

*Иохим Людмила Сергеевна,*

*педагог-психолог;*

*Плитуна Екатерина Сергеевна,*

*воспитатель,*

*МБДОУ «Детский сад № 127»,*

*г. Череповец, Вологодская область, Россия*

## **АРТПЕСОЧНИЦА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ**

**Аннотация.** В статье пойдёт речь об особенностях использования в работе с детьми раннего возраста арт-терапевтических методов, в частности техники рисования песком. Взаимодействие с песком благотворно влияет на эмоциональное самочувствие детей, что очень важно особенно в период адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ. Использование в работе такой техники позволяет сократить сроки адаптации малышей.

**Ключевые слова:** адаптация, ранний возраст, арт-терапия, песочная терапия.

Для ребенка раннего возраста, особенно в период адаптации, характерны эмоциональная неустойчивость, импульсивность, яркость проявления эмоций. Все это определяет основную направленность психолого-педагогической работы с малышами – эмоциональное наполнение жизни ребенка и оказание помощи в более успешном прохождении ребёнка раннего возраста процесса адаптации к условиям ДОУ [2, С. 5].

На протяжении нескольких лет в своей работе с детьми раннего возраста мы используем такой вид деятельности как арт-терапия. Арт-терапия в педагогике – это инновационное направление, которое в большинстве случаев осуществляется невербальными методами. В отличие от вербальных методов взаимодействия с детьми арт-терапия обладает рядом преимуществ:

1. Занятие творческой деятельностью (лепка, игра, рисование красками, карандашами, песком и др.) – естественное занятие для любого ребенка, поэтому арт-терапия не имеет ограничений в использовании.

2. Арт-терапия – преимущественно невербальный метод общения. Это делает ее особенно ценной для детей раннего возраста, которые недостаточно хорошо владеют речью и затрудняются в словесном описании своих переживаний.

3. Арт-терапия является мощным средством сближения педагогами со своими воспитанниками, это очень ценно в ситуации налаживания контакта с детьми раннего возраста в период адаптации.

4. Арт-терапия является средством свободного самовыражения.

Анализируя практический опыт прошлых лет, мы пришли к выводу о необходимости использования в работе с детьми новых форм взаимодействия. Среди многих арт-терапевтических методов мы выбрали песочную терапию – технику рисования песком.

Одним из первых формированием концепции «песочной терапии» стал заниматься Карл Густав Юнг, основатель аналитической терапии. Игра с песком как консультативная методика была описана английским педиатром Маргарет Ловенфельд в 1939 году. В России песочная терапия получила распространение сравнительно недавно. Большой вклад в развитие песочной терапии внесли отечественные педагоги Санкт-Петербургского Института специальной педагогики и психологии, которые являются авторами ряда книг

по данной теме: Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. – «Чудеса на песке. Песочная игротерапия», Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. – «Игры в сказкотерапии», Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. – «Как помочь «особому» ребенку», Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. – «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии».

Мы изучили специальную литературу по данному направлению, прошли обучающие семинары по технике рисования песком, организованные студией рисования «Артпесок» в городе Череповце. На основании этого воспитатели совместно с педагогом-психологом разработали программу адаптационно-развивающих занятий «Артпесочница для малышей».

Чем же так полезны занятия рисования песком?

Во-первых, у ребенка развивается интерес исследователя. Ведь занятие, как правило, окружено тайной. Это почти, как проведение научного эксперимента или волшебный ритуал. Для рисования выставляется специальный стол с подсветкой. И в руки дают вовсе не краски, а песок, который сыпется и сначала совершенно не поддается «приручению». А еще песок может быть не обычный, а подкрашенный.

Во-вторых, ощущение песка в руках расслабляет. Песок – это живой материал, его можно потрогать пальчиком, погладить всей ладонью, ощутить на коже твердость каждой песчинки. Во время занятия нервные импульсы передаются от кожи в головной мозг, и малыш «подзаряжается», как батарейка, хорошей энергией. Творчество с песком позволяет снять волнения и фобии. Уходят эмоциональные «зажимы», и организм возрождается.

