

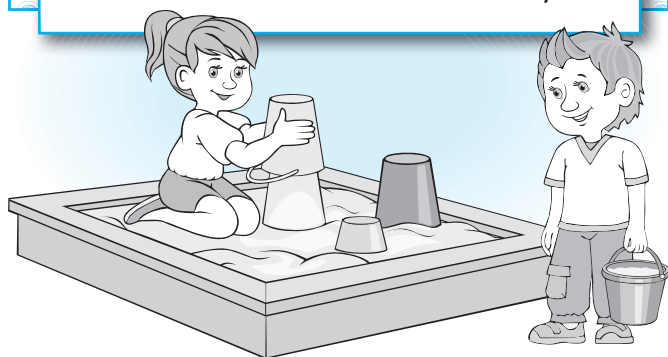


# ПЕСКОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ



*Все виды искусства служат величайшему из искусств – искусству жить на Земле.*

*Б. Брехт*



На современном этапе нужны образовательные технологии, способные помочь педагогу достичь цели — научить и воспитать гармонично развитого гражданина, способного творить и созидать. В этом может помочь арт-педагогика как здоровьеразвивающая и здоровьесберегающая технология, способствующая пониманию себя и гармоничному сосуществованию с окружающим обществом, познанию действия законов красоты и нравственности в окружающем мире через различные виды искусства и творчества.

**Арт-терапия** (буквально «терапия искусством» от лат. *ars* — искусство и греч.

*therapeia* — лечение) — технология (методика) лечения и развития при помощи искусства, творчества. Арт-терапия на протяжении долгого времени успешно используется в педагогике, медицине, психологии, т. к. считается одной из наиболее мягких, но эффективных методик и технологий, используемых в работе психологами, психотерапевтами, педагогами. Она является междисциплинарной, соединяющей в себе различные области знаний (психологию, медицину, педагогику и др.).

В настоящее время существует специальное педагогическое направление арт-терапии, цели которой — развитие, коррекция, воспитание и социализация личности детей, — напрямую связаны с их физическим, умственным, психическим и социальным здоровьем. Слово сочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимают как заботу об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной, творческой деятельности. Таким же специальным педагогическим направлением является и арт-педагогика.

**Арт-педагогика** (искусство + педагогика) — технология обучения и развития детей, формирование основ художественной культуры через искусство и художественно-творческую деятельность (музыкальную, изобразительную, художественно-речевую, театрализованно-игровую и др.).

## Основные функции арт-терапии и арт-педагогики

### 1. Координирующая

Творчество требует от ребёнка координации всех нравственных сил. Этот всплеск активности благотворно действует на его психику и весь организм, а значит, на его психическое и физическое здоровье, т. е. творческий процесс исцеляет.

### 2. Познавательная

Кроме сохранения здоровья, арт-терапевтические и арт-педагогические техники и технологии создают условия для познания, самопознания и творческого самовыражения каждого ребёнка. Арт-терапия и арт-педагогика позволяют познавать себя и окружающий мир. В творчестве человек воплощает свои эмоции, ожидания, сомнения, страхи, переживания и т. п., происходящие на бессознательном уровне, и через различные арт-терапевтические (художественные, хореографические и другие) образы наше бессознательное взаимодействует и проявляется в нашем сознании, что, безусловно, помогает человеку лучше познать себя.

### 3. Развивающая

Различные арт-терапевтические и арт-педагогические виды, техники развивают творческие способности ребёнка, поскольку во время занятий арт-терапией человек зачастую открывает в себе неведомые ему ранее таланты и способности, открывает и использует свои внутренние ресурсы для своего самообразования и саморазвития, что способствует развитию креативности (творческих способностей), оригинальности, нестандартности мышления.

### 4. Адаптационная

Арт-терапия и арт-педагогика являются эффективным способом социальной адаптации, поскольку в основном используют средства невербального общения. Это очень важно для людей, которым в силу различных причин бывает сложно выразить свои мысли вербально, словами.

