Sand-art как метод арт-терапии был зарегистрирован не так давно, несмотря на то, что непосредственно рисование песком имеет давние исторические корни. Те же наполненные баночки с цветным песком как сувенир из южных стран многим знаком. А, может, кто-то помнит мультфильм «Петя и Волк», нарисованный черным порошком. Но стоит отметить, что Sand-Art это не песочная анимация, здесь нет первостепенной задачи нарисовать красиво, а есть свобода творчества, возможность выражать и исследовать свой мир, превращать свой опыт и свои переживания в зримые образы. Это соединение психологии и искусства. А создали его - Ольга Никитина и Марина Соснина.

Какие здесь преимущества?

* Просто и пластично; Заниматься рисованием на песке можно без специального обучения. С помощью песка можно менять детали изображения бесконечное множество раз
* Интересно и полезно; Рисование происходит пальцами по песку, что способствует развитию сенсорных ощущений, снятию эмоционального напряжения, расслаблению, гармонизация работы 2х полушарий, развитию мелкой моторики. Sand-art развивает любознательность, творческую активность и креативность.
* Красиво и экологично. Песок – естественный природный материал, приятный на ощупь, самоочищающийся, легко пополняющийся;
* Терапевтично и наглядно;
* Создание свободного и защищённого пространства для самовыражения и исследования;
* Уникальное изобразительное средство на необычном оборудовании. Возможность проявить свой творческий потенциал в новых условиях. Может быть стол, а может быть планшет. Отличие в наличии ножек. Для малышей лучше планшет тк стол великоват. Стандартный размер светового стола -50х70 см + песок мелкой фракции. Можно рядом со столом поставить контейнер с песком, а можно приобрести специальный карман. Можно использовать манку, соль, молотый кофе. И на столы, и на песок есть сертификация.

Что даёт метод «Sand-art»?

* Развитие познавательных процессов, эмоционального и социального интеллекта и творческого потенциала ребёнка;
* Развитие мелкой моторики, координации, ассоциативного мышления;
* Стабилизация, гармонизация эмоционального состояния, формирование саморегуляции;
* Снижение тревожности;
* Налаживание коммуникации между детьми;
* Формирование адекватной самооценки и уверенности в себе;
* Диагностика и коррекция детско-родительских отношений;
* Развитие высших психических функций
* Формирование учебной мотивации за счёт повышения интереса к занятиям;

**Занимаемся на световых столах. Как?**

1. Знакомимся с песком. Прикоснуться ладонями, тыльной стороной ладони и смотрим на свои ощущения. Делается это на неподсвеченной поверхности песочницы. Делается пару –тройку минут под расслабляющую музыку. Далее меняем музыку и включаем подсветку. Что поменялось по ощущениям? Изучение основных техник рисования песком;
2. Вводная часть (ритуалы приветствия, пальчиковые игры). Цель – создать положительный эмоциональный фон.
3. Основная часть (прослушивание сказок, игры на снятие эмоционального напряжения). Цель – снятие психического напряжения и выплеск детских переживаний.
4. 3. Заключительная часть (релаксация, рефлексия). Цель – закрепление положительных эмоций от работы на занятии и подведение итогов.

Подготовительная часть занятия включает в себя эмоциональное взаимодействие педагога-психолога с детьми (приветствие), проведение упражнений для развития мелкой моторики, наблюдательности, подготовки руки к рисованию. Вводная часть предусматривает использование муз. произведений для создания эмоционально-творческой атмосферы обучения, развития, проведение беседы с детьми о том, кто и что будет рисовать, проведение развивающих игр на создание образов (творческое развитие), развитие, закрепление и совершенствование техники постановки рук для рисования песком. Основная часть – непосредственная работа с песком по тематике занятий, где дети создают на песке неповторимые шедевры своими руками. . В процессе продуктивной творческой деятельности дети моделируют на песке точки, завитки, геометрические фигуры; добавляют песок для насыщенности цвета; создают рисунки на основе геометрических фигур: круга, овала, квадрата, прямоугольника, треугольника; сюжетное рисование по предлагаемым темам и замыслу; Заключительная часть предполагает анализ детьми своих творческих работ и рисунков сверстников. Определение своего эмоционального состояния в процессе выполнения работ.

