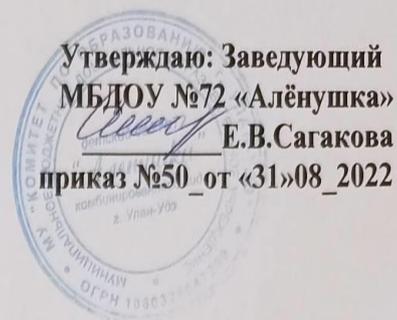


Комитет по образованию Администрации г. Улан – Удэ  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 72 «Алёнушка» комбинированного вида г. Улан – Удэ  
670034, г. Улан – Удэ, ул. Пестеля, 37а, тел/факс 446510, тел. 446500  
E-mail: UUCadik72@yandex.ru

Принято на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
« 31 » августа 2022г



**Программа по развитию эмоционально - коммуникативной и  
познавательной сфер средствами песочной терапии**

## **Актуальность программы**

Период дошкольного детства является наиболее благоприятным для формирования необходимых психических функций и социально значимых качеств личности. Все это делает особо важным участие психолога в проведении развивающей работы с детьми. В связи с этим в рамках образовательного процесса необходимо создавать условия по развитию познавательных психических процессов, волевого поведения ребенка и обеспечение эмоционального комфорта.

Обучение детей дошкольного возраста наиболее продуктивно, если оно идет в контексте с практической и игровой деятельностью. Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому она может быть использована в развивающих и обучающих занятиях. В процессе песочной игры ребёнок имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму. Песочница обладает психотерапевтическим эффектом, помогая ребёнку избавиться от застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем. Песочная терапия – это, прежде всего, возможность самовыражения. Песок, вода и несколько маленьких фигурок людей, животных или предметов способны помочь человеку раскрыться, выразить свои чувства и эмоции, которые порой так трудно передать с помощью слов. Такого рода игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние ребенка, формируют умение прислушиваться к себе, осознавать и проговаривать свои ощущения. А это, в свою очередь, способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. При этом создаются благоприятные условия для проявления у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности своим делом. Активизируются мыслительные и эмоциональные резервы, что выражается в физических формах, создаваемых руками. Преобразуя ситуацию в песочнице, ребенок получает опыт самостоятельного разрешения трудностей как внутреннего, так и внешнего плана. Но основным положительным моментом, несомненно, является возможность получать ребенком первый опыт рефлексии (самоанализа). Накопленный опыт самостоятельных конструктивных изменений ребенок переносит в реальную

повседневную жизнь. Использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно-терапевтический эффект.

Введение в действие ФГОС ДО предполагает становление новой образовательной системы, ориентированной на воспитание и развитие у детей социально-личностных качеств и привитие ценностей, соответствующих целевым ориентирам образования.

Данная рабочая программа соответствует Федеральным общеобразовательным стандартам и направлена на решение задач по созданию условий для гармоничного личностного развития детей в процессе обучения и воспитания. Программа предусматривает создание «зоны ближайшего развития» для каждого возрастного периода. Состоит программа из 3 блоков, в каждом из которых разработан цикл коррекционно - развивающих занятий в соответствии с индивидуальными особенностями в разные возрастные периоды. Содержание образовательной области «Познавательное развитие» направлено на развитие у детей познавательных интересов, интеллектуальных способностей через решение задач: развитие познавательно-исследовательской и продуктивной деятельности; формирование целостной картины мира, расширение кругозора. Содержание образовательной области «Эмоциональное развитие» направлено на развитие у детей умений становиться на позицию другого, развитие самосознания, навыков сотрудничества, децентрации, развитие волевых процессов. Данная программа разработана на основе авторской программы М.А. Федосеевой «Занятия по развитию эмоциональной и познавательной сферы средствами песочной терапии».

**Реализация программы базируется на основе следующих принципов:**

1. Принцип индивидуального подхода к ребенку любого возраста, на основе безоговорочного принятия его уникальности и ценности.
2. Принцип гуманистичности, предполагает отбор и использование гуманных, лично-ориентированных, основанных на общечеловеческих ценностях, методов психологического взаимодействия.

3. Принцип «На стороне ребенка»: во главе угла ставятся интересы ребенка, обеспечивается защита его прав при учете позиции других участников учебно – воспитательного процесса.

4. Принцип активной позиции ребенка, при котором главным становится не решить проблемы за ребенка, а научить его решать проблемы самостоятельно, создать условия для становления способности ребенка к саморазвитию.

