**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №20 ИМ. В.Ф.ГРУШИНА ГОРОДА**

**НОВОКУЙБЫШЕВСКА ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

 **СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ 2 ДЕТСКИЙ САД «ВАСИЛЕК»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Песочная терапия дома: 7 интересных и полезных игр с песком**

 **Воспитатель**

**Балыкина Юлия Михайловна**

 **группа раннего возраста**

 **«Анютины глазки»**

**г.о. Новокуйбышевск**

**2020 г.**

Все мы в детстве не раз играли в песочнице, лепили куличики и строили замки. И мы даже не представляли, что это не просто игра, а серьезное занятие. Выражая свои переживания в игре с песком, человек — и взрослый, и ребенок — постепенно освобождается от их груза и снимает напряжение. И сегодня любой родитель может для своего ребенка устроить дома песочницу.

* **Почему стоит устраивать песочные игры дома**

Самая любимая и всепоглощающая деятельность ребенка — это игра. В ней каждый малыш создает свой собственный мир, устраивает его так, как ему больше нравится. К этой игре ребенок относится очень серьезно и щедро вкладывает в нее свои эмоции. Песок — это прекрасный материал для игр: он невероятно пластичен, сыпуч, его можно намочить и лепить из него разные формы, разрушать их и снова строить. Разделите с малышом приятные эмоции от игры — устройте дома песочницу. Это просто, ведь вам не понадобится ни специальных знаний, ни сложного оборудования. А для ребенка эта игра очень важна, как и то, что играть вы будете вместе. Начинать работу с песком можно с самого раннего возраста, когда малыш только знакомится с разными материалами и пробует их сыпать, смешивать и так далее.

* **Что понадобится для работы с песком дома**

Песок для игр может быть любым: речным, морским, главное — чистым. Его можно купить в зоомагазине или даже заменить на манную крупу. Песочницей послужит поднос прямоугольной формы или обычный контейнер размерами не меньше 50 на 70 сантиметров. Песочницу нужно заполнять песком на две трети. Вам также понадобится вода для смачивания песка и набор миниатюрных игрушек — фигурок животных и людей, которые не займут много места в песочнице. Этого достаточно для любой игры из этого списка.

1. **«Построение своего мира»**

Это очень простая и очень важная игра. Ребенку предлагается создать свой мир на подносе с песком. Пусть он строит, как хочет, но соблюдает три ключевых правила: песок не высыпать, не бросаться им, постройки других не ломать, когда он играет не один.

**Цель игры:** дать возможность внутренним процессам выйти наружу, чтобы ребенок их увидел, смог осознать что-то важное для него.

1. **«Семья в образах животных»**

Предложите ребенку поселить в песочнице семью зверей, построить город, в котором она живет, или просто создать мир семьи животных. Важно, чтобы у вас было как можно больше фигурок животных. Выбор малыша будет более осознанным, если вы, читая ему сказки, обращаете его внимание на поведение и характер разных животных. Например: лиса хитрая, волк злой, медведь сильный.

1. **«Следы»**

Эта игра, направленная на развитие мелкой моторики, помогает снять напряжение. Чтобы включить в работу оба полушария мозга, ребенок сначала должен играть обеими руками по очереди, затем вместе. Его задача — оставлять на поверхности песка следы, а чьи именно, говорите вы. Покажите малышу, как надо оставлять следы: зайца — указательным и средним пальчиком, змейки — мизинцем, удава или мамы-змейки — ребром ладони, кошечки — большим, указательным, средним и безымянным пальчиками, собранными вместе, и так далее. Придумывайте сказки про тех, кто оставил следы!

1. **«Война»**

Вопреки агрессивному названию, эта игра проводится в мирных целях. Я рекомендую использовать ее и в случае назревающего конфликта, и когда дома все мирно и гладко. В некоторых семьях существует запрет на злость и выражение отрицательных эмоций, и у детей чувство гнева спрятано очень глубоко. Эта игра позволяет гневу проявиться, выйти наружу, хотя для этого иногда приходится играть очень много.

Играть в «Войну» удобно с мокрым песком, не манкой: она комкуется. Намочите песок, постройте из него горы, заборы, стены, препятствия, окопы, выберите игрушки, которые «поссорились» и «злятся друг на друга». И пусть малыш начинает сражаться: лепить бомбы, кидать их на игрушки, ломать постройки, причинять всяческие разрушения. Эта игра помогает ребенку не только дать выход подавляемому гневу, но и увидеть всю его разрушительную силу. Малыш учится не бороться со своими чувствами, а разрешать их себе. Не пугайтесь, если ребенок изо дня в день возвращается к этой игре, разрушая все новые песочные постройки. Значит, ему это пока нужно, и для вас это должно быть важно. Но настанет день, когда ребенок захочет построить мирный город. Тогда вы поймете, что он справился с гневом.

1. **«Прятки»**

Эта игра направлена на снижение тревожности и борьбу со страхами. Ее суть — закапывание в песок различных предметов, например, игрушек или ракушек. Закапывая или засыпая предмет, ребенок может вдруг осознать свою силу над страхами. А когда он его раскапывает, то борется со своими переживаниями, расправляется с тем, что его тревожит.

1. **Игры с кинетическим песком**

Такой песок вовсе не обязательно покупать в магазине, можно сделать его самим, добавив воды и крахмала. А играть вы можете прямо на столе, без песочницы. Вам понадобятся формы для выпечки. Суть игры — делать фигурки из песка при помощи формочек, раскладывать по кукольным тарелочкам. Игра направлена на развитие функциональности кисти руки — это важно для обучения письму, творческого воображения, мышления, умения взаимодействовать с партнером — мамой или другим родственником.

7. **Игру с кинетическим песком можно усложнить**, добавив в нее миниатюрные фигурки и задав ей определенную тему. Например, вы заметили, что ваш малыш поссорился с кем-то, не в духе, увидел плохой сон и до сих пор напуган, грустит. Попросите его «вылепить» свой мир, когда он в таком состоянии, и вы увидите, как постепенно малыш будет успокаиваться и справляться с этими трудностями. Главное — будьте рядом.

Детям трудно распознавать свои эмоции и чувства. Поэтому во всех этих играх я рекомендую родителям задавать ребенку вопросы, делиться своими мыслями и переживаниями, побуждая к этому и малыша.