Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №3 "Ивушка" ЯМР

**Семинар-практикум**

**«Песочная терапия как один из методов эффективной работы по здоровьесбережению»**

Подготовила и провела воспитатель:

Белозёрова Светлана Николаевна

(11 декабря 2017г.)

**Песочная терапия как один из методов эффективной работы по здоровьесбережению**

**Цель:** познакомить педагогов с возможностями песочной терапии, как одним из методов здоровьезбережения.

*Я не боюсь ещё и ещё раз повторять: забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости у детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы****. (Василий Александрович Сухомлинский )***

В современной системе образования много проблем. Одна из них – это ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание. Перед дошкольным образованием всегда остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей.

Реализация здоровьесберегающих технологий – это такая организация образовательного процесса, при которой происходит качественное развитие без нанесений ущерба здоровью ребенка.

Все  здоровьесберегающие технологии при творческом подходе со стороны педагогов можно использовать с применением нетрадиционного оборудования.

Активно стала использоваться песочная арт-терапия в детском саду, которую можно применять уже с детьми раннего возраста. Обучиться ей несложно любому воспитателю, а удовольствия и пользы у детей будет масса.

***Кинетический песок –*** *это инновационный материал для творчества и игр, учебного и познавательного процесса*

Плюсом песочной терапии является то, что здесь не требуется точности линий и схожести образов – это свободное искусство и поэтому переживания, стрессы у детей при играх в песке почти исключены. Здесь только получаемая радость от игр.

Песочная терапия, обучение которой доступно любому воспитателю, может стать отличным помощником в организации воспитательного процесса. Причем она не требует какого-то дорогостоящего оборудования – только ящик для песка, маленькие игрушки и сам песок.

Сам песок

* Состоит на 98% из чистого песка и 2% из силиконового полимера, который связывает между собой песчинки в одну однородную массу
* Он никогда не сохнет
* Оставляет все поверхности совершенно чистыми
* Предназначен для детей с одного года;

**Преимущества использования** **нетрадиционного оборудования.**

-Нетрадиционное использование предметов стимулирует умственную деятельность, способствуют хорошему эмоциональному настроению, повышает общий тонус, снижает психоэмоциональное напряжение, координирует движения пальцев рук, расширяет словарный запас, приучает руку к осознанным, точным, целенаправленным движениям.

-Интерес детей к различным новшествам вызывает положительные эмоции и это тонизирует организм ребенка в целом.

-Одна из главных задач – дать ребенку как можно больше естественных знаний для более точного выражения себя и своего видения мира.

**Основные принципы использования нестандартного оборудования**

1.Должно быть безопасным, эстетичным, соответствовать возрасту и иметь функциональную привлекательность.

2.Оборудование может быть использовано в самостоятельной деятельности детей.

3. Начинать упражнения от самых простых, постепенно переходить к более сложным и разнообразным.

4. В процессе выполнения упражнений необходимо внимательно следить за состоянием самочувствия детей, не допускать перегрузок.

5. С целью развития воображения, памяти и речи, воспитания самостоятельности и активности целесообразно предлагать детям самим придумать упражнения и игры с нестандартным оборудованием.

Применение песочницы в развитии ребёнка дает положительные результаты

Наряду с развитием тактильно – кинестетической чувствительности и мелкой моторики дети учатся прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. В процессе работы снижаются страхи и тревожность, уменьшается проявление отрицательных эмоций.

Песочная терапия оказывается положительное влияние на развитие речи, мышления, познавательных процессов и творческих способностей детей.

**Какие же преимущества работы в группе:**

Постепенно дети учатся умению слушать и слышать друг друга, не бояться проявлять себя в общении, организовывать, чувствовать и отстаивать границы своего личного пространства, вести диалог, договариваться.

Использование педагогической песочницы в группе особенно полезно детям с трудностями в общении (замкнутостью, застенчивостью, проявлениями агрессивности, высокой тревожностью), а также тем, кому необходимо развитие коммуникативных навыков для лучшей адаптации детей раннего возраста в коллективе. Игра с песком, особенно для детей раннего возраста, является, пожалуй, самым доступным и естественным способом самотерапии.

В самом начале для ребенка детский сад является большим испытанием, меняются привычные для него условия жизни. У ребенка 2-3 лет адаптационный период длится от 2 до 3 месяцев. Педагогам важно найти самые эффективные методы, чтобы помочь каждому ребенку в период его адаптации к детскому саду. В нашем детском саду таким методом является использование игр с кинетическим песком.

Понятно, что оказавшись впервые на длительный период без родителей, каждый ребенок испытывает сильный стресс, могут начаться проблемы со здоровьем. Поэтому, так важно дать возможность детям в этот период активно взаимодействовать друг с другом, заинтересовать их и увлечь игрой.

Для этого, на наш взгляд, идеально подходит использование кинетического песка для коммуникативных игр детей. Ведь, именно игры с песком, позволяют ребенку расслабиться, успокоиться, фантазировать, создавать. В ребенке просыпается творец, уходят страхи и тревога

С наступлением зимы, мы не прощаемся с играми в песке до весны. Мы у себя в группе изготовили «минипесочницу». Мы её используем как в НОД, совместной деятельности с детьми, так и для самостоятельных игр и деятельности детей.

Песок нередко действует на детей как магнит. Прежде чем они успеют осознать, что они делают, их руки сами начинают просеивать песок, строить тоннели, горы и т.д. А если к этому добавить миниатюрные фигурки, игрушки, тогда появляется целый мир, разыгрываются драмы, и ребенок полностью погружается в игру.

Песочная терапия – это, по сути игра, которая помогает ребенку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выражать свои эмоции и чувства.

**Каковы же особенности песочной терапии?**

Прежде всего, это возможность для самовыражения ребенка. Создаваемые композиции в процессе песочной терапии, позволяют выразить то, что иногда не передать словами. Если есть трудности и ребенок не может что-то рассказать открыто, то песочная картина поможет ему раскрыться.

***(Дети, в группе раннего возраста, придя в детский сад, не все еще умеют разговаривать)***

При создании песочной композиции не нужны специальные навыки. Поэтому ребенок не будет бояться совершить ошибку или неточность, и будет более раскованно и смело действовать.

**Что же необходимо для игры с песком**

-сам песок;

-чистая, плоская поверхность (стол, ящик, коробка);

-набор мелких игрушек (человеческие персонажи, животные, машины, здания).

-естественные предметы (камушки, ракушки, цветы и.т.д.)

-песочные наборы (формочки, совочки);

-пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры (круги, треугольники, прямоугольники, пирамиды и др.)

-тихая, спокойная музыка.

*Что нужно для игры в песок?*

*А нужно, в сущности, так мало:*

*Любовь, желанье, доброта,*

*Чтоб Вера в Детство не пропала.*

*Простейший ящик из стола –*

*Покрасим голубою краской,*

*Горсть золотистого песка*

*Туда вольется дивной сказкой.*

*Игрушек маленьких набор*

*Возьмем в игру…*

*Подобно Богу*

*Мы создадим свой Мир Чудес,*

*Пройдя Познания Дорогу.*

Словом, все, что встречается в окружающем мире, может занять достойное место в Вашей «коллекции» для игр с песком.

**Вывод.**

В результате использования песочной терапии наблюдаются положительные изменения у детей:

* значительно повышается общий эмоциональный фон;
* снижается уровень тревожности;
* быстрее происходит восстановление всех нарушенных навыков;
* повышается познавательная и игровая активность, уровень взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
* усиливается самостоятельность ребенка;
* развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика;
* более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память и мышление), а так же речь и моторика.

Таким образом, активное использование игр с песком является универсальным методом здоровьезбережения, формирующим та же психологическое здоровье дошкольника и его успешную адаптацию к детскому саду, вселяет в дошколят уверенность в своих силах, возможностях.