**«Песочная игра» – как метод облегчения адаптации детей к условиям ДОУ**

В последнее время интерес к проблеме адаптации детей к новым условиям чрезвычайно повысился в связи с переживаемым в России социально – экономическим кризисом. Переход ребенка из одних условий существования в другие сложен  был всегда, а в наше время он стал значительно затруднен дополнительными стрессирующими факторами. Нестабильность и динамичность  современной жизни требует быстрого и адекватного реагирования. Однако адаптационные возможности ребенка, особенно раннего возраста, ограничены, поэтому резкий, неподготовленный переход его в новую социальную ситуацию зачастую приводит к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

С приходом в ясли у ребенка начинается новый этап в его жизни. Отрыв от дома и близких, встреча с новыми  взрослыми и незнакомыми сверстниками  становятся  для ребенка серьезной психической травмой. Из года в год наблюдая за малышами, мы пришли  к выводу: сложность процесса напрямую зависит от степени готовности ребенка к поступлению в детский сад. В период адаптации происходит перестройка ранее сформированного динамического стереотипа, физиологии и иммунной системы. Стрессовая ситуация вызывает защитную реакцию организма в виде отказа от сна, еды, общения с окружающими.  В связи с этим адаптационный период переходит в тяжелую стадию, которая характеризуется разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии, неврозам, срывам нервной системы и т.п. Для правильной и эффективной организации процесса адаптации к условиям ДОУ, прежде всего нам необходимо понять интересы, стремления каждого малыша, или говоря  словами В.А.Сухомлинского, «проникнуть в духовный мир ребенка». Именно поэтому работу с родителями мы начинаем с заполнения анкет, бесед, консультаций  и активного общения.

В ходе комплексного исследования, было выделено три фазы адаптационного процесса:

1. Острая фаза или период дезадаптации.
2. Подострая фаза или собственно адаптация.
3. Фаза компенсации или период адаптированности.

Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

* Легкая адаптация -  к 20 дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контакта со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт.
* Адаптация средней тяжести: поведенческие реакции восстанавливаются к 30 дню пребывания.
* Тяжелая адаптация – характеризуется значительной длительностью (от двух и более месяцев) и тяжестью всех проявлений

Адаптация – это не только процесс привыкания ребенка к дошкольному учреждению на первых порах, но и выработка умений и навыков в повседневной жизни. Длительность периода адаптации зависит от многих причин:

* От особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка
* От наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы;
* От состояния здоровья;
* От резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой он находится в дошкольном учреждении;
* От разницы в методах воспитания.
* Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимания, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям.

Мы стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации. Для этого мы рекомендуем использовать метод «песочной терапии».

Метод sandplay (дословно - песочная игра) пока мало известен в России. Он представляет собой одну из необычных техник аналитического процесса, во время которого ребенок строит собственный мир в миниатюре из песка и небольших фигурок. Это метод, имеющий за собой интересное прошлое, устоявшиеся основы теории и техники в настоящем и, надеемся, перспективное будущее. Песок - необыкновенно приятный материал: когда мы погружаем руки в сухой песок, появляется нечто похожее на рябь на воде. Смешанный с водой, песок становится более темным и приобретает качества земли. Песок становится устойчивым и ему можно придать форму.  Можно сказать, что ребенку на час предоставляется неведомая вселенная, внутри которой он может создавать свой индивидуальный мир. Ребенок не может рассказать нам о своих сложностях как взрослый, но он может сделать это при помощи песочных картин.

Этот метод можно использовать в работе с детьми от двух  лет и старше, со следующим спектром проблем:

* сложности, связанные с  адаптационным периодом
* различные формы нарушений поведения
* психосоматические заболевания
* повышенная тревожность, страхи
* неврозы

Игра в песок захватывает и взрослых, и детей. Вспомните, как приятно бывает присоединиться к игре в «куличики», построить замок на морском берегу или просто смотреть, как высыпается сухой песок из вашей ладони.

Данный метод очень прост, но дает потрясающий эффект.

В группе, вы увидите поднос с песком, воду, формочки и множество мелких сюжетных игрушек. Ребенку интересно, когда формочки разные - прозрачные и непрозрачные, большие и маленькие. Мы предлагаем ребенку выбрать те фигурки, которые привлекут его внимание – те, к которым потянется рука. Время выбора обычно не ограничивается, каждый выбирает в своем темпе. Выбранные фигурки располагаются в подносе с песком – так, как хочется ребенку. Он сможет менять в подносе все, что захочет. Поднос – это то место, где ребенок создает свой мир, к тому же он может его преобразовать по своему желанию.