5. Принцип системности предполагает, что сопровождение носит непрерывный характер и выстраивается как системная деятельность, в основе которой лежит внутренняя непротиворечивость.

6. Принцип рациональности, лежит в основе использования форм и методов психологического взаимодействия и обуславливает необходимость их отбора с учетом оптимальной сложности, информативности и пользы для ребенка.

**Цель программы:** создание условий для гармонизации личностного и интеллектуального развития детей дошкольного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, имеющих проблемы в развитии:

- познавательной сферы;
- эмоциональной сферы;
- волевой сферы.

**Задачи по коррекции и развитию познавательной сферы:**

1. Формирование учебной мотивации и познавательного интереса.
2. Развитие внимания и памяти.
3. Развитие мышления.

**Задачи по коррекции и развитию эмоциональной сферы:**

1. Формирование позитивного отношения к себе, адекватной самооценки.
2. Развитие способности осознания своего эмоционального состояния и окружающих.
3. Формирование навыков адекватного выражения эмоций.

4. Развитие способности к эмпатии, сопереживанию.
5. Обучение приемам саморегуляции.

### **Задачи по коррекции и развитию волевой сферы:**

1. Создание условий для воспитания самостоятельности и ответственности.
2. Развитие произвольной регуляции деятельности и поведения.
3. Психокоррекция агрессивного и других форм дезадаптивного поведения.
4. Создание условий для формирования нравственной системы ценностей.

### **Организационные условия проведения занятий**

I Блок программы включает в себя цикл коррекционных занятий, который предназначен для детей в возрасте от 3 до 4 лет. Занятия проводятся 1- 2 раза в неделю, продолжительностью по 20 минут. Наполняемость группы - 4-6 человек. Для более эффективного проведения занятий предполагается включение в состав группы так называемых «фоновых» детей, познавательное развитие которых будет служить примером для остальных детей группы.

Организационные условия, позволяющие реализовать данную систему занятий для I блока, предполагают наличие просторного помещения и соответствующего оборудования:

- водонепроницаемый деревянный ящик (песочница);
- коллекция игрушек,
- магнитофон с кассетами для проведения релаксационных упражнений, а также для создания фона во время игр.

II Блок программы включает в себя цикл коррекционных занятий, который предназначен для детей в возрасте от 5 до 6 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью по 30 минут с группой детей старшего дошкольного возраста, имеющих низкий уровень развития эмоциональной сферы. Наполняемость группы – 4-5 человек. Для более эффективного проведения занятий предполагается включение в состав группы так называемых «фоновых» детей, эмоционально-коммуникативное развитие, которых будет служить примером для остальных детей.

Организационные условия, позволяющие реализовать данную систему занятий для II блока, предполагают наличие просторного помещения и соответствующего оборудования:

- водонепроницаемый деревянный ящик с чистым просеянным песком (песочница);
- коллекция игрушек;
- свеча в подсвечнике для введения в сказочную страну;
- магнитофон с кассетами для проведения релаксационных упражнений, а также для создания фона во время игр и во время знакомства со сказкой.

III Блок программы включает в себя цикл коррекционных занятий, который предназначен для детей в возрасте от 6 до 7 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью по 30 минут с подготовительной к школе группой детей, имеющих низкий уровень развития эмоционально-коммуникативной сферы. Наполняемость группы – 4-5 человек. Для более эффективного проведения занятий предполагается включение в состав группы так называемых «фоновых» детей, эмоционально-коммуникативное развитие, которых будет служить примером для остальных детей группы.

К условиям, необходимым для организации коррекционно-развивающего процесса по III блоку, необходимо отнести просторное помещение с наличием соответствующего оборудования:

- водонепроницаемый деревянный ящик (песочница);
- ящик с подсветкой для рисования;
- чистый просеянный песок;
- цветной песок;
- оргстекло формата А4 и 10 x 12 или фоторамочки разных размеров;
- коллекция миниатюрных фигурок для обыгрывания заданий в песочнице;
- магнитофон и кассеты или диски с записями релаксационной музыки и звуков природы.

**Методические приемы, используемые на коррекционных занятиях:**

- создание ситуации безопасности, доверия;
- поддержка ребенка в ситуации неудачи;
- одобрение поведения, создание ситуации успеха;

- поощрение, комплимент;
- анализ игровой ситуации; обмен мнениями, рефлексия занятия;
- ролевое проигрывание ситуаций; анализ образцов поведения сказочных героев.

