

Вихарева Ирина Альбертовна

воспитатель

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования «Город Архангельск»**

«Детский сад комбинированного вида №148 «Рябинушка»

Россия, г. Архангельск

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ИГРЫ С ПЕСКОМ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Перед Вами песок. Естественное желание – погрузить в него руки, ощутив прохладу; пропустить его между пальцев, чувствуя при этом тепло собственных рук. Всем нам хорошо знакомый песок кажется абсолютно простым и понятным. Однако на самом деле это удивительный и таинственный материал. И дети, и взрослые могут часами возиться в песке, строить песчаные замки или же просто наблюдать, как он пересыпается с ладони на ладонь. Песок может быть таким разным. Сухой и легкий или тяжелый и влажный он с легкостью способен принять любую форму. В тоже время он такой непостоянный, фигурки из него способны рассыпаться в один миг. Все эти замечательные свойства песка, дающие такой простор для творчества и фантазии, как оказалось можно успешно использовать в терапевтических целях.

В России песочные игры получили распространение сравнительно недавно, и имеют несколько имён: «игра в песок», «песочные игры», «пескотерапия», «пескокоррекция». Использование игр с песком в педагогической практике чаще всего рассматривается, как комплексный образовательно – терапевтический подход не только по отношению к нормально развивающимся детям, но и их сверстникам с особенностями развития, такими как нарушение звукопроизношения и др.

Одной из задач ФГОС дошкольного образования является создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим и собой, другими детьми, взрослыми и миром. Песочная игротерапия ценна и тем, что здесь для ребенка создается стимулирующая среда, в которой он чувствует себя комфортно и защищено, именно здесь, в песочнице, дети раскрываются, проявляют свою творческую активность. Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное — он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо! Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает большой воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения. Описанные в литературе данные и собственные наблюдения доказывают, что незатейливые песочные игры на самом деле обладают колоссальным, оздоравливающим значением для развития психики ребёнка, т.к. песок – природный материал. Именно «диалог» с песком создаёт дополнительный акцент на тактильно-кинестетическую чувствительность и «моторный интеллект» у ребёнка. Существенно повышается мотивация, более интенсивно и гармонично происходит развитие познавательных процессов. А если учесть, что песок обладает замечательными свойствами «заземлять» негативную психическую энергию, то в процессе образовательной работы с детьми гармонизируется их моторное и психо-эмоциональное состояние. Песок – природный

материал, который оказывает оздоравливающее влияние на эмоциональное состояние детей и организма в целом.

Влияние песочных игр на развитие детей:

- активизируется познавательный интерес и исследовательская деятельность детей (желание узнать что – то новое, экспериментировать);
- более успешно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта»;
- гармоничнее и интенсивнее развиваются все познавательные процессы (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика.

Данная концепция песочной терапии даёт возможность творческого поиска. Так, в своей практике я попыталась изучить здоровьесберегающие возможности игр с песком.

Цель игр с песком: способствовать развитию познавательно - исследовательской деятельности, творческого потенциала, тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук детей дошкольного возраста.

Что нужно для игры в песок?

Песочница – водонепроницаемый деревянный ящик (деревяно-природный материал) размером 50×70см., глубиной 8см. Такой размер ящика соответствует полю зрительного восприятия детей, что позволяет визуально охватить его целиком. Однако в литературе описываются разные и прямоугольные, и квадратные, и даже круглые формы песочниц. Песочные терапевты называют ящик с песком «подносом», для удобства транспортировки могут быть ручки. Чтобы песочница не промокала, на дно кладут орг. – стекло, а стыки промазывают клеем. Внутренняя поверхность окрашивается в синий или голубой цвет. Борта могут быть и другого цвета (зелёного, красного, золотистого и др.). Можно использовать отдельные дощечки – борта, которые легко вставляются в песочницу.

Песочный планшет – специальный стол в виде ящика с подсветкой (сверху - оргстекло, снизу – подсветка).

Настольные мини – песочницы из пластиковых контейнеров.

Песок чистый, просеянный, прокалённый, пролитый кипятком. Лучше использовать речной песок. Рекомендуется один раз в месяц, в зависимости от интенсивности использования, просеивать, промывать, прокалывать на солнце или в духовке. Считается, что песок – уникальный природный материал. Если рассматривать песчинки в микроскоп, можно увидеть горсть драгоценных камней. Учитывая, что в песочнице песок энергетически «загрязняется» и в зависимости от интенсивности занятий проводится его гигиеническая обработка – 1 раз в 2-3 месяца.

Коллекция «песочных игрушек» высотой желательно не более 8-10см. Чем богаче и разнообразнее коллекция, тем лучше. Содержание её делится на группы:

- люди, куклы – человечки;
- животные: домашние, дикие, доисторические;
- растения: деревья, кусты, цветы;
- здания, дома;
- транспортные средства;
- природный материал: камушки, шишки, стёклышки, ракушки, а также бусы, пуговицы и др.;
- объекты обучающего характера: геометрические фигуры, цифры, буквы, палочки.