В-третьих, ребенок фантазирует с песком смелее, чем на бумаге с карандашами или красками. Здесь можно рисовать, поправлять и снова рисовать, без страха совершить какую-либо ошибку. Малыш может просеять песок, собрать в кучку, разровнять, поковырять пальчиком, изобразить примитивные палочки, «каляки-маляки» или целые картины, а потом все поломать и творить заново! Десятки разных действий и десятки вариаций рисунка за относительно короткий промежуток времени.

В-четвёртых, рисование песком способствует развитию мелкой моторики. Специалисты говорят, что данная методика даже эффективнее, чем пальчиковая гимнастика. Почему так? Потому что действия с песком больше напрягают и мозг, и мышцы [1, С. 2].

В нашем ДОУ работа в данном направлении осуществляется воспитателями непосредственно в самой группе в центре «Песок» 2-3 раза в неделю на протяжении всего года. В комнате игротерапии в центре «Песок – вода» 1 раз в неделю с детьми занимается педагог-психолог, используя различные игры и манипуляции с песком, водой и сыпучими материалами.

Помимо арт-терапевтических методов в работе с детьми используются следующие формы и методы работы: беседа, метод куклотерапии, элементы сказкотерапии.

Метод куклотерапии помогает ребенку общаться со взрослым опосредованно, через кукольный персонаж, что стимулирует ребенка к установлению контакта со взрослыми и сверстниками.

Включение в структуру занятий элементов сказкотерапии позволяет достигать возникновения у ребёнка ощущения чуда, сказки в момент игры с кукольным персонажем. Этот метод эффективен особенно в период раннего детства, когда ребёнок доверяет взрослому и верит ему безусловно, что помогает наладить педагогу более тесный контакт с каждым ребёнком, учитывая его индивидуальные особенности.

При реализации песочной терапии необходимо соблюдать определённые 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.

Занятия проводятся как в индивидуальной, так и в подгрупповой форме. Оптимальная численность подгруппы – 2-4 чел. Продолжительность каждого занятия – от 7 до 12 минут, в зависимости от возможностей и настроения ребёнка.

Реализация такой работы возможна при наличии специально организованной предметно-развивающей среды. У нас созданы соответствующие условия, как в группе детского сада, так и в комнате игротерапии. Непосредственно в группе есть нужное оборудование: 1 световой стол для рисования песком; специальный песок; пластмассовые формочки, воронки, сита, ведерки, лопатки; камешки, маленькие фигурки животных и др. В комнате игротерапии: 2 стола для игр с песком; 6 световых столов для рисования песком; специальный песок; тазы, ведра; пластмассовые формочки, воронки, сита, ведерки, лопатки; баночки, пузырьки, воронки, лейки; маленькие фигурки животных, ракушки, камушки, перья и т.д.; бросовый материал.

Очень важно, до начала занятий, познакомить детей с правилами поведения во время игр с песком:

- намеренно не выкидывать песок на пол;
- не нужно бросаться песком;
- после игры надо помочь убрать игрушки на свои места.

Учитывая возрастные особенности раннего возраста, занятия с детьми мы проводим в утренние часы когда, дети готовы к экспериментированию. Для свободного рисования мы отводим вечернее время, когда ребёнок с помощью взаимодействия с песком может снять напряжение, накопившееся за день.

Таким образом, игры с песком могут быть мощным ресурсом предметно-развивающей среды в группах раннего возраста. Игры с этими материалами оказывают существенное влияние на сохранение эмоционального благополучия, т.к. помогают создать радостное настроение, установить первые контакты с ребенком, повышать жизненный тонус, снимать напряжение, агрессию, состояние внутреннего дискомфорта у детей.

Разработанное тематическое планирование (см. Приложение 1), конспекты занятий (см. Приложение 2) могут быть использованы в других дошкольных учреждениях, что подтверждает практическую значимость реализуемой нами

программы «Артпесочница для малышей» применительно к раннему возрасту [3, С. 23-56].

Свой практический опыт мы уже транслируем:

1. Участие в I Городском фестивале-конкурсе по рисованию песком «Песочный кораблик». Методическая разработка «Арт-песочница как средство успешной адаптации детей раннего возраста». Диплом за системный подход в использовании песочной терапии при организации процесса адаптации детей раннего возраста, г. Череповец, ноябрь 2015 г.

