



НЕ ПІСОК, А СПРАВЖНЄ ДИВО — БЕЗЛІЧ МРІЙ У НЬОМУ ВТІЛИМ!

Сендплей для розвитку комунікативних навичок

Світлана ОВСІЄНКО, практичний психолог,
спеціалізований НВК “ДНЗ – ЗНЗ «Лілея», м. Київ



Стрімке поширення ІКТ і гаджетів нині призвело до того, що малята все більше спілкуються у віртуальному просторі, а світ дитинства часто стискається до розмірів смартфона. Коли ж доводиться налагоджувати взаємини у реальному житті, маленькі школярики зазнають значних труднощів, що призводить до виникнення в учнівському колективі непорозумінь, а часом і конфліктів.

Автор пропонує цікавий і нетрадиційний підхід до формування у дітей уміння спілкуватися. Допомогти у цій непростій справі може... звичайнісінький пісок! Як саме? Читайте у статті.

Усі ми родом з дитинства, і дуже важливо, аби цей період залишив у пам'яті яскраві враження, незабутні моменти, дивовижні відкриття, тепле спілкування з добрими друзями та наставниками. Але сьогодні, на жаль, психологам досить часто доводиться чути скарги дітей на те, що з ними ніхто не дружить або що їх не розуміють навіть близькі люди. Аби допомогти малюкам подолати труднощі у спілкуванні з однокласниками, батьками чи старшими братами і сестрами, можна скористатися простою, доступною і водночас ефективною технологією — піскотерапією.

Робота з піском допомагає кожній дитині відчути себе творцем, дає змогу вивільнити негативні емоції, подолати страхи та втілити свої мрії, сприяє поліпшенню пам'яті, уваги й мислення, розвиває дрібну моторику і тактильні відчуття, збагачує кінетичний досвід.

Не варто боятися, що ігри з піском та водою створюють якісь незручності, навпаки — саме вони допоможуть у вихованні охайності, відповідальності, самоорганізації, уважного ставлення до особистого простору — власного та інших людей.

Обладнання та матеріали

Обладнати класичну пісочницю можна не тільки в кабінеті психолога, а й у класній кімнаті, й учні

із задоволенням гратимуть із піском, водою та дрібними фігурками, які принесуть з дому. За умови дотримання дітьми нехитрих, але обов'язкових правил (не розкидати пісок, не обсипатися ним, після гри складати іграшки) пісочниця стане незамінним помічником учителя й улюбленим місцем спілкування однолітків, особливо в групі продовженого дня у вечірні години. А найкориснішою вона буде для дітей, яких пізно забирають батьки.

Оптимальні такі розміри пісочниці: прямокутний ящик 50 x 70 см і висотою 10 см. Поверхню такої площі дитина може утримати в полі зору, що дає їй змогу бачити цілісну картинку, не повертаючи голови.

Дно пісочниці доцільно пофарбувати у блакитний колір, оскільки він асоціюється з повітрям і водою. Якщо розгребти пісок, блакитне дно може стати “морем”, “озером” або “річкою”.

У роботі слід використовувати різні види піску, що пройшли попередню санітарну обробку — сухий, мокрий, кінетичний, — та планшети для пісочної анімації зі світлодіодною підсвіткою, користуючись якими, діти мають змогу змінювати колір світла та спосіб його подання.

Кабінет варто обладнати спеціальним електричним живленням, достатньою кількістю пісочниць, різноманітними природними матеріалами,

іграшками, які зручно розміщуються на полицях. У пригоді педагогу стануть і звичайні пластмасові підноси, які можна застосовувати для індивідуальної або групової роботи.

У грі цікаво використовувати воду. Додаючи її до піску, діти спостерігають за тим, як він убирає вологу. Вода має бути теплою, тоді пісок стане приємним на дотик і цілющим для дитячої душі. Можна замісити пісочне “тісто” і виліплювати з нього будь-які форми, створювати дивовижні ландшафти. Знадобляться дітям і дрібні формочки, різноманітні невеликі посудини та пустотілі іграшки.

Організація роботи

Задля поліпшення комунікативних навичок учнів можна організувати цикл занять із сендплею — як індивідуальних, так і в групах по 10–12 осіб. Звертаємо вашу увагу на те, що пісочною терапією має займатися фахівець — психолог, психотерапевт, а вчитель може організовувати ігри з піском, які також мають терапевтичний ефект.

Перш ніж приступити до роботи, учнів обов’язково слід ознайомити з гігієнічними вимогами, правилами використання піску та техніки безпеки.

