УДК 376

ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ И МЕТОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ С ОВЗ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КИНЕТИЧЕСКОГО ПЕСКА



Елена Владимировна Михайлина,
кандидат педагогических наук, программный директор, АНО «Центр социокультурной анимации «Одухотворение», г. Москва, Россия
E-mail: elena_mikhailina@bk.ru

Аннотация. В рамках данной статьи автор описывает результаты практической работы с детьми с ОВЗ, которая проводилась в течение нескольких лет на различных площадках. В нее было вовлечено более чем 1 тыс. детей с различными формами инвалидности, в том числе и с тяжелыми формами ДЦП, умственной отсталости и т. д. В период пандемии COVID-19 работа проводилась и дистанционно. В рамках данной работы было обучено более 200 работников домов-интернатов для детей с различными нозологиями и психоневрологических интернатов по всей стране.

В данной статье автор рассматривает возможности и особенности использования песочной терапии в работе с детьми с ОВЗ с использованием кинетического песка и подручных материалов. В ней приведены авторские разработки, особое внимание уделено непосредственно организации таких занятий в малых группах и с привлечением волонтеров из числа нормотипичных людей.

В статье обозначены методические и методологические принципы, которые легли в основу при разработке таких занятий, а также другие аспекты, которые необходимо учитывать в работе.

Рассмотрены инклюзивные принципы организации занятий и включения в деятельность детей с

Как цитировать статью: Михайлина Е. В. Основные способы и методы организации и проведения реабилитационных занятий с детьми с ОВЗ с использованием кинетического песка // Образ действия. 2026. Вып. 4 «Искусство и туризм как средство личностного развития школьника». С. 97–104.

ОВЗ и нормотипичных детей. Выделена специфика и области применения занятий с песком при различных ограничениях здоровья у детей, таких как аутизм, синдром Дауна, различные формы других заболеваний, при умственной отсталости различной степени тяжести.

Рассмотрено влияние таких занятий на социализацию детей с ОВЗ, обучение их различным социальным навыкам, в том числе взаимодействию с другими людьми в процессе игры, работы над заданием и т. п.

По результатам этой работы был разработан учебно-методический комплект дополнительной образовательной развивающей программы учебных занятий с детьми-инвалидами с использованием кинетического песка. Данный комплект был разработан и утвержден Министерством труда и социальной защиты Калужской области в 2021 году.

Ключевые слова: песочная терапия, реабилитация, дети с ОВЗ, инвалидность, кинетический песок, развивающие занятия, инклюзия.

Введение. Игры, в том числе и на песке, — это форма естественной деятельности ребенка. Поэтому мы можем использовать их в ходе реабилитационных, развивающих или обучающих занятий с детьми с ОВЗ. Дети могут строить картины из песка, придумывать различные истории, использовать дополнительные предметы, например игрушки, кисточки и пр.

Игры с песком позволяют создать безопасную стимулирующую среду, в которой ребенок с ОВЗ чувствует себя комфортно, свободно проявляя творческую активность. С точки зрения развития высших психических функций занятия песочной терапией стимулируют такие когнитивные процессы, как восприятие (формы, цвета, целостное восприятие), память, внимание, мышление, воображение, пространственные представления. Помимо этого, игры с песком развивают фонематический слух, способствуют развитию речи. Развивают фантазию, наглядно-образное и словесно-логическое мышление, побуждают детей к активным действиям и концентрации внимания. Снижают уровень психофизического напряжения ребят, помогают им осознавать свои эмоции и научиться их адекватно проявлять.

При различных формах спастики мышц, которая характерна для детского церебрального паралича, или, наоборот, при сниженном тонусе мышц, который также может наблюдаться при этом заболевании, занятия кинетическим песком способствуют нормализации тонуса мышц, овладению детьми различными навыками. Кроме того, иногда при таких занятиях можно развивать крупную моторику и задействовать и другие части тела, например спину, грудную клетку или даже область таза, если требуется какая-то коррекция мышечной деятельности в этих частях тела. Этого можно добиться, организуя особым образом рабочие места для детей с ОВЗ или привлекая их в специфические виды работы с кинетическим песком, требующие особого положения отдельных частей тела или всего тела целиком. Но это отдельные виды работы, и в рамках данной статьи мы их более подробно рассматривать не будем, лишь коротко обозначим эту возможность.

