

Психолого-педагогический проект «Истории на песке»

Песочная терапия в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей старшего дошкольного возраста с нарушениями речи.

Составила: педагог-психолог Краева С. А.

Участники проекта: дети старшей группы с нарушениями речи, их родители, педагоги.

Тип проекта: долгосрочный психолого-педагогический проект.

Актуальность. В настоящее время значительно возрос интерес специалистов: педагогов, психологов, логопедов к специально организованным занятиям с использованием метода песочной терапии. И это не случайно, ведь игра с песком как процесс развития самосознания ребенка и его спонтанной «самотерапии» известен с древних времен. Именно в песочнице создается дополнительный акцент на тактильную чувствительность, на снятие психоэмоционального напряжения. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу дает дополнительный эффект. С одной стороны, существенно повышается мотивация ребенка к занятиям. С другой стороны, более интенсивно и гармонично происходит эмоциональное развитие.

Дети с нарушениями речи требуют к себе особого внимания. У таких детей наблюдается слабая эмоциональная устойчивость, нарушение самоконтроля, агрессивность, трудности приспособления к детскому коллективу, суетливость, частая смена настроения, чувство страха, фамиллярность по отношению к взрослому. Предлагаемая техника для них является весьма полезной.

Проблема эмоционального развития дошкольников является актуальной потому, что эмоциональный мир играет важную роль в жизни каждого человека. Этой проблемой занимались многие педагоги, психологи (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. А. Рубинштейн, Т. А. Маркова, Я. З. Неверович, А. П. Усова, Д. Б. Эльконин, и др.), которые утверждали, что положительные эмоции создают оптимальные условия для

активной деятельности мозга и являются стимулом для познания мира. Эти эмоции участвуют в возникновении любой творческой деятельности ребенка, и конечно, в развитии его мышления. Тогда как отрицательные эмоции заставляют избегать нежелательных или вредных действий, защищают и оберегают ребенка. Но следует заметить, что чрезмерное воздействие отрицательных эмоций разрушает мозг и психику человека. Если посмотреть на нашу повседневную жизнь, то можно увидеть, что от эмоций зависит наше отношение к людям, событиям, оценки собственных действий и поступков.

Эмоции помогают ребенку приспособиться к той или иной ситуации. Благодаря эмоциональному развитию, ребенок сможет регулировать свое поведение, избегая тех поступков, которые мог бы совершить под влиянием случайных обстоятельств и мимолетных желаний. Поэтому считаю необходимым не только изучать, но и развивать эмоциональную сферу дошкольника, так как эмоции «рассказывают» окружающим его взрослым о состоянии и внутреннем мире ребенка. Учеными доказано, что эмоции влияют на функции органов и тканей организма, а, следовательно, оказывают влияние на здоровье человека.

Новизной и отличительной особенностью проекта является использование песочной терапии в коррекции эмоциональных нарушений воспитанников, имеющих проблемы в речевом развитии. Необходимость в использовании песочной терапии существует, так как она рассматривается как многосторонний процесс, связанный с развитием тактильных ощущений, снижением психоэмоционального напряжения у детей, развитие фантазии, коммуникативных навыков. Интенсивное изменение окружающего мира диктует педагогу необходимость выбирать более эффективные методы, способствующие решению проблем эмоционального характера у дошкольников. Одним из таких методов является метод «Песочной терапии».

Цель: Создание условий для развития речи и коррекции эмоциональной сферы дошкольников, снижения психофизического напряжения.

Задачи:

1. Корректировать нарушения эмоционального и поведенческого характера (страхи, замкнутость, агрессивность);
2. Формировать у детей позитивное самоотношение и восприятие мира;
3. Повышать личностный потенциал ребёнка (уверенность, самостоятельность, ответственность);
4. Совершенствовать умение эффективного общения со сверстниками и взрослыми;
5. Разработать систему занятий по коррекции эмоциональной сферы у старших дошкольников, имеющих проблемы речевого развития.

Работа с детьми проводится на коррекционных занятиях педагога-психолога по эмоциональному развитию старших дошкольников с нарушениями речи.

