**Педагогическая песочница**

|  |
| --- |
| Современная [педагогика](http://www.koob.ru/pedagogics/) и психология с каждым годом осваивает все большее количество различных методов и направлений.  Одним из самых интересных  является арт-терапия.  Дословно арт-терапия означает использование искусства в терапевтических целях. Проще говоря – это выражение чувств, переживаний, мыслей посредством различных видов искусства и творчества, таких как рисование, лепка, рукоделие и т.д.  Педагогическая песочница  Арт-терапия исходит из того, что каждый человек имеет творческие способности, нужно только создать особые условия, чтобы раскрыть их. Спонтанное выражение своих эмоций, искренность, не сдерживаемая рамками условности, само творчество - вот, что является самым важным для арт-терапии.  Арт-терапия имеет широкий спектр применения - она применяется в диагностических, коррекционных, лечебных, консультативных, развивающих, обучающих целях. В целом в настоящее время выделяются три основных направления:  арт-психотерапия;  арт-терапия в социальной сфере;  арт-терапия в образовании.   Одним из самых интересных направлений арт-терапии, которое успешно используется в педагогических целях, является песочная терапия.    http://www.b17.ru/foto/uploaded/e471234c2c677e68f13c846d7797a31b.jpg  Есть выражения «красивый рисунок», «хорошее стихотворение», но нет выражения «правильная, хорошая композиция на песке или из песка».  Это самое главное в песочной терапии.  Здесь невозможно ошибиться, сделать что-то не так. Это важно для тех, кто привык строго оценивать себя.  Особенно актуально это в работе с детьми.  Развивающие, обучающие и коррекционные игры в песке  применяют в разных странах. Педагоги  разрабатывают техники работы в песке.   В отличие от других видов арт-терапии  песочная терапия позволяет в кратчайшие сроки построить и разрушить композицию. Разрушение – как ритуал, ребенок -  хозяин своего мира, если что-то не понравилось, всегда можно разрушить без сожаления  и построить заново.  Детские фантазии, впечатления, эмоции, [воображение](http://www.voobrazenie.ru/) чрезвычайно сильны. Именно они формируют творческий потенциал личности. Песочная терапия позволяет облечь травматический опыт в видимую форму.  Педагог  не вмешивается в процесс создания композиции, отсюда высокая экологичность метода, т.е. безопасность для ребенка. Ему ничего не навязывают.  Игра в песке позволяет безопасно прикоснуться к  бессознательному, ребенка, к тому, что он пережил,  прочувствовал,  а потом  спрятал где-то в недрах своего подсознания.  Во время создания композиции дети обычно испытывают эмоциональный подъем и чувство безопасности.  http://www.b17.ru/foto/uploaded/fe9ca3daf7636d5ded05d89245d88fb6.jpg  **Песочная терапия имеет свои противопоказания:**  - Эпилепсия, шизофрения. -  Невроз навязчивых состояний. - Аллергия на пыль и мелкие частицы. - Легочные заболевания. - Кожные заболевания и порезы на руках.  Для педагогических занятий в песке используют стандартную психологическую песочницу – это прямоугольный деревянный ящик, размером 50\*70\*8 см, выкрашенный изнутри в голубой цвет. Для групповой работы возможно использование большой песочницы 50\*150\*8 см.  Дно символизирует море, воду, а стенки песочницы – небо. Но голубой цвет еще и обладает расслабляющим эффектом. Он вызывает состояние покоя, замедляет пульс, понижает температуру тела, сокращает потоотделение.  Песок обычно используется речной или морской естественных цветов (бежевый, белый, желтый, светло-коричневый). Он должен быть просеянный, промытый, прокаленный при высокой температуре.  Для развивающих и коррекционных занятий, а также для домашних песочниц можно использовать разноцветный песок.  Песок может быть как сухой, так и мокрый. Песочница на 1/3 заполняется песком.  На полках стоит большое количество миниатюр: все то, что нас окружает или окружало наших предков.   Миниатюры (высота до 10 см):  - люди: от малышей  до бабушек и дедушек, настоящие  и вымышленные персонажи, разных полов, разных цветов и размеров, люди, выражающие разные эмоции (кричащие, смеющиеся, злые), символы смерти (гроб, скелет), солдатики, индейцы, инопланетяне,   - животные: домашние и дикие, пластмассовые и резиновые, различных размеров, цветов, пушистые и гладкие, в агрессивных и мирных позах,  -  растения: живые и искусственные, шишки, каштаны, желуди, листья, сорняки, зерна, семена,  - транспорт: наземный, водный, сельхоз техника, волшебный, воздушный,  - полезные ископаемые (металлы, драгоценные и искусственные камни),  -  здания: дома, (маленькие и большие), замки, крепости, сараи, церкви, больницы, школы, домашняя обстановка (ванна, столы, стулья, унитаз, диван, холодильник, электробытовые приборы.  - разное: луна, солнце, звезды, зеркала, старые флаконы духов, брелки,  телефоны, маленькие телефоны, ноутбук, продукты питания.  Некоторые объекты должны быть в двойном количестве.  В коллекции необходимы натуральные (естественные) и искусственные предметы.  Все то, что не удается купить, можно сделать самостоятельно из соленого теста, полимерной глины, дерева.  Ребенок, заходя в кабинет и видя песочницу, испытывает эмоциональный подъем. « Ух ты, как классно» - говорят дети.  Все мы знаем, как наши дети любят летом играть в песочнице. От года до 10-11 лет дети лепят пирожки из песка, строят замки, роют ходы. Внимательно понаблюдав за своим ребенком и чужими детьми в песочнице,  мы можем заметить, что:  -одни дети мирно делают пасочки,  -другие отбирают лопатки и ведерки у других, забросив свои игрушки,  - третьи постоянно ломают чужие замки.  Все дети разные, но если ребенок ломает чужое, можно предположить, что он еще не умеет общаться, но хочет,  не знает, как привлечь к себе внимание, а может,  он уже почувствовал удовольствие от того, как плачет сосед по песочнице и всячески стремится его обидеть. Причины могут быть совершенно разные.   Песочница становится лакмусовой бумагой воспитательного мастерства родителей, взаимоотношений в семье. Для педагогов эта информация будет полезна и у них появится возможность немного откорректировать, сгладить некоторые моменты.    **Основные цели педагогической песочницы:**  - Саморазвитие ребёнка посредством творческих игр на песке.  - Развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук.  - Закрепление навыков фонетико-грамматического строя, звукопроизношения, обучение грамоте и письму.  - Творческое развитие личности.  Педагогическая песочница — это хорошая среда для духовно-нравственного становления, личностного развития и культурного роста ребёнка.  Для занятий и игр, необходимо приобрести песочницу и собрать минимальный набор миниатюр. Обычно дети с удовольствием помогают собирать коллекцию. У многих из вас дома лежат бесконечное множество игрушек из киндер-сюрпризов и т.д.  Для создания спокойной обстановки можно использовать одну из медитаций. Например, вот эту:  «Моя жемчужина" Образ жемчужины наиболее подходит для того, чтобы представить все то лучшее, ценное и уникальное, что имеется в каждом человеке. У кого-то эти качества на виду и окружающие могут их оценить, как жемчуг, вставленный в серьги или кулоны. А кто-то скрывает их, как в морской раковине, под своей скромностью, уединением, внешней непримечательностью. Но они есть у каждого, и важно, чтобы ребенок знал это.  До того как вы начнете играть, было бы неплохо, чтобы дети освежили  в своей памяти образ морской жемчужины.  Итак, предложите детям сесть и расслабиться. Пусть они закроют глаза и несколько раз глубоко вдохнут и выдохнут. Теперь можно приглашать их в путешествие по внутренним просторам. Идеально, если в качестве музыкального сопровождения у вас найдется мелодия, включающая звуки моря (разумеется, без слов).  Можно начинать рассказ-медитацию: "Душа каждого человека похожа на море. То она светлая и спокойная, солнечные блики светятся на ее поверхности, радуя окружающих. То налетит шторм, волны клокочут, крушат и сметают все, что подвернулось на их пути. В эти моменты окружающие могут бояться моря и избегать его. Но какая бы погода ни была, на дне моря все иначе. Давайте попробуем опуститься в прозрачную бирюзовую толщу воды. Видите, мимо нас проплывают стайкой маленькие блестящие рыбки? А вот морская звезда. Плывем еще глубже. Там, на самом дне моря, лежат истинные сокровища вашей души. Это жемчужины. Только вы можете взять их в руки. Подплывите ближе и рассмотрите их. Какой они излучают свет? Какие у них размеры? На чем они лежат? Возьмите их аккуратно в руки. Такие жемчужины есть в душе и у других людей, но нигде нет даже двух одинаковых. Слышите звуки? Наверное, они хотят сказать вам что-то важное о вас самих! Послушайте их внимательно, ведь они знает, что вы уникальные, хорошие, особенные. Вы хорошо расслышали, что они вам поведали? Если да, то бережно опустите  жемчужины снова на дно вашей души. Поблагодарите их за то, что вы можете чувствовать себя счастливыми. Что ж, пора плыть обратно. Когда я посчитаю до десяти, вы подплывете к поверхности моря, вынырнете и откроете глаза".   