Дети ведут себя по-разному: одни некоторое время просто рассматривают песок, другие начинают играть с игрушками. Одни не используют никаких объектов - они просто касаются поверхности песка, перемещают формы и делают постройки в песке. Другие используют немного объектов, третьи расселяют много выбранных персонажей. Кто-то использует сухой песок, кто-то смачивает песок водой. Есть дети, строящие свою картину быстро, есть работающие медленно. Одни представляют мир очень сосредоточенно и спокойно. Другие наслаждаются игрой.

Особенность и преимущество  данного метода заключается в том, что нет никакого правильного и неправильного способа игры в песке – песочные миры создаются без подготовительной работы, без планирования и моделирования и поэтому соответствуют внутреннему миру создателя. Отличие песочной терапии от других психотерапевтических форм в том, что она позволяет создавать мир с помощью символов и образов. Один символ или образ может передать чувства, эмоции, конфликты, больше, чем сто слов. Особенно это помогает детям, которым трудно облечь свои переживания в слова.

Анализируя адаптацию за три последних года, мы видим, что применение «песочной терапии» делает ее течение более легкой:

Дети, с которыми проводилась  «Песочная терапия»  - контрольная  группа

Дети, с которыми  не проводилась    «Песочная терапия»  - обычная группа

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| год | Контрольная  группа | | | Обычная группа | | |
| тяжелая | средняя | легкая | тяжелая | средняя | легкая |
| 2009г. | - | 40% | 60% | 30% | 60% | 10% |
| 2010г. | - | 35% | 65% | 45% | 45% | 10% |
| 2011г. | - | 25% | 75% | 50% | 45% | 5% |

Ребенок, играя, создавая мир, всегда показывает, что его волнует на данный момент. Песочница, комната, дети и, конечно, воспитатель, создают у ребенка чувство безопасности, защищенности. Такая атмосфера помогает ребенку любую психотравмирующую или конфликтную ситуацию проиграть в песочнице. Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние. Так или иначе, наблюдения и опыт показывают, что игра в песок с одной стороны позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и взрослых, это делает его прекрасным средством для "заботы о душе" именно так переводится термин "психотерапия", а с другой стороны  работа с песком развивает мелкую моторику, аккуратность и усидчивость. Иными словами, использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно-терапевтический эффект.

В песочнице создается дополнительный акцент на тактильную чувствительность, «мануальный интеллект» ребенка. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу дает дополнительный эффект. С одной стороны,  существенно повышается мотивация ребенка к занятиям, а с другой — более интенсивно и гармонично происходит развитие познавательных процессов. Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще во II веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждают, что игры с участием рук и пальцев приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии. Развитие мелкой моторики пальцев рук является мощным стимулом речевого и интеллектуального развития ребенка. Чем лучше малыш управляет  пальчиками, тем быстрее он начинает говорить. И в этом нет ничего удивительного – ведь нервные окончания пальцев рук связаны с теми участками головного мозга, которые отвечают за речь малыша. «Песочный  бассейн» используется для одновременного активного воздействия на различные точки кистей, пальцев, ладоней. Погружаясь как можно глубже в наполнитель, ручки ребенка массируются, пальцы становятся более чувствительными, их движения – координированными

Можно попросить малыша найти в «песочном бассейне» различные мелкие предметы или игрушки  / по аналогии с игрой  «Волшебный мешочек.»  На одно занятие отводится  5-10 мин  в день. Обыгрываю поиск, ввожу поиск малыша в игровую ситуацию. /Игрушки решили с вами поиграть в прятки. Много игрушек, но вы найдите собачку. Только ищите пальчиками на ощупь, и не подглядывайте/. Каждое занятие имеет свое название, проводится в течение нескольких минут, два-три раза в день.

Конспект занятия для детей младшего дошкольного возраста с элементами развития речи «Домик из песка для Степашки."

Задачи:

1. Вызвать у детей интерес к содержанию занятия, эмоциональный отклик на действия и обращения воспитателя.
2. Развивать коммуникативные умения – способность понимать речь взрослого, отвечать на вопросы.
3. Закрепить знания детей о свойствах песка: сыпучий, сырой, сухой, лепится.

Материал:

* Игрушки:  зайчик и грузовик с кузовом, наполненным песком
* Тазики для песка (сухого и влажного)
* Лейка с водой
* Детские ведерки, лопаточки, сито, воронки
* Фартучки и салфетки для детей.

Ход игры:

Жил был зайчик, длинные ушки, на морском берегу. У всех его друзей были домики, только у зайчика не было. И ветер на него дул и дождик его мочил. Захотелось зайчику тоже домик, а как его построить и из чего он не знал, все что у него было это песок. Зайчик просит, чтобы вы ему построили домик из песка, чтобы  он мог укрываться от дождя и холода.