На занятиях с детьми по песочной терапии использую игровые методы и приемы с песком. Игры с песком разнообразны. Песок дает возможность для выражения широкой гаммы самых разных чувств: его можно сыпать, наносить по нему удары, закапывать в него различные предметы. Работа с песком и водой позволяет легко создавать новые образы и не требует каких-либо умений. Песочные формы детской экспрессии являются выражением непосредственной души ребенка, его внутреннего состояния.

Незатейливые упражнения обладают колоссальным значением для развития психики ребенка.

Во-первых, такого рода взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние.

Во-вторых, с развитием мелкой моторики ребенок учится прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, что способствует развитию речи, произвольного внимания, памяти.

Но главное, ребенок получает первый опыт рефлексии - учится понимать себя и других.

Для успешной реализации поставленных задач, проект предполагает тесное взаимодействие с педагогами и родителями. Такое сотрудничество определяет творческий и познавательный характер процесса, развитие эмоциональной сферы детей, обуславливает его результативность.

Работа с педагогами старшей групп предусматривает: беседы, консультации по использованию песка на занятиях.

Работа с родителями предполагает: индивидуальные консультации, буклеты, информационные стенды.

Обоснование необходимости проекта:

Добиваясь положительных сдвигов в развитии эмоциональной сферы и речевых функций детей с нарушениями речи на коррекционных занятиях, не всегда удаётся уменьшить невротические проявления у воспитанников: повышенную тревожность, беспокойство при эмоциональных контактах, боязливость в новых ситуациях, излишнюю впечатлительность и эмоциональную лабильность, а также негативизм в отношениях с близкими и сверстниками. Эти особенности личности могут существенно ограничивать возможности социальной адаптации ребенка как в детском саду и школе, так и во взрослой жизни. Для коррекции эмоционального состояния воспитанников необходимо разработать систему занятий на основе метода игровой песочной терапии.

Принцип терапии песком был предложен Карлом Густавом Юнгом, психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Песочная терапия как метод психотерапии была разработана швейцарским детским психотерапевтом Дорой Кальфф. Основную идею песочной терапии Кальфф сформулировала так: «Игра с песком представляет возможность, ребенку избавиться от психологических травм с помощью фантазий, ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями».

Ожидаемые результаты:

У воспитанников, посещающих занятия песочной терапии:

- снизится психоэмоциональное напряжение, уровень агрессивности, демонстративности;
- сформируется позитивное самоотношение и восприятие мира;
- повысится самооценка, уверенность в себе;
- сформируются умения эффективного общения со сверстниками и взрослыми.

Список литературы:

1. Аромштам М. Игры на влажном песке//Дошкольное образование - июнь №12 /2006.
2. Андрунь С. Чудеса из песка //Обруч №3/2007.
3. Бережная Н. Ф. Песочная терапия в коррекции эмоциональной сферы детей дошкольного возраста// Дошкольная педагогика /июль, август/ 2006
4. Грабенко Т. М. Игры с песком или песочная терапия//Дошкольная педагогика №5 /сентябрь, октябрь/ 2004.
5. Горошкова Л. Игры с песком и водой//Дошкольное воспитание №6/89
6. Зинкевич – Евстигнеева Т. Д. Практикум по песочной терапии.
7. Зинкевич – Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Коррекционные развивающие и адаптирующие игры Спб. : Детство – Пресс, 2002.
8. Зинкевич – Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке: Практика песочной терапии.
9. Кичура В. В. Конспекты занятий с использованием песочной игротерапии с детьми старшего дошкольного возраста//Дошкольная педагогика /май/2008.
10. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – Спб. : Речь, 2008.

Приложение 1.

Тематический план коррекционных занятий с элементами песочной терапии

Форма занятий: Групповая, индивидуальная

Методы проведения занятий: Игры, упражнения, арт-терапия на песке.

Режим занятий: Индивидуальные занятия: 20-25 минут; групповые занятия: 25-30 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю, время занятий в соответствии с возрастными особенностями детей. Дети выбирают по желанию: обычный песок, кинетический песок.

1. «Мой портрет»

— Закрепить представления о своём внешнем виде, частях лица;

— Снимать психоэмоциональное напряжение:

2. «Моё имя»

— Формировать позитивное отношение к своему имени;

— Способствовать самовыражению.

3. «Моя любимая игрушка»

— Учить определять свои предпочтения;

— Способствовать самовыражению.

