

## *Консультация для родителей «Песочная терапия»*

Много раз вы с удивлением наблюдали, как ребёнок длительное время играет с песком на пляже или в песочнице, где проявляется бурная фантазия и развитие мелкой моторики.

Песок привлекает детей своей необычной структурой и новыми ощущениями, которые испытывают при касании с песком.

Песочная терапия — это рекорд усидчивости для ребёнка любого возраста. Песочная терапия это — возможность у ребёнка самовыражения. Песок, вода, фигурки и предметы способны помочь ребёнку раскрыться. Выразить эмоции и чувства, которые иногда сложно и трудно передать словами. Песочная терапия способна помочь ребёнку разобраться в себе, помочь избавиться от комплексов и страхов. Песок даёт ощущение полной свободы и защищённости.

Игра с песком - одна из форм естественной деятельности детей. Она доставляет удовольствие детям. Это необычная техника, благодаря которой ребенок строит собственный мир в миниатюре из песка и небольших фигурок. При этом ребенок выражает на песке то, что спонтанно возникает у нее в сознании.

Создавая сама свой мир на песке, ребенок чувствует себя волшебником, она не боится что-то менять, ломать старое или строить новое. В работе с песком все проще: если сделал что-то не так, проведи ладонью по песку и начни сначала.

### **Песочные игры не только интересные, но и полезны:**

- развивают восприятие, внимание, образное мышление, речь, внимание, навыки самоконтроля;
- формируют представления об окружающем мире;
- развивают глазомер и мелкую моторику;
- успокаивают и расслабляют, снимают напряжение и агрессию;
- воспитывают чувство уверенности и успешности;
- помогают познавать внешний и свой внутренний мир.

### **Эффект песочной терапии:**

- позитивное влияние на эмоциональное состояние;
- положительная динамика в развитии образного мышления;
- тактильной чувствительности;
- ориентировки в пространстве;
- сенсорно – моторного восприятия.

Именно поэтому мы предлагаем вам, родители, сделать мини-песочницу дома, или играть с ребенком в песочнице на улице в теплое время года.

Предлагаем вам несколько игр с песком для детей старшего дошкольного возраста.

#### ***Упражнение «Песочный дождик»***

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление.

*Песочная фея. В моей 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.*

Ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь. Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются ролями.

#### ***Упражнение «Песочный ветер» (дыхательное)***

Цель: закрепление у детей умения управлять вдохом-выдохом.

Детям предлагается подарить пожелание песочной стране, «задувая его в песок» с помощью трубочки, можно также выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр можно использовать одноразовые трубочки для коктейля.

#### ***Упражнение «Узоры на песке двумя руками»***

Цель: развитие межполушарных связей, мелкой моторики рук. Берем в руки две кисточки. Рисуем двумя руками (кисточками) одновременно на песке разные узоры — дождик, солнце, тучу и т.д.

### ***Упражнение «Такие разные настроения»***

Цель: знакомство с техническими приемами и способам изображения с использованием песка, развитие эмоциональной сферы.

Рисуем на песке лица с различными настроениями.

### ***Игра-упражнение «Песочные прятки»***

Цель: развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности.

*Песочная фея. Игрушки хотят поиграть с тобой в песочные прятки. Выбери понравившиеся тебе игрушки. Ты закроешь глаза, а они спрячутся в песок, а после того как я скажу: «Открываются глаза, начинается игра», ты должен их найти в песке.*

*Ты можешь раздувать песок, раскапывать пальчиками, использовать палочки, кисточки.*

Чтобы разнообразить игру, взрослый показывает ребенку игрушку — «мину», которую нельзя полностью откапывать. Как только при раскопках ее часть появилась на поверхности песка, ребенок должен остановить свои раскопки и продолжить их в другом месте. Если ребенок забывает правило, он отработывает игровой штраф, поэтому он будет вынужден раскапывать игрушки очень осторожно.

### ***Игра — Школа на песке «Занимательная геометрия»***

Цель: в игровой форме обучать ребенка грамоте и счету.

Нарисовать на песке геометрические фигуры: круг, квадрат, треугольник вразброс.

Задания: посчитать все треугольники, все квадраты, все круги.

### ***Игра — Школа на песке «Подсказка»***

Цель: в игровой форме обучать ребенка грамоте и счету.

Для обучения ребенка порядковому счету можно организовать следующую игру. Сделайте из песка 5 кучек. В одной из них спрячьте какой-либо предмет, а затем предложите ребенку найти его по вашей подсказке. Подсказка будет такой: «ищи во второй кучке слева». В

другой раз пусть ребенок сам спрячет предмет и подскажет вам, где его искать.

Уважаемые родители! Придерживайтесь следующих правил при организации игр на песке:

- Подбирайте задачи, соответствующие возможностям ребенка;
- Выключайте негативную оценку действий ребенка и его идей;
- Поощряйте фантазию и творческий подход.