2. Участие в международном конкурсе научных и образовательных концепций и разработок «Педагогические достижения – 2015». Методическая разработка «Артпесочница для малышей», 1 декабря 2015 г., г. Красноярск, [achievements@nkras.ru](mailto:achievements@nkras.ru), сертификат об участии.

3. Публикация статьи «Артпесочница для малышей» по результатам участия в международной научно-практической конференции «Инновационное развитие: ключевые проблемы и решения», 8 декабря 2015 г., г. Уфа, [nauka@os-russia.com](mailto:nauka@os-russia.com).

*Приложение 1*

Перспективное тематическое планирование по программе  
«Артпесочница для малышей»

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Сентябрь	«Правила песочной страны»	«Сыпем, лепим»	«Отпечатки наших рук»	«В гостях у солнышка»
	«Ищем, ищем и найдём»	«Клад»	«Друзья для Песочного Человечка»	«Дождик»
Октябрь	«Кружатся листья» (отпечатки)	«У бабушки на огороде» (Овощи)	«У бабушки в саду» (Фрукты)	«Подарок для Песочного Человечка»
Ноябрь	«Песочный Человечек ждет гостей»	«Игрушки»	«Домашние животные»	«Заюшкина избушка»
Декабрь	«Зима-красавица» (снежинки, сугробы)	«Снеговики»	«Елочка»	«У новогодней елки» (рисование сюжетной картины)
Январь	Выходной	«Узоры на окне»	«Снегири, синички-славные птички» (использование цветного песка)	«У кормушки»
Февраль	Сказка «Колобок» (зверье)	«Колобок попал в лес» (следы)	Сказка «Колобок» (рисование сюжетной картины)	«Капель» (сосульки)
Март	«Плывет-плывет кораблик»	«Аквариум»	«На дне морском»	«Морская история» (сюжетная картина с использованием цветного песка)

Апрель	Домашние птицы «Курочка с цыплятками»	«Курочка Ряба» сказка (коллективная)	«Букет для мамочки»	«Бабочки- красавицы» (использование цветного песка)
--------	---	--	------------------------	--

Приложение 2

**Конспект № 1. Тема: «Правила песочной страны».**

**Цели:**

1. установление эмоционального контакта с ребенком;
2. формирование положительного эмоционального взаимодействия со сверстниками;
3. обучение детей правилам работы с песком;
4. развитие мелкой моторики;
5. развитие тактильных ощущений;
6. сплочение детской группы.

**Оборудование:** герой - Песочный Человечек; музыкальное сопровождение; стол для работы с песком, песок.

**Ход работы:**

Приветствие: Здравствуйте, девочки и мальчики! Давайте поздороваемся друг с другом.

**1. Игра – приветствие «Рано солнышко встаёт».**

**Цель:** создание эмоционально положительного настроения;

**Ход игры:** дети повторяют за педагогом.

Рано солнышко встаёт

И спешит скорей в обход.

Как, ребяташки, живете?

Как здоровье, как животик?

Одолела вас дремота?

Шевельнуться неохота?

Всем команду: Подъём!

В Песочную страну пойдём!

**Педагог:** К нам в гости придет Песочный Человечек, который отведет нас в страну волшебного песка. Все готовы отправиться в путешествие в песочную страну? Тогда поспешим! Но, чтобы Песочный Человечек пришел, надо сказать, волшебные слова. Давайте подойдем к волшебному столу, наполненному песочком, положим ладошки на песочек, закроем глаза и произнесем волшебное заклинание. Повторяйте за мной.

**2. Игра-ритуал «входа» в песочную страну «Заклинание».**

**Цель:** установление контакта с детьми и настрой на дальнейшую работу.

**Ход игры:** Дети повторяют за педагогом.

Ты в ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди,

Один, два, три,

Песочный Человек, приди!

**Педагог:** Откройте глаза, дети! Посмотрите, кто это? Познакомьтесь, это Песочный Человечек. Он пришел к нам в гости.

*Песочный Человечек* (от лица Человечка педагог начинает читать стихи о правилах работы с песком):

Я вас слушал, я вас слышал,  
Вы такие молодцы!  
Вы – волшебники-творцы.  
Я открою все секреты,  
Только знать нужно при этом  
Правила моей страны.