4. Знакомство с песочной феей

— Знакомить с песочницей, с правилами поведения;

— Снижать психофизическое напряжение.

5. «Необыкновенные следы»

— Развивать тактильную чувствительность, воображение;

— Снимать психоэмоциональное напряжение:

6. «Песочная картина»

— Развивать зрительное и тактильное восприятие;

— Снимать психоэмоциональное напряжение:

— Способствовать самовыражению.

7. «Страна радости»

- Учить понимать и выражать эмоциональное состояние;
- Помочь освободиться от негативных эмоций;
- Снижать тревоги, страхи;
- Снять психоэмоциональное напряжение;
- Способствовать самовыражению.

8. «Поляна грусти»

9. «Уходи злость»

10. «Страна страха»

11. «Остров спокойствия»

12. «Страна удивления»

13. «Город плохих поступков»

14. «Азбука настроения»

— Учить детей с помощью пальчиков изображать на песке различное настроение;

— Развивать творческие способности, речь, память, мышление, воображение детей.

— Способствовать развитию мелкой моторики руки.

— Создавать у детей бодрое, веселое настроение.

15. «Узнай на ощупь»

— Снизить психофизическое напряжение;

— Развивать мышление, моторику рук.

16. «Загадки»

— Развивать умение представлять предметы по их словесному описанию;

— Развивать мышление, моторику рук.

17. «Победитель злости»

— Научить ребенка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.

18. «Песочные строители»

- Закреплять пространственные представления;
- Снять психоэмоциональное напряжение;
- Способствовать самовыражению.

19. «Мои отпечатки: узоры на песке»

- Развивать зрительно-моторную координацию;
- Способствовать самовыражению.

20. «Подарки»

- Развивать творческие способности, умение пальцами изображать

задуманное;

- Создавать у детей бодрое, веселое настроение.

21. «Песочный круг»

- Снять психоэмоциональное напряжение;
- Способствовать самовыражению.

22. «Нарисуй, вылепи картину»

- Развивать творчество, фантазию детей, умение пальцами изображать задуманное.

- Развивать мелкую моторику руки.

ПЕСОЧНЫЕ ИГРЫ

(картотека)

Педагог в ходе проведения всех игр обращает внимание детей на изменение тактильных ощущений, побуждая их высказываться, сравнивать.

Следит за реакцией детей при манипуляциях с сухим и мокрым песком. Если какой-то ребенок испытывает неприятные ощущения, нельзя настаивать на продолжении им упражнения в песке.

Взрослый сначала показывает в песке все движения. Затем дети их повторяют, при желании предлагают свои варианты игры.

Как проводятся игры с сухим песком?

Взрослый показывает детям, как можно, глубоко погрузив руки в песок (речной, кинетический или в песочнице, перетирать его между ладонями, сжимать, просеивать, т. е. делать самомассаж. Следует обучать детей проговаривать свои ощущения:

- «Мне нравится погружать руки в этот песок»;
 - «Я чувствую тепло песка»;
 - «Я чувствую крупинки, они покалывают мои ладони».
- «Мне приятно».

Проводятся упражнения на развитие мелкой моторики рук: пальцы “ходят гулять” по песку, прыгают, выполняют зигзагообразные движения, играют “на пианино”.

Дети с интересом оставляют на песке отпечатки ладоней, ступней или следов от ботинок. Нравится им делать руками отпечатки геометрических форм. При этом дети лучше запоминают их названия (круг, квадрат, треугольник) и величину (большой, маленький, средний).

Кроме того, песок можно раскладывать в пакеты, взвешивать, “продавать”, перевозить, лепить из него “угощения” и т. д.

С удовольствием дошкольники играют в “сыщиков” (находят глубоко спрятанную в песок игрушку, в строительство ходов, лабиринтов, колодцев)

Игры с сухим песком

«Отпечатки ладошек»

Разровняйте поверхность песка и вместе с ребенком по очереди оставляйте отпечатки кистей рук — внутренней и внешней стороны. Чтобы отпечаток получился более четким, необходимо, слегка вдавив руку в песок, немного задержать ее в нем. При этом нужно прислушаться к ощущениям. А потом поговорите о них.