### **Формы реализации:**

- *песочная терапия* - способствует самовыражению, дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств;
- *сказкотерапия* - сказки в увлекательной форме доступными словами показывают детям окружающий мир, поступки и судьбы людей, выбирают критерии нравственных ценностей, помогают ребёнку ощутить себя творцом и создателем;
- *игротерапия* - является частью целого комплекса различных воздействий на ребёнка.

### **Ожидаемые результаты реализации рабочей программы**

К концу обучения по программе предполагается продвижение детей в развитии мышления, речи, психических функций, формировании у них познавательных интересов, коммуникативных умений и творческих способностей, произвольности деятельности. При этом у детей формируются следующие основные умения:

- Умения выделять и выражать в речи признаки сходства и различия отдельных предметов и совокупностей.
- Умения объединять группы предметов, выделять части, устанавливать взаимосвязь между частью и целым.
- Овладение детьми приемами логической обработки информации, формирование и развитие навыка самоконтроля.
- Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания другим людям.
- Формирование основ бесконфликтного общения.
- Сознать и контролировать свои эмоции.

## І БЛОК

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К ЗАНЯТИЯМ С ДЕТЬМИ 3-4 ЛЕТ

В дошкольном возрасте у ребенка закладываются основы будущей личности, формируются предпосылки не только физического и нравственного, но и умственного развития. И если ребенку, испытывающему трудности в овладении знаниями, умениями, навыками, не помочь развить познавательные способности в раннем детстве, то при переходе его в школу, он столкнется с огромным количеством трудностей при усвоении учебного материала. Учитывая то, что познавательные способности человека связаны, прежде всего, с органами чувств, можно предположить, что песочная терапия - один из эффективных методов их развития.

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.

К числу наиболее актуальных проблем, решаемых в данной системе занятий, относятся:

- создание благоприятных условий для развития познавательной сферы детей младшего дошкольного возраста;
- развитие навыков взаимодействия друг с другом, умения работать в коллективе, осознавать себя частью коллектива.

#### **Основными задачами являются:**

1. Развитие умения различать основные цвета, величины, формы предметов в пространстве в соотношении «далеко — близко».
2. Формирование числовых представлений «много», «мало», «один», «два», «меньше», «больше».
3. Развитие памяти, внимания, восприятия, мышления, мелкой моторики.
4. Снижение психофизического напряжения.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема                      | Цели   | Содержание   |
|---|---------------------------|--|--|
| 1 | «Веселые вагончики»       | - развивать умение различать предметы по цветам;<br>-развивать память, восприятие цвета;<br>- развивать умение снимать мышечное напряжение           | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Здравствуй, песок»<br>3.Упражнение «Вагончики»<br>4.Упражнение «Кубики»<br>5.Упражнение «Карусель»<br>6.Упражнение «До свидания, песок»<br>7.Прощание<br>8.Рефлексия |
| 2 | «Цветочная полянка»       | -формировать умение различать предметы по цвету;<br>-развивать память, мышление, восприятие цвета;<br>- развивать умение снимать мышечное напряжение | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Здравствуй, песок»<br>3.Упражнение «Цветные крышечки»<br>4.Упражнение «Фрукты»<br>5.Упражнение «До свидания»<br>6.Прощание<br>7. Рефлексия                           |
| 3 | «Веселое путешествие - 1» | -формировать умение различать предметы по цвету;<br>-развивать память, мышление, восприятие  | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Здравствуй, песок»<br>3.Упражнение «Бусинки»   |

|   |                           |  |   |
|---|---------------------------|--|---|
|   |                           | <p>цвета;</p> <p>- развивать умение снимать мышечное напряжение</p>  | <p>4. Упражнение «Разноцветные дорожки»</p> <p>5. Упражнение «Карусель»</p> <p>6. Упражнение «До свидания, песок»</p> <p>7. Прощание</p> <p>8. Рефлексия</p>  |
| 4 | «Веселое путешествие – 2» | <p>-совершенствовать умение различать предметы по цвету;</p> <p>-развивать память, мышление, восприятие цвета;</p> <p>- развивать умение снимать мышечное напряжение</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2. Упражнение «Здравствуй, песок»</p> <p>3. Упражнение «Бусинки»</p> <p>4. Упражнение «Разноцветные дорожки»</p> <p>5. Упражнение «Художники»</p> <p>6. Упражнение «Карусель»</p> <p>7. Упражнение «До свидания, песок»</p> <p>8. Прощание</p> <p>9. Рефлексия</p> |
| 5 | «Волшебные грибочки»      | <p>-формировать представление о понятиях: «большой», «маленький»;</p> <p>-развивать умение регулировать мышечное напряжение</p>  | <p>1. Приветствие</p> <p>2. Упражнение «Песочный дождик»</p> <p>3. Упражнение «Грибочки»</p> <p>4. Упражнение «Художники»</p>   |

