

Александрина Ульяна Юрьевна,
воспитатель МБДОУ детский сад № 27 г. Красноярск
Янькова Наталья Викторовна,
воспитатель МБДОУ детский сад № 27 г. Красноярск
doy27sveruo@mail.ru

Песочная арт - терапия, как технология в работе с детьми дошкольного возраста

Аннотация. Материалы содержат теоретическое и практическое описание реализации инновационной практики по использованию пескотерапии в работе с детьми дошкольного возраста, методические рекомендации для воспитателей, педагогов ДОУ и родителей, где отражаются основные моменты по внедрению данной практики в свою деятельность. Представлен конспект непосредственно образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста.

Ключевые слова: песочная арт-терапия, новизна, практическая значимость, этапы по реализации инновационной практики, методические рекомендации, внедряемость.



«Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие нити – ручейки, которые питают источник творческой мысли. Другими словами, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок»

В. А. Сухомлинский

Учитывая современные тенденции развития образовательных процессов, мы поставлены перед необходимостью осуществления всесторонних и масштабных перемен. В современных условиях образование должно не только видоизменяться в соответствии с общественными переменами, но и придавать импульс инновационным процессам. Педагогами ДОУ ведутся поиски, направленные на превращение образовательного процесса в детском саду в живое, заинтересованное общение ребенка с взрослым и сверстниками в разных видах детской деятельности, среди которых главенствует игра.

В соответствии с Федеральными государственными требованиями, предъявляемыми к основной общеобразовательной программе дошкольного образования выделяется отдельная образовательная область «Познание», направленная на достижение целей развития у детей познавательных интересов, интеллектуального раз-



вития детей. Данная образовательная область, как и любая другая область предполагает:

1. Обязательное психолого-педагогическое сопровождение;
2. Обновление содержания образования дошкольников;
3. Интеграцию с другими образовательными областями;
4. Внедрение современных программ и технологий;
5. Использование технологий психолого-педагогической поддержки и т. д.

Современные условия дали толчок к поиску инновационных «не раскрытых», интересных и развивающих методов и технологий в работе с детьми дошкольного возраста, обеспечивающих комфортное пребывание в условиях ДООУ и сохраняющих психическое здоровье каждого ребенка.

Арт – терапия – не просто красивое и модное слово, а прежде всего, это современный метод положительного психологического воздействия с целью поддержания и укрепления душевного баланса ребенка.

Арт – терапия в детском саду – это путь к психологическому здоровью ребенка.

Одним из направлений арт – терапии, используемой в моей практике является – песочная терапия.

Песочная терапия – это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир и окружающий мир с помощью множества миниатюрных фигурок, светового стола для игр с песком, подноса с песком, некоторого количества воды и ощущения свободы и безопасности самовыражения, возникающей в общении с взрослым или сверстниками.

Песочная игра – самый органичный, привычный и хорошо знакомый для ребенка способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстраивать отношения.

Образовательные эффекты песочной игры тесно взаимосвязаны с образовательной областью «Познание», которая реализуется через следующие задачи:

- сенсорное развитие;
- развитие познавательно-исследовательской и продуктивной (конструктивной) деятельности;
- формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей.

Данная образовательная область в образовательной программе МБДОУ доработана и углублена содержанием метода песочной терапии.



Новизна

В западных странах песочную терапию практикуют во многих детских садах, а вот в России, к очень большому сожалению, данная методика не так популярна.

Песочные игры универсальны. Они с успехом используются в работе психологов с детьми и с взрослыми. Данная техника получила широкую известность, и её применение остается привлекательным для многих специалистов.

В этом и заключается новизна данной методики.

Практическая значимость

Наш практический опыт (психолого-педагогическое наблюдение, проведение мониторинга – его результаты, развивающие «занятия» с детьми, тренинги) показал, что дети испытывают определенные трудности в приобретении того или иного социального опыта. Педагоги находятся в постоянном поиске оптимальных, увлекательных, развивающих приемов и средств в организации как образовательной, так и непосредственно образовательной деятельности. Уход от привычной формы работы «занятие» (согласно ФГТ) совершенно поменял деятельность всех педагогов ДОУ.