Поскольку ребёнку будет трудно сделать это первому, начните сами: «Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. Когда я двигаю рукой, то ощущаю песчинки. А что чувствуешь ты?» После того как ребенок расскажет о своих ощущениях, надо попросить его перевернуть руку ладонью вверх. Сделайте то же самое и скажите: «Я перевернул руку, и мои ощущения изменились. Теперь я по-другому чувствую шероховатость песка. По-моему, песок стал чуть холоднее. А что чувствуешь ты?»

«Змейка»

Проскользните ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, санки)

Выполните те же движения, поставив ладонь на ребро, — и проложите совместно с малышом «трассы»;

«Пройдитесь» ладошками по полученным «трассам», оставляя на них свои следы.

«Загадочные узоры»

Можно создать на песке отпечатками ладоней, кулачков, с помощью природных материалов всевозможные причудливые узоры и попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира (ромашкой, солнышком, дождевой каплей, травкой, деревом, ежиком и т. д.).

«Чьи следы?»

Провести по поверхности песка отдельно каждым пальцем сначала правой, а потом левой руки (сначала только указательным, потом — средним, затем — безымянным, большим и наконец — мизинчиком, а затем — пальцами обеих рук сразу в той же последовательности)

Можно оставлять на поверхности песка отпечатки не только одного пальца, а сразу нескольких: двух, трех и т. д. Получатся загадочные следы. Пофантазируйте вместе с малышом: чьи они?

«Пуговичный массаж»

Предложите ребенку опустить в ящик с песком пуговицы, различные по величине, форме, фактуре. Необходимо опустить руку в песок и, совершая различные действия, описать свои ощущения. Можно спрятать в песок различные фигурки, бусинки, монетки, шишки.

«Обыкновенное чудо»

И, наконец, можно безгранично фантазировать, создавая песочные города, космические станции, аэродромы, железные дороги, комнаты для кукол.

Взаимодействия с песком очищает энергетику человека, стабилизирует его эмоциональное состояние, улучшает самочувствие взрослых и детей. Все это делает песочную терапию прекрасным средством для развития и саморазвития человека.

Игры с кинетическим песком

«Мы – кондитеры»

Цель: продолжать знакомить со свойствами кинетического песка – держать форму; учить ребенка владеть ножом.

Для этой игры мы используем формочки для выпечки пирожных, формочки для печений и простые формочки для песка. Благодаря тому, что песок отлично держит форму, получаются настоящие кондитерские шедевры. Получившиеся изделия аккуратно и без осыпания режутся пластиковым ножом на ровные части: «Угости тортиком кукол».

«Прятки»

Цель: развитие осязательного чувства ребенка и мелкой моторики рук; развитие сосредоточенности.

Для этой игры взрослый прячет в кинетическом песке любые фигурки, пуговицы, маленькие игрушки. Ребенок должен найти определенную игрушку, найти все спрятанные игрушки, найти определенное количество спрятанных игрушек. Например, для темы «Животные» задание может быть таким: найти 5 диких животных и 5 домашних.

«Кто выше»

Цель: знакомить со свойствами кинетического песка – держать форму; развитие сосредоточенности, концентрации внимания, аккуратности

Формы, сделанные из кинетического песка очень прочные, но как только давление сверху достигает определенного предельного веса – строение рушится. Данное свойство можно использовать для игры, задача которой – построить башню как можно выше.

«Рисование на песке»

Это всем знакомая игра – палочкой рисуем на кинетическом песке. Рисунки могут импровизацией ребенка, так и на усмотрение взрослого: нарисовать фигуру, букву, провести волнистую линию, соединить две фигуры и т. п.

«Наши ладошки»

Цель: продолжать закреплять представление о свойстве сохранять отпечатки; формирование нестандартного творческого мышления.

На кинетическом песке ребенок делает отпечатки своих ладошек, по показу взрослого или самостоятельно украшает их камешками, цветочками и т. п.

«Платочки»

Цель: продолжать закреплять представление о свойстве кинетического песка – сохранять отпечатки; развивать умение распределять рисунок в уголках и в центре квадрата, прямоугольника, способствовать активизации творческой активности.

Предложить ребенку украсить платочек для куклы, для примера показав, как украсил сам взрослый. Украшать платочек можно с помощью печаток, стек, палочек. Взрослый должен обращать внимание на расположение узоров.