|   |              |   |  |
|---|--------------|---|--|
|   |              |   | 5.Упражнение «До свидания, песок»<br>6.Прощание<br>7.Рефлексия   |
| 6 | «Зонтики»    | -формировать представление о понятиях: «большой», «маленький»;<br>-развивать умение регулировать мышечное напряжение  | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Песочный дождик»<br>3.Упражнение «Зонтики»<br>4.Прощание<br>5.Рефлексия  |
| 7 | «Мячики – 1» | -формировать представление о понятии «круг»;<br>- развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Секретики»<br>3.Упражнение «Мячики»<br>4.Стихотворение С. Маршака «Мяч»<br>5.Упражнение «Художники»<br>6.Прощание<br>7.Рефлексия |
| 8 | «Мячики – 2» | -формировать представление о понятии «круг»;<br>- развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Секретики»<br>3.Упражнение «Мячики»<br>4.Стихотворение Т. Прокрушевой «Мячик»<br>5.Упражнение «Части и целое»<br>6.Упражнение    |

|    |                       |  |   |
|----|-----------------------|--|---|
|    |                       |  | «Мешочек»<br>7.Прощание<br>8.Рефлексия  |
| 9  | «Ковер – самолет - 1» | -формировать представление о понятии «квадрат»;<br>-уточнить представление о понятии «круг»;<br>- развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру                  | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Ковер - самолет»<br>3.Упражнение «Строители»<br>4.Упражнение «Художники»<br>5.Прощание<br>6.Рефлексия                           |
| 10 | «Ковер – самолет - 2» | -формировать представление о понятии «квадрат»;<br>-уточнить представление о понятии «круг»;<br>- развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру                  | 1. Приветствие<br>2.Упражнение «Ковер - самолет»<br>3.Упражнение «Строители»<br>4.Упражнение «Мешочек»<br>5.Упражнение «Секретики»<br>6.Прощание<br>7.Рефлексия |
| 11 | «Лошадки -1»          | -формировать представление о понятии «треугольник»;<br>-уточнить представление о понятиях «круг», «квадрат»;<br>- развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру; | 1.Приветствие<br>2.Упражнение «Песочный ветер»<br>3.Упражнение с фигурами<br>4.Упражнение «Заплатки»<br>5.Прощание<br>6.Рефлексия                               |

|    |              |   |  |
|----|--------------|---|--|
|    |              | -совершенствовать навык регуляции вдоха и выдоха  |  |
| 12 | «Лошадки -2» | -формировать представление о понятии «треугольник»;<br>-уточнить представление о понятиях «круг», «квадрат»;<br>-развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру;<br>-совершенствовать навык регуляции вдоха и выдоха | 1.Приветствие<br>2.Упражнение «Песочный ветер»<br>3.Раскрашивание<br>4.Прощание<br>5.Рефлексия                 |
| 13 | «Шарики»     | -уточнить представление о понятии «круг»;<br>-развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру;<br>-совершенствовать навык регуляции вдоха и выдоха  | 1.Приветствие<br>2.Упражнение «Секретики»<br>3.Упражнение с мячом<br>4.Прощание<br>5.Рефлексия                 |
| 14 | Строители    | уточнить представление о понятии «круг»;<br>-развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру;<br>-совершенствовать навык регуляции вдоха и выдоха   | 1.Приветствие<br>2.Упражнение «Строители»<br>3.Упражнение с разрезными картинками<br>4.Прощание<br>5.Рефлексия |

## КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

### Занятие 1. Тема «ВЕСЁЛЫЕ ВАГОНЧИКИ»

**Цели:** развивать умение различать предметы по цветам; память, мышление, восприятие цвета; умение снижать мышечное напряжение.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; кубики разного цвета.

#### Ход занятия

##### Приветствие.

Психолог. Хотите отправиться в путешествие? Сегодня мы с вами сможем побывать в сказочной стране, которая находится совсем рядом, в нашей песочнице. "Как вы считаете, на чём можно путешествовать? Давайте отправимся в путешествие на поезде. Каждый «из вас станет «вагончиком». Возьмитесь рукой за ленточку. Какого она цвета? *(Красного.)* Отправляемся в путь:

Паровоз, паровоз, маленький, блестящий.

Он вагоны повёз, будто настоящий.

##### II. Упражнение «Здравствуй, песок».

Психолог. Вот мы с вами прибыли в Песочную страну.

