Трифонова Светлана Григорьевна,

педагог-психолог, Филиал МБДОУ

«Криулинский детский сад №3»

Саранинский детский сад.

МО Красноуфимский округ

**Игры с кинетическим песком как средство**

**для развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста**

Игры с песком для детей – это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих склонностей в ребенке, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания.

В настоящее время значительно возрос интерес специалистов - педагогов, психологов, логопедов - к специально организованным занятиям с детьми с использованием песочницы, не случайно ведь игра с кинетическим песком как процесс развития самосознания рбенка и его спонтанной «самотерапии», известна с древних времен. Действительно, взаимодействуя с песком, ребенок проявляет чудеса фантазии. Волна ли смоет им созданное, или чья-то неосторожная нога раздавит творение — ребенок расстраивается недолго. Чаще всего он сам готов разрушить созданное, чтобы на прежнем месте с еще большим энтузиазмом приступить к новому строительству. Один сюжет жизни завершается, уступая место следующему. И так бесконечно.

Принцип “терапии песком” был предложен еще Карлом Густавом Юнгом, замечательным психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Быть может, естественная потребность человека “возиться” с песком, и сама его структура подсказали великому Юнгу эту идею. Ведь песок состоит из мельчайших крупинок, которые только при соединении образуют любимую нами песочную массу. Многие психологи видят в отдельных крупинках символическое отражение автономности человека, а в песочной массе воплощение Жизни во Вселенной.

Большой вклад в развитие «песочной терапии» внесли отечественные педагоги - Санкт – Петербурского Института специальной педагогики и психологии, которые являются авторами ряда книг по данной теме – Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия», Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М., «Игры в сказкотерапии», Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. «Как помочь "особому" ребенку», Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии».

Игры с кинетическим песком – одна из форм естественной деятельности ребёнка. Именно поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу в ходе развивающих и обучающих занятий. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребёнка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира.

В последнее время кинетический песок стал достаточно популярным. Кинетический песок - это уникальный материал для развития детей во многих направлениях. По другому его ещё называют - живой песок. И это не удивительно, ведь внешне и по свойствам он похож на влажный морской песок, но стоит только взять его в руки, как он словно «течет» сквозь пальцы. Подвижен, как сухой песок, но преобладает свойствами влажного песка, так как довольно рыхлый. Так почему же кинетический песок полезен для детей? Кинетический песок, являясь необычным материалом, отлично подходит для игр и развития эмоциональной сферы. Песок универсален, поэтому и спектр его применения широк.

Можно выделить основные свойства кинетического песка:

* существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно;
* в песочнице мощно развивается «тактильная» чувствительность как основа развития «ручного интеллекта»;
* в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика;
* дает уникальную возможность исследовать свой внутренний мир, ощутить чувство свободы, безопасности и самовыражения;
* песок, как и вода, способен «заземлять» негативную энергию, стабилизировать его эмоциональное состояние, успокаивать и расслаблять, снимать напряжение;
* проживая волнующие ситуации, проблемы, страхи, ребенок освобождается от негативных эмоций, переживаний.
* шумные дети значительно успокоятся, а тихие, неразговорчивые активизируют свои силы и покажут все свои таланты.

Ребенок просто играет с волшебной массой, но при этом у него развиваются усидчивость, фантазия, тактильные ощущения, мелкая моторика, внимательность. Дети обожают играть с кинетическим песком, а если вы немного направите фантазию ребенка, показав, что можно делать из этого материала, – предела восторгу не будет.

Пять шагов организации игрового процесса

**Первый шаг - демонстрация песочницы**

Обычно мы говорим детям следующее. «Посмотрите, наша песочница заполнена песком наполовину, поэтому видны голубые борта. Как вы думаете, зачем это нужно? Действительно, борта символизируют небо. У песочницы есть еще один секрет, если мы с вами раздвинем песок, то обнаружим голубое дно. Как вы думаете, а это зачем нужно? Действительно, дно символизирует воду. Вы можете создать реку, озеро, море и даже океан. Словом, здесь все подвластно вашей фантазии».

**Второй шаг - демонстрация коллекции фигурок**

Обычно мы говорим детям следующее. «Посмотрите здесь много самых разнообразных фигурок. Вы можете их рассмотреть, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди, и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, вы можете использовать разные фигурки»

**Третий шаг - знакомство с правилами игр на песке**

Очень часто педагоги задают такие вопросы. «Как научить детей бережному отношению к песку? Как запретить кидать песок в глаза товарищам? Как объяснить, что рушить созданное другими нельзя?» Действительно, игры с песком выдвигают значительное число ограничений, запретов. Чтобы избежать нравоучений, мы рекомендуем познакомить детей с правилами в контексте некоего ритуала, постоянно повторяющегося действия, в котором эти правила проживаются и проигрываются

**Четвертый шаг - формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия**

Этот шаг осуществляет сказочный герой (Песочный Человечек, Фея, Волшебник и др). Он задает тему занятия, от его лица ведется увлекательный рассказ о каком-либо событии, он формулирует задания и загадывает загадки. Иными словами, весь образовательный материал преподносится детям этим сказочным персонажем. Он же ведет игровой процесс, контролирует его ход, резюмирует и анализирует результаты творческих работ, «коронует» и подбадривает каждого из ребят

**Пятый шаг - завершение занятия, ритуал выхода**

Завершая работу в песочнице, ребятишки разбирают свои постройки, расставляют игрушки на полки стеллажа; разравнивают песок, кладут ладони на поверхность песка и произносят слова благодарности.

Я, как педагог-психолог использую в своей работе следующие упражнения:

**Упражнение «Здравствуй, песок!»**

Психолог просит «нежно, а потом сильно поздороваться с песком», то есть различными способами дотронуться до песка:

* Участники дотрагиваются до песка поочередно пальцами одной руки, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно.
* Участники легко с напряжением сжимают кулачки с песком, затем медленно высыпают его в песочницу.
* Участники дотрагиваются до песка всей ладошкой – внутренней, затем тыльной ее стороной.
* Участники перетирают песок между пальцами, ладонями.

Далее участники описывают и сравнивают свои ощущения: тепло – холодно, приятно – неприятно, колючее, шершавое и т. д.

**Упражнение «Песочный дождик»**

- В песочной стране может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождь и ветер. Смотрите, как это происходит:

Участники медленно/быстро сыплют песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь соседа, на свою ладонь.

**Упражнение «Необыкновенные следы»**

* «Идут медвежата» – ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.
* «Прыгают зайцы» – кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
* «Ползут змейки» – ребенок расслабленными / напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).
* «Бегут жучки-паучки» – ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом, – «жучки здороваются»).
* «Пианино» – "поиграть" пальцами по поверхности песка, как на клавиатуре пианино или компьютера. При этом двигать не только пальцами, но и кистями рук, совершая мягкие движения вверх-вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола.

Предлагаю несколько вариантов игр с кинетическим песком

**Игра «Картина из загадок»**

Предлагаю вам разгадать загадки, но не просто разгадать, а нарисовать ответы на песке, так чтобы получилась картина, т. е. надо рисовать так, чтобы ответы располагались на песке примерно там, где они обычно должны находиться.

* Жёлтая тарелка на небе висит.

Жёлтая тарелка всем тепло дарит.  (солнце)

* Ветерок-пастушок затрубил в свой рожок.

Собрались овечки у небесной речки.    (облака)

* Как над речкой, над рекой

Появился вдруг цветной

Чудо мостик подвесной.    (радуга)

* Течёт, течёт - не вытечет,

Бежит, бежит - не выбежит.     (речка)

* Она под осень умирает

И вновь весною оживает.

Иглой зелёной выйдет к свету,

Растёт, цветёт всё лето.

Коровам без неё - беда:

Она их главная еда.    (трава)

**Упражнение «Победитель злости»**

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки». В большинстве случаев данный совет совершенно бессмыслен, так как запрет на проявление отрицательных эмоций вызывает у человека лишь дополнительное раздражение и агрессию по отношению к советчику и усиливает чувство вины за «плохое поведение».

Игра «Победитель злости» может научить ребенка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.

Злое настроение заставляет делать и говорить разные вещи, от которых сердятся и огорчаются взрослые. А после того как злость ушла, бывает грустно или неприятно. Открою секрет — каждый большой и маленький человек имеет право злиться. Есть много игр, которые учат нас «сердиться правильно», то есть так, чтобы не обижать других. Одну из таких игр нам подарит кинетический песок. Смотрите, как можно с помощью песка вылепить и увидеть собственную злость, а потом победить ее. (Если напряжение ребенка слишком велико, то в этом случае можно предложить ему с силой сжать песок, утрамбовать поверхность песка кулаками и пр.)

Ребенок по примеру взрослого делает из кинетического песка шар, на котором обозначает углублениями или рисует глаза, нос, рот: «В этом шаре теперь живет твоя злость». Данный процесс временно переключает ребенка, а также ребенок переносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за «плохое поведение, мысли, чувства». Старший дошкольник может комментировать весь процесс изготовления «шара-злюки», которому в итоге присваиваются все злые мысли и действия.

Затем ребенок любым способом разрушает песочный шар, приговаривая волшебное заклинание: «Прогоняем злость, приглашаем радость». Малыш дает выход агрессии, которая обычно появляется в случае запрета на нее и контроля со стороны взрослого, он получает также специфическое удовольствие от разрушения. После этого ребенок руками медленно выравнивает поверхность песка и оставляет на ней отпечатки своих ладоней — успокоение, обретение равновесия и контроля над собственными чувствами: «Я победил свою злость. Я спокоен». При желании ребенок может украсить свои отпечатки ладоней на песке.

Эти незатейливые упражнения обладают колоссальным значением для развития психики ребенка. Во-первых, такого рода игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние. Во-вторых, наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук мы учим ребенка прислушиваться к себе, осознавать и проговаривать свои ощущения. А это, в свою очередь, способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Но главное – ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа). Играя, он учится понимать себя и других. Так закладывается основа для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Использование кинетического песка для игр с детьми, способствует развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. В песочной стране ребёнок и педагог легко обмениваются идеями. Что позволяет построить партнёрские и доверительные отношения.

Используемая литература:

1. Большебратская Э.Э. Песочная терапия. - Петропавловск, 2010