Эта игра незаметно выполнит сразу две задачи: снятие мышечного и эмоционального напряжения  и поднятие  самооценки, веры в свою уникальность и нужность.  После медитации можно предложить ребёнку поставить в песок фигурки, которые будут символизировать жемчужины их душ, можно нарисовать свои жемчужины.  Упражнение «Мое имя»  Взрослый просит ребёнка выбрать игрушку, которая как-то символизирует его самого  или его настроение. При этом вы сам может выбрать себе игрушку, которая будет ведущим в песочном мире.  Одним из первых можно провести упражнение «Мое имя», которое позволит ребёнку познакомиться ближе и немного рассказать о себе.  Ребенок берет игрушку, которая как-то может его представить, ставит в  песочницу, а затем рассказывает:  - Я выбрал (льва, кота, рыбку и др.), потому что он похож на меня в … или я похож на него в …  Существует множество игр, в которые можно поиграть в песочнице, всей семьёй или пригласить друзей, вот некоторые из них.  Игра «Мы – волшебники».  Эта игра направлена  на развитие коммуникативных навыков. То есть умения гармонично и эффективно общаться друг с другом, взаимодействовать.  Детям дается следующая инструкция: "Вы - Волшебники. Вы задумали отправиться в путь, в путешествие. Для того чтобы найти страну, в которой еще никто не жил - пустыню. Там вы хотите создать цветущую сказочную страну. Сейчас вы выберите себе по ТРИ героя, которых вы бы хотели поселить в новой стране. Отдельно захватите деревья, камни, цветы, дома - все, что будет вам нужно для создания сказочной страны". Образ Волшебника в данной инструкции является "нормирующим": его "кодекс чести" не позволяет ссориться, бросаться песком, разрушать то, что создает волшебник рядом, актуализирует потенциальные творческие части личности и др.  Когда дети выберут фигурки, можно им предложить создавать сказочную страну либо всем вместе, либо по очереди. "Каждый Волшебник создавал свой кусочек сказочной страны, стараясь не мешать другому и делать так, чтобы его часть дополняла то, что строят волшебники рядом". Или: "Каждый Волшебник по очереди подходил к пустыне и строил то, что считал нужным, следующий Волшебник пристраивал к этому что-то свое. Так продолжалось до тех пор, пока Волшебники по очереди не построили сказочную страну, дополняя друг друга".  Для нас важно понаблюдать за тем, как дети проявляют себя в игре и контакте друг другом. Кто-то покажет себя лидером, кто-то ведомым. Один будет играть обособлено, другой распространится на всю территорию песочницы. Вы заметите, что в песочных играх у детей "включается" механизм естественной регуляции игрового взаимодействия. Дети получают опыт самостоятельного разрешения конфликтов, совместного преодоления трудностей, сплачиваются, учатся слушать и слышать другого. Так формируется эмпатия - способность к пониманию ближнего и сопереживания ему.  Сюжетная игра:  «Происшествие в гостях», «У меня появился новый друг», «Я поссорился со свои другом», «Я иду на день рождения», «Я участвую в соревновании» и т.д.  Дети делятся на две группы. Одна группа – актеры, точнее кукловоды, они двигают фигурки в песке, вторая группа – зрители. Задача актеров раскрыть какую-то важную тему, какой-то важный аспект, чтобы зрители получили опыт преодоления сложной ситуации. Взрослый помогает придумать сюжет и поставить маленькую пьесу.  Зрители, посмотрев, спектакль, рассказывают о своем впечатлении и предлагают свой вариант решения проблемы.  Существует множество игр, направленных  на развитие тактильной чувствительности и мелкой моторики рук:  Задача таких игр научить детей прислушиваться к своим ощущениям, вербально передавать их, стабилизировать эмоциональное состояние, развивать фантазию и [воображение](http://www.voobrazenie.ru/), развивать речь через проговаривание своих ощущений, произвольное внимание и память, навыки произвольной коммуникации.  Игра «Отпечатки рук».  Взрослый оставляет отпечатки своей руки: внешней и внутренней стороны кисти и рассказывает о своих ощущениях: « Я чувствую тепло или прохладу песка. Мне приятно/неприятно. Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки, которые скользят и просыпаются между моими пальцами.”  Далее взрослый просит детей по очереди оставить отпечатки и рассказать о своих ощущениях. Возможно, у детей будут свои метафоры, непохожие на описания учителя.  Во время этого упражнения должна звучать тихая медленная музыка, настраивающая участников на вслушивание в свои ощущения.  