

Департамент образования
Комитета по социальной политике и культуре администрации
Г. Иркутска
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Города Иркутска детский сад № 63
(МБДОУ г. Иркутска детский сад №63)

**Комплекс занятия с детьми по развитию
эмоционально - коммуникативной и
познавательной сфер средствами песочной терапии
(для детей средних групп)**

Составила:
Николаева Алёна Васильевна,
педагог-психолог.

Актуальность

В современном мире ребенок становится наиболее чувствительной частью социума, которая подвержена разнообразным негативным воздействиям окружающей среды, что провоцирует, в свою очередь, множество нарушений психоземotionalной сферы, одним из проявлений которых являются детские страхи. Психика дошкольника отличается ранимостью, чрезвычайной восприимчивостью, неспособностью самостоятельно противостоять внешним воздействиям. В этой связи вопросы ранней диагностики, коррекции и профилактики детских страхов становятся одной из актуальных проблем детской психологии.

На современном этапе отмечается рост интереса специалистов (психологов, педагогов, логопедов и др.) к специальной организации занятий с детьми с использованием метода песочной терапии, как разновидности арттерапии. Данный выбор не случаен, т.к. игры с песком в дошкольном детстве служат развитию самопознания ребенка, запуску процессов его спонтанной «самотерапии». Песочная терапия – это оптимальная среда для общения ребенка с самим собой и символическими изображениями реального мира, это метод постижения собственного «Я» и эффективный способ избавления от негативных эмоций, включая страх.

Содержание занятий отражает систему работы с применением комплекса различных средств песочной терапии в сочетании с дидактическими играми и направлено на развитие познавательных способностей у детей младшего дошкольного возраста, а также на снятие у них эмоционального напряжения и дискомфорта и создание ситуации успеха.

Цель: снижение уровня тревожности у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи:

Образовательные:

1. Учить детей последовательно и точно передавать увиденное, с учетом развития сюжета.
2. Обучить умению отвечать на вопросы проблемно-поискового характера.
3. Учить выстраивать композиции на песке по образцу.
4. Закрепить представления об окружающем мире.

Воспитательные:

1. Вызвать эмоционально положительное состояние, удовольствие от игр и совместной деятельности с другими детьми.
2. Воспитать внимательное отношение к коллективу при организации групповой деятельности.
3. Развивать слуховое внимание и память.
4. Совершенствовать навыки позитивной коммуникации.
5. «Проигрывание» разнообразных жизненных ситуаций с помощью создания композиций на песке.

Развивающие:

1. Развивать психические процессы (внимание, память, воображение)
2. Развивать логическое мышление.
3. Развивать тактильные ощущения, мелкую моторику.
4. Развивать умения действовать по инструкции.

Содержание занятий

№ п/п	Тема занятия	Задачи	Используемые упражнения
1	«Знакомство с песочной страной»	1. Способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе, бодрого и радостного настроения у детей; 2. Развивать тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук; 3. Воспитывать умение понимать себя и других.	1. Приветствие. 2. Ритуал «входа» в Песочную страну. 3. Упражнение «Здравствуй, песок». 4. Упражнение «Раскопки». 5. Упражнение «Сложи животное». 6. Упражнение «Домики для животных». 7. Упражнение «Прощание с песком». 8. Ритуал «выхода» из Песочной страны. 9. Рефлексия. 10. Прощание.
2	«В гостях у песочной феи»	1. Способствовать созданию у детей положительного эмоционального настроения с помощью песочной терапии; 2. Формировать представление о способах передачи разных эмоциональных состояний в имитационно-образных играх; 3. Развивать умение отражать в речи свои ощущения; 4. Совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения, поддерживать интерес детей к сотрудничеству; 5. Способствовать развитию воображения и творческих проявлений; 6. Воспитывать эмоциональную отзывчивость детей на проблемные ситуации игровых персонажей, желание прийти на помощь.	1. Приветствие. 2. Ритуал «входа» в Песочную страну. 3. Упражнение «Здравствуй, песок». 4. Упражнение «Найди песочный листочек». 5. Рисование песком. 6. Упражнение «Передай настроение». 7. Упражнение «Звериная дискотека». 8. Упражнение «Несчастное дерево». 9. Упражнение «Песочные музыканты». 10. Ритуал «выхода» из Песочной страны. 11. Рефлексия. 12. Прощание.
3	«Царство песка».	1. Формировать представление о способах передачи разных эмоциональных состояний в имитационно-образных играх; 2. Развивать умение отражать в речи свои ощущения; 3. Совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения; 4. Способствовать развитию воображения и творческих проявлений; 5. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на проблемные ситуации игровых персонажей, желание прийти на помощь.	1. Приветствие. 2. Ритуал «входа» в Песочную страну. 3. Упражнение «Ветер». 4. Беседа «Что я умею делать хорошо» 5. Упражнение «Строим башню». 6. Упражнение «Волшебная раковина». 7. Упражнение «Волшебные очки». 8. Игра «Угадай, кто я» 9. Ритуал «выхода» из Песочной страны. 10. Рефлексия. 11. Прощание.