### 5. Коммуникативная

Как показывает практика, арт-терапия помогает быстрее устанавливать отношения между людьми, поскольку посредством различных видов искусства человек не только выражает себя, но и больше узнаёт об окружающих его людях.

### 6. Стимулирующая

В большинстве случаев арт-терапевтическая и арт-педагогическая работа вызывает у детей положительные эмоции, что помогает им преодолеть пассивность, безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.

### 7. Диагностическая

Продукты творчества ребёнка являются объективными показателями его настроения, мыслей, желаний, что позволяет использовать их для диагностики с целью ретроспективной оценки и отслеживания динамики развития каждого ребёнка.

### 8. Психотерапевтическая

Побочным продуктом терапии искусством является возникающее в результате выявления у человека скрытых способностей, умений и их развития чувство глубокого удовлетворения, развитие уверенности в себе, своих возможностях, гармонизация эмоционального состояния.

Кроме перечисленных выше общих функций, арт-педагогика выполняет и специальные функции: образовательную, воспитательную, культурологическую, коррекционную. Опираясь на работы известных отечественных и зарубежных специалистов (Н. А. Ветлугина, И. И. Сакулина, Э. Сурно, Л. С. Выготского), можно объективно утверждать о положительном влиянии искусства на детей с различными отклонениями в развитии.

## Основные направления использования искусства в коррекционной работе с детьми

В настоящее время выделяют несколько основных направлений использования искусства в коррекционной работе с детьми с отклонениями в развитии:

- 1) психофизиологическое (связано с коррекцией психосоматических нарушений);
- 2) психотерапевтическое (связанное с воздействием на познавательную и эмоциональную сферы);
- 3) психологическое (выполняющее катаристическую, регулятивную, коммуникативную функции);

4) социально-педагогическое (связанное с расширением общего и художественно-эстетического кругозора, с активизацией потенциальных возможностей ребёнка в его практической творческой деятельности).

Реализация этих направлений в работе с детьми с проблемами в развитии осуществляется через определённые психокоррекционные, коррекционно-развивающие методики, которые используются в рамках арт-терапии и арт-педагогики.

## Основные виды современной арт-терапии и арт-педагогики

С позиций классического подхода арт-терапия включает в себя только визуальные виды творчества, такие как:

- живопись,
- лепка,
- рисование,
- графика,
- фотография.

С позиции современного подхода арт-терапия насчитывает значительно большее количество её видов. К ней относят:

- музыкотерапию,
- изотерапию,
- игротерапию,
- цветотерапию,
- пескотерапию и др.

## Понятие пескотерапии

Модернизация современного образования предполагает достижение нового современного качества на всех его ступенях. Это вызывает необходимость не только активно применять современные коррекционно-образовательные технологии, но и разрабатывать собственные, способствующие повышению уровня образования на должный уровень, соответствующий федеральным государственным образовательным стандартам.

**Пескотерапия** (песочная терапия) — это вид современной арт-терапии и арт-педагогики, включающий систему игр с песком, позволяющих раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, разрешить его психологические затруднения, развить способность осознавать свои желания и возможность их реализации,

помогающих ребёнку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выражать свои эмоции и чувства, слышать внутреннее настоящее «Я», подсказывающее выход для решения проблемы.

**Песок** — прекрасный материал для работы с детьми любого возраста. Использование его в коррекционных целях далеко не ново. С огромным интересом и радостью дети участвуют в выполнении заданий педагогов в «юнгианской песочнице» с различными наполнителями (песком, манкой, гречкой, рисом и другими сыпучими материалами).

## Цели и задачи пескотерапии

**Общепедагогическая цель** — дать возможность ребёнку быть самим собой, раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, а не менять и не переделывать его, не учить каким-то специальным поведенческим навыкам, а обеспечить социальную успешность.

**Коррекционно-образовательная цель** — развитие связной речи, лексико-грамматических представлений; помощь в изучении букв, освоении навыков чтения и письма; развитие графомоторных навыков.

