**Муниципальное образовательное учреждение**

**«Средняя образовательная школы №5 г. Надыма»**

**Проект**

**«Песочная терапия для детей с ОВЗ»**

Разработала: Братухина Наталья Викторовна,

учитель-логопед

Надым

**Содержание:**

Пояснительная записка.…………………………………………...……………...3

Цели и задачи ………………………………………………………………..……4

Общие условия организации песочной терапии ………………………………5

Виды песочной терапии…………………………………………………………6

**Правила и условия игры с песком** ………………………………………….....7

Виды занятий ..................................................................................................7

Литература………………………………………………………………………10

**Пояснительная записка**

Ученики с недоразвитием речи системного характера, отличаются повышенной нервной возбудимостью, тревожностью, агрессивностью, гиперактивностью с одной стороны и пассивностью, замкнутостью, закрытостью, зажатостью, неразвитостью эмоциональной сферы, поведенческими расстройствами с другой стороны. Помимо этого у детей с проблемами в интеллектуальной сфере встречается нарушение речи или полное её отсутствие, недостаточное развитие координации движений, мелкой моторики рук, отсутствие чувства ритма, нарушение речевой памяти, внимания, восприятия и т. д.

Поэтому наши ученики нуждаются в особых методах коррекции психоэмоционального здоровья. Одним из наиболее продуктивных и действенных методов обучения, развития и организации коррекционной работы с детьми, имеющих подобные проблемы, является – ***песочная терапия.***

Терапевтический эффект игры с песком впервые был замечен швейцарским психологом и философом Карлом Густавом Юнгом. Казалось бы, всё очень просто – ребенок строит что-то из песка, без сожаления разрушает созданные им самим творения, и снова строит. Но именно это простое действие хранит уникальную тайну - нет ничего такого, что было бы непоправимо разрушено — на смену старому всегда приходит новое. Многократно проживая эту тайну, малыш достигает состояния равновесия, уходят тревога и страх. Еще одно важнейшее психотерапевтическое свойство песка - возможность изменения сюжета, событий, взаимоотношений. Поскольку игра происходит в контексте сказочного мира, ребенку с особыми образовательными потребностями предоставляется возможность изменения дискомфортной для него ситуации. Он учится самостоятельно преодолевать трудности.

Игра с песком - это естественная и доступная для ребенка с ограниченными возможностями здоровья 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.

Наблюдения психологов показывают, что именно первые совместные игры детей в песочнице могут наглядно показать родителям особенности поведения и развития их детей. Родители видят, что ребенок становится излишне агрессивным или робким в общении со сверстниками - это может стать поводом для размышлений о системе воспитания.

Игра ребенка является символическим языком для самовыражения. Манипулируя игрушками, ребенок может показать более адекватно, чем выразить в словах, как он относится к себе, к значимым взрослым, к событиям в своей жизни, к окружающим людям.

Игру детей можно оценить более полно, если признать, что она является для них средством коммуникации. Дети более полно и более непосредственно выражают себя в спонтанной, инициированной ими самими игре, чем в словах, поскольку в игре они чувствуют себя более удобно. Для детей "отыграть" свой опыт и чувства - наиболее естественная динамическая и оздоровляющая деятельность, которой они могут заняться.

Игра в песке дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств. Игрушки вооружают ребенка подходящими средствами, поскольку они, являются той средой, в которой может осуществляться самовыражение ребенка. В свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать. Когда он играет свободно, а не по чьей-то указке, он совершает целый ряд независимых действий.

Чувства и установки, которые ребенок, возможно, боится выразить открыто, можно, ничего не опасаясь, спроецировать на выбранную по собственному усмотрению игрушку. Вместо того чтобы выражать чувства и мысли в словах, ребенок может закопать в песок ту или иную игрушку, ударить, утопить и т.д. Чувства ребенка часто невозможно выразить вербально (словами).

**Цели и задачи:**

**Цель:**

Главная цель песочной терапии – не «переделать» ребенка, не научить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность быть самим собой, любить и уважать себя таким, какой он есть, дать почувствовать ребенку нужным, общительным.