Таким образом, данная проблема и привела меня к идее внедрения песочной терапии в нашем детском саду. Ведь, игра с песком – одна из форм естественной активности ребенка. Именно поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу, проводя различного рода образовательную деятельность. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, рассказываем о событиях и законах окружающего мира.



Содержание материалов

Цели и задачи

Цель – создание условий в дошкольном образовательном учреждении для всестороннего развития личности ребенка-дошкольника через использование метода песочной терапии.

Задачи:

1. подбор и анализ литературы – теоретическое обоснование истории создания данного опыта работы;

2. освоение нового метода и его внедрение в образовательную деятельность и педагогическую практику ДОУ;

3. привлечение родительской общественности к изготовлению столов для работы с песком;

4. продолжать расширять кругозор детей с использованием внедряемого метода.

Деятельность по реализации

Деятельность по реализации педагогической практики осуществлялась на основе следующих принципов в работе с детьми:

1. Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность. Для этого осуществляется подбор задания, соответствующего возможностям ребенка; формулируем негативную оценку действий, идей, результатов ребенка, поощряя фантазию и творческий подход.

2. «Оживление» абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур. Позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию к «занятиям» (как занимательному делу) и личностную заинтересованность ребенка в происходящем.

3. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями сказочных игр. На основе этого принципа осуществляется взаимный подход Воображаемого в Реальное и наоборот.

Для реализации поставленных выше задач сформированы основные этапы разработки и внедрения педагогической практики.

I этап Информационно-диагностический	II этап Деятельностный	III этап Итоговый
Подбор и анализ литературы по данной тематике. Психолого-педагогический мониторинг.	Разработка теоретического инструментария (целеполагание, разработка конспектов, виды игр с песком - их значение в развитии ребенка). Изготовление и приобретение необходимых материалов. Вовлечение родителей. Обобщение опыта среди коллег своего МБДОУ.	Психолого-педагогический мониторинг. Обобщение результатов. Публикация статьи, методических рекомендаций. Представление опыта.

Результативность

Результаты этапов разработки и внедрения педагогической практики.

I этап (информационно-диагностический).

Изучена научная литература, раскрывающая историю создания метода песочной терапии, его направленности, разделены игры на различные виды. Проведен мониторинг (психолого-педагогическое наблюдение, тренинги, развивающие «занятия» с детьми). Намечены основные пути, направленные на создание условий в ДОУ для всестороннего развития личности ребенка-дошкольника через использование метода песочной терапии.



Доработана и углублена образовательная область «Познание» в образовательной программе МБДОУ.

II этап (деятельностный).

Повышение информационной компетентности педагогов ДОУ по вопросу основ песочной терапии (проведение мастер-класса).

Работа с родителями:

- изготовление световых столов для работы с песком;
- консультирование родителей «Играем вместе», «Песочный стол в домашних условиях - значение», «Общение взрослого и ребенка вовремя пескотерапии».

Работа с детьми:

- образовательная деятельность (представлены основные виды игр с песком)



Непосредственно образовательная деятельность	Самостоятельная деятельность детей	Деятельность взрослого и ребенка
Обучающие игры Познавательные игры	Сказкотерапия Проигрывание ситуаций Инсценировки сказок, мультфильмов	Проективные игры Проигрывание ситуаций Инсценировки
Игры на знакомство с окружающим миром Географические игры Фантастические игры Исторические игры Игры-экскурсии		

Кроме минут восхищения, игры с песком способствуют развитию ручной умелости и зрительно-двигательной координации, которые необходимы для подготовки ребенка к письму; развитию всех сторон речи; стабилизируют эмоциональное состояние детей; развитию произвольному вниманию и памяти. Но главное – ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и других, закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации (навыки общения и эмпатии).

5 причин, чтобы научиться рисовать песком самому и обучить этому ребенка:

1. Простота.
2. Красота.
3. Пластичность.
4. Популярность.
5. Борьба со стрессом.

