

Консультация для родителей:

«<u>Песочная терапия для детей</u> дошкольного возраста»

> Подготовил: педагогпсихолог Писарева Д.О.

Песок прекрасный природный

материал, который способен принимать формы различных предметов, он обладает сыпучестью и хорошо пропускает воду.

Дети перебирают его руками, строят замки, роют тоннели или лепят «куличики». Они увлекаются игрой, тем самым бессознательно, принимают участие в песочной терапии. Каждый малыш обожает возиться с песком. Это простое занятие способно повлиять на психологическое состояние ребёнка, помочь ему с саморазвитием.

Песочная терапия – это действенный метод помощи ребёнку дошкольного возраста вырасти здоровой, гармоничной и развитой личностью.

Для малышей такая терапия — это занятный способ потрогать приятный на ощупь материал. Она помогает деткам развиваться умственно и физически, давая возможность подготовиться к школе.

Для малышей игры в песке помогает:

- выучить цифры и буквы;
- различать левую и правую сторону;
- правильно ориентироваться во временах года;
- тренировать память, зрение и слух;
- развивать фантазию.

Такую терапию лучше начинать с 3 лет, но можно и раньше, когда ребёнок перестанет тянуть все в рот.

Занятия с песком показаны в любом возрасте, особенно детям с психологической травмой и задержкой развития. Малышу, с трудом выражающему свои чувства и переживания, такие занятия пойдут только на пользу. Помимо этого, терапия помогает дошкольникам развить интеллект и подготовиться к школе.

## Существует 2 основных вида песочных игр:

1. Рисование песком. Такой вид терапии помогает ребенку расслабиться. Он фантазирует, рисуя различные образы: людей, животных или природу. Песок можно разравнивать как ладонями, так и пальцами, рисовать кулачком или



- запястьем. Можно делать отверстия, разгребать его или просеивать между пальцами. Песочная анимация помогает развивать творческие способности, мышление и воображение. Особенно этот вид пескотерапии подойдет для легковозбудимых и гиперактивных детей.
- 2. Игра в песочнице. Ребенок играет в импровизированной песочнице коробке с песком. Он использует фигурки людей, строений, техники, фруктов, овощей и других предметов. Дошкольник самостоятельно придумывает сюжет и проигрывает его, выражая скрытые эмоции. При организации терапии психологом, он сам подсказывает сюжет, чтобы ребенок пережил конкретное чувство. Для развития речи логопед проводит необходимые занятия в игровой форме.

Песочная терапия включает в себя многообразные сюжетные игры, которые помогают детям развиваться.

## Основные методики игр:

- 1. «Догадайся» закопать фигурку в песок и попросить малыша угадать, кого именно спрятали в песок. Для облегчения задачи, задавайте наводящие вопросы.
- 2. «Забава» придумать интересную историю для персонажей и выложить основные наводящие слова на песке фигурками, после ребёнок отворачивается, а взрослый разбрасывает фигурки по песку. Малыш должен найти потерянные слова.
- 3. «Затерянный город» пусть рентное построит город своей мечты и придумает для его жителей историю.

## Рекомендации для родителей.

Для занятий дома понадобятся:

- чистый песок;
- ящик прямоугольной формы;
- миниатюрные фигурки.

Песок насыпать в ящик на две трети, также необходимо иметь воду для смачивания песка.