Поскольку рисование осуществляется непосредственно пальцами по песку, данная техника предусматривает: 1. развитие плавности, изящества и точности движений; 2. умения работать кистью и пальцами обеих рук; 3. координации руки и глаза; 4. овладение техническими умениями: регуляция силы движений, определенная амплитуда, скорость, ритмичность; умение изменять размах и направление движения руки при рисовании; гармоничное сочетание линий, цвета и тени.

Холодный песок эффективно стимулирует сосредоточенную работу, он будет полезен легковозбудимым детям.

Все занятия проходят в увлекательной для детей форме, учитывая, что ведущая деятельность детей дошкольного возраста — игровая

 **Для развития зрительного восприятия:**

* узнать по нарисованному на песке контуру изображение предмета;
* соотнести нарисованный на песке контур предмета с изображением на картинке [6].

2. Для развития пространственной ориентации:

* расположить трафареты в нужной последовательности: вверху, внизу, слева, справа, в нижнем левом углу, в нижнем правом углу, в верхнем левом углу, в верхнем правом углу стола.

3. Для развития внимания:

* нарисовать на песке сразу обеими руками (рисуем как одинаковые изображения, так и разные: одной рукой круг, другой — квадрат, симметричные изображения каждой рукой в разные стороны, «восьмёрки» в различных направлениях, синхронно и несинхронно обеими руками).

4. Для развития различных видов памяти:

* на световом столе разложены несколько предметов, затем один из них закапывается в песок в том месте, где он находился, в то время как ребенок отворачивается. Задача ребенка — вспомнить, какой предмет исчез и в каком месте он находился, а затем извлечь его из песка.

5. Для развития мыслительных процессов:

* на световом столе педагог рисует рубашку с оторванной пуговицей и рядом много пуговиц разных размеров. Ребенок должен понять по пуговицам на одежде, какая подходящая, и пальцем соединить ее с рубашкой;
* рисуем на столе 3 или 4 предмета, объединенных по одному признаку, и один предмет, отличный от остальных. Ребенок должен сказать, какой предмет отличается и почему [1].

Все занятия проходят в увлекательной для детей форме, учитывая, что ведущая деятельность детей дошкольного возраста — игровая.

Реализация задач подготовки ребенка к школе при помощи метода Sand-Art носит комплексный характер и охватывает несколько образовательных областей.

**Приёмы и техники рисования песком:**

1. Закидывание – для создания тёмного фона на большой поверхности ребром ладони;
2. Засыпание – для создания затемнённых поверхностей пальцами двух рук одновременно;
3. Насыпание – для затемнения элементов рисунка внутри контуров или получения тёмных очерченных фигур;
4. Вытирание/отсекание – для создания светлых участков на рисунке ребром ладони или боковой поверхностью большого пальца;
5. Процарапывание – для создания светлого контура подушечкой пальца или ногтя;
6. Отпечаток – для имитации различных фигур;

Используя этот метод в своей работе я убедилась, что рисование песком очень полезно гиперактивным детям. Занимаясь таким видом творчества, ребёнок успокаивается, освобождается от «лишней» энергии, учится лучше понимать себя, своих друзей и родителей. Рисование песком дает ребёнку возможность погрузиться в мир своих придумок, фантазий и воображений. В процессе работы развивается эмоционально-волевая сфера, происходит развитие навыков саморегуляции.

Детям с ЗПР занятия дают качественный скачок в развитии логического мышления, речи, познавательного интереса, памяти и внимания. Ребёнок не уверенный в себе, с низкой самооценкой, не боится делать ошибки, рисунок всегда можно подкорректировать. В этом и заключается одна из прелестей рисования песком – все можно поправить, он разрешает себе творить и фантазировать, раскрывает свой внутренний мир - прекрасный и сказочный».

Работа на световых столах усиливает терапевтический эффект благодаря игре света, теней, оригинальности и необычности ощущений и процесса. Педагог-психолог может вовлекать в эту творческую деятельность и родителей, так как совместная деятельность родителей и детей позволяет достичь более устойчивых результатов, решить множество психолого-педагогических и терапевтических задач консультирования.