Для организации песочной терапии мне понадобились следующие материалы:

- световой ящик для песка;
- песок (обычный и кварцевый);
- вода;
- коллекция миниатюрных фигурок.

III этап (итоговый). По результатам проведенных наблюдений выявлена положительная динамика в развитии детей

Внедряемость

Представленный педагогический опыт может быть с успехом реализован в любом дошкольном образовательном учреждении, детском центре развития детей, Монтессори - центрах, центрах для детей раннего возраста, в учреждениях комбинированной и компенсирующей направленности при наличии только того необходимого минимума, требуемого при реализации метода пескотерапии.

Световой стол для работы с песком может благополучно использоваться в условиях кабинета учителя-логопеда и педагога-психолога.



Методические рекомендации

1. Для организации песочной терапии понадобится:
 - ящик для песка (песочница);
 - песок (обычный, но просеянный, промытый и прокаленный);
 - вода;
 - коллекция миниатюрных фигурок.

Песочница – деревянный ящик.

Его размер в сантиметрах: 50x70x7. Считается, что такой размер песочницы отвечает объему поля зрительного восприятия.

В качестве материала для изготовления песочницы лучше всего подходит дерево. Ведь дерево – природный материал.

Лучше всего для песочницы использовать объединение двух цветов: естественного цвета дерева и голубого. Дно и бортики (за исключением внешней стороны) красятся в голубой цвет. Таким образом, дно символизирует воду, а бортики – небо. Важно, что голубой цвет успокаивающе влияет на человека. Кроме этого, наполненная песком, голубая песочница выступает миниатюрной моделью человеческого восприятия нашей планеты.

Экземпляры коллекции миниатюрных фигурок должны быть высотой, желательно, не более 8 см.

В набор игрушек может войти все, что встречается в окружающем мире. Материал должен обеспечить любую фантазию.

2. Заниматься рисованием на песке могут даже совсем маленькие дети. Развивать моторику это занятие будет не хуже, чем рисование пальчиковыми красками, а беспорядка от него гораздо меньше.

С помощью песка легко менять детали изображения, не используя ластик, а одной и той же рабочей поверхностью можно пользоваться бесконечное число раз.

Борьба со стрессом. У любого творчества есть побочное антидепрессивное действие. Рисованию песком оно особенно свойственно: манипулируя сыпучими материалами, человек избавляется от негативных эмоций. Рисование происходит непосредственно пальцами по песку, что способствует развитию сенсорных ощущений, раскрепощает и гармонизирует, а так же способствует развитию двух полушарий (так как рисование происходит двумя руками).

3. В семье можно проводить индивидуальные или групповые (когда к малышу приходят гости) занятия с ребёнком, подключение в игру на песке мамы, папы, бабушки, дедушки может наполнить минуты игры особым счастьем, что способствует сплочению семьи, пониманию взаимоотношений и сделает минуты общения особенно искренними. Ребёнок будет благодарен родителям за проявленный интерес. Лучше всего играть с песком там, где есть доступ к воде и в конце занятия можно с лёгкостью привести помещение в порядок (например, ванная или кухня). Безусловно, на момент игры обычные мероприятия в данных помещениях проводиться не должны. Всё должно быть сосредоточено на ребёнке. На полу надо расстелить клеёнку, приготовить всё необходимое для проведения песочной терапии.

4. Проводить занятие в детском саду можно индивидуально или в группах. Оптимальный вариант для групповых занятий - 3 человека. При увеличении количества детей, в целях обеспечения безопасности малышей необходимо увеличить количество взрослых (помощников). Место проведения терапии должно быть тщательно подготовлено к занятию, чтобы во время игры с песком ребёнка ничего не отвлека-

ло, рядом не было мягких игрушек и большого количества мебели. Ребёнку необходимо предоставить ощущение свободного пространства. Лучше всего расположиться на полу. Но при этом необходимо следить, чтобы не было сквозняков.

5. Что можно делать с песком?