## Задачи:

- профилактика оптико-пространственной дисграфии;
- развитие всех познавательных функций (восприятие, внимание, память, мышление, воображение), мелкой моторики;
- развитие зрительно-пространственной ориентации;
- совершенствование предметно-игровой деятельности, способствующей развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребёнка;
- разрешение психологических затруднений ребёнка, стабилизация эмоционального состояния;
- создание чувства защищённости в комфортной для ребёнка среде;
- развитие тактильной чувствительности как основы «ручного интеллекта»;
- развитие познавательного интереса;
- преодоление комплекса «плохого художника», создавая художественные композиции из песка при помощи готовых фигурок;

- развитие и совершенствование пространственных представлений;
- развитие творческих (креативных) способностей;
- развитие способности осознавать свои желания и возможности их реализации;
- релаксация, снятие мышечной напряжённости.

## Принципы пескотерапии

**Принцип творчества**, создание естественной стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищённо, проявляя творческую активность.

**Принцип дифференцированного и индивидуального подхода**, учёта возрастных особенностей ребёнка.

**Принцип гуманизации** предполагает строить образовательный процесс и воспитательные отношения, ориентируясь на личность ребёнка.

**Принцип рефлексивности** означает готовность и способность ребёнка творчески осмысливать и преодолевать проблемно-конфликтные ситуации; умение обретать новые смыслы и ценности, адаптироваться в непривычных межличностных системах отношений, ставить и решать неординарные практические задачи.

**Принцип интегративности** предполагает гармоничное сочетание всех видов и форм организации разнообразной художественной деятельности. Опыт ребёнка складывается из зрительных, слуховых и кинестетических ощущений (модальностей).

## Действия с песком в системе пескотерапии

Действия с песком можно условно разделить на 3 типа, выполняемые на поверхности сухого и мокрого песка:

- 1) совершение определённых манипуляций с песочной поверхностью (дети заполняют песком формочки, рисуют на песчаной поверхности, делают отпечатки, собирают песок в комочки и создают горки);
- 2) проникновение в толщу песка, рытьё ямок и тоннелей, прятанье в песок предметов с их последующим извлечением;
- 3) организация сюжетов, создание композиций.

**Пескотерапия** (sand-play) — игра с песком — важный способ развития ребёнка. Играть с песком можно не только на улице, но и в логопедическом кабинете. Играя с песком, дети развивают тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук; снимают мышечную напряжённость. В песочных играх можно развивать мотивацию речевого общения; формировать первичные произносительные умения и навыки; пополнять словарь; формировать связную речь; обучать чтению и письму.

Дети с искренним удовольствием рисуют, строят, изображают в песочнице следы зверей, предметы на заданные звуки, сюжеты различных рассказов, сопровождая свои действия речью, что, безусловно, способствует развитию и речевой сферы.

В играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), совершенствуется предметно-игровая деятельность, что способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребёнка, развивается фонематический слух и восприятие у детей. Песок может сделать занятия более интересными, увлекательными и продуктивными.

## Виды игр с песком

Все игры с использованием песка можно разделить на группы:

- Адаптационные игры: игры, помогающие адаптироваться к новым условиям пребывания детей в саду, усвоить нормы и правила поведения и общения в группе. Игры: «Прятки», «Отпечатки», «Тучки», «Угостим друга», «Дом для друга», «Дорожки к домикам друзей», «Найди игрушку».
- Обучающие игры, обеспечивающие процесс обучения чтению, письму, счёту, грамоте. Такие игры направлены на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Ребёнок говорит о своих ощущениях, тем самым спонтанно развивается его речь и словарный запас. Игры: «Угадай, какая цифра, буква», «Найди нужное количество», «Пекарня», «Угадай по описанию», «Ищи по инструкции».