**Задачи:**

* развивать тактильно-кинетическую чувствительность и мелкую моторику рук;
* развитие способностей к социализации;
* снимать мышечную напряжённость;
* помогать ребёнку чувствовать себя защищённым, в комфортной для него среде;
* развивать активность, расширять жизненный опыт, передаваемый педагогом в близкой для ребёнка форме (принцип доступности информации);
* стабилизировать эмоциональное состояние, поглощая негативную энергию;
* соотносить игры с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти способы решения проблемной ситуации;
* преодолевать комплекс «плохого художника», создавая художественные композиции из песка при помощи готовых фигурок;
* совершенствовать зрительно-пространственную ориентировку, речевые возможности;
* способствовать расширению словарного запаса;
* развивать фонематический слух и восприятие;
* развитие связной речи, лексико-грамматических представлений;

**Общие условия организации песочной терапии**

В качестве песочницы используется большой водонепроницаемый ящик. Традиционный его размер в сантиметрах 50 х 70 х 8 см, (где 50 х 70 — размер поля, а 8 — глубина). Считается, что такой размер песочницы соответствует объему поля зрительного восприятия. Традиционный размер песочницы предназначен для индивидуальной работы. Для групповой работы рекомендуется использовать песочницу размером 100 х 140 х 8 см.

Материал. Традиционным и предпочтительным материалом является дерево. В практике работы с песком чаще используются пластиковые ящики, но в них песок не «дышит».

Цвет. Традиционная песочница сочетает естественный цвет дерева и голубой цвет. Дно и борта (за исключением верхней плоскости досок бортов) окрашиваются в голубой цвет. Таким образом, дно символизирует воду, а борта — небо. Голубой цвет оказывает на человека умиротворяющее воздействие. Кроме того, наполненная песком «голубая» песочница являет собой миниатюрную модель нашей планеты в человеческом восприятии. Если позволяют средства и пространство кабинета, можно экспериментировать и с разноцветными песочницами, когда дно и борта окрашиваются в один или несколько цветов.

Теперь ее можно на одну треть или наполовину заполнить чистым (промытым и просеянным), прокаленным в духовом шкафу песком. Используемый песок время от времени необходимо менять или очищать. Очищение производится не реже одного раза в месяц. Песок нужно изъять из песочницы, просеять, промыть и прокалить.

Для организации игр с песком будет необходим большой набор миниатюрных предметов и игрушек, в совокупности символизирующих мир. В классической песочной терапии существует следующая классификация предметов, используемых в процессе создания песочных картин. Например:

* наземные животные (домашние, дикие, доисторические);
* летающие животные (дикие, домашние, доисторические);
* обитатели водного мира (разнообразные рыбы, млекопитающие, моллюски, крабы);
* жилища с мебелью (дома, дворцы, замки, другие постройки, мебель различных эпох, культур и назначения);
* домашняя утварь (посуда, предметы обихода, убранства стола);
* деревья и другие растения (цветы, трава, кустарники, зелень и пр.);
* объекты небесного пространства (солнце, луна, звезды, радуга, облака);
* транспортные средства (наземный, водный, воздушный транспорт гражданского и военного назначения, фантастические транспортные средства);
* объекты среды обитания человека (заборы, изгороди, мосты, ворота, дорожные знаки);
* объекты ландшафта и естественной активности Земли (вулканы, горы);
* аксессуары (бусы, маски, ткани, пуговицы, пряжки, ювелирные изделия и пр.);
* естественные природные предметы (кристаллы, камни, раковины, куски дерева, металла, семена, перья, отполированные водой стеклышки и пр.);
* фантастические предметы и персонажи мультфильмов, фэнтези, фигурки-оборотни;
* злодеи (злобные персонажи мультфильмов, мифов, сказок).

Итак, все, что встречается в окружающем мире, может занять достойное место в коллекции. Если для занятий не хватает каких-либо фигурок-образов, их можно вылепить из пластилина, глины, теста, вырезать из бумаги.

Коллекция фигурок располагается на полках. Если места на полках недостаточно для размещения всей коллекции, то могут использоваться и прозрачные коробки.

**Виды песочной терапии**

* **Обучающие игры**
* моделирование игр-сказок;
* игры на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой
* моторики рук
* игры на развитие фонематического слуха, коррекцию звукопроизношения,
* обучение чтению и письму.
* **Познавательные игры**.
* игры на знакомство с окружающим миром.
* географические игры.
* фантастические игры.
* исторические игры.
* игры-экскурсии по городу.
* -**Проективные игры** используют психологи и психотерапевты. Я же в своей работе обращаюсь к обучающим и познавательным играм.

**Правила и условия игры с песком**

1. Береги песчинки — не выбрасывай их из песочницы. Если случайно песок высыпался, покажи это взрослому, и он поможет им вернуться обратно в песочницу. Нельзя выбрасывать песок из песочницы.
2. Песчинки очень не любят, когда их берут в рот или бросаются ими в других детей. Нельзя брать песок в рот и бросать его в других людей.
3. У детей всегда должны быть чистые ручки и носики. Поиграл с песком — помой ручки и покажи чистые ладошки зеркалу.
4. Наши игрушки любят, когда их ставят на место. После игры надо убрать все игрушки на свои места.

*Дополнительные правила организации игр-занятий с мокрым песком*

1. У детей не должно быть порезов на руках, кожных заболеваний.
2. Дети для работы должны иметь клеенчатые передники.
3. Вода, которой увлажняется песок, должна быть теплой. С каждым занятием температуру воды можно постепенно снижать (таким образом происходит дополнительное закаливание детей).
4. Рядом с песочницей должен находиться источник чистой воды и салфетки.

***Условия работы с детьми***

1. Согласие и желание ребенка.
2. Специальная подготовка воспитателя, его творческий подход к проведению занятий.
3. У детей не должно быть аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках.

**Виды занятий**

1. «Чувствительные ладошки» ( по Т.Д. Зинкевич - Евстигнеевой)

* Положите ладоши на песок, закройте глазки, почувствуйте, какой он.
* Откройте глазки, расскажите, что вы чувствовали (ответы детей).
* Сделайте то же самое, повернув ладошки другой стороной. Расскажите о своих ощущениях.

1. Скользить по поверхности песка как змейка или как машина.
2. Пройтись ладошками, как слон, как маленький слонёнок, как быстрый зайчик.
3. Оставить отпечатки ладошек, кулачков, ребер ладоней.
4. Создать узоры и рисунки - солнышко, бабочка, буква А или целое слово.
5. «Пройтись» каждым пальчиком правой и левой руки поочередно.
6. Просеять песок сквозь пальцы или щепоткой высеять дорожку из контрастного по фактуре песка.
7. Разложить на песке в особой логической очерёдности разные по структуре и размеру камни и природные материалы.
8. Провести фигурку по песочным дорожкам-лабиринтам.
9. Посчитать камешки и решить на песке математическую задачку.
10. Выложить фишками геометрическую фигуру.
11. Просеять песок через сито, нарисовать узор кисточкой или палочкой, просеять песок через систему воронок и т.д.
12. Можно "поиграть" на поверхности песка, как на пианино или клавиатуре компьютера.
13. Песочницу можно использовать для нахождения животных, предметов, определенной буквы, изготовленной из пластмассы и закопанной среди прочих в песке (вариация игры "Волшебный мешочек").
14. Лепить буквы из песка, сгребая его ребрами ладоней.
15. Превращать буквы "Л" в "А", "Ч" в "Т", "О" в "Я" и т.д.
16. Найди спрятанные в песке буквы и составь из них слоги, слово.
17. Можно писать слова на песке печатными и письменными буквами, сначала пальчиком, потом палочкой, держа ее как ручку. Песок позволяет дольше сохранить работоспособность ребенка. Ошибки на песке исправить проще, чем на бумаге. Это дает возможность ребенку ощущать себя успешным.
18. «Чей это след?» На влажном песке легко остаются следы от ладошки или ступни от обуви или колёс игрушечной машинки. Пусть малыш, попробует отгадать, где чей отпечаток?
19. Песочная аппликация. Клеем нанесите на картон рисунок и посыпьте песком. Стряхните лишнее, и у вас получится замечательная картина. Песок можно покрасить красками и высушить.
20. «Археология». Закопайте игрушку (ребёнок не знает, какую). В ходе раскопок, по открывающимся частям ребёнок должен догадаться, что спрятано. Закопайте 2 – 3 предмета. Пусть малыш раскопает один из них и на ощупь попробует определить, что это.
21. «Дорожки из песка». Покажите ребёнку как набрать в горсть сухой песок и медленно высыпать его, создавая различные формы, например дорожки (к домику зайчика или медвежонка).
22. Закапывать и откапывать можно буквы, цифры, геометрические фигуры – так ребёнку будет проще их запомнить.
23. Игра «Назови звук» (по Н.В.Дуровой). Педагог предлагает детям вырыть в песке небольшие лунки для мячика. Затем он подталкивает мячик в лунку ребёнка и называет слово, интонационно выделяя согласный звук. Ребёнок называет выделенный звук и перекатывает мяч обратно в лунку педагога. Затем задание даётся другому ребёнку и т.д. Слова: с-с-сом, су-м-м-мка, за-р-р-ря, ку-с-с-сок, сту-л-л-л, ру-ч-ч-чка, кра-н-н-н, шар-ф-ф-ф, кры-ш-ш-шка, д-д-дом.
24. Игра «Найди друга» (по Н.В.Дуровой). Педагог достаёт из коробки картинки (бабочка, корова, лягушка, петух, медведь) и раздаёт их детям.