* Поможем Степашке! Мы с вами умеем строить (въезжает грузовик с песком, а на нем сидит зайчик)
* А вот и сам Степашка. Что ты нам привез

Зайчик: Песок для домика (высыпает из машины песок в тазик)

* Посмотрите, как сыплется песок. Почему песок сыплется? (он сухой)
* А какого цвета сухой песок? Желтого. Я попробую его насыпать в воронку. А вы, ребята, возьмите песок в руки. Сыплется? (Да)
* Попробую-ка я набрать песок в сито. Что получилось? (песок снова просыпался). Правильно, он сыпучий, потому что он сухой. Можно ли из него построить дом для Степашки? Нет ничего не получается.  Давай те же попробуем собрать его горкой. (дети собирают, он рассыпается)
* Не получается. Что нужно сделать с песком, чтобы из него можно  было строить? (полить песок водой) Правильно поливаем песок. Какой стал песок? (влажный, мокрый, сырой) Давай те теперь построим горку (дети строят горку уточняют, что песок стал темным и не сыплется)
* А теперь насыпаем песок в воронку. Не сыплется? Почему? А если попробовать через сито? Не сыплется? Почему?
* Степашка, наши дети все знают и сейчас построят тебе домик.(все строят домик. )  Степашка благодарит их за прочное жилище, и дарит гостинцы (морские камешки –конфетки) А мы для Степашки приготовили игру «зайчик серенький сидит, и ушами шевелит…. Малыши под музыку выполняют движения.

**Играем вместе**

**"Норки для мышки"**

Ребенок вместе с воспитателем копает небольшие ямки - норки руками или совочком. Затем  воспитатель обыгрывает постройку с помощью игрушки. Например,  берет игрушечную мышку в руки, имитируя ее писк. Затем ее "мышка-норушка" пробирается в каждую норку и хвалит ребенка за то, что он сделал для нее замечательные домики. Домики можно делать и для других игрушек - зайчиков, лисят, медвежат и пр.

**"Я пеку, пеку"**

Ребенок "выпекает" из песка разнообразные изделия (булочки, пирожки). Для этого малыш может использовать разнообразные формочки, насыпая в них песок, утрамбовывая их рукой или совочком. Пирожки можно "выпекать" и руками, перекладывая мокрый песок из одной ладошки в другую. Затем ребенок "угощает" пирожками  кукол.

**"Угадай на ощупь"**

Малыш отворачивается, а другой малыш в это время прячет в песок игрушку. Задача ребенка найти в песке игрушку и отгадать на ощупь, что это. Затем малыши меняются  ролями.

**"Заборчики"**

Малыш руками лепит заборчики по кругу. За таким забором можно спрятать зайку от злого серого волка.

**"Волшебные отпечатки на песке"**

Малыш оставляют отпечатки своих рук и ног на мокром песке, а затем дорисовывают их или дополняют камешками, чтобы получились веселые мордочки, рыбки, осьминожки, птички и т. д.

Список использованной литературы

1. Белая К.  Занятия с малышами в детском саду  - М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2004
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Тренируем пальчики – Дрофа,  2000
3. Бирюков А.А. Самомассаж для всех и каждого. — М., 1987.
4. Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. —М., 1956.
5. ГалкинаВ.Б.,ХомутоваН.Ю. Использование физических упраж­нений по развитию мелкой моторики пальцем рук при коррекции нарушений речи //Дефектология. —1999.-№3.
6. Дудъев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи Дефектология. — 1999. — № 4.
7. Каспарова Ю.М. «Ай да наши пальчики!»  - М.: ООО “Издательство АСТ”, 2000.
8. Косинова Е.М.  «Гимнастика для пальчиков» Москва «Олма-пресс» 2003г.
9. Крупенчук О.И.  «Ладушки. Пальчиковые игры для  малышей» Санкт-Петербург. 2005г
10. Павлова Л.Н.  Раннее детство: развитие речи и мышления.Москва «Мозаика-Синтез» 2000г.
11. Плутаева Е.В. «Развитие мелкой моторики» Д.В. №5 2005г.
12. Рузина М.С. Пальчиковый игротренинг. — СПб., 1998.
13. Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. Развивающие игры для детей и взрослых. – СПб., 2000.
14. Светлова И.Е. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук. — М., 2004.
15. Сиротюк А Л.  Развитие интеллекта дошкольников. — М., 2002.
16. Урадовских Г.  Руки учат говорить- М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2008
17. Узорова О.В., Нефедова Е.А. Пальчиковая гимнастика. – М., 2002.
18. Узорова О.В., «Игры с пальчиками» АСТ. Астрель Москва 2003г.
19. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. —СПб., 1996.