- Из чего она состоит? *(Из песка.)*

- Давайте его потрогаем. Какой он?

- А теперь давайте с ним поздороваемся. Дотронемся до него каждым пальчиком одной ручки, а потом - другой. Теперь всеми пальчиками сразу.

##### III. Упражнения на цветовое различие.

###### 1. «Вагончики».

Психолог. На чём мы приехали в Песочную страну? *(На поезде.)* Посмотрите, у меня есть маленькие вагончики. Они разного цвета. Есть синие *(показывает)*, а есть красные. Возьмите каждый по вагончику. Сейчас поднимут вверх вагончики те ребята, у кого они синего цвета. *(Аналогично - красного цвета.)*

*Дети выполняют задание.*

- Давайте на песочнице «построим» поезд. Первыми станут синие вагончики, а потом - красные.

- Теперь вагончики перестроятся. Первый вагончик синий, второй - красный, потом снова синий и опять красный. *(Чередование.)*

*Дети «строят» поезд.*

Психолог. Пусть наш поезд отдохнёт, а мы поиграем на коврике.

## **2.«Кубики».**

Психолог. Перед вами на ковре лежит много разных кубиков. Возьмите себе один синий кубик и один красный. Теперь все синие кубики положите в синюю корзину, а все красные - в красную.

*Дети выполняют задание педагога.*

## **3. «Карусель».**

Психолог. Сейчас мы покатаемся на карусели. Девочки возьмутся руками за красные ленточки, а мальчики - за синие.

Еле-еле, еле-еле,

Завертелись карусели,

А потом, потом, потом

Всё бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите!

Раз, два, раз, два!

Закружилась голова!

## **IV. Упражнение «До свидания, песок».**

Психолог. Давайте вспомним, как мы здоровались с песком. А теперь так же попрощаемся с ним.

*Дети прощаются сначала пальцами каждой руки, затем двумя руками вместе.*

## **Прощание.**

Психолог. Вспомните, на чём мы приехали в Песочную страну (*На поезде.*)

- Какого цвета он был? (*Красного.*) Назад мы поедem тоже на поезде, только синего цвета.

*Дети берутся за ленточку синего цвета.*

Паровоз, паровоз, маленький, блестящий. Он вагоны повёз, будто настоящий.

## **Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

Что вам понравилось в нашем путешествии?

Какое у вас сейчас настроение?

## Занятие 2. Тема «ЦВЕТОЧНАЯ ПОЛЯНКА»

**Цели:** формировать умение различать предметы по цвету; развивать память, мышление, восприятие цвета, умение снимать мышечное напряжение.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; ленточки и крышечки разного цвета.

### Ход занятия

#### Приветствие.

Психолог. Давайте вспомним, на чём мы путешествовали на прошлом занятии. *(На поезде.)* Какого цвета были вагончики? *(Синего и красного.)*

- Сегодня мы снова отправляемся в путешествие по Песочной стране. Но на паровозике другого цвета.

*Психолог показывает ленточку зелёного цвета.*

- Какого цвета будет этот паровозик? *(Зелёного.)*

- Беритесь все руками за ленточку и... «поехали».

Паровоз, паровоз, маленький, блестящий. Он вагоны повёз, будто настоящий.

#### II. Упражнение «Здравствуй, песок».

Психолог. Как вы думаете, где мы оказались? *(В Песочной стране.)*

- Как мы можем поздороваться с песком? *(Пальчиками каждой руки и двумя руками вместе.)*

- Давайте с ним поздороваемся. Дотронемся до него каждым пальчиком одной ручки, а потом - другой. Теперь всеми пальчиками сразу.

#### III. Упражнения на цветовое различие.

##### 1. «Цветные крышечки».

Психолог. Сегодня мы с вами в нашей Песочной стране будем сажать цветы. Давайте вспомним, какого цвета был паровозик, на котором мы приехали. *(Зелёного.)*

- Посмотрите, у меня в коробочке много крышечек разного цвета. Выберите себе только зелёные крышечки, из которых мы выложим цветы.

*Дети выполняют задание по показу взрослого.*

- Посмотрите, какая красивая цветочная полянка у нас получилась!

##### 2. «Фрукты».

Психолог. Внимательно посмотрите и ответьте: что «выросло» у нас на ковре?  
(Яблоки, груши.)

- Давайте соберём с вами фрукты. Сначала возьмём зелёные «яблоки» и положим их в зелёную корзину.

- А теперь соберём зелёные «груши».

- Возьмите жёлтые «яблоки» и положите их в жёлтую корзину.