Также песочная терапия способствует совершенствованию и развитию социальных навыков, что для детей с ОВЗ очень важно, так как круг общения многих из них сильно ограничен либо постоянен и находится среди семьи и в него включены только люди, осуществляющие основной уход. А это существенно уменьшает их возможности для повышения уровня социальной компетентности. На занятиях с песком дети с инвалидностью естественным образом совершенствуют навыки и умения практического общения, используя вербальные и невербальные средства.

Также необходимо подчеркнуть и важность «интервенций» волонтеров или преподавателей в непосредственную деятельность детей при выполнении ими заданий, таких как работа вместе в одной песочнице, совместное выполнение заданий, работа по принципу «рука в руке» (она вообще предполагает максимальный тактильный контакт). Общение, которое при этом возникает, обмен фразами или отдельными словами, в зависимости от возможностей ребенка и полноценное речевое сопровождение игры волонтерами и (или) преподавателем. А также обмен инструментарием с другими участниками занятий, необходимость которого тоже достаточно просто организовать, например, неполным комплектом или заведомо меньшим, чем число участников количеством инвентаря.

Цель статьи. Познакомить с разработками, методами, способами реабилитационной, развивающей и обучающей работой с детьми с ОВЗ с использованием кинетического песка и различных подручных материалов в инклюзивных малых группах с привлечением нормотипичных детей и волонтеров. Рассказать об основных принципах и методах организации такой работы, о важных педагогических аспектах в ее проведении.

Но прежде чем перейти к основным моментам организации такой работы, хотелось бы остановиться на базовых методических принципах. Основной из них — принцип терапии песком — был предложен еще Карлом Густавом Юнгом, замечательным психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Однако стоит отметить, что организация и проведение занятий в нашем случае разительно отличается от классической юнгианской песочной терапии. Классики песка обращаются к внутренним переживаниям, помогая человеку выразить их и отреагировать метафорически. Например, в ситуациях, когда эмоции связаны с сильной психологической травмой. Основной метод песочной терапии всегда был и остается следующим: свободное от каких-либо ограничений творчество на песке. И терапевт выполняет скорее роль наблюдателя, очень редко вступая во взаимодействие с клиентом для того, чтобы услышать его историю и прояснить в ней некоторые моменты.

Мы же при организации занятий отталкиваемся от двух основных моментов:

– задачи, которые мы перед собой ставим;

– особенности наших маленьких клиентов.

И вот что из этого следует. Рекомендуется проводить занятия в открытых, смешанных группах по 4–7 человек, где занимаются дети в возрасте от 4 до 12 лет, с соблюдением принципа инклюзии, то есть в группах занимаются дети с разными нозологиями, а также нормотипичные дети, возможно привлечение волонтеров. Основной принцип инклюзии — люди с ОВЗ и обычные люди делают что-то вместе, работают на равных, вместе учатся друг у друга. А присутствие и вовлечение в занятия волонтеров позволяет на занятиях уделить внимание каждому ребенку с ОВЗ и максимально помочь ему в обучении и творчестве.

Также «интервенции» со стороны волонтеров и (или) преподавателя, о которых было уже упомянуто выше, являются важным элементом как обучения различным навыкам мелкомоторного движения, так и социального научения, работе вместе, распределению ролей, контроля активности, умения починяться или руководить работой вместе с партнером. Для детей с аутизмом или расстройством аутистического спектра такое взаимодействие вообще может оказаться «прорывным» с точки зрения их социальной адаптации. Через него в рамках естественного процесса творческой игры они привыкают и осваивают навыки взаимодействия с другими людьми, близкое непосредственное взаимодействие с разными людьми, привыкают к определенной спонтанности процесса. Что для таких детей особенно важно.

Основная цель таких занятий — это реабилитация ребят, обучение их творчеству и совершенствование мелкой моторики и речи.

Именно поэтому выбор пал на песок: такие занятия способствуют развитию мелкой моторики, что тесно связано с развитием головного мозга в целом, всех высших психических функций, особенно речи. Существует ряд теорий на тему того, как именно мелкая моторика способствует развитию речи. Мы исходим из того, что, осуществляя целенаправленную деятельность, которая должна увенчаться определенным результатом, ребенок планирует свою моторную деятельность. Приобретая навык такого планирования, он может в дальнейшем применить его и в речевой деятельности. Артикуляция тоже включает в себя моторное планирование произнесения звуков, требующее слаженной работы мышц речевого аппарата.