- Познавательные игры, с помощью которых мы помогаем познавать многогранность нашего мира. Перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу существенно повышает мотивацию к занятиям. Игры: «Путешествие», «Загадки», «Песочная арифметика».
- Логопедические игры, помогающие устранить дефекты и несформированность речи:
  - игры на развитие диафрагмального дыхания («Песочный ветер», «Выровняй дорогу», «Что под песком», «Замети следы», «Ямки», «Дорога к другу»);
  - артикуляционные упражнения с движениями по песку («Лошадки», «Индюки», «Часики»);
  - автоматизация звуков («Моторчик», «Горочка», «Дорожка»);
  - развитие фонематического слуха и восприятия («Два города», «Кто в городе живёт?»);
  - совершенствование лексических и грамматических средств языка и навыков связной речи («Чего не стало», «Подбери слово», «Зверюшки на дорожках», «Дорисуй картинку»);
  - слоговая структура слова («Исправь ошибку», «Засели города», «Цветы на клумбе»).
- Графомоторные игры, направленные на развитие координации движения и графомоторных навыков, восприятие пространства и двуручных движений.

### 1. Упражнения на развитие мелкой мускулатуры пальцев.

**Игры:** «Необыкновенные следы», щепоть, отпечатки ладошек, кулачков, рёбер ладоней, «Кроты», «По камешкам».

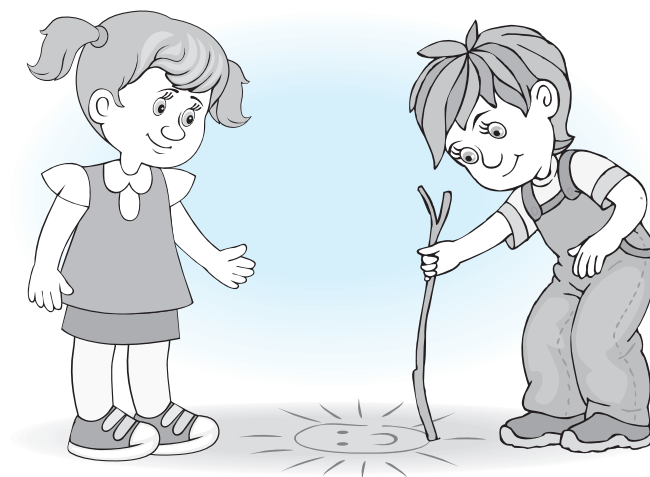
### 2. Зрительный анализ и синтез:

- упражнения на определение правых и левых частей тела;
- задания на ориентирование в пространстве по отношению к предметам;
- задания с условиями по выбору нужных направлений.

**Игры:** «Песочные строители», «Разложи по местам».

### 3. Рисование:

- занятия по штриховке по контуру, обводка — срисовывание геометрических фигур, букв;



- задания на зарисовку деталей, предметов с натуры;
- дорисовывание незаконченных рисунков;
- дорисовывание рисунков с недостающими деталями (даются законченные изображения, но с недостающими деталями);
- упражнения в дорисовывании, создании собственной картины при условии реальности сюжета и деталей;
- задания на воспроизведение фигур и их сочетаний по памяти.

**Игры:** «Напиши на песке», «Дорисуй», «Запомни и повтори», «Украсть», «Узоры», «Потрогай — нарисуй», «Нарисуй по контуру», «Сказочная линия».

### 4. Графическая символика — задания на развитие умений рисовать узоры, а также на символизацию предметов (изображение их с помощью символов).

**Игры:** «Секретики», «Нащупай букву», «Весёлые превращения», «Автогонки», «Узоры на песке».

### 5. Упражнения на ознакомление детей с принципами зеркального отражения позволяют им экспериментально изучить закон симметричности отражения.

**Игры:** «Буквы зазеркалья», «Узоры», «Бабочки».

- Проективные игры, открывающие потенциальные возможности ребёнка, развивают его творчество и фантазию. С их помощью осуществляется психологическая диагностика, коррекция и развитие ребёнка.