4	«Печальный город»	<p>1. Способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе, бодрого и радостного настроения у детей;</p> <p>2. Формирование позитивного отношения к своему «Я»;</p> <p>3. Повышение самооценки, снижение психологической напряженности и устранения тревожности;</p> <p>4. Развивать тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук;</p> <p>5. Воспитывать умение понимать себя и других;</p> <p>6. Уточнить знание основных видов эмоциональных состояний.</p>	<p>1. Приветствие.</p> <p>2. Ритуал «входа» в Песочную страну.</p> <p>3. Упражнение «Поделись настроением».</p> <p>4. Беседа «О настоящих друзьях»</p> <p>5. Упражнение «Пирамида дружбы».</p> <p>6. Игра «Будь щедрым»</p> <p>7. Упражнение «Рисуем эмоции».</p> <p>8. Упражнение «Поделись настроением».</p> <p>9. Ритуал «выхода» из Песочной страны.</p> <p>10. Рефлексия.</p> <p>11. Прощание.</p>
5	«Страна гномиков».	<p>1. Расширить знаний о влиянии цвета на красоту окружающей природы;</p> <p>2. Развить понимания, как влияют собственные эмоции на настроение;</p> <p>3. Укрепить уверенность в себе и своих силах;</p> <p>4. Формировать представление о способах рефлексии и бесконфликтного решения проблемных ситуаций;</p> <p>5. Развить умения выражать свои чувства с помощью изобразительных средств.</p>	<p>1. Приветствие.</p> <p>2. Ритуал «входа» в Песочную страну.</p> <p>3. Упражнение «Знакомство с гномами».</p> <p>4. Беседа «Цвет и настроение».</p> <p>5. Упражнение «Рисование песком».</p> <p>6. Упражнение «Весёлые кляксы».</p> <p>7. Упражнение «Танец радости».</p> <p>8. Упражнение «Рисуем радугу».</p> <p>9. Рефлексия.</p> <p>10. Ритуал «выхода» из Песочной страны.</p> <p>11. Прощание.</p>
6	«Птица счастья»	<p>1. Способствовать созданию положительного эмоционального микроклимата в группе;</p> <p>2. Развивать воображение;</p> <p>3. Способствовать снижению эмоционального напряжения через взаимодействие с песком;</p> <p>4. Воспитывать умение выслушивать друг друга и находить решение проблемных ситуаций.</p>	<p>1. Приветствие.</p> <p>2. Ритуал «входа» в Песочную страну.</p> <p>3. Упражнение «Комплимент».</p> <p>4. Упражнение «Раскопки».</p> <p>5. Рисование волшебной птицы.</p> <p>6. Ритуал «выхода» из Песочной страны.</p> <p>7. Рефлексия.</p> <p>8. Игра «Пожелания»</p> <p>9. Прощание.</p>

Занятие 1. Тема «Знакомство с песочной страной».

Задачи:

1. Способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе, бодрого и радостного настроения у детей;
2. Развивать тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук;
3. Воспитывать умение понимать себя и других.

Ход занятия.

Приветствие.

Психолог. Давайте поздороваемся друг с другом. *Дети делают пирамиду из кулачков, все вместе произносят: «Всем, всем, здравствуйте!».*

Ритуал «входа» в Песочную страну. Психолог. Далеко- далеко, а может быть, и близко, есть волшебная Песочная страна, где живёт Песочная Фея со своими друзьями. Каждый день, как только встаёт солнце, Фея приглашает всех детей играть с ней в песок с

помощью ладошек. Хотите отправиться в гости? Тогда послушайте. У меня есть Волшебный цветок. Его мне подарила одна добрая Фея. Цветок помогает добрым, умным и смелым путешественникам попасть в любую сказку. А нам он поможет оказаться в сказочной Песочной стране. Когда к цветку подходит добрый человек, цветок начинает светиться и передаёт часть своей волшебной силы тому, кто протянет к нему руки.

Сейчас мы можем подойти к Волшебному цветку, встать вокруг него так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок пропустить нас в сказочную страну.