Игра «Клад в песке»  Взрослый закапывает в песке какую-либо игрушку. Дети по очереди ощупывают ее, описывают ее свойства: размер, твердая или мягкая поверхность, предполагаемый материал, из которого сделана игрушка, и т.д.  После того, как дети ее пощупали, им дается 5 минут на то, чтобы обсудить, что спрятано в песке.  Игра развивает тактильные ощущения, командный дух, умение четко и ясно излагать свои мысли.  Упражнение  «Медитация на песке»  Данная игра имеет несколько вариантов. Во всех вариантах она проводится с использованием медитативной музыки. Цель — релаксация.  Рисование на песке дыханием через трубочку для кок­тейля.  Рисование на очень мокром песке заостренным тонким предметом (методом соскребания).  Создание мандалы на песке с использованием мелких пред­метов (ракушек, фасоли, макарон, бусинок и др.).  Создание мандалы на песке с использованием разноцвет­ного, разнофактурного песка (методом посыпания). Работа осуществляется только с помощью рук.  Создание мандалы на листе бумаги, промазанной клеем, с использованием разноцветного, разнофактурного песка (методом посыпания). Работа осуществляется только с по­мощью рук. После высыхания [мандала](http://www.yugzone.ru/articles/mandala.htm) может долго сохра­няться.  Пересыпание песка из разных емкостей.  Строительство замков из очень мокрого песка (методом натекания).  Упражнение «Узоры на песке»  Цель — закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.  Взрослый, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигу­ры (в соответствии с возрастными нормами освоения), про­стые / сложные узоры (прямые и волнистые дорожки, за­борчики, лесенки). Дети должны нарисовать такой же узор внизу на песке либо продолжить узор. Как вариант, подобной игры — взрослый рисует на доске, дает устную инструкцию нарисовать на песке определенный узор.  Те же узоры на песке изготавливаются путем выкладыва­ния в заданной последовательности предметов, например, камешков, желудей, больших пуговиц и т. д.  Взрослый: «Сегодня мы с вами будем украшать наш пе­сочный дом. Посмотрите, какие узоры на песке можно нарисо­вать. Нарисуйте как я... Придумайте свой узор, рисунок. Вверху песочницы будут узоры из кругов, а внизу— из треугольни­ков и т. д.»  Упражнение «Победитель злости»  В стрессовой ситуации [взрослые](http://www.manrise.ru) 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 такому советчику и усиливает чувство вины за плохое поведение.  Игра «Победитель злости» может научить детей безболез­ненно для их самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.  Песочная фея: «Сегодня мы поговорим о настроении. Какое оно бывает у тебя (вас)? Что случается с тобой (вами), когда ты (вы) сердитесь, злитесь? Что говорят и делают [взрослые](http://www.manrise.ru), когда ты (вы) сердитесь (Ответы детей).  Ваше злое настроение заставляет вас делать и говорить раз­ные вещи, от которых сердятся и огорчаются [взрослые](http://www.manrise.ru). А после того как злость ушла, вам также бывает грустно или неприят­но. Открою вам секрет: каждый большой и маленький человек имеет право злиться. Есть много игр, которые учат нас "сердить­ся правильно", то есть так, чтобы не обижать других. Одну из таких игр вам подарит мокрый песок. Смотрите, как можно с по­мощью песка вылепить и увидеть собственную злость, а потом победить ее».  Если напряжение ребенка слишком велико, то в этом случае можно предложить ему с силой сжать песок, утрамбовать повер­хность песка кулаками и т. п. затем дети делают из мокрого песка шары, на которых обозначают углублениями или рисуют глаза, нос, рот: «В этом шаре теперь живет твоя злость». Данный процесс временно переключает детей, а также дети пе­реносят на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за плохое поведение, мысли, чувства.  Затем дети  любым способом разрушают песочные шары, приговаривая «волшебное заклинание»: «Прогоняем злость, приглашаем радость». Дети  дает выход агрессии, которая обычно появляется в случае запрета на нее и конт­роля со стороны взрослого, также они получает специфиче­ское удовольствие от разрушения.  После этого дети руками медленно выравнивают повер­хность песка и оставляют на ней отпечатки своих ладоней — успокоение, обретение равновесия и контроля над собствен­ными чувствами: «Я победил свою злость. Я спокоен». По желанию детей может украсить свои отпечатки ладоней на песке.  Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира. |