**Мастер – класс по песочной терапии.**

Тема: «Песочный мир чудес»

Цель: познакомить педагогов с нетрадиционным направлением изобразительного искусства – рисование песком.

Задачи:

* Дать определение песочной терапии.
* Познакомить педагогов с играми, используемыми на занятиях.
* Способствовать развитию интереса к данной методике и введению её в практическую деятельность.

Материал: ящик с сухим песком, ящик с сырым песком.

Ход:

Добрый день, уважаемые коллеги! Свой мастер-класс я хотела  бы начать со слов Уильяма Блейка

В одном мгновении видеть вечность,
Огромный мир - в зерне песка,
В единой горсти - бесконечность
И небо - в чашечке цветка.

**Песочная терапия –**один из удивительных методов терапии, которая представляет собой невербальную форму психотерапии. Это один из способов общения с самим собой и с окружающим миром; уникальный способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что позволяет повысить уверенность в себе и открыть новые пути развития.

Родоначальниками этого направления были Зигмунд Фрейд и Эрик Эриксон. Благодаря их учениям в 1930-е годы песочная терапия стала применяться для лечения взрослых и детей, а также для раннего детского развития.

Песок - один из первых материалов, который ребёнок использует для самостоятельной деятельности: в песочнице, на пляже, в специальной ёмкости. Песок – это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир, манипуляции с песком дают ощущения свободы, безопасности и самовыражения. Взаимодействие с песком – одно из популярных в мире направлений арт-терапии. Мягкость, тягучесть песка действуют на ребенка успокаивающе, расслабляют, гармонизируя эмоциональное состояние. Кроме того , справедливо считается, что действия с песком позволяют детям избавиться от стрессов, страхов, переживаний, способствуют снятию напряжения, тревожности и фобий.

Кто сказал, что рисовать можно только кисточкой или карандашом? Пальцы слушаются ребёнка лучше, чем карандаш. Рисование песком – один из самых необычных способов творческой деятельности. Песочное рисование – хороший «релакс» и в какой-то степени – медитация. Особенно полезно для детей с повышенной активностью, так как даёт возможность успокоиться, сосредоточиться и расслабиться. Современные исследования доказывают, что, занимаясь рисованием песком, ребенок не только овладевает практическими навыками и осуществляет творческие замыслы, но и расширяет кругозор, развивает художественный вкус, приобретает способность находить красоту в обыденном, учится творчески мыслить. Удивительным образом горсть песка превращается в сказочного героя, диковинного зверя, звездное небо, лес или море.

**Работа с песком интересна и очень разнообразна. Существует множество вариантов использования песка:**

1. Опыты с песком

Песок можно пересыпать, наполнять им различные емкости (это могут быть различные стаканчики или баночки)*,* насыпать можно ложками разного размера, использовать шпатели или сыпать просто руками. В песок можно закапывать различные предметы, строить башни, тоннели и т.д.

2. Рисование на подносах с песком

Рисование можно с обычных линий, дорожек, предложить нарисовать различные геометрические фигуры, волшебное дерево, сказочный дворец или красивое платье. Рисунок можно украсить бусинами, пуговицами, природным материалом (фасоль, камушки)

3. Рассказывание сказок

Рассказывание сказок, используя рисунки на подносе, пальчиковую гимнастику, различные действия с предметами (мелкие игрушки, шумелки, природный материал). Сначала лучше использовать знакомые сказки и истории с простым сюжетом, постепенно усложняя и сюжет и действия, которые выполняют дети, включая их таким образом в процесс рассказывания, фантазирования.

4. Также подносы с песком можно использовать в учебном процессе. Для закрепления понятия величины, классификации, сравнения групп и предметов.

На мой взгляд, такие занятия очень нравятся детям. Не менее важна и свободная деятельность, где задача взрослого создать условия для развития творчества и самостоятельности. Игра – это ведущий вид деятельности ребенка, а игры с пеком позволяют реализовать свой накопленный опыт и творческий потенциал.

Для организации занятий по песочной терапии, исходя из названия, конечно же потребуется песок, лучше всего сухой и влажный.

Нужны также две песочницы, одна с нижней подсветкой, (для сухого песка), вторая просто влагостойкая песочница (для влажного песка).

Если у вас нет светового стола, не стоит расстраиваться. Его с легкостью можно заменить, или сделать из доступных материалов. Самый простой способ – использовать пластиковый поднос на котором можно сразу преступать к рисованию. Лучше если поднос будет голубого или зеленого цвета. Эти цвета ассоциируются с небом, водой, землей. У рисования на подносе есть один неоспоримый плюс – его легко взять с собой.

А какие ассоциации у вас вызывает слово «песок»? Что вы вспоминаете, услышав его? (Ответы педагогов).

Я думаю, многие из вас вспомнили золотой пляж, речку , крики чаек. Всё это завораживает и позволяет расслабиться, забыть о проблемах и отдохнуть. Наверняка, каждому из вас приходилось бывать на песочном пляже. Оказавшись там, вы с удовольствием водите ладонью по песку, строите из него волшебные замки. И не замечаете, как вдруг исчезают тягостные мысли, уходят проблемы, появляется умиротворение и покой.

И сегодня мы попробуем использовать некоторые игры с песком.

 (Педагоги подходят к песочнице с сухим и влажным песком.)

Упражнение-игра «Чувствительные ладошки». Положите ладони на песок. Давайте его погладим внутренней, затем тыльной стороной ладони. Расскажите, какие ощущения, ассоциации у вас вызывает песок? Погладьте песок между ладоней. Поиграйте на поверхности песка, как на пианино. Подобные упражнения я использую в начале занятия. Это способствует развитию мелкой моторики рук, а, следовательно, активизирует умственную деятельность. Сухой песок – нежный, лёгкий, переменчивый, сыпучий. А если смешать его с водой, то он становится более тёмным и начинает приобретать качества земли. На мокром песке можно рисовать, например, лица, обучая ребёнка графическим способам обозначения эмоций человека: радость, грусть, злость, страх, удивление. Из мокрого песка мы можем слепить куличики, пирожки, сделать башню и т.д. Возьмите в руки мокрый песок придайте ему какую-нибудь форму.

Вам понравилось играть с песком? Какие эмоции вы получили? Давайте нарисуем свое настроение.

Спасибо за внимание!