

Обмен опытом на ММО по теме «Песочная терапия как одна из современных здоровьесберегающих технологий в ДОУ»

Подготовила: воспитатель Гудкова Н.А.

В последнее время мы часто говорим и слышим об инновационных технологиях в работе с дошкольниками.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования побуждает педагогов ДОУ к поиску инновационных, интересных методов и технологий в работе с детьми, которые обеспечивают их комфортное пребывание в условиях дошкольного образовательного учреждения. Одна из таких здоровьесберегающих технологий - это песочная терапия.

Песочная терапия – это одна из разновидностей игротерапии, которая направлена на снятие напряжения, стресса, достижения комфорта и, кроме всего, на развитие воображения, творчества, мелкой моторики и, как следствие, речи ребенка.

Цель песочной терапии – создание благоприятных условий для гармонизации психического состояния и личностного роста ребенка.

К.Д. Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей – куча песка!»

Песочная терапия — это, по сути - игра, которая помогает ребёнку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выражать свои чувства и эмоции. Проигрывая на песке ситуации из жизни, они стремятся к бесконфликтному, конструктивному общению, взаимопомощи. Дети учатся выражать свои чувства в безобидной форме, не причиняя вред окружающим людям.

Игра с песком может выступать в трёх качествах:

- 1) В качестве ведущего метода коррекционного воздействия (при наличии у ребёнка эмоциональных и поведенческих нарушений: непослушание, негативизм, капризы, агрессивность, эгоизм, тревожность);
- 2) В качестве вспомогательного средства (позволяет стимулировать ребёнка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение);
- 3) В качестве профилактического, развивающего средства.

Как известно, дошкольники с удовольствием играют в песок, потому что такие игры насыщены разными эмоциями: восторгом, удивлением,

волнением, радостью. Это дает возможность использовать игры с песком для развития, обогащения эмоционального опыта ребенка, для профилактики и коррекции его психических состояний. Песок снимает стресс, снижает уровень нервно-психического напряжения, поднимает настроение, способствует возникновению положительных эмоций.

Сегодня я хочу познакомить Вас с кинетическим песком, который является универсальным средством развития ребенка и поддержания его психологического здоровья.

Кинетический, «космический», «живой», «подвижный» песок – это современное изобретение, новейший развивающий материал, который имеет свойства лепиться как мокрый и рассыпаться как сухой (не сохнет, сохраняет форму, легко собирается в комок и хранится, экологически чистый и безопасный материал).

Для игр с песком у нас есть песочницы (коробочки), лопатки, ложки, формочки, пробки, наборы мелких игрушек, фигурки животных и людей, муляжи овощей и фруктов.

Ребята просто в восторге от игр с песком в группе! Но, перед тем, как начать играть с песком, мы проговариваем с детьми правила игры в песочнице:

- мыть руки перед игрой и после (на руках не должно быть ранок);
- нельзя выбрасывать песок из песочницы;
- после игр надо убрать все игрушки на свое место;

Уважаемые коллеги, предлагаю Вам немного окунуться в детство и поиграть с песком.

Игровые упражнения:

- **«Чувствительные ладошки»**
- **«Пройтись»** каждым пальчиком правой и левой руки поочередно.
- **Пропустите песок через руки, сожмите.**
- Провести фигурку по песочным дорожкам лабиринтам.
- **Выложить бусы из различных предметов и материалов.**
- Песочницу можно использовать для нахождения животных, предметов.
- Игры: «Узнай, чей след?», «Учимся пользоваться «ножом», **«Кондитеры», «Морское дно».**

Работа с песком объединяет детей общими впечатлениями, делает их добрее, учит слаженной деятельности. Прибавьте к этому развитие мелкой моторики, умение доводить начатое дело до конца, фантазировать, воплощать свои

фантазии и вы поймете – занятия с кинетическим песком важны и необходимы!