* Сделайте домики для этих животных, скоро к ним в гости придут их братья. (Дети выполняют.) Затем педагог достаёт из коробки следующие картинки (белка, кит, павлин, лошадь, мышка).
* Как же нам узнать, где, чей братец? Для этого давайте произнесём названия животных и выделим первый звук в этих словах. - кит - [к'] – он пойдёт в гости к корове, первый звук в этом слове [к]; [к] и [к'] – братцы.
* Дети по очереди называют тех, кто изображён на картинках, выделяют первый звук и подбирают пару. Вывод: Чем различаются данные пары звуков? (Твёрдые – мягкие).

1. Упражнение «Песочный дождик» (по Н.Кузуб) Педагог медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, затем на ладонь. Дети повторяют. Затем дети закрывают глазки по очереди, кладут на песок ладонь с расставленными пальцами, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребёнок называет этот палец.
2. Игра «Кто это был?» (по Р.Г.Голубевой). Педагог достаёт из коробки игрушки: корова, тигр, пчела, змея, ёж. Каждой из них присваивается определённое звучание: корова – мычит «м-м-м», тигр – рычит «р-р-р», пчела – жужжит «ж-ж-ж», змея – шипит «ш-ш-ш», ёж – фырчит «ф-ф-ф». Педагог длительно произносит какой-либо звук и предлагает детям определить, кто это был. Тот, кто правильно называет животное, получает эту игрушку.
3. Игра «Эхо». Педагог произносит слоги, а дети повторяют их по очереди, при этом за каждое правильно выполненное повторение ребёнку предлагается взять любую игрушку для последующей игры в песке. - та-ка-па - па-ка-та - га-ба-да - по-бо-по - пу-бу-пу
4. С выбранными игрушками дети играют в песочные прятки: один ребёнок закрывает глаза, а остальные прячут его игрушки в песок.
5. Игра «Какой отличается?» (по Р.Г.Голубевой) Песочный человечек произносит серию слогов (ну-ну-но, сва-ска-сва, са-ша-са, зу-су-су, мы-ми-мы) и предлагает детям определить, какой слог отличается от других слогов.
6. Упражнение "Песочный ветер" (дыхательное). Малыши учатся дышать через трубочку, не затягивая в нее песок. Детям постарше можно предложить сначала сказать приятное пожелание своим друзьям, подарить пожелание песочной стране, "задувая его в песок", можно также выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр можно использовать одноразовые трубочки для коктейля.
7. При выдохе ребенок легко дует на свои ладони с песком, сдувая его в песочницу.
8. Упражнение "Необыкновенные следы".

* "Идут медвежата" - ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.
* "Прыгают зайцы" - кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
* "Ползут змейки" - ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).
* "Бегут жучки-паучки" - ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом - "жучки здороваются").

**Литература:**

1. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по креативной терапии. [Текст] - СПб., 2003г.- 400 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по песочной терапии. [Текст] - СПб., 2002г. - 224 с.
3. Штейнхардт, Л. Юнгианская песочная психотерапия. [Текст]- СПб., 2001г. - 320 с.
4. Юнг, К. Г. Архетип и символ. [Текст]- М., 1991г.- 284с.
5. Юнг, К.Г. Структура психики и процесс индивидуализации. - М., 1996г. - 269 с.