

Песок является своеобразным средством коммуникации для ребенка. Это чуть ли не первая игровая зона, в которой он учится играть самостоятельно. Мелкие крупы притягивают, как магнит, ведь с ними можно придумать столько игр! Их можно просеивать, строить тоннели, дома и фигурки. В песочнице ребенок открывает свое внутреннее «Я».

Поэтому песочная терапия широко применяется в реабилитационной деятельности всех специалистов нашего учреждения.

Песочная терапия - отличное средство для развития мелкой моторики пальцев. На их подушечках сосредоточено множество рецепторов. Песочные крупы стимулируют их работу, развивают тактильные ощущения. Кроме того, занятия с песком развивают воображение и креативность ребенка.



### Чем полезна песочная терапия для детей?

Песок имеет способность успокаивать детей. Играя, они превращаются в активных участников процесса. Они сами режиссеры своей игры.

Возможность управлять процессом побуждает интерес – малыши становятся более усидчивыми. С песком ребенок видит результат своей работы. Это делает его ответственным и помогает развить новые качества, присущие взрослому человеку.

Главное, что ребенок в играх с песком черпает для себя и пользу, и интерес. Упражнения для пальчиков здесь гармонично переплетается с актерскими навыками. Это стабилизирует эмоциональное состояние ребенка, поэтому терапия может использоваться с самого раннего возраста, когда детей начинают посещать первые страхи.



Фигурки, которые ребенок лепит из песка, указывают на его внутренние тревоги. Задача мамы и педагогов – разгадать, какие проблемы его волнуют и вовремя помочь, успокоить, переключить внимание. Для этого одного занятия мало. Иногда требуются месяцы игровых сеансов.

**Песочная терапия:** популярные упражнения и виды игр

Для детей дошкольного возраста **песок** – возможность отдать свой негативный заряд и плохое настроение, и получить позитивные

эмоции взамен, поэтому игры с песком – не просто забава, а важная часть развития. От терапии можно получить еще больше пользы, если ребенок будет играть со взрослым в одну из разработанных психологами игр.



Для примера, рассмотрим четыре эффективных упражнения **песочной терапии:**

1. **Чувствительные ладошки.** Посредством развития тактильных ощущений, ребенок учится определять разные состояния песка (*например, мягкое и твердое*).



2. **Отпечатки.** Это упражнение для детей очень простое: ребенок оставляет на песке собственные следы или схематично рисует следы лап животных.

3. **Секретик.** Взрослый прячет предмет в песке. Задача ребенка – пользуясь подсказками, отыскать и откопать его. Затем очередь переходит к малышу – он закапывает, а взрослый ищет.



4. **Рисование.** С помощью пальчиков или палочки ребенок рисует в песке цифры, буквы, геометрические фигуры. Если умения позволяют, можно создавать целые картины.

Эти игры кажутся взрослым примитивными. Но они положительно влияют на психику детей. Если регулярно заниматься **песочной терапией**, то это благотворно скажется на развитии речи, памяти и внимания ребенка.

#### ***Роль песочной терапии для детей с отклонениями.***

Если для здоровых детей игры просто полезны, то для малышей с психическими нарушениями – это неотъемлемая часть выздоровления. Возможности песочной терапии используются для психологической помощи детям с эмоциональными и поведенческими отклонениями как метод развития сенсорики и снятия психоэмоционального

напряжения.

Наиболее хорошо упражнения в **песочнице** показывают себя в работе с детками с:

задержкой психического развития – ЗПР;

ограниченными возможностями здоровья – ОВЗ;

общим недоразвитием речи – ОНР.

Детей, страдающих этими отклонениями, объединяет неустойчивость эмоциональных проявлений, трудности с самоконтролем, вспышки агрессии, неумение находить общий язык с одноклассниками, резкая и постоянная смена настроения, повышенная тревожность, грубое поведение с другими, суетливость.

Занятия **песочной терапией** дают возможность освободить внутреннее пространство малыша для его личности. Именно поэтому так важно дать ему свободу выбора в самом начале сеанса. Нужно позволить ему стать самостоятельным творцом своей жизни.

**Наш адрес:**

г. Когалым

ул. Прибалтийская, д. 17А

**Контактный телефон**

отделения реабилитации и абилитации  
детей с ограниченными возможностями:

8(34667) 2-89-02

**Сайт учреждения:**

[www.kson86.ru](http://www.kson86.ru)

*Бюджетное учреждение  
Ханты – Мансийского автономного округа –  
Югры «Когалымский комплексный центр  
социального обслуживания населения»*

**ОТДЕЛЕНИЕ РЕАБИЛИТАЦИИ  
И АБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ**

***«Песочная терапия  
в жизни малышей  
с особенностями в развитии»***



г. Когалым