

## **Песочная терапия как средство успешной адаптации младших дошкольников к условиям детского сада.**

Проблема адаптации детей младшего дошкольного возраста актуальна всегда. Многие педагоги, психологи работают над этой проблемой не один десяток лет, находя все новые и новые формы работы с детьми. Их опыт очень необходим при работе на адаптационных группах.

Изучив опыт педагогов («Организация экспериментальной деятельности дошкольников» под ред. Мелиной Г.М., «Ребенок в мире поиска» под ред. Дебиной О.В., Щетиной В.В.), приступили к реализации и апробированию технологии песочной терапии, где перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает больший воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы усвоения знаний детьми.

Игра в песок, особенно для малышей младших групп, является, пожалуй, самым доступным и естественным способом самотерапии.

Взрослый через игру с ребенком в песочнице может ненавязчиво сообщить ему нормы и правила поведения в группе. Воспитатель естественным путем осуществляет психолого-педагогическую коррекцию поведения ребенка и обучает его социально приемлемым способам нервной разрядки.

В свою очередь, для малыша, еще слабо владеющего речью, песочница становится своеобразным театром одного актера, сценой для его внутреннего «Я». Через игру в песок у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности, а также решаются следующие задачи:

- В песочнице быстрее устанавливаются доверительные отношения между воспитателем и ребенком. Для ребенка роль воспитателя становится понятной, предсказуемой и значимой, что укрепляет его базисное доверие к миру.
- В играх с песком происходит спонтанное снижение высокого уровня психического напряжения как ребенка, так и воспитателя, тоже испытывающего в этот период нервные перегрузки. Это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации.
- В песочнице, взаимодействуя с взрослым и сверстниками, ребенок более осмысленно и быстро осваивает нормы и правила поведения и общения в группе.
- В песочных играх с миниатюрными фигурками ребенок с помощью взрослого проигрывает психотравмирующую ситуацию расставания с родителями, встречу с неизвестным, осваивает позитивные способы поведения.
- Воспитатель становится для ребенка проводником в освоении умений, навыков и знаний об окружающем мире и самом себе в этом мире.

Поэтому в своей группе мы оборудовали «педагогическую песочницу», которая проста в использовании и не требует серьезных материальных вложений, это:

1. водонепроницаемый пластиковый таз,
2. песок светло-коричневого цвета,
3. набор игрового материала: лопатки, широкие кисточки, сита, воронки;

- разнообразные пластиковые формочки разной величины – геометрические; изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста;
- миниатюрные игрушки (высотой 5-10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт и пр.
- набор игрушечной посуды и игрушечные кровати (для игр «Песочный детский сад» и «Семья»);
- различные здания и постройки;
- бросовый материал: камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля.

Игры в песочнице проводим с подгруппой детей, особое внимание при этом уделяем вновь прибывшему ребенку. Желательно, чтобы в данной подгруппе были дети, уже адаптированные к жизни в детском саду, так как много игр новичок будет выполнять по подражанию или из любопытства.

Желательно, чтобы ребенок принес из дома одну из своих любимых игрушек (высотой не более 10-15 см, она должна хорошо обрабатываться), но ребенок может и выбрать игрушку из предложенных взрослым. Она становится посредником для ребенка в играх с песком.

Педагог внимательно следит за реакцией ребенка при работе с песком. В случае появления негативного отношения или усталости занятие ненавязчиво завершаем.

Вначале показываем способы действия, а затем ребенок «рука в руке» или самостоятельно повторяет их.

На первых двух-трех занятиях детям не показывается весь набор игрушек, он должен освоить достаточно широкий спектр простых манипуляций с песком с помощью рук, лопатки, кисточки. На это направлены следующие игры-упражнения:

#### «Песочный круг»

Ребенок на песке рисует любыми способами круг и украшает его различными предметами: камешками, семенами, пуговицами, монетами, бусинами.

#### «Победитель злости»

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки». В большинстве случаев данный совет совершенно бессмыслен, так как запрет на проявление отрицательных эмоций вызывает у человека лишь дополнительное раздражение и агрессию по отношению к советчику и усиливает чувство вины за «плохое поведение».

Игра «Победитель злости» может научить ребенка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.

В игре-занятии «Песочный детский сад» поэтапно обыгрываем целый день в детском саду, с соблюдением последовательности выполнения основных

режимных моментов (приход ребенка в садик, зарядка, завтрак, занятие, прогулка и т.д.), а также все доступные ребенку навыки самообслуживания. Особое внимание уделяем игре с фигурками в реальных проблемных ситуациях, например, расставание с родителями или прием пищи.

Игрушка-посредник, выбранная ребенком, выполняет роль его самого. Ребенок при желании доступным для него способом может озвучивать действия своей игрушки. Песочная фея выполняет роль воспитателя. Она объясняет правила поведения игрушек-«детей» в группе и демонстрирует положительное отношение к игрушке ребенка.

Для достижения наибольшего педагогического эффекта, тесно взаимодействуем с родителями, проводим консультации, беседы.

Таким образом, песочная терапия является мощным средством успешной адаптации дошкольников к условиям детского сада, так как любую психотравмирующую или конфликтную ситуацию можно проиграть в песочнице. Не сразу, но постепенно «песочный опыт» проживания разных событий станет жизненным опытом самого ребенка, который он начнет активно использовать в реальной жизни.