Для ребенка раннего возраста характерны эмоциональная неустойчивость, импульсивность, яркость проявления эмоций. Все это определяет основную направленность психологической работы с малышами – эмоциональное наполнение жизни ребенка и оказание помощи в их регуляции.

Задача обеспечения эмоциональной релаксации, снятия эмоционального напряжения, развитие положительных эмоций у детей в нашем детском саду решается в центре “Песок-вода” при помощи различных игр и манипуляций с песком, водой и крупой.

Особое значение использования воды, песка и сыпучих материалов в качестве психопрофилактического средства мы придаем в период адаптации детей к детском саду, с целью создания наиболее благоприятных и оптимальных условий для адаптации малышей к детскому саду. Исходя из потребностей детей, посещающих наше ДОУ, мы ставим перед собой следующие задачи:

снизить высокий уровень психофизического напряжения малышей в период адаптации, помочь ребенку проиграть психотравмирующую ситуацию расставания с родителями;

установить доверительные отношения между педагогом и малышами, сделать роль воспитателя понятной, предсказуемой и значимой для ребенка. Все это укрепит его базисное доверие к миру, обозначит роль воспитателя как проводника и помощника в освоении умений, навыков и знаний об окружающем мире и самом себе в этом мире;

помочь ребенку более осмысленно и быстро освоить нормы и правила, а также позитивные способы поведения и общения в детской группе;

помочь каждому малышу выразить состояние внутреннего Я через игры, усилить его чувство принятия и успешности;

осуществить психолого-педагогическую коррекцию поведения “особых” детей;

способствовать возникновению и поддержанию положительных эмоций у малышей, повышению эмоционального тонуса, общего фона настроения;

удовлетворять потребности детей в разнообразных эмоционально-насыщенных переживаниях и обеспечивать свободу выражений своих чувств, развивать и поддерживать самостоятельность в освоении окружающего мира, предоставлять условия для свободного освоения окружения;

развивать тактильно-кинестетическую чувствительность, умение прислушиваться к своим ощущениям, обогащать сенсорный чувственный опыт малышей;

обеспечивать содержательное общение с взрослым, помочь установить социальные контакты со сверстниками.

Для малыша, еще слабо владеющего речью, емкость с водой, песком или крупой становится своеобразным театром одного актера, сценой его внутреннего Я. Через такую игру у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия, успешности, происходит спонтанное снижение психического напряжения. Это ведет и к сокращению сроков психофизической адаптации.

Очень важно, до начала занятий, детей познакомить с правилами поведения во время игр с водой, песком и крупой:

нельзя намеренно выливать воду на пол; выкидывать песок (крупу) на пол;

нельзя брызгать водой на других детей; бросать песок (крупу);

после игры надо помочь убрать игрушки на свои места.

Игры с водой. Вода обладает психотерапевтическими свойствами, способствует релаксации, расслаблению. С другой стороны она может просто развлечь ребенка, поднять эмоциональный настрой. Все это создает благоприятную почву для развития эмоциональной сферы малышей. Любые самостоятельные игры детей с водой, даже такие простые манипуляции, как переливание, выливание, заполнение емкостей водой, обладают психопрофилактической ценностью.

Для организации “Водного царства” важно учесть:

Во-первых, необходимо обеспечить безопасность и комфортные условия для детей во время игр с водой.

Во-вторых:

Вода должна быть теплой и кипяченой (не вызывающей “тактильного дискомфорта” у детей, обеспечивающей безопасность для здоровья).

Емкость целесообразно заполнять водой до уровня не ниже 7—10 см, чтобы малышам было удобно наполнять водой бутылочки, опуская их на дно, зачерпывать воду, и чтобы была возможность разнообразить игровые действия детей.

Хорошо иметь для детей клеенчатые передники, фартучки, нарукавники, чтобы дети не боялись забрызгаться, не чувствовали себя скованными. Рядом должны находиться сухие тряпочки, салфетки, которыми можно воспользоваться в самых разных ситуациях.

Материалы должны быть размещены так, чтобы ими было легко воспользоваться и взрослому, и детям. Их можно хранить в пластиковых контейнерах с отверстиями, тазиках, на подносах, на полках. А после окончания игр с водой следует раскладывать все мокрые предметы на полотенце для просушки.

В-третьих, необязательно покупать специальные игрушки, это могут быть разнообразные материалы и предметы, которые можно изготовить самим. Неоценимую помощь оказывают наши родители, обогащая развивающую среду.

Рекомендуемые материалы для игр с водой:

пластмассовые и резиновые игрушки (кораблики, лодки, уточки, рыбки и др.);

предметы из различных материалов (дерева, пластмассы), разного веса, формы, размера, фактуры; природные материалы;

стаканчики из-под йогуртов, бутылочки с крышками, дырочками на дне, баночки, мерные стаканчики, формочки разных размеров, ведерки и другие пластиковые емкости;

совки, черпачки, ложечки и другие предметы, которыми можно зачерпывать воду;

сита, сачки, дуршлаги, лейки, воронки (воронки можно легко изготовить из пластиковых бутылок, срезав верх, отвинтив крышку, можно сделать дырочки на стенках воронки, и тогда вода будет выливаться не только из основного отверстия);

резиновые и поролоновые губки, полые трубочки, пробки, венчики и многое другое.