Дети закрывают глаза и протягивают руки над цветком

- Глубоко вдохните и полностью выдохните. Волшебный цветок даёт нам волшебную силу, которой мы должны пользоваться очень осторожно. Ведь она может нам пригодиться для решения самых разных сказочных задач. Ещё раз глубоко вдохните и выдохните. А теперь откройте глаза. Мы с вами находимся в волшебной стране.

Упражнение «Здравствуй, песок».

Психолог. Как вы считаете, что нужно сделать, если вы попали в новое место? (*Поздороваться.*)

- Положите руки на песок. Что вы почувствовали, какой он на ощупь? (*Холодный, мягкий.*)

Психолог. (*даёт задания*). А сейчас мы с вами поиграем в одну очень интересную игру «Отпечатки рук». На ровной поверхности песка по очереди сделаем отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороной. Важно задержать руку на песке, слегка и вдавив ее, и прислушаться к своим ощущениям.

Психолог. Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. А вы? (Ответы детей)

Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки. А, что чувствуете вы? (Ответы детей)

Далее я переворачиваю свои руки ладонями вверх и мои ощущения изменились. Теперь я по - другому чувствую песок, по - моему он стал чуть холоднее. А что чувствуете вы?

Мне не очень удобно держать так руки. А вам?

Если у детей похожие ощущения, то можно обсудить, как сделать лучше

Психолог. Давайте «поскользим» ладонями по поверхности песка. Рисуя круги и зигзаги, представьте, что это проехала машина, санки или проползла змея

- А теперь при помощи наших ладошек, пальчиков, кулачков нарисуем на поверхности песка причудливые волшебные узоры

- Поиграем по поверхности песка как на пианино

- А теперь нарисуем с вами солнышко из отпечатков наших рук.....

Упражнение «Раскопки».

Психолог. Ребята, в нашу волшебную страну проникла Злая колдунья. Эта колдунья заколдовала всю страну, засыпала песком. И жители этой страны просят у вас помощи. Как вы думаете, мы сможем им помочь? Давайте с помощью кисточек раскопаем жителей Песочной страны.

Дети с помощью кисточек раскапывают некоторых жителей Песочной страны.

Упражнение «Сложи животное».

Психолог. У каждого жителя волшебной страны раньше было какое-нибудь домашнее животное, но злая Фея заколдовала этих животных и превратила их во что-то непонятное. Жители просят вас помочь им расколдовать этих животных.

Педагог показывает детям животных, изображения которых сложены из разных частей, и предлагает определить, какая часть тела и от какого животного, а затем собрать их силуэты.

Психолог. А теперь найдите фигурки получившихся животных среди набора игрушек и поместите рядом с песочными жителями.

Упражнение «Домики для животных».

Психолог. Давайте построим при помощи формочек домики нашим животным. Из

какого песка легче строить: из сухого или из мокрого? (*Из мокрого.*) Тогда сначала смочим песок и приступим к строительству.

Дети выполняют задание.

Упражнение «Прощание с песком».

Психолог (*дает задания*). Дотронуться до песка поочередно пальцами одной руки, потом второй, затем всеми пальцами одновременно;

- легко (с напряжением) сжать кулачки с песком, затем медленно высыпать в песочницу;

- дотронуться до песка всей ладонью - внутренней, затем тыльной стороной;

- перетереть песок между пальцев, затем между ладоней;

- молодцы, а сейчас нарисуйте на песке каждый свое настроение. На что оно у вас похоже. Украсьте его цветными камушками, ракушками.

Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Психолог. А теперь нам пора прощаться с Песочной страной, и поможет нам в этом Волшебный цветок. Сейчас мы можем тихонько подойти к нему, встать вокруг цветка так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок вернуть нас в детский сад.

Дети закрывают глаза и протягивают руки над цветком.

Психолог. Глубоко вдохните и полностью выдохните. Волшебный цветок даёт нам волшебную силу, которой мы можем пользоваться для решения самых разных задач в детском саду и дома. Ещё раз глубоко вдохните и выдохните. А теперь откройте глазки. Мы с вами находимся в детском саду.

Рефлексия.

Вопросы педагога:

- Вам понравилось наше путешествие?

- С какими трудностями столкнулись?

- Что особенно было интересным?

- Какое у вас сейчас настроение?

Прощание.

Дети делают пирамиду из кулачков и говорят: «Всем, всем, до свидания!»

Занятие 2. Тема «В гостях у песочной феи».

Задачи:

1. Способствовать созданию у детей положительного эмоционального настроения с помощью песочной терапии;

2. Формировать представление о способах передачи разных эмоциональных состояний в имитационно-образных играх;

3. Развивать умение отражать в речи свои ощущения;

4. Совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения, поддерживать интерес детей к сотрудничеству;

5. Способствовать развитию воображения и творческих проявлений;

6. Воспитывать эмоциональную отзывчивость детей на проблемные ситуации игровых персонажей, желание прийти на помощь.