Первинне залучення дітей до гри з піском

На початковому етапі доречно дозволити дітям насолодитися піском і поліпити з нього те, що вони хочуть. Пересипання піску з долоні в долоню сприяє стабілізації внутрішнього стану учнів; споглядання руху піску допомагає досягнути плинності часу. Обов’язково варто продемонструвати учням пісочний годинник. На його прикладі можна метафорично показати зв’язок минулого, сьогодення і майбутнього. Майбутнє — верхня частина пісочного годинника, минуле — нижня, а теперішнє — вузька щілина між ними. Це дуже важливо для відчуття і усвідомлення себе й часу, важливості моменту, миті, буття.

Граючи, учні створюють за власним бажанням певні ігрові сюжети. Педагог має спонукати дітей розповісти про характери персонажів ігор, придумати назви для створених композицій. Варто запропонувати учням ідентифікувати себе з якимось предметом або персонажем, організувати розмову між іграшками.

Цікаво можна організувати роботу учнів у невеликих групах, по 2–3 особи. Поки вони працюватимуть над завданням, наприклад, будуватимуть якусь країну, придумуватимуть їй назву, педагог спостерігатиме за процесом, фільмуватиме деталі взаємодії між дітьми, аби потім разом з ними проаналізувати перебіг роботи.

Як правило, на початкових етапах колективної роботи виникає чимало конфліктів, непорозумінь, інколи доходить навіть до образ, коли один пісочний аркуш треба ділити на трьох (або на двох), коли інтереси не збігаються, чиясь ініціатива не приймається,

коли хтось ображено відходить убік чи плаче. Це типове для дитячого колективу. Як же гармонізувати стосунки в ньому?

Підбиваючи підсумки роботи, варто запропонувати учням пригадати, як усе відбувалося в їхній підгрупі, чиї ідеї приймалися, чиї відкидалися, хто домінував, хто був відкинутий, як почувалися ті й інші, запитати, чи всі задоволені результатом. Якщо педагог зафіксував цю діяльність на відео, доречно переглянути його. Це дасть учням змогу побачити себе збоку, усвідомити наслідки своїх дій для інших і для самого себе, розвивати емпатію, схильність до аналізу й переосмислення життєвих ситуацій.

Розширення невербальної сфери спілкування учнів

На наступному етапі педагог пропонує дітям об’єднатися у мікрогрупи, щоб розширити досвід взаємодії з однокласниками. Для цього можна використати лічилки або поділ за кольоровими картками, чи розрахунок на “зима, весна, літо, осінь” (“перший, другий, третій”) тощо.

На цьому занятті варто запропонувати ігри із серії “Пальчикові походи”.

Діти розташовуються за підносами (планшетами, пісочницями), і їм пропонується залишити відбитки своїх долоньок на піску: покласти руку на пісок, привітатися: “Я тут”. З цієї процедури починаються всі заняття з використанням піску. Потім треба розрівняти пісочок і створити відбитки долонь трьох учасників, зобразити сонце, чергуючи долоні.

Потім педагог пропонує **вправи, які виконують усі одночасно**.

Мандри. Двома пальцями правої руки (вказівним і середнім) “покрокувати” до центру пісочниці, зупинитися і привітатися без слів. Потім повторити це пальцями лівої руки.

Танці. Двома пальцями правої руки (вказівним і середнім) “потанцювати” під запропоновану музику.



**Ми чарівний творимо острів.
Це цікаво, хоч зовсім не просто.**

(Це та наступне фото надіслані автором)

По троє “водити хоровод” з усіма пальцями правої, а потім лівої руки у центрі пісочниці.

Збирання піску в купку. Утрюх згрібати пісок у купку правими руками, а потім лівими.

Дощ. Утрюх діти мають улаштувати “дощ” із піску: низький, середній, високий. (*“Який дощ вам най-більше сподобався?”*)

Тарілка. Сформувати з піску коло і оздобити “тарілку” будь-яким розписом.

Сліди. Сформувати з піску квадрат, мізинчиками зробити у ньому відбитки. (*“Чиї це сліди? Які тваринки вас відвідали? Розкажіть про це одне одному”*).

Переміщення піску. Придумати п’ять оригінальних способів переміщення піску. Зробити це по черзі.

Закопування. Придумати три способи заховати пальці у пісок. Виконувати по черзі.

Дзеркало. Один учень щось робить у піску, а інші двоє мають точно повторити його дії. Кожен має побути в ролі лідера.

Навпаки (робота в парях). Гравці виконують зворотні дії: один розсипає, а інший збирає пісок; один збирає швидко, інший повільно; один згрібає пісок у коло — інший розгортає тощо. Третій член групи спостерігає. Потім діти міняються ролями.

Цей комплекс ігор спрямований на розширення невербальної сфери спілкування, засвоєння правил спілкування: *“Один говорить — інші мовчать”, “Говори стільки, щоб і інший міг сказати”, “Слухай уважно, чого не зрозумів — запитай, уточни, чи ти правильно сприйняв сказане”*.