Игры с песком, сыпучими материалами. Эти игры также имеют положительное значение для развития психики ребенка, установления психологического комфорта:

при взаимодействии с песком, сыпучими материалами стабилизируется эмоциональное состояние;

развитие мелкой моторики и тактильно-мнемической чувствительности влияет на развитие центра речи в головном мозге ребенка, формирование произвольного внимания и памяти;

с развитием тактильно-мнемической чувствительности и мелкой моторики ребенок учится прислушиваться к своим ощущениям и проговаривать их.

Рекомендуемые материалы для игры с песком, сыпучими материалами:

водонепроницаемый деревянный ящик 50x70x8 см или пластмассовый таз;

чистый просеянный песок (лучше его прокалить в духовке). Песок заполняет 1/3 емкости;

вода в кувшине, чтобы можно было смочить песок;

небольшие емкости (мерные стаканчики, мисочки, тазики, подносы для круп).

Игры с песком имеют мощный ресурс. Внешне простые действия — выливание в песочницу воды, перемешивание, вымешивание песочной субстанции, отделение воды от песка, пересыпание и перебирание сухого песка, закапывание мелких игрушек – позволяют стремительно уменьшить внутреннюю тревогу, преодолеть негативизм, снять напряжение, тем самым подготовить почву для конструктивного взаимодействия.

Игры с сыпучими материалами. В своей работе мы используем различную крупу: манную, гречневую, перловую, горох.

Обучение педагогов и родителей. Немаловажное значение имеет обучение педагогов и родителей способам, методам и приемам работы с водой, песком и сыпучими материалами, как средствами сохранения эмоционального благополучия у детей. Для работы со взрослыми по этому направлению мы ставим следующие задачи:

показать значимость применения игр с водой, песком и сыпучими материалами;

мотивировать взрослых использовать эти игры дома и в детском саду;

познакомить с разнообразием материалов при организации игр с водой, песком и сыпучими материалами;

получить практический опыт применения игр и упражнений.

Примерный список игр

Игры с водой

Игры с песком

Игры с сыпучими материалами

переливание воды разными емкостями (ложкой, крышкой, баночкой, кружкой, спринцовкой) и способами (губкой, резиновой перчаткой, воронкой);

наливание воды в разные емкости (чашку, бутылочку, кастрюльку…);

веселая рыбалка (вылавливание рыб удочкой с магнитом);

тонет – не тонет (игры на экспериментирование);

игры с мыльными пузырями (пускание пузырей с помощью соломинки, воронки; взбивание пены венчиком). “Поймай пузырь на ладошку”, “Чей пузырь больше?”, “Чей пузырь улетит выше, дальше…”;

игры с заводными плавающими игрушками, мельницей;

игра “Море” (разноцветные большие и маленькие камушки, ситечко, игрушки – обитатели моря). по очереди делать отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороны;

скользить ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, санки и др.);

выполнить те же движения, поставив ладонь на ребро;

пройтись ладошками по проложенным трассам, оставляя на них свои следы;

создать отпечатками ладоней, кулачков, костяшками кистей рук, ребрами ладоней всевозможные причудливые узоры на поверхности песка, попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира (ромашка, солнышко, дождинки, травка, дерево, ежик и пр.);

пройтись по поверхности песка отдельно каждым пальцем поочередно правой и левой руками, после — одновременно (сначала только указательным, потом — средним, затем — безымянным, большим, и наконец — мизинчиком);

группировать пальцы по два, по три, по четыре, по пять. Здесь уже ребенок может наблюдать загадочные следы. Хорошо вместе пофантазировать: чьи они?;

поиграть по поверхности песка, как на клавиатуре пианино или компьютера. При этом двигаются 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. просеивание (горох, манка, сито);

пересыпание круп (из миски в миску, из чашки в чашку, из стаканчика в стаканчик);

перекладывание круп (ложкой, рукой, стаканом);

перебирание (например, смешаны горох и фасоль);

прятанье и поиск игрушек в крупе (по цветам, дикие и домашние животные, свободная тема);

поднос с манкой:

– рисование разных дорожек; зигзагообразные и круговые движения ладошками по манке – едет машинка, ползет жук, крутится карусель…

– нажимать на манку кулачками костяшками пальцев – сравнивать, на что похож отпечаток;

– оставлять следы одновременно разным количеством пальцев. Придумать кто оставил следы;

-использование коллажей (форма, цвет, овощи, фрукты, животные).

Таким образом, мы считаем, что игры с водой, песком и сыпучими материалами могут быть мощным ресурсом предметно-развивающей среды в группах раннего возраста. Игры с этими материалами оказывают существенное влияние на сохранение эмоционального благополучия, т.к. помогают создать радостное настроение, установить первые контакты с ребенком, повышать жизненный тонус, снимать напряжение, агрессию, состояние внутреннего дискомфорта у детей.