- Собираем жёлтые «груши» и кладём их тоже в жёлтую корзину.

*Дети выполняют задание.*

#### **IV. Упражнение «До свидания, песок».**

Психолог. Давайте вспомним, как мы здоровались с песком. А теперь так же попрощаемся с ним.

*Дети касаются пальцами каждой руки, а затем двумя руками вместе всеми пальцами сразу.*

#### **Прощание.**

Психолог. На каком паровозике мы прибыли в Песочную страну (На зелёном.)

Посмотрите, а на паровозике какого цвета мы отправимся обратно?

*Педагог показывает жёлтую ленточку. Возьмитесь за жёлтую ленточку и... «поехали»! Паровоз, паровоз, маленький, блестящий. Он вагоны повёз, будто настоящий.*

**Рефлексия.** Беседа по вопросам:

- Что вам понравилось в нашем путешествии?
- Какое у вас сейчас настроение?

### **Занятие 3. Тема «ВЕСЁЛОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»**

**Цели:** формировать умение различать предметы по цвету; развивать память, мышление, восприятие цвета, умение снимать мышечное напряжение.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; машинки разного цвета; бусинки.

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Посмотрите, пожалуйста, внимательно и ответьте: на чём мы сегодня отправимся в путешествие? (На машинках.)

— Возьмите себе каждый по одной машинке и назовите, какого она цвета.  
(*Ответы детей.*)

- А теперь отправимся в путь. Каждая машинка поедет по своей дорожке: синяя машинка - по синей дорожке, красная машинка - по красной дорожке, зелёная машинка - по зелёной дорожке, жёлтая машинка - по жёлтой дорожке.

## **II. Упражнение «Здравствуй, песок».**

Психолог. Вот наконец мы прибыли в Песочную страну. Поставьте каждый свою машинку в уголок песочницы. Пусть машинки нас подождут и отдохнут. А мы пока поздороваемся с песком, но только по-новому.

*Дети касаются песка внешней, а затем внутренней стороной ладошек.*

## **III. Упражнения на цветовое различие.**

### **«Бусинки».**

Психолог. Сейчас мы с вами будем собирать бусы. *Каждый ребёнок собирает бусы одного цвета.*

- Назовите, какого цвета у каждого из вас получились бусы. (*Ответы детей: красного, синего, жёлтого, зелёного цветов.*)

### **«Разноцветные дорожки».**

Психолог. Сначала наши машинки ехали по разноцветным дорожкам. Мы с вами тоже будем сейчас шагать по этим дорожкам.

- Какого цвета первая дорожка? вторая? третья? четвёртая? (*Ответы детей.*)

- Кто хочет шагать по жёлтой дорожке? Кто по синей дорожке? Кто по красной дорожке? Кто по зелёной дорожке?

*Дети выбирают себе дорожки и повторяют слова:*

Зашагали ножки: топ-топ-топ.

Прямо по дорожке: топ-топ-топ.

Ну-ка веселее: топ-топ-топ.

Вот как мы умеем: топ-топ-топ.

Побежали ножки

По ровненькой дорожке,

Убегают, убегают,

Только пяточки сверкают.

### **«Карусель».**

Психолог. Сейчас давайте покатаемся на карусели.

*выбирают себе ленточку любого цвета и называют, цвет.*

Еле-еле, еле-еле,                      Тише, тише, не спешите,  
Завертелись карусели,              Карусель остановите!  
А потом, потом, потом              Раз, два, раз, два!  
Всё бегом, бегом, бегом!              Закружилась голова!

### **Упражнение «До свидания, песок».**

Психолог. Подойдите к песочнице и попрощайтесь с Песочной страной. Коснитесь песка внешней, а затем и внутренней стороной ладошек.

### **Прощание.**

Психолог. Возьмите каждый свою машинку - сейчас мы отправляемся в обратный путь. Помните, что каждая машинка едет по дорожке своего цвета.

### **Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

- Что вам понравилось в нашем путешествии?

— Какое у вас сейчас настроение?

## **Занятие 4. Тема «ВЕСЕЛОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»**

**Цели:** совершенствовать умение различать предметы по цветам; развивать память, мышление, восприятие цвета, умение снимать мышечное напряжение.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; бусинки.

### **Ход занятия**

#### **1. Приветствие.**

Психолог. Внимательно посмотрите и ответьте: на чём мы сегодня отправимся в путешествие? *(На машинках.)*

Возьмите каждый себе по одной машинке и назовите, какого цвета ваша машинка.