Правила для познавательно – исследовательской деятельности с песком:

- у детей не должно быть аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках,
- запрещается намеренно выбрасывать песок из песочницы,

- запрещается бросать песок в других или брать его в рот,
- после игр с песком следует обязательно помыть руки тёплой водой с мылом.

Как Вы уже знаете, тактильная форма ощущений является наиболее древней для человека. Это ощущение, которое мы получаем через кожу: горячее-холодное, сухое - мокрое и др. Кинестетические ощущения возникают у нас, когда мы двигаемся. Они помогают нам узнать насколько удобно мы стоим, сидим и др. Тактильно – кинестетические ощущения непосредственным образом связаны с мыслительными операциями, с их помощью познаётся мир. Поэтому игровые занятия начинаются с развития именно этого вида чувствительности.

Дифференциация свойств и качеств песка предполагает зрительно-тактильное обследование и экспериментально – поисковую деятельность с песком, опыты.

Сыпучесть песка - «сыпучий – не сыпучий»:

- погладить, определить из чего состоит и рассмотреть под лупой,
- сделать большие и маленькие горки, высокие дорожки и др.,
- сделать из ладошек и формочек песочные часы,
- «сыпучий – не сыпучий»: посыпать сухой и влажный песок,
- рассмотреть и сравнить песчинки сухого и влажного песка,
- сделать постройки из обоих видов песка, какая получилась выше и ровней,
- узнать, почему постройка из сухого песка рассыпалась.

Водопроницаемость песка - «сухой – мокрый»:

- рассмотреть сухой песок, какого он цвета, из чего состоит,
- намочить песок водой, что с ним стало (цвет, состав),
- куда делась вода, как она просочилась в песок, насколько глубоко,
- сделать постройку из сухого и сырого песка, какая прочнее и почему,

- намочить песок одной каплей воды,
- накапать воду на песок, куда делась вода,
- собрать с песка сырые капли в ладошки,
- намочить песок немножко и много
- опустить песок в прозрачную баночку с водой, размешать, посмотреть, что с ним происходит, растворяется ли, как оседает, какой становится вода,
- нарисовать на сухом песке струёй воды фигуры.

Теплопроводимость песка - «тёплый - холодный»:

- потрогать песок, какой он на ощупь, тёплый или холодный,
- подержать песок долго в зажатой ладошке или ладошку на песке, что с ним произошло и почему,
- положить на песок пластиковую бутылку с горячей и холодной водой, нагрелся ли песок,
- спрятать ручки в холодный и тёплый песок,
- спрятать металлические предметы в тёплый и холодный песок, нагрелись ли охладились ли они,
- намочить песок холодной и горячей водой.

Наиболее успешными в здоровьесберегающем значении оказались следующие игры:

«Песочные секретки» - по словесной инструкции пальчиками или ладошкой откапываются картинки, предметы, диски.

«Песочные трафареты» – на твёрдую основу в отверстия обычных трафаретов и фигурных линеек засыпается песок.

«Песочные штампы» - песок засыпается на твёрдую основу, сверху него кладётся штамп или ладонь и обводится по контуру пальцем.

«Игры с расчёсками» - рисовать расчёской по сухому или сырому песку; сухой песок можно засыпать через зубья расчёски на какой-либо предмет.

«Ниткография» - узоры выкладываются на поверхности песка из объёмных ниток, шнурков.

«Песочная мозайка» - узоры выкладываются на песке из пуговиц, пластиковых пробок, макарон, камушков, ракушек и др.

«Рисование мячиками» - мяч (гладкий или колючий) катать пальчиками или ладошкой по сырому песку.

«Песочные часы» - песок засыпается в ёмкости с отверстиями разного диаметра (бутылочки, трубочки).

Ожидаемый результат:

- формирование познавательной активности детей (желание узнать что – то новое, экспериментировать);
- более высокий уровень развития познавательно – исследовательской деятельности, умения экспериментировать и анализировать полученные результаты, сосредотачиваться и доводить начатое дело до конца,
- активизация мелкой моторики и тактильной чувствительности.

Практика работы показывает, что найденные мною приёмы не требуют большой подготовки, удобны, мобильны и дают положительную динамику в реализации поставленной цели. Песочные игры могут быть успешно использованы педагогами в работе с детьми дошкольного возраста.

Используемые источники:

1. Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. – Москва: Линка – пресс, 1998г.
2. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребёнок. – Москва: Издательство института Психотерапии, 2001г.

3. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л. Развиваем руки – чтоб учиться и писать, и красиво рисовать. – Ярославль: Академия развития, 2007г.
4. Дыбина О.В., Рахманова Н.П. Неизведанное рядом. – Москва: Творческий центр «Сфера», 2002г.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. – Практикум по песочной терапии. – Спб. Издательство «Речь», 2002г.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. – Спб: «Детство – Пресс», 2002г.
7. Коноваленко В.В., Коноваленко С.В. Артикуляционная, пальчиковая гимнастика и дыхательно - голосовые упражнения. – Москва: «Издательство ГНОМ и Д», 2001г.
8. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. – Москва: Творческий центр «Сфера», 2002г.