**Игры:** «Нарисуй картину», «Песочная аппликация», «Волшебная страна», «Сказка».

- Творческие игры, развивающие воображение, эмоциональную отзывчивость, а также формирование потребности в творчестве и общении с искусством:
  - конструирование из песка;
  - песок в бутылке;
  - рисование песком и на песке;
  - составление узоров на песке;
  - создание картин на песке и «песочного мира»;
  - создание песочных композиций.
- Анимационные игры: игры по созданию анимации на песке.
 

**Игры:** «Весёлые превращения».
- Упражнения с песком «Чувствительные ладошки» (по Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой)
  - Скользить по поверхности песка как змейка или как машина.
  - Пройтись ладошками как слон, как слонёнок, как быстрый зайчик.
  - Оставить отпечатки ладошек, кулачков, рёбер ладоней.
  - Создать рисунки и узоры: солнышко, бабочку, букву А или целое слово.
  - «Пройтись» каждым пальчиком правой руки поочерёдно.
  - Просеять песок сквозь пальцы или щепоткой высеять дорожку из контрастного по фактуре песка.
  - Разложить на песке в особой логической очерёдности разные по структуре и размеру камни и природный материал.
  - Провести фигурку по песочным дорожкам-лабиринтам.
  - Просеять песок через сито, нарисовать узор кисточкой или палочкой, просеять песок через систему воронок и т. д.
  - Можно «поиграть» на поверхности песка, как на пианино или клавиатуре.
  - Песочницу можно использовать для нахождения животных, предметов, определённой буквы, изготовленной из пластмассы и закопанной среди прочих в песке (вариация игры «Волшебный мешочек»).
  - Выложить фишками геометрическую фигуру.
  - Лепить буквы из песка, сгребая его рёбрами ладоней.
  - Превращать буквы Л в А, Ч в Т, О в Я и т. д.
  - Посчитать камешки и решить на песке математическую задачу.

- Найти спрятанные в песке буквы и составить из них слоги.
- Можно писать слова на песке печатными и письменными буквами, сначала пальчиком, потом палочкой, держа её как ручку. Исправить ошибки на песке проще, чем на бумаге. Это даёт возможность ребёнку ощущать себя успешным.

## Игры и упражнения

### Мой город

Логопед даёт задание выбрать фигурки, в названии которых есть заданный звук, и с их помощью построить город. Потом можно составить устный рассказ об этом городе и его жителях.

### Археология

Взрослый закапывает игрушку (ребёнок не знает, какую именно). В ходе раскопок, по открывающимся частям ребёнок должен догадаться, что спрятано. Закопайте 2-3 предмета. Пусть малыш раскопает один из них и на ощупь попробует определить, что это.

### Чей это след?

На влажном песке легко остаются следы от ладошки или ступни, от обуви или колёс игрушечной машинки. Пусть малыш попробует отгадать, где чей отпечаток.



### Песочная аппликация

Клеем нанесите на картон рисунок и посыпьте песком.

Стряхните лишнее, и у вас получится замечательная картина. Песок можно покрасить красками и высушить.

### Дорожки из песка

Покажите ребёнку, как набрать в горсть сухой песок и медленно высыпать его, создавая различные формы, например дорожки (к домику зайчика или медвежонка).

### Назови звук (Н. В. Дурова)

Педагог предлагает детям вырыть в песке небольшие лунки для мячика. Затем он подталкивает мячик в лунку ребёнка и называет слово, интонационно выделяя согласный звук. Ребёнок называет выделенный звук и перекачивает мяч обратно в лунку педагога. Затем задание даётся другому ребёнку и т. д.

**Слова:** с-с-сом, су-м-м-мка, за-р-р-ря, ку-с-сок, сту-л-л-л, ру-ч-ч-чка, кра-н-н-н, шар-ф-ф-ф, кры-ш-ш-шка, д-д-дом.

### Песочный дождик (Н. Кузуб)

Педагог медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулака в песочницу, затем на ладонь. Дети повторяют. Затем дети закрывают глазки по очереди, кладут на песок ладонь с расставленными пальцами, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребёнок называет этот палец.