Сейчас все вместе мы отправляемся в путь. Каждая машинка поедет по своей дорожке: синяя машинка - по синей дорожке, красная машинка - по красной дорожке, зелёная машинка - по зелёной дорожке, жёлтая машинка - по жёлтой дорожке.

#### **II. Упражнение «Здравствуй, песок».**

Психолог. Мы с вами снова оказались в Песочной стране. Поставьте свои машинки в уголок песочницы. Пусть они отдохнут. А мы сначала поздороваемся с песком.

*Дети выполняют традиционное прикосновение к песку внешней, а затем внутренней стороной ладошек.*

### **III. Упражнения на цветовое различие.**

#### **1. «Бусинки».**

Психолог. Сейчас мы с вами будем собирать бусы.

*Каждый ребёнок собирает бусы одного цвета.*

- Назовите, какого цвета у каждого из вас получились бусы. (*Ответы детей: красного, синего, желтого, зелёного цветов.*)

#### **2. «Разноцветные дорожки».**

Психолог. Наши машинки проехали по разноцветным дорожкам. Мы с вами тоже будем сейчас шагать по этим дорожкам.

- Назовите, какого цвета первая дорожка? вторая? третья? четвёртая?

*Дети отвечают на вопросы.*

- Кто хочет шагать по жёлтой дорожке? Кто по синей дорожке? Кто по красной дорожке? Кто по зелёной дорожке?

*Дети выбирают себе дорожки и повторяют слова:*

Зашагали ножки: топ-топ-топ.

Прямо по дорожке: топ-топ-топ.

Ну-ка веселее: топ-топ-топ.

Вот как мы умеем: топ-топ-топ.

Побежали ножки

По ровненькой дорожке,

Убегают, убегают,

Только пяточки сверкают.

#### **«Художники».**

Психолог. Давайте закрасим дерево зелёной краской, солнышко - жёлтой, машину

- красной, облако - синей.

*Дети выполняют рисунок пальчиками!*

#### **«Карусель».**

Психолог. А сейчас мы снова покатаемся на карусели. *Дети выбирают себе ленточку любого цвета и называют, это цвет.*

Еле-еле, еле-еле,  
Завертелись карусели,  
А потом, потом, потом  
Всё бегом, бегом, бегом!  
Тише, тише, не спешите,  
Карусель остановите!  
Раз, два, раз, два!  
Закружилась голова!

#### **IV. Упражнение «До свидания, песок».**

Психолог. Настало время попрощаться с нашей Песочной страной.

*Дети выполняют ритуал прощания, касаясь песка внешней, а затем внутренней стороной ладошек.*

#### **V. Прощание.**

Психолог. Возьмите каждый свою машинку - мы отправляемся в обратный путь.

Помните, что каждая машинка едет по дорожке своего цвета.

#### **VI. Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

- Что вам понравилось в нашем путешествии?
- Какое у вас сейчас настроение?

*Дети отвечают на вопросы.*

### **Занятие 5. Тема «ВОЛШЕБНЫЕ ГРИБОЧКИ»**

**Цели:** формировать представление о понятиях: «большой», «маленький»; развивать умение регулировать мышечное напряжение.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; воздушные шары разного цвета.

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Сегодня у нас с вами состоится новое путешествие, а отправимся мы в него на воздушных шарах.

- У меня в руках два воздушных шара. Они одинаковые? *(Нет.)*

- Чем они отличаются? (*Большой - маленький, синий- красный.*)
- Кто хочет лететь на большом синем шаре, подойдите к нему и возьмитесь за верёвочку.
- Кто хочет лететь на маленьком красном шаре, подойдите и возьмитесь за его верёвочку.

*Дети выполняют задание.*

## **II. Упражнение «Песочный дождик».**

Психолог. В Песочной стране сегодня идёт дождь. Давайте научимся с вами «делать» песочный дождь: высыпая песок из кулачка в песочницу; высыпая песок из кулачка на свою ладонь.

*Дети выполняют упражнения.*

### **Упражнение «Грибочки».**

П с и х о л о г. Кто из вас знает, что хорошо растёт после дождя? (*Грибы.*)

Вот и в нашей Песочной стране выросло много грибов. Чем отличаются эти грибы между собой? (*Большие и маленькие.*) Давайте «соберём» эти грибы в корзины. А корзины одинаковые? (*Нет.*) Чем они отличаются? (*Большая и маленькая.*). Большие грибы мы сейчас соберём в большую корзину, маленькие - в маленькую.

### **Упражнение «Художники».**

Психолог. Посмотрите, у нас на столах тоже «выросли» грибочки. На каждом листочке их по два. Они одинаковые? (*Нет.*) - А чем они отличаются? (*Один большой, а другой маленький*).

