

## Использование песочной терапии в развитии ребёнка ОВЗ .



Игры на песке — одна из форм естественной деятельности ребёнка. Поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу в развивающих и обучающих, коррекционных целях. Строя фигурки из песка с использованием символов, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребёнка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) форме передаём ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира. Процесс

игры в песочной терапии помогает двигаться от ощущения зависимости от сложившейся ситуации к тому, чтобы стать создателем ситуации. Кроме того, песок поглощает негативную энергию. Метод песочной терапии можно использовать в работе с детьми, начиная с 3-х летнего возраста. Коррекция эмоциональной сферы посредством этого метода позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей с ОВЗ. В частности, песочная терапия позволяет работать с агрессивными, неуверенными, застенчивыми детьми. Кроме того, песочная терапия объединяет массу упражнений, направленных на общую релаксацию, снятие двигательных стереотипов и судорожных движений. В процессе песочной игры ребёнок имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов, и пережитое не развивается в психическую травму. Задачи песочной терапии согласуются с внутренним стремлением ребёнка к самоактуализации.

Ребёнок включается в игру с песком всем своим существом — эмоционально, психически, физически. При этом создаются благоприятные условия для проявления у детей концентрации внимания, любознательности, увлечённости, а также для релаксации. Активируются мыслительные и эмоциональные резервы, что выражается в физических формах, создаваемых руками.

В песочных картинах один из психотерапевтических ресурсов — возможность созидательного изменения формы, сюжета, событий, взаимоотношений. Именно эта идея лежит в основе сказко-терапевтического подхода к работе с песочницей. Ребёнок, играющий в песочнице с миниатюрными фигурками, представляется Волшебником, который вступает во взаимодействие с природными и социальными силами. Поскольку игра происходит в контексте сказочного мира, ребёнку предоставляется возможность творческого изменения дискомфорта для него ситуации, негативного состояния. Преобразуя ситуацию в песочнице, ребёнок получает опыт самостоятельного разрешения трудностей как внутреннего, так и внешнего плана — в этом и

проявляется его сила Волшебника. Накопленный опыт самостоятельных конструктивных изменений ребёнок переносит в реальную повседневную жизнь.

В песочнице создаётся дополнительный акцент на тактильную чувствительность, развивается «мануальный интеллект» ребёнка. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу даёт дополнительный эффект. С одной стороны, существенно повышается мотивация ребенка к занятиям. С другой стороны, более интенсивно и гармонично происходит развитие познавательных процессов. А если учесть, что песок обладает замечательным свойством «заземлять» негативную психическую энергию, то в процессе образовательной работы происходит и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка. Иначе говоря, использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно - терапевтический эффект.

Работы с песком можно разделить на три основных типа, объединяющие наиболее распространенные и часто повторяющиеся формы, создаваемые детьми на разных этапах их развития.

Для организации процесса песочной терапии в домашних условиях потребуется песочница (ящик для песка), песок, вода, коллекция миниатюрных фигурок. Песочница, которая представляет собой деревянный ящик. Традиционный его размер в сантиметрах : 50\*70\*8 (где 50\*70- размер поля, а 8- глубина). Традиционный размер для песочницы предназначен для индивидуальной работы.

### **СОВЕТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ**

- Желательно, чтобы дети работали стоя – так у них будет больше свободы движений.
- Не помещайте лоток в углу комнаты. К лотку должен быть обеспечен свободный доступ со всех сторон: только в этом случае дети смогут по желанию выбирать формат будущего изображения (горизонтальный или вертикальный).
- Лоток с песком следует установить на большом и прочном столе, высота которого должна обеспечивать комфортные условия для работы детей. При этом столешница должна быть значительно больше лотка, чтобы на ней можно было свободно разместить вспомогательные материалы и организовать места для занятий с песком.
- Все принадлежности для занятий следует размещать в маленьких корзиночках или ящичках на уровне глаз ребёнка.
- С детьми полезно устраивать своего рода «мозговые штурмы», во время которых можно обсуждать, например, какие ещё материалы подойдут для игр и рисования в лотке....
- Периодически лоток нужно пополнять песком.
- Дети способны многому научиться, играя в лотке с песком, и это зависит от характера их игрового и рабочего поведения. Одни дети могут работать самостоятельно и спокойно, другим нравится начинать что-то, но они не любят заканчивать работу.



Подготовила: учитель дефектолог Морозкина Татьяна Андреевна