Ход занятия

Приветствие

Психолог. Здравствуйте, ребята, сегодня мы с вами снова встретились! Протяните друг другу ладошки, улыбнитесь и скажите: «Здравствуй, это я!»

Ритуал «входа» в Песочную страну.

Психолог. Я снова приглашаю вас в путешествие в волшебную страну - Песочную. А кто из вас помнит, как мы можем в неё попасть? (*При помощи Волшебного цветка.*)

- Как вы помните, цветок мне подарила одна добрая Фея. Цветок помогает добрым, умным и смелым путешественникам попасть в любую сказку. А нам он поможет оказаться в сказочной Песочной стране. Сейчас мы можем тихонько подойти к Волшебному цветку, встать вокруг него так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок пропустить нас в сказочную страну.

Когда дети закроют глаза и протянут руки над цветком, психолог произносит традиционные слова.

Когда дети откроют глаза, психолог уже выступает в роли Феи.

Упражнение «Здравствуй, песок».

Психолог. Что, по-вашему, должен сделать любой человек, если он попадает в новое место? (*Поздороваться.*) Положите руки на песок. Что вы почувствовали, какой он на ощупь? (*Холодный, мягкий.*)

Психолог (*дает задания*). Дотронуться до песка поочередно пальцами одной руки, потом второй, затем всеми пальцами одновременно;

- легко (с напряжением) сжать кулачки с песком, затем медленно высыпать в песочницу;
- дотронуться до песка всей ладонью - внутренней, затем тыльной стороной;
- перетереть песок между пальцев, затем между ладоней.

Упражнение «Найди песочный листочек».

Психолог. Какое у нас сейчас время года? (*Осень.*) В Песочной стране тоже осень. А что становится с деревьями с приходом осени? (*Листья опадают.*) В Песочной стране листья тоже опадают, а среди них есть и волшебные. Если их отыскать, то можно с их помощью попасть на волшебную поляну. Узнать, эти листочки можно, погладив каждый из них. Волшебными окажутся те, которые покрыты песком. Давайте отыщем их, и из этих листочков мы сложим дорожку, по которой попадём «на полянку».

Дети выкладывают дорожку из песочных листьев.

Волшебный дружок! Песочный листок,

Помоги немножко, Подскажи дорожку!

Дети проходят на «волшебную полянку», там стоят столы.

Рисование песком.

Психолог. Посмотрите, как здесь много всего интересного! Рассаживайтесь там, где вам удобно. На этой полянке живут разные животные, и можем их оживить при помощи волшебного песка.

На листках бумаги нарисованы контуры животных. Дети проводят клеем по контуру, затем посыпают его цветным песком.

Упражнение «Передай настроение».

Психолог. А теперь прикоснитесь ладонью к песчаным изображениям животных. Закройте глаза и почувствуйте настроение своего животного.

Каждый ребёнок называет настроение своего животного.

Упражнение «Звериная дискотека».

Психолог. А сейчас представьте себя теми животными, которых вы оживили. И так как у всех хорошее настроение, давайте устроим звериную дискотеку.

Дети танцуют под музыку, изображая различных животных: медведя, лису, зайца, белочку.

Упражнение «Несчастное дерево».

Психолог. Я предлагаю вам покинуть нашу полянку и взять с собой по одному волшебному песочному листочку. Дело в том, что в Песочной стране растёт одно «несчастное дерево», а называется оно так, потому что на нём совсем нет листочков. Но мы с вами можем оживить это дерево, если подарим ему свои песочные листочки и скажем какие-нибудь добрые слова.

Дети вешают на дерево листочки и говорят что-то утешительное для «несчастливого дерева».

Упражнение «Песочные музыканты».

Психолог. Давайте попрощаемся с деревом и Песочной страной, но необычным способом. Мы представим, что превратились в «повелителей музыки», положим кисти рук на песок, сыграем чудесную мелодию и оставим на память волшебной стране.

Дети, перебирая пальцами рук, «играют» на песке под аудио-запись.

Ритуал «Выхода» из Песочной страны.

Психолог. Нам пора возвращаться. В этом нам поможет Волшебный цветок. Сейчас мы можем тихонько подойти к нему, встать вокруг цветка так, чтобы не мешать друг другу;

протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок вернуть нас в детский сад.

Дети закрывают глаза и протягивают руки над цветком, психолог говорит традиционные слова.

Рефлексия.

