**МДОУ «Детский сад 158»**

**Консультация для родителей:**

**«Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы**

**дошкольников с ОВЗ»**

**Подготовила учитель дефектолог**

**Липина Юлия Евгеньевна**

**Ярославль, 2019**

Основополагающая идея песочной игротерапии заключается в том, что ребенок, перенося на плоскость песочницы свои фантазии и переживания, может контролировать самостоятельно свои побуждения, выражая их в символической форме. Песок - идеальная развивающая среда, где можно творить без страха, что-либо сломать или испортить.

Цель песочной терапии - не менять и не переделывать ребенка, не учить его специальным поведенческим навыкам, а дать ребенку возможность быть самим собой.

Песочная игротерапия является наиболее продуктивным и действенным методом организации деятельности с детьми.

Игры с песком - это проявление естественной активности ребенка. Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице. Именно поэтому естественно использовать песочницу, проводя коррекционные, развивающие и обучающие занятия.

Песок является прекрасным психопрофилактическим средством. Он имеет замечательное свойство “заземлять” негативную психическую энергию, стабилизировать моциональное состояние.

Метод песочной терапии способствует: развитию эмоций у детей, развитию фантазии, мелкой моторики, тактильных ощущений, связной речи; наиболее эффективен в коррекции страхов, тревожности, замкнутости, агрессии, гиперактивности.

Применяется для развития и коррекции в решении следующих проблем у ребенка:

- трудности в общении;

- взаимоотношения детей и родителей;

- психологические травмы;

- расстройства настроения;

- кризисные ситуации;

- страхи, тики, навязчивости и другие расстройства;

- проблемы поведения.

Задачи песочной игротерапии ориентированы на то, чтобы помочь ребенку:

- развить более позитивную Я - концепцию;

- развить самооценку;

- обрести веру в себя;

- овладеть чувством контроля;

- стать более ответственным в своих действиях и поступках;

- научиться выражать свои мысли, чувства и эмоциональные переживания;

- научить способам самовыражения.

При организации занятий песочной игротерапии, ставятся следующие задачи:

1. Создавать для ребенка атмосферу безопасности.

2. Создавать ощущение дозволенности.

3. Понимать и принимать мир ребенка.

4. Поддерживать положительный тонус и самочувствие.

5. Установление обратной эмоциональной связи путем развития различных эмоций.

6. Облегчить ребенку принятие решений.

В некоторых случаях игра с песком является ведущим методом коррекции (например, при наличии у ребенка поведенческих или эмоциональных нарушений). В других случаях - в качестве вспомогательного средства при развитии сенсомоторики, при активизации к действию, для снятия психоэмоционального напряжения, нервозности.

Ребенок в процессе песочной игры выражает свои самые глубокие эмоциональные переживания, освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму.

Играя с песком, ребенок самовыражается. Используя игрушки, он выражает все то, что ему трудно выразить в словах.

Песочница - прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным.

Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок освобождается от напряжения и беспокойства. Каждая выбранная игрушка воплощает какой-либо персонаж, который взаимодействует с другими героями. Дошкольник сам придумывает, о чем они говорят или что делают. Во всех случаях малыш чувствует себя хозяином своего маленького мира. То, что прежде таилось в глубине детской души, выходит на поверхность песочницы; персонажи игры приходят в движения, выражая наиболее актуальные для ребенка чувства и мысли.

Игра в песок дает средства для разрешения конфликтов и передаче чувств. Выбранные игрушки, помогают ребенку самовыразиться: в свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать, то, что он не может объяснить словами, рассказать или ребенку тяжело выразить свои эмоции, страхи, переживания.

Для игр с песком прежде всего необходима “песочница”. Она может быть любой формы, но предпочтение отдается квадратной или круглой: эта форма на подсознательном уровне улучшает процессы интеграции личности. Внутренняя поверхность должна быть окрашена в голубой или синий цвет - дно символизирует воду, а борта - небо.

Также для игр используется следующий материал:

вода; небольшие подносы; стаканчики для воды; лопаточки; формочки; мелкие игрушки; животные; сказочные персонажи; транспорт; геометрические формы; природный материал; камешки, ракушки; бросовый материал.

*Предлагаем вашему вниманию игры и упражнения, направленные на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, развитие связной речи; коррекцию страхов, тревожности, агрессивности, гиперактивности.*

Ценность этих упражнений в том, что мы учим ребенка говорить о своих ощущениях, развиваем речь, произвольное внимание и память. Происходит формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать “проблемы” в игре.

**«Отпечатки наших рук»**

Поверхность песка ровная, песок влажный. Ребенок вместе со взрослым по очереди делают отпечатки кистей рук - то внутренней, то внешней стороной. Необходимо слегка вдавить руку в песок, прислушаться к своим ощущениям («Песок прохладный, теплый, сухой, мокрый; когда двигаем руками по песку, ощущаем маленькие песчинки.»). Делаем другие упражнения:

1. отпечатки кулачков, костяшек пальцев (найти сходство со знакомым предметом - цветок, солнышко, ежик);

2. скользить ладонями по поверхности песка (зигзагообразные и круговые движения - как машина едет, ползет змея, карусель); то же, поставив ладонь ребром;

3. “пройтись” поочередно каждым пальчиком правой и левой руки (потом двумя руками одновременно);

4. “поиграть” пальцами по поверхности песка, как на пианино (движения мягкие “вверх-вниз” - движется вся кисть);

5. оставлять следы одновременно двумя пальцами, пятью пальцами (вместе пофантазировать: чьи это следы).

**"Зарывание секретиков"**

Взрослый предварительно закапывает в песок мелкие игрушки (разного цвета, формы). Ребенку кисточкой (если песок сухой) или руками (если песок мокрый) начинает откапывать "секретики". И в процессе раскопок по открывающимся частям игрушки, нужно описать ее.

**«Домики для животных».**

Ребенку предлагается построить домики для любимых животных, фигурки которых он сам выбирает. Можно использовать пластиковые геометрические фигуры для построек, а можно строить пещерки из песка. Главное, не навязывать свои варианты, а просто подавать ребенку идеи, если он затрудняется. Во время игры ребенок с помощью взрослого перечисляет животных, называя их детенышей в единственном и множественном числе и т. п.

**«Найди отличие»**

Ребенок рисует на песке любую несложную картинку (дерево, домик и др.) и показывает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и показывает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

**«Клад»**

Взрослый зарывает в песок предмет и описывает его, не называя. Когда ребенок отгадывает, дает инструкцию, как найти спрятанную вещь словами «правее», «левее», «прямо» и т. д.

**«Продолжи узор».**

Взрослый рисует на песке простой узор и просит ребенка продолжить его.

**«Узнавалка»**

В этой игре рисуется какой-либо контур. А затем предлагается ребенку посмотреть на него с разных сторон, пытаясь придумать, на что же похоже.

**«Чей след?».**

На столе выставляется некоторое количество предметов. Песок в песочнице смачивается водой, чтобы видно было отпечатки. Ребенок отворачивается, а взрослый делает отпечаток на песке одним из предметов. Ребёнок, открыв глаза, должен отгадать предмет, которым был сделан отпечаток.

*В заключении хочется ещё раз отметить большую воспитательную и развивающую роль песочных игр в работе с детьми дошкольного возраста. Используя игры и упражнения с песком, можно добиваться концентрации внимания, сосредоточенности при выполнении определённого действия, побуждать детей к активным действиям, проявлению инициативы в совместных играх в песке. Всё это способствует гармоничному развитию личности ребёнка.*