### Эхо

Педагог произносит слоги, а дети повторяют их по очереди, при этом за каждое правильно выполненное повторение ребёнку предлагается взять любую игрушку для последующей игры в песке.

- та-ка-па
- па-ка-та
- ка-на-па
- га-ба-да
- па-ба-па
- по-бо-по

С выбранными игрушками дети играют в песочные прятки: один ребёнок закрывает глаза, а остальные прячут его игрушки в песок.

### Найди друга (Н. В. Дурова)

Педагог достаёт из коробки картинку (бабочка, корова, лягушка, петух, медведь) и раздаёт их детям.

— Сделайте домики для этих животных, скоро к ним в гости придут их братья. (*Дети выполняют.*)

Затем педагог достаёт из коробки следующие картинки (белка, кит, павлин, лошадь, мышка).

— Как же нам узнать, где чей братец? Для этого давайте произнесём названия животных и выделим первый звук в этих словах.

— Кит — [к'] — он пойдёт в гости к корове, первый звук в этом слове [к]; [к] и [к'] — братцы. Дети по очереди называют тех, кто изображён на картинках, выделяют первый звук и подбирают пару.

**Вывод.** Чем различаются данные пары звуков? (*Твёрдые — мягкие.*)

### Кто это был? (Р. Г. Голубева)

Педагог достаёт из коробки игрушки: корову, тигра, пчелу, змею, ёжа. Каждой из них присваивает определённое звучание: корова мычит — «м-м-м», тигр рычит — «р-р-р», пчела жужжит — «ж-ж-ж», змея шипит — «ш-ш-ш», ёж фыркает — «ф-ф-ф». Педагог длительно произносит какой-либо звук и предлагает детям определить, кто это был. Тот, кто правильно называет животное, получает эту игрушку.

### Песочный ветер

Дети учатся дышать через трубочку, не затягивая в неё песок. Можно предложить сначала сказать приятное пожелание своим друзьям, подарить пожелание песочной стране, «задувая его в песок», можно также выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр можно использовать одноразовые трубочки для коктейля.

### Какой отличается? (Р. Г. Голубева)

Песочный человечек произносит серию слогов (ну-ну-но, сва-ска-сва, са-ша-са, зу-су-су, мы-ми-мы) и предлагает детям определить, какой слог отличается от других слогов.

### Необыкновенные следы

«Идут медвежата» — ребёнок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребёнок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» — ребёнок расслабленными/напряжёнными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).



«Бегут жучки-паучки» — ребёнок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом — «жучки здороваются»).

Закончить игры с песком можно стихами.

В ладошки наши посмотри —  
Мудрее стали ведь они!  
Спасибо, милый наш песок,  
Ты всем нам подрасти  
(поумнеть) помог!

## Способы рисования песком

Педагог предлагает детям воплотить в песке свои идеи теми способами, которые им больше нравятся.

- Песок можно разравнивать как ладонями, так и пальцами.
- Руки могут работать и как «бульдозер», разгребая песок вокруг.
- Пальцами можно проделывать отверстия в песке или рисовать на нём.
- Для изображений можно использовать кулачок или указательный палец.
- Для изображения волны в рисунке можно использовать кисть руки.
- Осваивать новый способ рисования песком путём отсечения лишнего.

## Общие рекомендации по проведению песочных игр

1. Игры в песочнице проводят с подгруппой или индивидуально.
2. До занятия и после занятия моют руки.
3. Перед занятием в «песочнице» желательно провести пальчиковые игры-разминки.
4. Во время работы с песком следует соблюдать определённые правила:
  - песок не должен высыпаться из песочницы;
  - нельзя брать песок в рот и кидаться песком;
  - отряхивать руки и играть можно только над песочницей;
  - после игры надо убрать за собой рабочее место, сложить все игрушки на свои места.
5. Не обязательно придерживаться жёсткой структуры занятия, возможно также продление по времени игры в песке, если это стабилизирует психофизическое состояние детей.