А само по себе планирование — это сложная аналитико-синтетическая деятельность, требующая надлежащего развития всех отделов ЦНС и высших психических функций.

При выборе дополнительных материалов и планировании занятий рекомендуется учитывать следующие принципы: ребята должны получить возможность не только поиграть в песок, но и научиться чему-то новому, развить такие высшие психические функции, как мышление, воображение, память, речь, ощущение и восприятие, мелкую моторику, самоконтроль и

контроль выполняемых действий. А еще чтобы наши воспитанники получили стимул к дальнейшему творческому и эстетическому развитию.

Таким образом, видно, что задач было много и все они носили не столько психологический характер, сколько смешанный — психолого-педагогический. Психотерапия, в том числе и классическая песочная терапия, не ориентирована на результат. Ее больше интересует процесс. Педагогика ориентирована больше на результат, у нее есть очень четкие показатели достижения учениками учебных целей. Но в педагогике есть система оценивания, и все дети должны достичь какого-либо результата, получить оценку. Это неприемлемо в нашей работе.

Поэтому рекомендуется объединить ориентированность и на процесс, и на результат. Имеет огромное значение то, что происходит во время занятий, необходимо отслеживать динамику ребят, их предпочтения, особенности поведения и многие другие вещи, которые происходят в работе. Но при этом педагоги должны иметь очень четкие представления о том, куда они двигаются в этом процессе вместе с ребятами, чего каждый из них может достигнуть.

Еще один важный вопрос, который необходимо решить в процессе подготовки к открытию студии песочной терапии: «Как организовать пространство для смешанных групп, где занимаются разные по возрасту и нозологиям дети, имеющие очень неодинаковый уровень развития?» Первым ответом на этот вопрос стал выбор песка. Это не простой речной песок, а кинетический, основное преимущество которого в том, что он не рассыпается, не разлетается, не попадает в глазки и рты ребятишек. Этот песок, в силу его упругости, идеально подходит для работы с ребятами со спастикой пальцев рук или, наоборот, со слабыми руками, что часто бывает при ДЦП.

Второй ответ на этот вопрос — это четкая организация занятия, с планом урока, почти как в школе, только веселее. Сначала дети разминают песок и руки, потом вспоминают основные приемы работы, которые они уже знают. Затем обязательно проводится что-то новое, какой-нибудь новый образ, или же дети знакомятся с новым способом использования уже знакомых предметов. И в конце урока каждый ребенок в своей песочнице создает произведение.

Третий ответ заключается в выборе дополнительных материалов для таких занятий. Они должны быть воспроизводимы, трансформируемы, просты, безопасны, пробуждать творческую активность детей. Поэтому в работе, помимо нецветного кинетического песка, рекомендуется использовать обычные формочки, кисточки для рисования, счетные пластиковые палочки, цветную бумагу, картон, декоративные камни.

На занятии у каждого ребенка есть своя песочница, это прозрачный пластиковый контейнер с высокими бортиками, что опять же позволяет детям заниматься, не боясь просыпать песок или уронить игрушку. Начинать луч-

ше с простых действий катать шарики из песка, так называемые колобки и сосиски (это длинная, в размер ладоней, продолговатая фигура из песка).

Позже эти виды работы должны перейти в разминку, но на первых порах они даются детям с ОВЗ с трудом. Все эти упражнения основаны на противоходе ладоней по горизонтальной или вертикальной плоскости, контроле напряжения мышц кистей рук, амплитуды их движений и давления.

Для того чтобы управлять двумя руками одновременно, но в разных направлениях, ребенку надо научиться чувствовать их, обрабатывать сигналы проприорецепторов и экстерорецепторов, идущие от кожи и мускулатуры кистей, сопоставлять их с видимой картиной и желаемым результатом.

Далее во время занятия повторяются те способы работы с песком, которые уже дети уже знают. Это необходимо по двум причинам: не все ребята в силу ментальных нарушений способны вспомнить через неделю, чему их учили ранее; для отработки навыка нужно многократное повторение действия, что мы и делаем каждый урок.

В основном повторение основывается на простых примерах: например, игра в формочки. Кинетический песок нельзя совочком насыпать в формочку. Его нужно туда набрать руками, а затем убрать излишки, выровнять дно фигуры пальчиками. Это требует навыка определенным образом держать пальчики, оказывать нужное давление на песок, понимать границы формочки и, конечно, усидчивости, чтобы наполнить всю формочку.