- рисовать на песке дыханием через трубочку для коктейля;
- рисовать на мокром песке тонким предметом;
- осуществлять работу с помощью рук (посыпание, пересыпание из руки в руку или из ёмкости в ёмкость);
- искать игрушки, спрятанные в песке;
- создавать на песке композиции, используя различные игрушки, иллюстрировать свои истории, разыгрывать уже известные сказки, менять сюжет в соответствии со своим настроением или актуальной проблемой.

6. Поведение взрослого

Взрослый должен уделять внимание каждому ребёнку. Проявлять доброжелательность, принимать малыша таким, какой он есть, не навязывая ребёнку своих форм поведения. Взрослый человек должен быть человеком, очень корректно стимулирующим игру. Его задача - знакомить малыша с материалом, вовремя задавать уточняющие вопросы и помогать в ситуации, когда у ребёнка возникают трудности или паузы в игре, подключая новых персонажей, игрушки, включая музыку. Новые стимулы могут оживить в ребёнке новые желания, чувства, иначе развить сказочную линию и пустить игру в новое русло...

Когда ребёнок освоится, то сам решит каким образом продолжить взаимодействие с песком и окружающим его миром. Ребёнок может работать молча, не обращая особого внимания на взрослого или только смотреть на игру взрослого. Это не должно смущать, так как ребёнок имеет полное право вести себя так, как считает нужным. На следующих занятиях малыш включится в игру.

Ребёнок является автором идеи игры в песок, сам контролируя ход игры. Подобная самостоятельность - отличный способ повысить самооценку ребёнка, развивает его воображение. В случае, когда ребёнок проявляет агрессию, взрослый может активно включиться в игру, также став разрушителем и злодеем. Необходимо стараться, чтобы при сочинении песочной истории, её финал нёс в себе позитивные моменты, вселяющие в ребёнка уверенность в своих силах. Если малыш хочет плохого конца сказки, настаивает на разрушении, необходимо позволить ему побыть в этом негативе. Но на следующих сессиях плавно подводить к позитивному финалу. При этом необходимо задуматься о причинах подобного развития сюжета. В процессе песочных манипуляций ребёнок не только стимулирует тактильную сферу, развивает воображение, но и отыгрывает переживания и страхи, переносит свои чувства на песочную картину. Это должно быть явным звоночком для родителей.

Ссылки на источники

1. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. — СПб.: Речь, 2006..
2. Штейнхард Л. Юнгианская песочная терапия. — СПб.: Питер, 2001.
3. Юнг К. Г. Практика психотерапии. Минск: Харвест, 1998. — 383 с.
4. Киселева М. В., Кулганов В. А. Арт-терапия в психологическом консультировании. — СПб.: Речь, 2012.
5. «Практикум по креативной терапии», *Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М.* СПб., Изд-во «Речь», 2002.
6. «Практикум по песочной терапии» *Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М.* СПб., Изд-во «Речь», 2002.



Александрина У. Ю., Янькова Н. В. Песочная арт - терапия, как технология в работе с детьми дошкольного возраста // Образовательные проекты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – № 8. – ART 130313. – 0,3 п. л. – URL: <http://www.covenok.ru/kids/issue/130313.htm>. – Гос. рег. Эл № ФС 77 - 55136. – ISSN 2307-9282

7. Сайт Института сказкотерапии: <http://www.скаЗка-pro.ru/>

8. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников, *Новиковская О.А.* – СПб.: «ДЕТСВО-ПРЕСС», 2005.

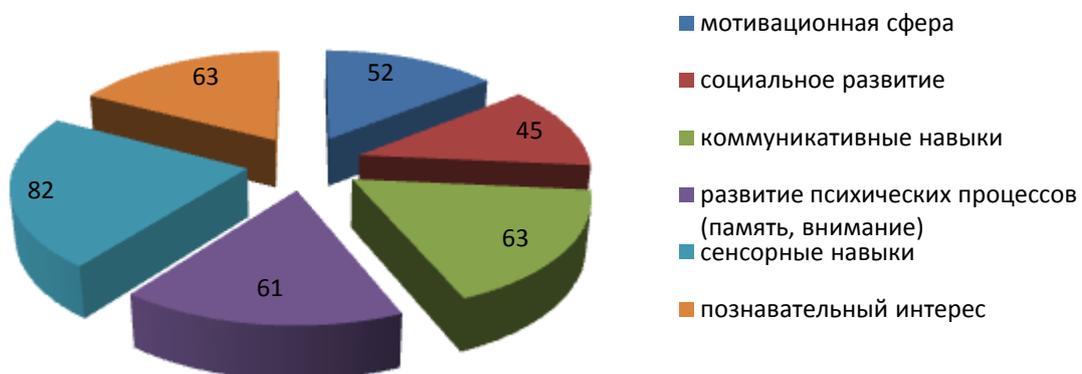
9. «Тренинг по сказкотерапии» (Авторы: Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. СПб., Изд-во «Речь», 2002.