Психолог. Вот и закончилось наше сегодняшнее путешествие. Но ведь оно не последнее, и на следующем занятии мы снова отправимся в Песочную страну.

- Что вам больше всего понравилось?

- Со всеми испытаниями мы справились?

- Какие упражнения было трудно выполнять, какие легко?

Прощание.

Дети делают пирамиду из кулачков и говорят: «Всем, всем, до свидания!»

Занятие 3. Тема «Царство песка».

Задачи:

1. Формировать представление о способах передачи разных эмоциональных состояний в имитационно-образных играх;

2. Развивать умение отражать в речи свои ощущения;

3. Совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения;

4. Способствовать развитию воображения и творческих проявлений;

5. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на проблемные ситуации игровых персонажей, желание прийти на помощь.

Ход занятия.

Приветствие.

Психолог. Здравствуйте, ребята! Поприветствуйте друг друга при помощи перышка.

Дети касаются по очереди друг, друга перышком, смотрят в глаза и приветствуют улыбкой.

Ритуал «входа» в Песочную страну.

Психолог. Сегодня мы с вами снова отправимся в Песочную страну. А кто помнит, как мы можем в неё попасть? (*При помощи Волшебного цветка.*)

Проводит ритуал с цветком.

Упражнение «Ветер».

Психолог. В давние-давние времена на далёкой и неизвестной планете не было воды, а был только песок. И было там огромное море из песка. Сейчас я предлагаю вам «превратиться» в ветер и сделать на море волны.

Дети с помощью ладоней создают на песке волны.

- Песочные волны умели говорить и постоянно шептались друг с другом. Возьмите песок на ладони; пересыпая его, представьте, как песок шепчет ваше имя. Произнесите его.

Дети шёпотом произносят своё имя, пересыпая песок из ладони на ладонь.

Беседа «Что я умею делать хорошо».

Дети по очереди называют все виды деятельности и действия, которые они могут выполнять (рисовать, лепить, прыгать, смеяться...). При затруднениях в ответе психолог поддерживает ребёнка, называет действия, которые ребёнок хорошо выполняет (слушает сказки, играет, гуляет и т.д.), а ребята хором отвечают: «Да!», поддерживая ребёнка.

Упражнение «Строим башню».

Психолог. В песочном море стояла большая башня. Вот и вы сейчас постройте высокую старинную башню из песка. *Дети «строят» башню.*

Психолог. В башне никто не жил, но вокруг неё постоянно ходили различные существа.

Выберите из фигурок тех, кто вам не нравится, тех, кто неприятен. Объясните свой выбор.

Дети выбирают «существа» из набора миниатюрных фигурок и располагают их вокруг башни. Рассуждения и ответы детей.

Упражнение «Волшебная раковина».

Психолог. Никто из этих существ не умеет дружить. А вы знаете, как нужно дружить? Сейчас я покажу «волшебную раковину», а вы расскажите ей все правила дружбы, которые знаете, и подарите её нашим «сказочным существам».

Передавая ракушку друг другу, дети рассказывают, как нужно дружить.

- Какие ценные и замечательные правила! А теперь поселите в башню всех сказочных существ, каждого - там, где ему будет удобно.

Упражнение «Волшебные очки».

Психолог. Для того чтобы дружить, нужно уметь говорить друг другу комплименты. Давайте научим этому наших жителей башни. У меня есть «волшебные очки», сейчас мы будем их примерять и говорить друг о друге хорошие слова.

Игра «Угадай, кто я» Среди детей выбирается водящий. - Я тихонько назову водящему имя одного из участников группы и дотронусь до него «волшебной палочкой», превращая водящего в этого участника. Дальше вы будете задавать водящему вопросы, касающиеся его вкусов, увлечений, например: «Какой цвет ты любишь?», «Чем тебе нравится заниматься?» и др. А водящий постарается отвечать на них так, словно он действительно превращен в другого человека. А вы должны будете догадаться, в кого превращен водящий. *(Дети выполняют задание.)*

Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Психолог. Жители волшебной страны вам очень благодарны, а нам пора возвращаться. Сейчас мы можем тихонько подойти к Волшебному цветку, встать вокруг него так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок вернуть нас в детский сад.

Проводит ритуал с цветком.

Рефлексия.

Вопросы педагога:

- Вам понравилось наше путешествие?
- С какими трудностями вы столкнулись?
- Что было интересно выполнять, а что нет?
- Какое у вас сейчас настроение?

Прощание.

Дети касаются по очереди друг друга перышком, смотрят в глаза и улыбаются.

Занятие 4. Тема «Печальный город».