### **3. Игра «Правила песочной страны».**

**Цель:** познакомить детей с правилами поведения при работе с песком.

**Ход игры:** ПРАВИЛА:

Вредных нет детей в стране –  
Ведь не место им в песке!  
Здесь нельзя кусаться, драться  
И в глаза песком кидаться!  
Стран чужих не разорять!  
Песок – мирная страна.  
Можно строить и чудить,  
Можно много сотворить:  
Горы, реки и моря,  
Чтобы жизнь вокруг была!  
(Т.М. Грабенко)

Дети вместе с педагогом повторяют и дополняют правила поведения в песочной стране.

### **4. Игра «Поздоровайся с песком».**

**Цели:** развитие мелкой моторики; развитие тактильных ощущений.

**Ход игры:** Педагог от имени Песочного Человечка просит по-разному поздороваться с песком, то есть различными способами дотронуться до песка:

- поочередно пальцами одной руки, затем другой руки, потом всеми пальцами одновременно;
- легко (с напряжением) сжать кулачки с песком, затем медленно высыпать его в песочницу;
- дотронуться до песка всей ладошкой – вначале внутренней стороной ладошки, затем — тыльной стороной.

*Песочный Человечек:* Я очень рад, что вы знаете правила и умеете здороваться с песочком.

*Педагог:* Песочный Человечек очень рад, что именно вы пришли в волшебную песочную страну и подружились с песочком. Песочный Человечек, будет с нетерпением, ждать вас в песочной стране в следующий раз.

### **5. Ритуал прощания:** Давайте попрощаемся с Песочным Человечком.

**Игра-ритуал «выхода» из песочной страны**

«Песочный Человек, прощай!  
Ты никогда не унывай!  
Мы тихонечко уйдем,  
В следующий раз к тебе придем!»

**Конспект № 13. Тема: «Песочный Человечек ждет гостей».**

**Цели:** те же.

**Оборудование:** герой: Песочный Человечек; музыкальное сопровождение; стол для работы с песком, песок, чашка и блюдце из набора детской посуды на каждом столе детей.

### **Ход работы:**

#### **Приветствие.**

Здравствуйте, девочки и мальчики!

Давайте поздороваемся друг с другом.

#### **1. Игра-приветствие «Рано солнышко встаёт».**

**Цель:** создание эмоционально положительного настроения;

**Ход игры:** дети повторяют за педагогом (см. конспект № 1).

#### **Игра-ритуал «входа» в песочную страну «Заклинание».**

**Цель:** установление контакта с детьми и настрой на дальнейшую работу.

**Ход игры:** Дети повторяют за педагогом (см. конспект № 1).

#### **2. Игра «Правила песочной страны» (см. конспект № 1).**

**Цель:** повторить с детьми правила поведения при работе с песком.

**Ход игры:** Педагог от имени Песочного Человека произносит слова (см. конспект №1).

#### **3. Продуктивная деятельность.** Арт-терапия «Чашки для гостей Песочного Человечка».

**Педагог:** Сегодня к Песочному Человечку придут гости. А у него случилось беда: когда он накрывал на стол – все чашки упали и разбились. Песочный Человечек расстроился и не знает, как ему быть. Чем ему можно помочь?

**Ответы детей:** нарисовать новые чашки.

Совместная и самостоятельная деятельность детей и педагога:

- 1) сначала педагог рисует стол и скатерть;
- 2) предлагает детям «украсить» скатерть узором (горошинками);
- 3) дети при помощи указательного пальца рисуют круговыми движениями горошинки (круги большие и маленькие);
- 4) затем педагог рисует чайник, при желании ему могут помогать дети;
- 5) дальше дети круговыми движениями указательного пальца рисуют саму чашку (круг), дорисовывают ручку (полукруг), блюдце (полукруг).

б) можно нарисовать ещё одну чашку и одно блюдце.

**Педагог:** Песочный Человечек очень рад! Ему понравились ваши чашки с блюдцами. Он может теперь принять и напоить гостей ароматным чаем.

**4. Ритуал прощания:** Песочному Человечку пора принимать гостей, а нам пора возвращаться. Закрывайте глаза, я говорю «заклинание» (см. конспект № 1).

#### **Игра-ритуал «выхода» из песочной страны.**

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Вахрамеев В.В. Арт-песочница. В сб. метод. материалов. – Череповец, 2014.
2. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998.
3. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». – СПб.: Речь, 2005.