10. Свободные интернет - источники

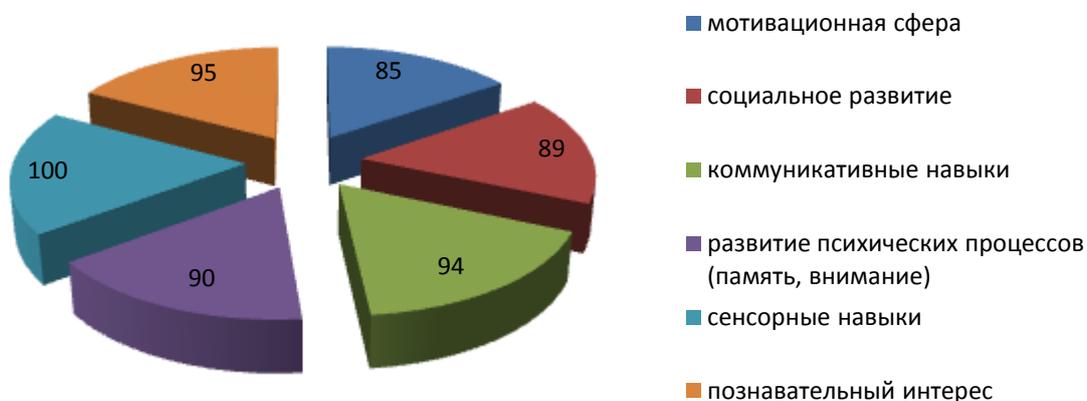
Приложения



Результаты мониторинга (%) "ДО"



Результаты мониторинга (%) "ПОСЛЕ"





Александрова У. Ю., Янькова Н. В. Песочная арт-терапия, как технология в работе с детьми дошкольного возраста // Образовательные проекты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – № 8. – ART 130313. – 0,3 п. л. – URL: <http://www.covenok.ru/kids/issue/130313.htm>. – Гос. рег. Эл № ФС 77 - 55136. – ISSN 2307-9282

непосредственно-образовательной деятельности по теме: «Песочная волшебная страна» с детьми средней группы.

Образовательная область «Познание».

- Задачи:**
1. знакомство детей с техникой рисования песком на плоской поверхности;
 2. развивать тактильную чувствительность и мелкую моторику рук;
 3. развивать навыки продуктивной и познавательно-исследовательской деятельности у детей;
 4. развивать воображение, мышление и внимание.

Интегрируемые области:

- «Художественное творчество»
- «Коммуникация»
- «Социализация»
- «Труд»

Задачи:

- «Художественное творчество» - развивать умение соотносить знакомые способы рисования с новыми условиями;
- «Коммуникация» - формировать представления о сенсорных эталонах;
- «Социализация» и «Труд» - воспитывать желание участвовать в совместном труде, учить доводить начатое до конца.

Вид детской деятельности: познавательно-исследовательская, продуктивная

Форма работы с детьми: беседа, наблюдение, игра-экспериментирование, проблемная ситуация.

Организационная форма: подгрупповая

Материалы:

Раздаточный материал – подносы с кварцевым песком, набор миниатюрных фигурок.

Оборудование – ноутбук, проектор, экран, веб-камера, световой стол с кварцевым песком.

Ход непосредственно образовательной деятельности

Воспитатель приветствует детей и предлагает им вместе отправиться в сказочное путешествие в волшебную песочную страну.

Звучит музыка, воспитатель вместе с детьми встают вокруг стола, накрытого тканью, берутся за руки, вытягивают их вперед и произносят волшебное заклинание:

Песочная фея, нам помоги,
В страну волшебную нас перенеси.
В ладоши мы хлопнем – раз, два, три
Сердце свое для добра распахни

Воспитатель снимает ткань, перед детьми стоит световой стол с кварцевым песком.

Воспитатель начинает рисовать на песке с помощью пальцев и ладони волшебный замок, зеленые леса, деревья, цветы, озеро, яркое солнце. И вдруг, нарушает всю картину одним движением ладони.

Вы ребята помогите, новый мир здесь сотворите!

На отдельном столе находятся миниатюрные фигурки, которые дети могут взять для построения своего замка.

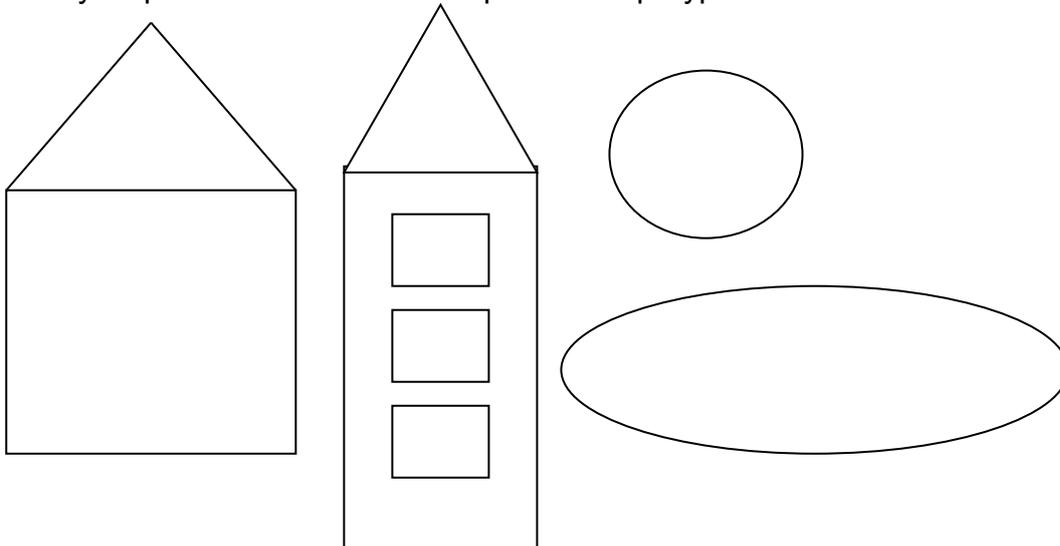


Каждый ребенок садится за любой стол, где имеется поднос с песком. Несколько детей остаются для совместной деятельности с воспитателем у светового стола с песком (по желанию).

Прежде чем начать рисование «своего» волшебного замка воспитатель предлагает детям сначала познакомиться с песком:

1. Положить ладони на песок, погладить его;
2. Рассмотреть его свойства: сухой, теплый, белый;
3. «Послушать» песок (набрать в кулачок немного песка и медленно его высыпать).

Дети совместно с воспитателем рисуют волшебный замок, волшебную страну, используя при этом знания геометрических фигур.



Дети по желанию добавляют в свой рисунок различные детали (деревья, трава, озеро, море, птицы, солнце, гора, животные), используют так же миниатюрные фигурки. Во время рисования дети по желанию могут меняться столами. Воспитатель дает каждому ребенку возможность поработать на световом столе с кварцевым песком. При этом совершаемые действия передаются через проектор на экран.

Физкультминутка

Воспитатель вместе с детьми рассматривает волшебные замки и выслушивает рассказы детей.

Дети снова встают вокруг стола, берутся за руки и вместе произносят слова:

В ладоши наши посмотри,
Мудрее стали ведь они.
Спасибо, милый наш песок
Ты всем нам подрасти помоги!

Воспитатель совместно с детьми обсуждает деятельность, которую они осуществляли и рефлектирует чувства и ощущения детей.

