

Автор педагог-психолог ИКК
Гиршацкая С. А.



Песочная арт - терапия как эффективное средство развития высших психических функций у детей с задержкой психического развития.

*«Часто руки знают, как распутать то,
над чем тщетно бьется разум»
К. Г. Юнг*

Песочная терапия принадлежит к числу наиболее эффективных средств коррекции и помогает достижению максимально возможных успехов в преодолении различных нарушений развития у детей дошкольного возраста.

Перенос традиционных психологических занятий в песочницу дает больший эффект чем стандартные формы коррекции: существенно усиливается желание ребенка узнавать новое, экспериментировать и работать самостоятельно. Во многих случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия. В других случаях – в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развивать его сенсомоторные навыки, познавательную активность.

Песочная терапия способствует развитию мелкой моторики, положительно влияет на психику, развивает мышление и воображение, а также позволяет раскрыть чувства и эмоции ребенка.

В основу песочной терапии с детьми с задержкой психического развития положены представления о тесной взаимосвязи между мелкой моторикой и развитием полушарий головного мозга. 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. У детей улучшается эмоциональное состояние, активно развивается мелкая моторика: ведь каждый элемент рисуется определенным пальчиком определенной руки, а маленькие фигуры побуждают детей задействовать полностью всю кисть руки: и ладонь, и пальцы. Ребенок учится владеть своими руками, совершенствуются координация движений, пальцевая

моторика. Стабилизируется психоэмоциональное состояние, в результате чего укрепляется его нервная система. Тренирует зрительное внимание, память, развивает воображение. развивается сенсорно-перцептивная сфера, тактильно-кинестетическая чувствительность, развиваются навыки общения и речь, пространственная ориентация. Стимулируются познавательные интересы и расширяется кругозор.

В рамках песочной терапии в работе с детьми с задержкой психического развития можно использовать следующие игры и задания.

Разогревающие игры с песком.

«Здравствуй, песок!»

Психолог просит ребенка поздороваться с песком, то есть различными способами дотронуться до песка.

Ребёнок дотрагивается до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно; дотрагивается до песка всей ладонью – внутренней, затем тыльной стороной; перетирает песок между пальцами и ладонями.

На развитие тактильно-кинестетических ощущений:

- скользить ладонями по поверхности песка зигзагообразными или круговыми движениями.

- пройтись по песку отдельно каждым пальцем отдельно правой и левой руки, затем одновременно обоими руками. Найти в песке заданную игрушку или букву.

Для развития дифференцированных движений, силы пальцев и мелкой моторики пальцев можно использовать следующие упражнения:

- поиграть на поверхности песка на пианино или клавиатуре компьютера, - сжимать и разжимать все пальцы, погруженные в песок.

- поднимать пальчики из песка так, чтоб они показались поочередно из песка. - сделать столько следов на песке, сколько лежит цветных камешков.

Можно задание для каждой руки отдельно. (3 синих камешка – левой рукой следы, 4 красных – для правой руки).

Игра «Что изменилось».

Ребенок рисует на поверхности песка любую несложную картинку, затем показывает её взрослому, а сам в это время отворачивается. Взрослый дорисовывает некоторые детали и показывает полученное изображение ребенку. Ребенок должен заметить, что изменилось в картинке. Взрослый и ребенок могут в процессе игры меняться ролями.

Для развития воображения и сенсорной сферы можно использовать следующие упражнения:

«Картины на песке».

Ребенку на песке предлагается нарисовать любыми способами круг и украсить его различными предметами (камешками, семенами, пуговицами и др.), ребенок может дать название своей песочной картине.

«Солнечные лучики». Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, пуговицами, монетами, бусинами. Ребенок может дать название своему «песочному солнышку».



«Заборчики». Ребенок руками лепит заборчики по кругу. За таким забором можно спрятать зайку от злого серого волка. Или катать вдоль него грузовик.

«Что под песком»? Под слоем песка картинка. Сдувая песок, ребенок открывает изображение. Или ребенок аккуратно ложечкой или маленьким совочком раскапывает часть картинки и пытается угадать, что там нарисовано.

«Секрет». В песке неглубоко закопана игрушка. Сдуванием песка обнаружить спрятанное.



