно подбирать отдельно, а можно приобрести игрушки в магазине отдельными тематическими группами.
2. **Фигурки животных.** Можно самим слепить фигурки из пластилина или сделать поделки из соленого теста. Это могут быть дикие, домашние животные.

3. **Предметы домашнего обихода:** детская посуда, домики, флаконы из-под духов, коробочки из-под кремов.
4. **Сказочные персонажи** добрые и злые.
5. **Персонажи из комиксов и «мультяшные» герои.**
6. **Украшения, сувениры.**
7. **Природные элементы:** ветки, цветы, коряги, интересные сучки деревьев.

*Все эти сокровища должны храниться в определенном месте, как бы жить в своем домике.*

***Творческих успехов Вам дорогие друзья!***

---

Информацию подготовила  
Гасанова Н.Н.