И это тоже вызывает определенные затруднения у детей — и получается сделать формочку далеко не сразу. Но все же если мы говорим о ментальных нарушениях или сильной спастике кистей рук, нужно брать ручки ребенка в свои и обучать, непосредственно управляя движениями ребенка. Впоследствии большинство ребят научатся делать формочки самостоятельно. Это позволит повысить точность, амплитуду и арсенал мелких движений рук, развить самоконтроль.

Далее, поскольку фигуры долго сохраняют свою форму, можно украшать их различными способами. На данном этапе работы мы активизируем работу воображения. Дети могут взять любой предмет — кисточку, совочек, счетную палочку, камушек — и украсить свою формочку. Поначалу нужно просто показывать, что можно сделать тем или иным предметом. Впоследствии большинство ребят смогут самостоятельно придумать узор и создать его, используя сразу несколько вспомогательных материалов. Например, сделать украшения обратной стороной кисточки: это отверстия или узор, нарисованный на песке. Затем могут что-то отрезать или отполировать счетной палочкой, сделать ее оттиск, расположить камни определенным образом.

В конце сезона, как правило, все ребята осваивают выполнение мелких «колобков» и «сосисок», которые можно также использовать как дополнительное украшение или материал для изготовления картины. Но здесь

важно, чтобы действия были непривычными для ребенка, именно поэтому на каждом занятии должен быть новый элемент, который дети изучают, открывая для себя новые возможности.

Результаты. Из результатов, полученных по ходу реализации программы занятий с кинетическим песком с детьми с ОВЗ, хотелось бы выделить следующие:

– все посещающие студию, стали более дисциплинированными, усидчивыми, у некоторых улучшилась речь, владение руками, ребятам стали доступны многие операции по самообслуживанию;

– большинство ребят освоили для себя выполнение действий по визуально предъявленному образцу. До начала занятий педагогом из песка делается картина или фигура с использованием разных способов ее украшения, а ребята должны это в своих песочницах повторить. И они справляются, некоторым, конечно, еще нужна небольшая помощь.

Это означает, что мы можем говорить о наличии произвольности в их действиях, развитии у них способностей к анализу и синтезу, саморегуляции. Это еще раз говорит о правильности выбора метода и способов работы с ребятами.

Заключение. Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что игровые занятия с кинетическим песком с детьми с ОВЗ в смешанных инклюзивных группах, при участии нормотипичных детей и волонтеров, являются как обучающими, так и развивающими. Кроме того, они могут быть использованы и как коррекционные, для устранения каких-либо поведенческих проблем у детей с ОВЗ, решения различных иных проблем в социальном обучении и воспитании таких детей, их социальной реабилитации и интеграции в общество. Также они оказывают благотворный терапевтический эффект на психику детей в целом, обучая их в игровой форме регуляции своего поведения и деятельности.

По итогам данной работы был разработан учебно-методический комплект дополнительной образовательной развивающей программы учебных занятий с детьми-инвалидами с использованием кинетического песка. Он был разработан на базе адаптированной образовательной программы для детей с выраженной степенью умственной отсталости по математике и русскому языку. Данный комплект был разработан и утвержден Министерством труда и социальной защиты Калужской области в 2021 году.

Список литературы

1. *Большебратская Э. Э.* Песочная терапия. Петропавловск, 2010.

2. *Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Фролов Д.* Волшебная страна внутри нас / Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Тренинг по сказкотерапии. М.: Речь, 2005.

3. *Кузуб Н. В., Осипук Э. И.* В гостях у Песочной Феи. Организация «педагогической песочницы» и игр с песком для детей дошкольного возраста // Вестник практической психологии образования. 2006. № 1.

4. *Сакович Н. А.* Шаг за шагом в процессе песочной терапии (продолжение) // Вестник практической психологии образования. 2007. № 3. С. 105–108.

5. Учебно-методический комплект дополнительной образовательной развивающей программы учебных занятий с детьми-инвалидами с использованием кинетического песка / авт.-разраб. Е. В. Михайлина, Е. Б. Береговая; науч. ред. И. В. Жгенти; ответ. ред. М. А. Лазарев. М.: БФ «Образ жизни», 2021. 84 с.

6. *Штейнхардт Л.* Юнгианская песочная психотерапия. СПб.: Питер, 2001. 320 с.