Задачи:

1. Способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе, бодрого и радостного настроения детей;
2. Формирование позитивного отношения к своему «Я»;
3. Повышение самооценки, снижение психологической напряженности и устранения тревожности;
4. Развивать тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук;
5. Воспитывать умение понимать себя и других;
6. Уточнить знание основных видов эмоциональных состояний.

Ход занятия

Приветствие.

Психолог. Сегодня я предлагаю вам посмотреть друг на друга, улыбнуться самой доброй и приветливой улыбкой.

Дети становятся в круг, улыбаясь, протягивают руки в центр круга, кладут ладонь на ладонь, чтобы получилось крепкое пожатие «узел дружбы», который никому не разжать.

- Давайте поочередно, с улыбкой, скажем, «Я очень рад тебя видеть!»

Ритуал «входа» в Песочную страну.

Психолог. Я приглашаю вас ещё в одно сказочное путешествие - в Песочную страну. А кто помнит, как мы можем в неё попасть? *(При помощи Волшебного цветка.)*

Психолог. Когда к цветку подходит добрый человек, цветок начинает светиться и передаёт часть своей волшебной силы тому, кто протянет к нему руки. Сейчас мы можем

тихонько подойти к Волшебному цветку, встать вокруг него так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок пропустить нас в сказочную страну.

Дети закрывают глаза и протягивают руки над цветком.

- Глубоко вдохните и полностью выдохните. Волшебный цветок даёт нам волшебную силу, которой мы должны пользоваться очень осторожно. Ведь она может нам пригодиться для решения самых разных сказочных задач. Ещё раз глубоко вдохните и выдохните. А теперь откройте глаза. Мы снова оказались с вами в волшебной стране.

Упражнение «Поделись настроением».

Психолог. Положите руки ладонями вниз на песок и скажите мне, какое у вас настроение. Только сказать это нужно не при помощи голоса, а при помощи ваших эмоций.

Дети рассказываются полукругом около песочницы и с помощью мимических жестов делятся своим настроением. Педагог уточняет, почему именно такое настроение у ребёнка в данный момент.

Беседа «О настоящих друзьях»

Психолог. В нашей необычной волшебной стране есть город, у всех жителей которого грустное настроение. Как вы думаете, почему человеку может быть грустно? (*Предположения детей.*) А жителям волшебной страны грустно, потому что у них нет друзей. У каждого из вас есть друзья. Кого можно назвать другом? (Ответы детей.) Как вы думаете, настоящие друзья, какие они? (Ответы детей.) Правильно, настоящие друзья не оставят вас в беде, всегда придут на помощь, поднимут настроение. Если вы не можете сделать что-либо в одиночку, помогут вам. А еще самые настоящие друзья не только в горе вместе с вами, но и в минуты радости, они не будут вам завидовать, а будут радоваться вашему счастью. А как мы можем помочь жителям волшебной страны? (*Предположения детей.*)

Упражнение «Пирамида дружбы».

Психолог. Какими качествами должен обладать человек, чтобы с ним хотели дружить другие люди? Давайте попробуем

разобраться. У меня есть колечки от волшебной «пирамиды дружбы». На каждом из них написано качество человека. Нам нужно подобрать только нужные колечки.

Дети подбирают кольца с нужными качествами. Педагог делает упор на то, что «пирамида» получилась только потому, что они действовали все вместе и умели договориться друг другом.

Психолог. Давайте подарим эту «пирамиду» жителям нашего песочного города, чтобы они научились дружить. Как вы думаете, теперь у них это получится? Изменится ли их настроение?

Игра «Будь щедрым»

Каждому ребенку, поочередно, предлагают пять красивых игрушек, их надо разделить:

- себе и другу;
- себе и другим детям;
- себе и брату (сестре);

- Как ты делил игрушки, как Карабас-Барабас или как Буратино? (Для жадных детей необходимо использовать предварительную предвосхищающую оценку.)

Упражнение «Рисуем эмоции».

Психолог. Попробуйте изобразить настроение жителей волшебной страны с помощью рисунка.

Дети рисуют на подносах с песком эмоции и украшают свою работу природными материалами.

Упражнение «Поделись настроением».

Психолог. Положите руки ладонями вниз на песок и скажите мне, какое теперь у вас настроение. Не забывайте, что сделать это нужно не при помощи голоса, а при помощи ваших эмоций.

Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Психолог. Наступила пора прощаться с Песочной страной. Нам в этом поможет

Волшебный цветок. Сейчас мы можем тихонько подойти к нему, встать вокруг цветка так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок вернуть нас в детский сад. *После того как дети закроют глаза и протянут руки над цветком, психолог произносит традиционные слова.*

Рефлексия.

Вопросы педагога:

- Вам понравилось наше путешествие?
- С какими трудностями вы столкнулись?
- Что было интересно выполнять, а что нет?
- Что мы пожелаем жителям Песочной страны?
- Какое у вас сейчас настроение?

Прощание.

Психолог. Ребята, я предлагаю вам посмотреть друг на друга, улыбнуться самой доброй и приветливой улыбкой, бережно прикоснуться своими ладонями друг к другу со словами:

«До скорой встречи!»

Занятие 5. Тема «Страна гномиков».

Задачи:

- 1.Расширить знаний о влиянии цвета на красоту окружающей природы;
- 2.Развить понимания, как влияют собственные эмоции на настроение;
- 3.Укрепить уверенность в себе и своих силах;
- 4.Формировать представление о способах рефлексии и бесконфликтного решения проблемных ситуаций;
- 5.Развить умения выражать свои чувства с помощью изобразительных средств.

Ход занятия.

Приветствие.

Психолог. Доброе утро, ребята! Поздоровайтесь друг с другом.

Дети делают пирамиду из кулачков, все вместе произносят: «Всем, всем, здравствуйте!»

Ритуал «входа» в Песочную страну.

Психолог. Сегодня мы вновь отправляемся в Песочную страну при помощи Волшебного цветка.

Проводит ритуал с Волшебным цветком.

Упражнение «Знакомство с гномами».

Психолог. Мы с вами побываем в стране, где живут сказочные гномы. Давайте с ними познакомимся, кто скажет, как нам это сделать? *(Ответы детей.)*

- Узнать имена гномов можно, отгадав загадки:
 - Этот гном большой простак. Добрый, шумный... *(Весельчак).*
 - Этот гномик словно вакса. Как заплачет - значит... *(Плакса).*
- Посмотрите, наш грустный гномик плачет. Он поделился со мной своей бедой...

Веселые гномы жили в прекрасном, сказочном царстве, в котором было много ярких, светлых улиц и домов, разноцветных птиц, деревьев и цветов. Но в их сказочном царстве побывала Чёрная Клякса и переокрасила всё вокруг в чёрный цвет.

Беседа «Цвет и настроение».

Психолог. Как вы думаете, цвет влияет на наше настроение?

- Какие цвета улучшают ваше настроение?
- А какие цвета ухудшают настроение?
- А что может случиться без ярких красок?
- Подумайте и скажите, а ваше имя, какого цвета? Этот цвет есть в радуге? *(Ответы детей.)*
- Гномы просят вас помочь им победить Чёрную Кляксу и вернуть краски в их страну. Поможем? *(Ответы детей.)*

Упражнение «Рисование песком».

Психолог. Посмотрите, даже любимые игрушки гномов потеряли свой яркий цвет. Давайте их раскрасим.

Дети садятся за столы, берут заготовки из бумаги и украшают их цветным песком.

Упражнение «Весёлые кляксы».

Психолог. Раньше в стране гномов было разноцветное озеро. А теперь оно стало серым и грустным. Давайте подойдем к нему поближе и попробуем помочь. Посмотрите, Клякса оставила свои следы. Сейчас мы возьмёмся за руки и пройдем по следам Кляксы. Возможно, под ними, спрятаны краски?

Дети смотрят на обратную сторону каждой кляксы.

Психолог. Что вы сейчас видите? *(Дети перечисляют цвета.)* А что это за цвета? *(Цвета радуги.)*

- Давайте раскрасим наше озеро всеми цветами радуги.

Дети подходят к ёмкости с водой. Берут из баночек, наполненных разведёнными красками, по одной ложечке краски. Опускают в воду. Затем дуют в трубочки, смешивая краски.

Упражнение «Танец радости».

Психолог. Посмотрите, какое чудесное озеро у нас получилось! Нашим гномам тоже понравилось озеро, и поэтому, им хочется радоваться и веселиться. Давайте спляшем танец радости.

Дети танцуют под весёлую музыку. Педагог осыпает их разноцветным конфетти.

Упражнение «Рисуем радугу».

Психолог. Вы так весело танцевали, что пошёл волшебный дождик. А что обычно бывает после дождя? *(Радуга.)*

- Давайте в память о себе оставим гномикам разноцветную радугу.

Сейчас мы все вместе сделаем картину — аппликацию «Радуга». Мы произнесем скороговорку и правильно расположим цвета радуги. «Каждый охотник желает знать, где сидит фазан». Первое слово «каждый», какой цвет начинается на звук «к»? (Красный.). «Охотник» - звук «о» (оранжевый). «Желает» - звук «ж» (желтый). «Знать» - звук «з» (зеленый). «Где» — звук «г» (голубой). «Сидит» - звук «с» (синий). «Фазан» — звук «ф» (фиолетовый). Таким образом, соотносим все слова скороговорки с цветами радуги. - А теперь поочередно наклеивайте полоски. Затем картину можно украсить цветами и бабочками

Дети разноцветными полосками наклеивают заготовку.