Для развития слухового внимания, памяти, зрительно-пространственных представлений можно предложить ребенку следующие игровые упражнения:

- ребенок копает в песке несколько ямочек. Психолог просит положить в одну из ямочек 1 красный камешек, во вторую ямку – 2 синих камешка и т.д.
- можно предложить ребенку построить из счетных палочек заборчик зеленого цвета, затем синего. Затем можно предложить построить один большой забор, чередуя палочки по цвету.
- можно предложить ребенку нарисовать большой квадрат, где ребенок будет украшать «ковер» различными мелкими предметами.



Упражнение «Считаем предметы».

Цель: закрепление навыков счета и названия цифр, развиваем мелкую моторку.

Психолог показывает ребенку любую цифру в пределах 10. Ребенок называет эту цифру. Затем находит в песке соответствующее этой цифре нужное количество камешек.



Можно усложнить задание. Психолог отхлопывает определенное количество ударов. Ребенок считает их, находит и называет правильную цифру. После этого находит в песке нужное количество камешек.

Упражнение «Узоры на песке».

Цель: развитие зрительно-моторной координации, процесса классификации, развитие воображения.

Психолог делит песочное поле на две части. Говорит ребенку, что одна часть будет его, а вторая часть - ребенка. На своей части психолог рисует различные геометрические фигуры, а ребенок должен будет называть, что нарисовал педагог, и затем рисовать такую же фигуру на своей половине стола.



Как вариант упражнения, можно предложить ребенку чередование геометрических фигур на песке.

Можно предложить нарисовать на песке узоры разными предметами. На песке получаются четкие узоры, дорожки, то их можно использовать в играх на классификацию. Например, по волнистой дорожке выложить только круги, а по прямой дорожке выложить только квадраты. Усложнение: выложить круги только красного цвета, а квадраты только зеленого цвета и т. д.

Выполнение графического диктанта на песке, рисование на песке плоскостных фигур.

Психолог предлагает вспомнить ещё раз, какие геометрические фигуры мы с тобой только что рисовали. (*Ребёнок вспоминает*). Далее педагог просит приготовить песочное поле для нового рисования. (*Ребёнок готовит*). Психолог называет геометрические фигуры, а ребенок должен будет их нарисовать. Чтобы фигуры не мешали друг другу я подскажу тебе, где их нарисовать. Сверху, снизу или в середине нашего песочного поля.

- нарисуй треугольник вверху песочного поля, нарисуй круг внизу песочного поля ит.д. (*Ребёнок выполняет графический диктант*).

Дидактическая игра «Рыбка прячется».

Цель: научить детей ориентироваться в пространстве.

Психолог: «ребята, я предлагаю вам заглянуть в гости к одной маленькой рыбке и узнать, где она прячется. (*ребенку раздаются 4 рыбки*). Давайте нарисуем на столе с песком водоросли и посмотрим, где же прячется рыбка».



- рыбка прячется в верхнем правом углу (ребенок размещает там рыбку);

- рыбка прячется в нижнем левом углу (и т. д).

Дидактическая игра «На дне морском»

Цель: развитие мелкой моторики, тактильных ощущений.

Психолог предлагает детям отыскать в песке мелкие игрушки. Эта игра может быть на время, кто быстрее отыщет все предметы. Можно закрепить счет, определить на ощупь, из какого материала сделана игрушка.

Упражнение «Дорисуй фигуру»

Цель: закреплять названия геометрических фигур, названия цвета фигур; развивать воображение ребёнка; развивать мелкую моторику рук.

Оборудование: геометрические фигуры разного цвета и величины – круг, квадрат, прямоугольник, треугольник, овал, трапеция.

Психолог: Ребята, посмотрите, сегодня я приготовила для вас «Чудесный мешочек», а в нём... давайте посмотрим, что же там лежит?

Дети по одному запускают руку в мешок, достают по одной геометрической фигуре и отвечают на вопросы:

- Что за геометрическая фигура у тебя в руке?

- Какого цвета?

- Посмотри, на какие предметы в группе похожа эта фигура?

Психолог: Давайте подойдём к песочнице. Я положу на песок квадрат и палочкой дорисую к нему треугольник – у меня получился дом. Подумайте, что вы можете дорисовать к вашей фигуре и нарисуйте. Дети выполняют задание, достают другую фигуру и рисуют другой рисунок. Далее, в самостоятельной игре, дети берут геометрические фигуры по своему выбору.

Дидактическая игра «Бомбочка».

