**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 109".**

Роль песочной терапии при адаптации ребенка к ДОУ

Выполнила:

Воспитатель МБДОУ 109

Парамонова Татьяна Михайловна

г. Миасс

**Роль песочной терапии при адаптации ребенка к ДОУ**

**Актуальность**

Актуальность обусловлена тем, что адаптационный период – серьезное испытание для малышей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно влечет изменение поведенческих реакций ребенка и чтобы адаптация стала более спокойной и безболезненной приходит на помощь песочная терапия.

 **Цель:** повышение адаптационных возможностей детей раннего дошкольного возраста через использование метода песочной терапии.

 **Задачи:**

* Установить доверительные отношения между воспитателем и ребенком;
* Снизить высокой уровень психического напряжения, как ребенка, так и воспитателя;
* Быстро и осмысленно освоить нормы, правила поведения и общения между детьми в группе;
* С помощью взрослого проигрывать психотравмирующие ситуации «Расставание с родителями, встреча с неизвестным», освоить позитивные способы поведения.

**Предметно-развивающая среда**

В предметно-развивающей среде у нас есть:

* Наша любимая фея,
* магнитофон и записи релаксационной музыки и звуков природы.
* Фигурки для обыгрывания заданий в песочнице, немного животных; формочки, валики, кисточки, трафареты, воронки;
* Наборы сказок из дерева: «Курочка Ряба», «Колобок», «Зоопарк», «Ферма» и др.;
* Наборы из стекляруса – камушки округлой и квадратной формы, подводные жители, фрукты

Набор игрового материала немного - он находится в процессе накопления.

**Оборудование для занятий**:

 просторное помещение с наличием соответствующего оборудования:

* столы с подсветкой для работы с сухим песком;
* специальные песочницы для работы с кинетическим (космическим) песком;
* чистый просеянный сухой песок (натурального цвета, цветной песок);
* кинетический (космический) песок (разного цвета);
* коллекция миниатюрных фигурок для обыгрывания заданий в песочнице;
* формочки, валики и др.;
* магнитофон и диски с записями релаксационной музыки и звуков природы.

В нашей группе находится контейнер с крышкой и кинетическим песком - детям очень нравится играть с ним - долго не могут оторваться от песка. Эта песочница очень выручает на случай карантина, например, дети играют в песок, не пропуская занятий.

Все игры, упражнения в песке осуществляются с помощью игрушки-посредника Песочной Феи. Данную игрушку мы используем только в песочнице или в некоторых исключительных случаях на занятиях в группе, так как через эту игрушку объявляются все правила поведения, запреты и поощрения.

Пример. ***Мини история «В гостях у феи»***

***Цель:*** снять эмоциональное напряжение у детей раннего возраста в период адаптации.

***Задачи:***

1. Снизить у детей тревожность, перепады настроения

2. Создать положительно эмоциональный микроклимат

3. Развивать у детей тактильные ощущения

Песочная фея загрустила, потому что ее подружки песчинки потерялись и не смогли вернуться домой в песочницу» Песочная фея просят тебя малыш:

* Береги песчинки – не выбрасывая их из песочницы. Если случайно песок высыпался – покажи это взрослому, и он поможет им вернуться обратно в песочницу;
* Песчинки очень не любят, когда их берут в рот или бросаются ими в других детей;
* Песочная фея любит, когда у детей чистые ручки и носики. Поиграли с песком – помойте ручки и покажите чистые ладошки зеркалу.

# **Описание структуры занятия**

Примерная структура каждого занятия может быть представлена следующим образом:

*1. Вводная часть.*

* Ритуал вхождения в игру. Приветствие.
* Правила работы с песком.

*2. Основная часть.*

* Создание сказочной ситуации
* Практическое задание по сюжету
* Расслабляющие упражнения с использованием музыки и шума воды.

*3.Заключительная часть.*

* Завершение игры. Поощрение детей за помощь
* Ритуал "выхода" из песочной страны. Прощание.

**Вывод:**

Песочная терапия является мощным средством успешной адаптации дошкольников к условиям детского сада, так как любую психотравмирующую или конфликтную ситуацию можно проиграть в песочнице. Не сразу, но постепенно «песочный опыт» проживания разных событий станет жизненным опытом самого ребенка, который он начнет активно использовать в реальной жизни.

**В чем же заключается роль песочной терапии:**

Песок выступает как проводник между миром маленького ребенка и пониманием этого мира взрослым.

Поскольку песок имеет свойство «заземлять» негативную психическую энергию, стабилизировать эмоциональное состояние, то взаимодействуя с песком, повышаются адаптивные возможности ребенка, он быстрее и менее болезненно адаптируется к детскому саду. И это естественно, ведь дети 1,5-3 лет особенно нуждаются в песочнице, так как в ней они «проигрывают» свои чувства и эмоции, которые им пока сложно выражать в силу возрастных особенностей. Создавая «песочные страны», ребёнок входит в диалог с окружающим миром, и взрослый получает уникальную возможность увидеть мир глазами ребёнка и научиться взаимодействовать с этим миром. Все это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации.