***Мастер класс***

***«Использование Су-джок и песочной терапии в работе с детьми дошкольного возраста»***

Подготовила: воспитатель МДОУ Зебляковский детский сад

Кудрявцева Е.Н.

**Цель:** Познакомить участников с методами использования песочной и Су-джоктерапии. Обучение практическим навыкам работы с песком.

**Задачи:** Дать определение песочной и Су-джоктерапии.

Познакомить педагогов с играми, используемыми на занятиях.

Способствовать развитию интереса к данным методикам и введению их в практическую деятельность.

**Материал:** Песочница, игрушки для песочной терапии, влажные салфетки, массажные шарики Су-джок.

**Ход мастер класса:**

Наблюдения и опыт показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и взрослых, и **это**делает ее прекрасным средством для развития и **саморазвития**ребенка.

Дети часто не могут ясно сформулировать или назвать то, что с ними происходит, но они могут это выразить в символической форме. В ситуации сложного, наполненного эмоциями случая (длительная разлука или утрата родителя, развод, получение физической или психической травмы, конфликт со сверстниками), песочная терапия помогает придать травматичному опыту ребенка видимую форму.

     Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты парапсихологи утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует его эмоциональное состояние.

В древнем Китае, Индии и Японии сосуды с песком размещали около входа в дом. Каждый входящий и выходящий опускает руки в песок, чтобы очиститься от дурных мыслей и опасных чувств.

Принцип терапии песком был предложен еще Карлом Густавом Юнгом в начале 20 века, замечательным психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Быть может, естественная потребность человека возиться с песком и сама его структура подсказали великому Юнгу эту идею. Он утверждал, что “часто руки знают, как распутать то, над чем тщетно бьется разум”. А фигурки и замки из песка, созданные спонтанно, – это как раз те символы, с помощью которых с нами говорит наше бессознательное, показывая разуму возможности самоисцеления.

Песочной терапией занимали многие ведущие психологи. В основном это последователи юнгианской школы. Один из основателей песочной терапией Маргарет Ловенфельд. Она еще в начале прошлого века основала технику построения мира на подносе используя мокрый или сухой песок.

В 50-е годы Маргарет Ловенфельд встречается с  ДораКалфф, которая дает «Технике Мира» юнгианскую теоретико-методологическую базу и называет это «Песочной терапией». Песочная терапия базируется на убеждении Юнга, что душа может быть активизирована для достижения цельности.

В России очень много уделяет внимание песочной терапии наша коллега из Санкт-Петербурга Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. Она разработала несколько методик направленных как на коррекцию эмоционально-волевой сферы, так и развитие познавательной сферы.

Таким образом, методика песочной терапии прошла путь трансформации от детской игры до психотерапевтической методики. Пропагандисты теории песочной терапии,

каждый со своей стороны внесли определенный вклад в развитие этой методики, дошедшей до нас как одной из актуальных, популярных и прогрессивных методик.

Основные задачи решаемые в работе с данным оборудованием.

• Снизить импульсивность, тревожность, агрессивность, уменьшить эмоциональное и мышечное напряжение.

• Совершенствовать коммуникативные навыки, и развивать межличностное доверие между детьми и взрослыми.

• Развивать познавательные процессы и обогащать эмоциональный опыт детей.

• Развивать творческие способности, воображение, познавательный интерес.

Я хочу научить вас сегодня, как вы будете учить своих детей рисовать на песке и играть с песком.

Песок – это дар природы, каждая песчинка содержит в себе лучик солнца, дуновение ветерка, и капельку росы и поэтому такой материал как песок, доступен каждому кто хотел бы с ним работать.

 Это доступный материал каждому ребёночку для рисования, ребенок не боится его, потому что с самого маленького возраста, научившись ходить, ребенок отправляется в большую педагогическую песочницу, которая есть в каждом дворе, у каждого дома, на территории детского сада.

А я научу вас работать в малой педагогической песочнице. Вот её размеры 50 на 70 см и глубина 10 – 12 см. бортики и дно выкрашены в голубой цвет. С чем ассоциируется голубой цвет – это вода, это воздух, это небо. Поэтому каждый ребенок с удовольствием действует с песком.

 Сейчас я руками повожу по этой поверхности, а в работе с детьми я предлагаю это сделать им и вы, глядя на мои руки, на этот ящик с песком должны почувствовать, какой он ласковый, какой он мягкий, вот такой желтый.

Поверхность песка, на которой мы учим рисовать должна быть ровной. Как это сделать? Возьмите любую пластиночку, линейку и просто проведите по поверхности песка.

Все поверхность готова к рисованию.

Первое что должен знать ребенок это пространство поверхности песочницы. У нее есть 4 угла правый верхний и т.д. и 4 стороны. Чтобы ребенок мог легко ориентироваться проводим несколько игр. Прячем игрушки в песок, предлагаем найти и спрашиваем кто это, в каком углу спрятался котенок?

Разглаживаем поверхность. Ставим игрушку в самый центр говорим, в середину. И наша игрушка шагает в заданном направлении, то она идет вверх и возвращается в середину, то она пошла вниз и возвращается в середину.

Игрушки можно использовать разные, но только те, которые можно мыть или утилизировать и безопасные для детей.

Вот смотрите как мы начинаем рисовать с детьми, первые из предметы состоят из прямых и волнистых линий. Но чтобы было интересно рисовать, мы разбросаем по поверхности песка нами выполненные кораблики. И предлагаем ребенку проводить волнистые линии, волны, волны, много волн и он рисует пальчиком, всеми пальчиками в разных направлениях.

Сгладили поверхность. Поставили игрушку и предлагаем нарисовать для этой игрушки широкую дорожку, всей ладошкой и по этой дорожке зайчик идет в гости к петушку. Предложили нарисовать ступеньки. Вверх, вправо, вверх, вправо и котик идет выше, выше, вот как высоко.

Следующий этап нашей работы. Когда дети научились рисовать предметы из прямых линий, мы предлагаем им рисовать предметы округлых форм. Одно из первых изображений, которые дети начинают рисовать самостоятельно, — это солнышко. Оно может быть грустное или веселое, с лучиками или без них, но солнце всегда ассоциируется у нас с теплом и хорошим настроением. Дети это чувствуют и с удовольствием рассматривают картинки и разукрашивают раскраски, на которых есть солнышко.
Разбросали бабочеки предлагаем нарисовать листик, ещё и ещё, а по середине волнистыми линиями дубовый листок. И полетели бабочки на дубовый листик.

Можно предложить нарисовать шарики по всей поверхности. Рисуют много шариков, много, много и большой шарик. Ребенок упражняется, и его кисть проходит по кругу.

Переходим к рисованию прямоугольных форм более сложных. Детям дается это сложнее. Рисование требует остановки движения и смены направления. Предлагаем обвести цветные квадраты, и квадрат красного цвета, и зеленого…

Предлагаем составить узор на песке.

Когда научились рисовать четырехугольные и округлые формы, предлагаем нарисовать неваляшку, состоящую из нескольких кругов. Большой туловище, поменьше голова….. Пирамидку.

Всё это форма, самое главное в предмете форма.

Песок позволяет рисовать ребенку несколько раз. Не получилось что то, он не расстраивается, он сгладил поверхность и продолжает рисовать снова.

Теперь можно усложнить задания, чтобы включились мыслительные операции. Разложили цветы и ребеночек рисует вазы разных форм.

А теперь ряд предметов объедините в сюжет по любой сказке. Катится колобок по дорожке, а навстречу ему зайчик. Рисует и рассказывает отрывок из сказки. Не может сам, помогайте, пусть будет совместное рисование.

Можно предложить создать рисунок цветными пробками. (цветок)

Старшим детям не бойтесь предложить более мелкие детали, это могут быть пуговицы, бусинки, фасоль. Закрепляется и развивается мелкая моторика.

Я показала как можно рисовать на сухом песке, но великолепно выполняется рисование на мокром. Смочили песок на 1 суставчик, поверхность будет плотнее и теперь можно дать предметы которыми они уже умеют пользоваться. Это карандаши, фломастеры.

Предложили выложить сказочную веточку, спрятали карандаши в песок, предложили найти (какого цвета веточка).

 В рисовании и игре с песком мы используем маленькие игрушки (человечки, животные и т.д.)

Вышел зайчик погулять, а навстречу ему лиса, испугался зайчик, помогите ему спрятаться. Ищет лиса, не может найти.

Ребенок может построить свой сказочный мир, в котором есть озеро на берегу которого гуляют животные, дом где живут сказочные человечки, гора, деревья.

Дети играют с песком и игрушками – это простой, естественный способ рассказать о своих тревогах, страхах и других важных переживаниях, преодолеть эмоциональное напряжение.Следующий метод, с которым я вас познакомлю, **Су - Джок терапия**.

 Су - Джок терапия – это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. Су Джок –терапия оказывает воздействие на биоэнергитические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений. **Достоинства Су – Джок:**
- Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.
- Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно.
- Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.
Эта система настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок. Метод достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь.
Су – Джок с виду - симпатичный шарик с острыми шипами, но, удивительно, сколько пользы он может принести.

Сейчас мы выполним массаж пальцев рук «Су-Джок» он. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

«Ёжик в лесу»

Жил — да был ежик в лесу, в своем домике- норке (зажать шарик в ладошке).

Выглянул ежик из своей норки (раскрыть ладошки и показать шарик) и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером) и решил прогуляться по лесу.

Покатился ежик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик), катился- катился и прибежал на красивую, круглую полянку (ладошки соединить в форме круга).Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке (зажимать шарик между ладошками) Стал цветочки нюхать (прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох). Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться), и закапал дождик: кап-кап-кап (кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика). Спрятался ежик под большой грибок (ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик под ним) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (показать пальчики).Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много…как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (каждый кончик пальчика потыкать шипиком шарика)и довольный побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).

И в завершении мастер – класса я предлагаю вам помедитировать. (проводится под спокойную музыку).

Давайте найдём своё сердце, прижмём обе руки к груди, и прислушаемся, как оно стучит: «тук, тук, тук». А теперь представьте, что у вас в груди вместо сердца кусочек ласкового солнышка. Яркий и теплый свет его разливается по телу, рукам, ногам. Его столько, что он уже не вмещается в нас. Давайте улыбнёмся и подарим друг другу немного света и тепла своего сердца.

А сейчас мысленно положите на левую руку всё то, с чем вы пришли сегодня на мастер-класс: свой багаж мыслей, знаний, опыта. А на правую руку - то, что получили на мастер-классе нового.

А сейчас давайте одновременно хлопнем в ладоши и скажем СПАСИБО!

А мне остаётся только поблагодарить зал за внимание, а участников за работу.