Психолог. Какая удивительная у нас получилась радуга! Какое она дарит всем настроение? Нравится ли вам картина, которую вы сделали своими руками? Давайте подумаем, какое настроение вызывает у вас эта картина? *(Ответы детей.)* Вот так, сделав что-то интересное и красивое своими руками, мы можем поднять настроение себе и окружающим нас людям. А как ещё можно улучшить настроение друзьям и родным? *(Ответы детей.)*

Рефлексия.

Вопросы педагога:

- С какими жителями Песочной страны вы сегодня познакомились?

- Вы были дружными, активными, преодолели все препятствия. Скажите, что было для вас самым трудным?

- А что было самым радостным в дороге?

- Какое у вас сейчас настроение?

Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Психолог. Незаметно подошло время, когда нам пора возвращаться в детский сад.

Психолог проводит ритуал с Волшебным цветком.

Прощание.

Дети делают пирамиду из кулачков и говорят: «Всем, всем, до свидания!»

Занятие 6. Тема «Птица счастья»

Задачи:

1. Способствовать созданию положительного эмоционального микроклимата в группе;
2. Развивать воображение;
3. Способствовать снижению эмоционального напряжения через взаимодействие с песком;
4. Воспитывать умение выслушивать друг друга и находить решение проблемных ситуаций.

Ход занятия.

Приветствие.

Психолог. У меня в руках мягкий клубочек. Передавая его по кругу из рук в руки, назовите по очереди все ласковые имена, которыми называют вас дома.

Ритуал «входа» в Песочную страну.

Психолог. Сегодня мы снова отправляемся в Песочную страну с помощью Волшебного цветка.

Сейчас мы можем тихонько подойти к Волшебному цветку, встать вокруг него так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок пропустить нас в сказочную страну.

Проводит ритуал с цветком.

Упражнение «Комплимент».

Психолог. В этой сказочной Песочной стране когда-то всё было очень хорошо. Но всё изменилось в тот момент, когда Злая колдунья похитила у жителей их талисман - волшебную птицу. Теперь здесь царят печаль и холод. Я предлагаю помочь им. Давайте подарим жителям новую птицу. Для этого нам придётся отправиться к Алмазной горе и добыть украшения. Но попасть туда можно, только сказав друг другу что-то очень приятное.

Дети стоят в кругу; поочередно, по одному выходят в середину круга. Дети говорят ему комплименты. Принимающий комплименты говорит: «Спасибо, мне очень приятно».

Упражнение «Раскопки».

Психолог. Давайте попробуем достать из волшебной горы нужные нам украшения.

Дети аккуратно достают из тоннелей в песочной горе мешочки с цветным песком, различные бусинки, природный материал.

Рисование волшебной птицы.

Дети на подносах с песком рисуют сказочную птицу и украшают её.

Когда птица готова, педагог предлагает детям закрыть глаза и мысленно наделять её волшебными качествами.

Психолог. Посмотрите, как засветилась наша волшебная птица. Расскажите, какими качествами вы её наделили.

Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Психолог. Жители волшебной страны вам очень благодарны, а нам пора возвращаться. Сейчас мы можем тихонько подойти к Волшебному цветку, встать вокруг него так, чтобы не мешать друг другу; протянуть над ним руки, закрыть глаза и с чистым сердцем попросить цветок вернуть нас в детский сад.

Проводит ритуал с цветком

Рефлексия.

Вопросы педагога:

- Что вам больше всего понравилось?
- Со всеми испытаниями мы справились?
- Какие упражнения было трудно выполнять, какие легко?
- Чему мы научились?

Игра «Пожелания»

Психолог.- Сейчас, вы поочередно по кругу, будете говорить друг другу добрые пожелания.

Прощание.

Дети делают пирамиду из кулачков и говорят: «Всем, всем, до свидания!»

Список литературы.

1. Грабенко Т.М. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб., 2004.
2. Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Песочная игротерапия / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева // Детский сад со всех сторон. – 2001.
3. Новиковская О.А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников / О.А. Новиковская. – СПб., 2005.
4. Барина Н. Песок – вода – ладошки / Н. Барина // Ребёнок в детском саду. – 2010. – №2
5. Бережная Н.Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальных сфер детей дошкольного возраста / Н.Ф. Бережная // Дошкольная педагогика. – 2007. – №1.