Психолог: «Представь себе, что в песочной стране живет Песочная фея. Она спрятала в песке геометрические фигуры. Давай закроем глазки, аккуратно подкопаем песок и узнаем на ощупь фигуру, назовем ее, а затем достанем её из песка и проверим, верно ли отгадали. *(Ребёнок выполняет (4-5 фигур))*).

Дидактическая игра «Выложи бусинки в правильной последовательности».

Психолог: «У Песочной Феи случилась беда. У неё порвались её любимые бусы. Давай поможем Феи их собрать». *(Ребёнок выполняет задание)*.

Психолог: Бусинки все на месте. Только бусы эти были не простые, бусины в них находились в определённой последовательности. Давай с тобой постараемся соблюсти последовательность. Первой в бусах была бусина красного цвета, затем жёлтого, далее зелёного, потом опять красного, жёлтого и зелёного. Ты заметил, какая последовательность? Попробуй без моих подсказок собрать бусы для Феи. *(Ребёнок собирает)*.

Дидактическая игра «Угадай фигуру»

Цель: развитие памяти, тактильных ощущений, мелкой моторики рук.

Оборудование: песочница с песком, мелкие фигурки.

Ребенок должен узнать на ощупь зарытые в песок фигурки. Эта игра развивает мелкую моторику рук и воображение, формирует уверенность в себе.

Дидактическая игра «Веселая история»

Цель: способствовать развитию памяти, мелкой моторики.

Оборудование: песочница с песком, мелкие игрушки, шарф.

Психолог выкладывает фигурки на песке в определенном порядке, показывает ребенку, даёт возможность их запомнить. Затем беспорядочно зарывает игрушки в песок. Ребёнок должен отыскать фигурки в песке и выложить их в исходном порядке.

Дидактическая игра «Вершки и корешки». Цель: развивать внимание, наблюдательность, память; упражнять детей в правильном определении пространственного расположения предметов.



Психолог называет какой-нибудь овощ, а дети быстро отвечают, что в нём съедобное. Если корешки - прячут руки в песок. Ну, а если вершки – ставят кулачки на песок.

Игра «Вертикаль – горизонталь»

Цель: учить детей ориентироваться на плоскости, находить вертикаль, горизонталь и диагональ.

Оборудование: песочница с песком, мелкие предметы (камушки, кисточки) и маленькие игрушки.

Психолог: Чтобы увидеть горизонтальную линию – сдвигаем песок на нижнюю или верхнюю часть песочницы. Если песок наверху – это земля и там живут сухопутные животные, растут деревья (все эти игрушки ставим в песок, а на нижней части песочницы получилось море, где живут водоплавающие животные, на дне могут лежать камешки, ракушки и немного песка. Если песок на нижней части песочницы – это тоже земля, но верхняя часть – это небо и туда ставим игрушки, которые могут летать (птицы, самолёты и т. д.) В процессе игры закрепляем знания детей о месте обитания животных – лес, пустыня, джунгли; повторяем названия животных; считаем, сравниваем количество игрушек.

Для того, чтобы увидеть вертикальную линию – кладём на песок две ладошки. У двух ладошек будет 2 одинаковых домика и, чтобы они не сорились, разделим песочницу пополам. Левая ладошка выбирает игрушки для своего домика, а правая – для своего.

В другой раз, поставим ёлочки к верхнему бортику песочницы, а куколку - к нижнему, и попросим ребёнка построить дорожку в лес так, чтобы получилась вертикальная линия.

Диагональ можно построить из разного материала – из одного уголка песочницы в другой. Можно дать задание ребёнку выложить дорожку из 7 красных пуговиц, 4 синих, 5 больших, 8 круглых и т. д. так закрепим название цвета, формы и величины предметов.

В процессе такой игры развиваем речь, закрепляем знания об окружающем мире, развиваем внимание и мышление.

Существует также масса дыхательных упражнений, направленных на релаксацию, например:

«Угадай, что под песком?». Под тонким слоем песка прячется картинка, ребенок должен сдуть песок и угадать, что нарисовано на этой картинке.

«Добрый великан». На поверхности песка перед игрушкой невысокая горка, и воздушной струей нужно разрушить горку, и сровнять ее с поверхностью так, чтобы герой продолжил путь.

«Следы зайца». На песке обнаружены следы зайца, их необходимо замести, чтобы лисичка не обнаружила зайца.

«Выровняй дорогу». От детской машинки проведена канавка в песке. Ребёнок воздушной струей выравнивает дорогу перед машинкой.