6. Взрослый должен внимательно следить за реакцией детей во время работы с песком. В случае появления у детей негативного отношения или усталости игру-занятие следует ненавязчиво завершить.
7. Педагог вначале показывает способы действия в играх с песком, а затем ребёнок «рука в руке» или самостоятельно повторяет их. Не стоит настаивать на чётком выполнении инструкции, взрослый должен на первых порах подстраиваться под ребёнка.
8. Для начала и окончания игр-занятий в песочнице вырабатывается особый ритуал приветствия и прощания (это может быть определённая музыка или звук, песочные часы и т. д.).
9. Детям не показывают сразу весь набор игрушек, они должны освоить достаточно широкий спектр простых манипуляций с песком с помощью рук и инструментов.
10. В играх с песком все правила поведения, запреты, поощрения осуществляются через игрушку-посредника (Песочная Фея, Хозяйка песочницы, Королева песочного мира и т. п.).
11. Педагог (воспитатель, психолог) выполняет роль внимательного зрителя. Позиция педагога — это «активное присутствие, рядом». Ребёнку предлагают проблемную ситуацию, с которой ему предстоит справиться самостоятельно. Взрослый направляет рассуждения ребёнка, обращает внимание на наиболее значимые моменты.





## Оборудование для игр с песком

В зависимости от цели, задач, вида игр подбирают и оборудование. В качестве песочницы используют контейнер, наполненный песком. Для организации игр с песком используют камешки, мелкие игрушки, формочки и предметы.

### 1. Песочница:

- деревянный ящик или пластиковый таз с ручками для переноски, размером 50×70 см с бортами не менее 10 см, дно голубого цвета, со съёмной крышкой;
- песочный стол на ножках;
- прочный ящик из древесины с дном из небьющегося стекла с ручками для переноски, размер 50×70 см, с бортами 10 см;
- ящик с подсветкой.

### 2. Песок:

- песок натуральный — кварцевый, жёлтого или светло-коричневого цвета, сертифицированный, песчинки должны быть среднего размера;
- песок кварцевый белый мелкий;
- песок кварцевый цветной в банках;
- песок вулканический — «живой песок» — смесь песка, ракушечника и растительных масел;
- различные сыпучие материалы (манка, бисер, соль). Перед использованием песок должен быть просеян, промыт и обеззаражен (прокалить в духовке или прокварцевать — один раз в неделю).

### 3. Набор игрового оборудования:

- персонаж-посредник (Песочная фея, Песочный король, Песочный жук);
- лопатки, грабельки, широкие кисточки, сита, воронки, мельница, валики с дырочками, рейка для выравнивания поверхности песка;
- «песочный карандаш», карандаши с резиновыми наконечниками, резиновый мячик с острыми шипами на поверхности, магнитные фигурки;
- набор тактильных досок с геометрическими фигурами и линиями;
- набор трафаретов и силуэтов;
- плоскостные ламинированные картинки;

- зеркало из акрилового стекла (размером не менее 42×22 см, толщиной 3 мм) и два деревянных держателя с пазами;
- разнообразные пластиковые формочки с дырками различной конфигурации;
- миниатюрные игрушки (высотой 5–10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт, игрушки из «киндер-сюрпризов»; различные здания и постройки;
- бросовый материал: камни, кристаллы, раковины, куски дерева, металла, семена, отполированные водой стёклышки, веточки, перья, палочки, пуговицы, одноразовые соломинки для коктейля.

**Дополнительные материалы:** влажные салфетки; опрыскиватель для песка; фартуки; различные фоны для подкладывания под стекло; индивидуальные подносы — песочницы по количеству детей в подгруппе.

## Циклы работы с песком

### 1. Знакомство с песком и его свойствами («Здравствуй, песок», «Песочный дождь»):

- пробуждение интереса, стимуляция внимания;
- знакомство со средой;
- обучение специальным движениям и их тренировка;
- развитие внимания, связанного с координацией движений;
- развитие моторики рук, тонких тактильных ощущений;
- развитие речи, памяти, мышления.