Малюймо разом. Двоє членів групи малюють одночасно, один гравець правою, інший — лівою рукою: два однакових кола або прапори, два ока, дві однакові квітки тощо. Потім завдання змінюють: діти мають одночасно вказівними пальцями обох рук намалювати дві різні фігури.



*На дотик приємний і ніжний пісочок,
І кожен до нього торкнутися хоче*

Хованки. Двоє гравців заплющують очі, а третій ховає 10 іграшок. Завдання: не розплющуючи очей, обмацуючи пісок вказівним і середнім пальцями, знайти іграшки.

На завершення заняття педагог пропонує **створити острів**.

Орієнтовний зміст коментаря, з яким учитель звертається до дітей

— Це — острів. Виберіть іграшку, яка нагадує вас. Поселить її на острові. Поселить інші іграшки. Хто тут живе? Що вони роблять? Як почувається ваша іграшка? Про що турбується, чому радіє, чого боїться? Про що мріє? З ким хоче спілкуватися, дружити?

По завершенні роботи обов’язково слід провести рефлексію. Вона дасть змогу з’ясувати, які зміни відбуваються у поглядах дітей і стосунках у колективі, як дитина почувається після заняття, що вона для себе відкрила, чого навчилася.

Розвиток навичок спілкування

На наступному занятті дітям пропонується умовно розділити пісочницю на чотири частини і кожному на своїй території створити королівство. По завершенні роботи кожен член групи має розповісти про своє королівство: які в ньому король та королева, які придворні, як тут влаштовано життя. Після цього учням пропонується відвідати сусідні королівства, налагодити дипломатичні зв’язки, а потім організувати спільну справу. Під час обговорення педагог звертає увагу на те, як діти контактували, що їм вдалося, що ні, чим вони незадоволені. Можна запропонувати уявити, як розвиватимуться стосунки між королівствами далі.

На завершення заняття варто ознайомити дітей із притчею.

Притча про блакитного коня

У давні часи, коли коні були рідкістю, один султан відправив гінця до царя сусідніх земель з терміновим посланням. Гонець в дорозі дуже затримався та ще й загубив лист. Але він чув, про що там було написано.

Цар у той час приймав важливих гостей. Поспішно вбігти до тронної зали, укритий порохом гонець почав переказувати доручення султана, все ще відсапуючись після швидкої їзди:

— Великий султан повелів вам сказати, щоб ви дали йому блакитного коня з чорним хвостом, а якщо не дасте такого коня, то...

— Все зрозуміло! — гнівно перебив цар задиханого вісника. Не міг він слухати таку звістку при своїх гостях. — Передай своєму цареві, що немає в мене такого коня, а якби був, то... — тут цар похлинувся і закашляв.

Гонець, почувши ці слова від того, хто довгі роки вважався другом його володаря, перелякався, вибіг з палацу, заскочив на їздового верблюда і помчав доповідати своєму повелителю про грубу відповідь.

Вислухавши гінця, султан страшенно розсердився і оголосив сусідові війну. Довго тривала ця війна, багато

крові було пролито, чимало земель спустошено. Дуже дорого обійшлася ворожнеча обом державам.

Нарешті вороги погодилися на перемир'я і вирішили обговорити претензії один до одного.

Коли вони приступили до переговорів, цар запитав султана:

— Що ти хотів сказати своєю фразою: “Дай мені блакитного коня з чорним хвостом, а якщо не даси, то...”?

— “...дай коня будь-якої іншої, приємної тобі масті”. От і все. А ти що хотів сказати своєю грубою відповіддю: “Немає у мене такого коня, а якби був, то...”?

— “...неодмінно послав би його в подарунок своєму доброму сусідові”.

— Ця притча вчить нас не покладатися на перекази інших, особливо у важливих питаннях. Часто через такі перекази виникають плітки й непорозуміння. А з вами таке траплялося?

Цінний етап у розвитку навичок спілкування — групова робота з піском на задану тему (наприклад, “Школа супергероїв”, “Фантастичний зоопарк”, “Наше місто”). Створюючи разом композицію на задану тему, діти засвоюють алгоритм спільної діяльності.

Алгоритм спільної діяльності

1. Обговоріть, що ви хочете створити.
2. З'ясуйте, чи всім подобається ця ідея.
3. Відберіть необхідні іграшки та предмети.
4. Створіть композицію.
5. Переконайтеся, що інтереси кожного були враховані.
6. Домовтеся, хто про що розповідатиме (модератором обов'язково має побути кожен).

Цікавий прийом, який можна використовувати під час роботи з піском, — *казкотерапія*. Педагог пропонує дітям коротку повчальну історію. Слухаючи її, учні або педагог відображають на піску за допомогою іграшок перебіг подій. Зміст творів, прочитаних удома, учні також можуть відтворити на піщовому аркуші. При переказуванні допускається використання іграшок, що є у класі, та принесених дітьми з дому.

Притча про їжаків

Під час Льодовикового періоду тварини замерзали і гинули.

Жити поодиночці стало дуже важко, тому їжаки вирішили зібратися всі разом, притулитися одне до одного. Це допомогло їм зігрітися, проте гострими голками вони кололи одне одного. Що ж робити? Розійтися — означає вмерти від холоду!

Довелося їжакам обирати: або змиритися з гострими голками своїх сусідів, або вимирати. І зрештою вони знову зібралися і жили разом.

Вони навчилися терпіти невеликі рани, які наносить таке спільне з іншими проживання, — адже тепло, яке їм дарували родичі, було значно важливішим.

— Притча вчить: щоб побудувати добрі стосунки, не обов'язково зводити разом ідеальних людей, які

не мають недоліків. Треба навчитися жити з іншими, не зважаючи на їхні вади і цінуючи позитивні риси.

Далі доцільно обговорити, які проблеми виникають у спілкуванні з однокласниками, і знайти позитивні риси такого спілкування. Гуртом можна пошукати шляхи налагодження добрих взаємин.

Тут у пригоді стане ще одна притча. Слухаючи її, учні відтворюють зміст за допомогою піску.

Притча про двох мандрівників

Двоє приятелів довго подорожували по пустелі. Раптом один товариш ударив іншого по обличчю. Той, кого скривдили, пальцем на піску написав: “Сьогодні мій товариш ударив мене”. І вони пішли далі. Незабаром мандрівники дісталися до оази і кинулися, знесилені й утомлені, купатися в озері. Несподівано той, кого вдарили по обличчю, почав тонути. Тоді той, хто вдарив його, витягнув свого товариша з води. Після цього врятований вирізьбив на камені: “Сьогодні мій товариш урятував мені життя”.

Його рятівник запитав:

— Чому коли я вдарив тебе, ти написав про це пальцем на піску, а коли врятував, то не полінувався весь день вирізьблювати напис про це на камені?

— Образи свої, — відповів йому товариш, — записуй на піску — вітер подме і зітре їх, а добрі вчинки записуй на камені, щоб завжди пам'ятати про них.

Педагог пропонує учням записати ті образи, які вони переживають, на піску. Потім діти беруть пластикові трубочки для напоїв, дмуть на пісок, стираючи написане. Важливо наголосити: “Звільніть своє серце від злості й образ, пробачте всім, на кого ви були ображені”.

Доречно запитати учнів: “Як зберегти приятеля, якого дуже любиш?”. Вислухавши пропозиції дітей, педагог пропонує їм набрати в обидві жмені піску і одну руку стиснути в кулак. Пісок почне висипатися між пальців, і що міцніше стискається кулак, то швидше вислизає з нього пісок. Другу руку, натомість, діти тримають відкритою, і пісок залишається в ній.

— Про що говорить цей простий експеримент?

Педагог підводить дітей до висновку: що силою нікого не можна змусити бути другом, що друга не можна привласнити, що в дружбі кожен має бути вільним і відкритим, що у друга також можуть бути інші друзі.

Ми розглянули тільки деякі прийоми застосування сендплею. Творчий учитель може вибудовувати власну діяльність, вводячи нові й нові ігри, казки та завдання. Головне — пам'ятати: у школі дитина не тільки вчиться, у школі вона живе. Тому шкільне життя має бути цікавим і наповненим позитивними емоціями.

Граючи з піском, можна почуватися і піщинкою у Всесвіті, й Творцем, пам'ятати про несподіванки та ризики, які приготував для нас світ, і просто вчитися взаємодіяти зі своїми друзями. Така цінність дитинства... ●

ШВИДКО

ЗРУЧНО

ВИГІДНО

НЕ ПРОПУСТІТЬ! АКЦІЯ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ

Передплатіть журнал "Учитель початкової школи" у комплекті з журналом "Джміль", не виходячи з дому, за найнижчими цінами!



Я передплатила
улюблені журнали на сайті
upsh.com.ua
А ви?

ЗАОЩАДЬТЕ до 10%

- 1 Заходьте на сайт **upsh.com.ua**
- 2 Оформлюйте онлайн-передплату на журнали "Учитель початкової школи" та "Джміль"
- 3 Щомісяця гарантовано отримуйте надійну методичну підтримку та кращі практичні матеріали з актуальних тем!



Встигніть оформити передплату на червень **до 15 травня!**

Передплачуйте одразу **на 12 місяців** та отримуйте журнали за фіксованою ціною до травня 2019 року.