

## Для создания песочницы потребуется:

деревянный ящик 50x70x8 см (водонепроницаемый);

• кинетический песок или чистый просеянный песок (можно проколоть его в духовке); песок должен заполнять ящик на треть.

• наборы миниатюрных предметов, игрушек, различных деталей, имитирующих растительный мир, можно использовать различные природные предметы: кристаллы, камни, куски дерева, металл, семена, перья; фигурки людей, животных (в том числе мифических, обитателей водного мира, различные варианты жилища: домики, замки, заборы, изгороди, мосты, ворота, дорожные знаки, транспорт, посуда и т. д.

## Игры с песком

### Отпечатки ладоней.

Разровняйте поверхность **песка** и вместе с ребенком по очереди оставляйте отпечатки кистей рук — внутренней и внешней стороны. Чтобы отпечаток получился более четким, необходимо, слегка вдавив руку в **песок**, немного задержать ее в нем. При этом нужно прислушаться к ощущениям. А потом поговорите о них.

Поскольку ребёнку будет трудно сделать это первому, начните сами: «Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) **песка**. Когда я двигаю рукой, то ощущаю песчинки. А что чувствуешь ты?»

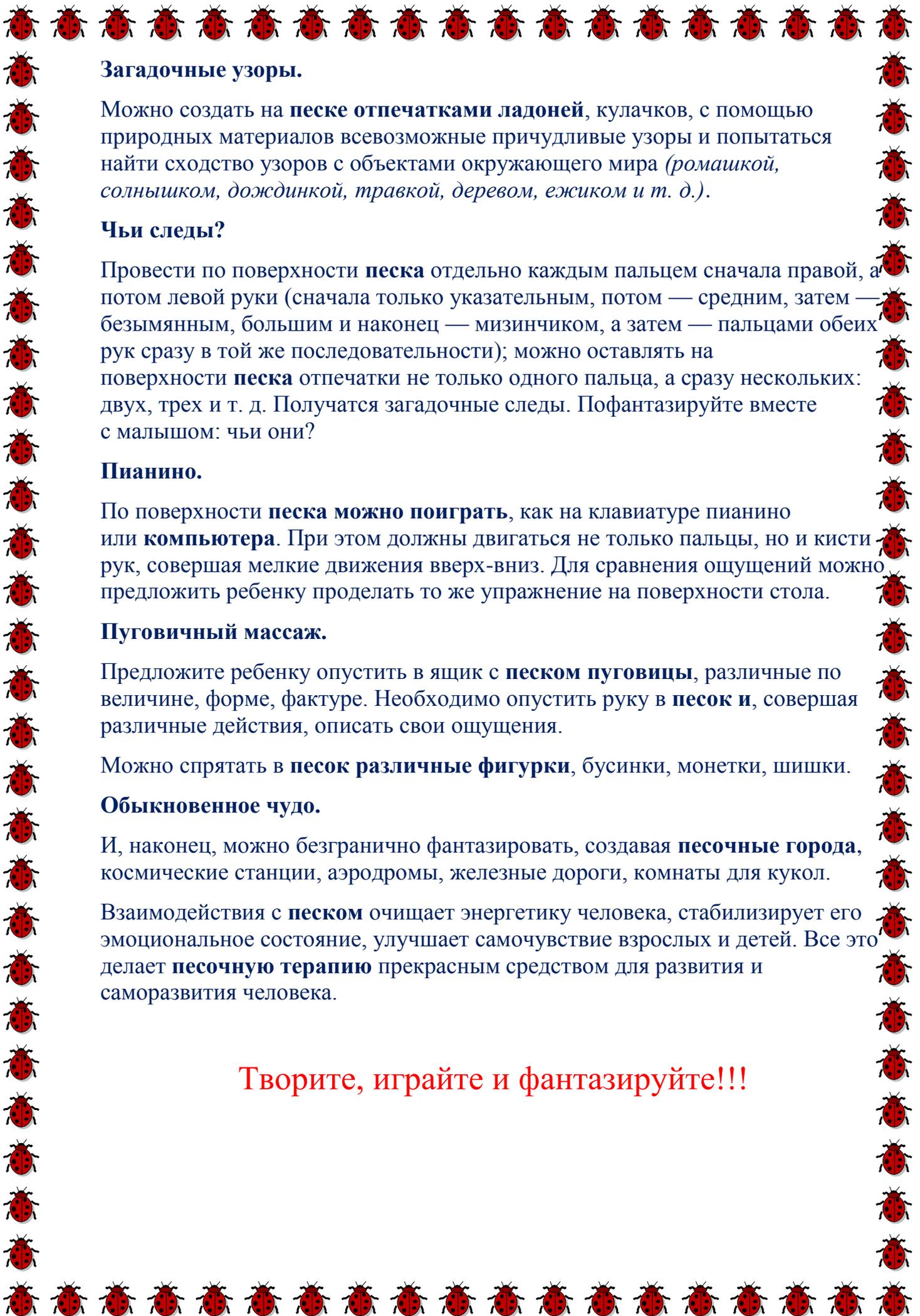
После того как ребенок расскажет о своих ощущениях, надо попросить его перевернуть руку ладонью вверх. Сделайте то же самое и скажите: «Я перевернул руку, и мои ощущения изменились. Теперь я по-другому чувствую шероховатость **песка**. По-моему, **песок стал чуть холоднее**. А что чувствуешь ты?» Сделайте отпечаток ладони, ребенок накладывает свою руку на отпечаток и делится впечатлениями.

### Змейка.

Проскользните ладонями по поверхности **песка**, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, санки);

выполните те же движения, поставив ладонь на ребро, — и проложите совместно с малышом «*трассы*»;

«*пройдите*сь» ладошками по полученным «*трассам*», оставляя на них свои следы.



### Загадочные узоры.

Можно создать на **песке отпечатками ладоней**, кулачков, с помощью природных материалов всевозможные причудливые узоры и попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира (*ромашкой, солнышком, дождинкой, травкой, деревом, ежиком и т. д.*).

### Чьи следы?

Провести по поверхности **песка** отдельно каждым пальцем сначала правой, а потом левой руки (сначала только указательным, потом — средним, затем — безымянным, большим и наконец — мизинчиком, а затем — пальцами обеих рук сразу в той же последовательности); можно оставлять на поверхности **песка** отпечатки не только одного пальца, а сразу нескольких: двух, трех и т. д. Получатся загадочные следы. Пофантазируйте вместе с малышом: чьи они?

### Пианино.

По поверхности **песка можно поиграть**, как на клавиатуре пианино или **компьютера**. При этом должны двигаться не только пальцы, но и кисти рук, совершая мелкие движения вверх-вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола.

### Пуговичный массаж.

Предложите ребенку опустить в ящик с **песком пуговицы**, различные по величине, форме, фактуре. Необходимо опустить руку в **песок и**, совершая различные действия, описать свои ощущения.

Можно спрятать в **песок различные фигурки**, бусинки, монетки, шишки.

### Обыкновенное чудо.

И, наконец, можно безгранично фантазировать, создавая **песочные города**, космические станции, аэродромы, железные дороги, комнаты для кукол.

Взаимодействия с **песком** очищает энергетику человека, стабилизирует его эмоциональное состояние, улучшает самочувствие взрослых и детей. Все это делает **песочную терапию** прекрасным средством для развития и саморазвития человека.

**Творите, играйте и фантазируйте!!!**