### 2. Упражнения для регуляции мышечного тонуса, развития тактильных ощущений:

- упражнения «Щепоть», «Отпечатки ладошек, кулачков, рёбер ладоней», «Следы».

### 3. Переход от предметно-манипулятивной игры к сюжетно-ролевой:

- пробуждение интереса, стимуляция внимания;
- сравнение качеств сухого и мокрого песка;
- развитие внимания, связанного с координацией движений.

### 4. Переход к самостоятельным действиям:

- формирование умений произвольно концентрироваться на заданной группе мышц;
- развитие тонких тактильных ощущений;

- развитие умения действовать по инструкции;
- развитие пространственной ориентации;
- обучение выстраиванию композиции на песке по образцу.

#### 5. Познавательные игры на песке («Загадки морского царя», «Вылечи букву», «Археология»):

- усовершенствование координации движений, мелкой моторики, ориентации в пространстве;
- стимулирование развития сенсорно-перцептивной сферы, особенно тактильно-кинестетической чувствительности;
- усовершенствование навыков позитивной коммуникации;
- закрепление представлений об окружающем мире;
- «проигрывание» разнообразных жизненных ситуаций, создание композиций на песке.

## Условия эффективной работы с детьми

1. Согласие и желание ребёнка.
2. Желание педагога (воспитателя, специалиста, учителя). Специальная подготовка педагога, его творческий подход к проведению занятий.
3. Отсутствие аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках.
4. Соблюдение правил гигиены.

Использование пескотерапии как вида современной арт-педагогике в образовательной деятельности школьников является уникальным средством развития ребёнка. У учащихся быстрее формируется произвольное поведение, активно развивается воображение, инициативность, повышается интерес и любознательность; стабилизируется эмоциональное состояние. Наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики дети учатся прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, что способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Пескотерапия способствует формированию не только физического, но и умственного (интеллектуального) здоровья детей. Уникальность пескотерапии как вида современной арт-терапии и арт-педагогике состоит

в том, что она имеет универсальный характер и рассчитана на любого ребёнка, поскольку способствует повышению адаптационных способностей ребёнка, стабилизации эмоциональной сферы, снижению тревожности, неуверенности в себе. Во время игр с песком у ребёнка возникает чувство безопасности, т. к. песочный мир — это мир под его контролем. Опыт подтверждает правоту слов К. Юнга: «Всё, что проходит через руки и ощущения ребёнка, помогает познать и узнать этот мир... всё, что можно потрогать, оставляет в голове всю доносимую до него информацию».

### Литература

1. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по песочной терапии. СПб. : Изд-во «Речь», 2002.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 1998.
3. Епанчинцева О. Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. — СПб. : Детство-Пресс, 2010.
4. Зейц М. Пишем и рисуем на песке. — М. : ИНТ, 2010.
5. Никишина И. В. Презентация к семинару по теме «Пескотерапия». — 2014.
6. Эль Г. Н. Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия. — СПб. 2007.

### Интернет-ресурсы:

1. <http://sov-a.ru/public> — Никишина И. В. Арт-педагогика как развивающая технология.
2. Статья на сайте sov-a.ru [http://www.youtube.com/watch?v=iKm0\\_F0zcfc](http://www.youtube.com/watch?v=iKm0_F0zcfc) — Песочная терапия с психологом.
3. [http://www.youtube.com/watch?v=9NPMEX\\_uwsI](http://www.youtube.com/watch?v=9NPMEX_uwsI) — Песочная терапия.
4. [http://www.youtube.com/watch?v=0y\\_8X48DVKs](http://www.youtube.com/watch?v=0y_8X48DVKs) — Развитие через песочную терапию.
5. <http://www.youtube.com/watch?v=3qHkn4MYxS4> — Живой песок.
6. <http://www.youtube.com/watch?v=36YjPyzkyBs> — Рисунки на песке.