- Давайте закрасим их. Шляпки у грибочков будут жёлтыми, ножки-белыми.

*Дети раскрашивают грибы.*

### **Упражнение «До свидания, песок».**

Психолог. А сейчас подойдите к песочнице и попрощайтесь с Песочной страной.

*Дети выполняют ритуал прощания, касаясь песка внешней, затем внутренней стороной ладошек.*

## **VI. Прощание.**

Психолог. вспомните, на чём мы прилетели в Песочную страну. (*Ответы детей.*)

- Давайте поменяемся воздушными шарами. Кто летел на большом шаре - полетит на маленьком, а кто летел на маленьком - полетит на большом.

## **VII. Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

- Что вам понравилось в нашем путешествии?
- Какое у вас сейчас настроение?

### **Занятие 6. Тема «ЗОНТИКИ»**

**Цели:** формировать представление о понятиях: «большой», «маленький»;  
развивать умение регулировать мышечное напряжение.

**Оборудование:** поднос с песком.

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Постарайтесь вспомнить, на чём мы путешествовали на прошлом занятии? *(На воздушных шарах.)*

- Сегодня я предлагаю вам отправиться в путешествие на «мыльном пузыре».

*Дети берутся за руки и делают большой круг:*

Надувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся!

##### **II. Упражнение «Песочный дождик».**

Психолог. Вспомните, пожалуйста, как можно «сделать» песочный дождик.  
*(Ответы детей.)*

**III. Упражнение «Зонтики».** *(Рисование пальчиками.)* Психолог. Как называется предмет, при помощи которого мы можем спрятаться от дождика? *(Зонт.)*

*Дети садятся за столы и раскрашивают заготовки зонтиков.*

- Выберите себе по одному зонтику. Тот, кто взял большой зонт, раскрасит его зелёной краской. А те, у кого маленькие зонтики, закрасят их жёлтым цветом.

*Дети выполняют задание.*

##### **Прощание.**

Психолог. Вспомните, на чём мы сегодня путешествовали – *(мыльном пузыре)*, но время отправляться назад, а поможет нам в этом мыльный пузырь.

*(берутся за руки и делают большой круг, произносят:*

Надувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся!

**Рефлексия.** Обсуждение вопроса: Что было самое интересное в путешествии?

### **Занятие 7. Тема «МЯЧИКИ»**

**Цель:** формировать представление о понятии «круг»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; бусинки; мяч.

#### **Ход занятия**

##### **Приветствие.**

Психолог. Сегодня мы снова отправляемся в путешествие на «мыльном пузыре»

*Дети и встают в круг, берутся за руки и произносят:*

Надувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся! Какой наш пузырь? *(Большой, круглый.)*

##### **II. Упражнение «Секретки».**

Психолог. В Песочной стране спрятано очень много «секретиков». Давайте их откопаем.

*Дети выкапывают из песка разноцветные шарики.*

- Как называются предметы? *(Шарики.)*

- Какие они? *(Круглые.)*

- Назовите цвет каждого шарика.

*Дети перечисляют цвета предметов.*

##### **III. Упражнение «Мячики».**

Психолог. А какую игрушку круглой формы вы знаете? *(Мяч.)*

- Представьте, что вы все превратились в мячики. Какого цвета эти мячики?

*Дети, ориентируясь на цвет своей одежды, говорят, какой «мячик» и какого он цвета.*

— Сейчас я буду играть с «мячиками» - легонько шлёпать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики.

— Посмотрите, у меня в руках настоящий мяч, какого он размера? (*Большой.*)

-Давайте руками нарисuem в воздухе форму мяча.

*Дети рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.*

- Какого цвета мяч?

- Посмотрите на другой мяч и скажите, чем он отличается от первого? (*Маленький, другого цвета.*)

#### **IV. Стихотворение А. Барто «Мяч».**

Психолог. Садитесь вокруг мяча, положите на него ладошки и расскажите о нём стихотворение.

*Читает стихотворение «Мяч» С. Я. Маршака:*

Мой весёлый, звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Желтый, красный, голубой,

Не угнаться за тобой!

#### **Упражнение «Художники».**

Психолог. Сейчас мы с вами превратимся в художников, каждый из вас на песке нарисует свой мяч. У кого мяч самый большой? А у кого самый маленький?

*(Ответы детей.)*

#### **Прощание.**

Психолог. А теперь наш «мыльный пузырь» поможет нам добраться домой. *Дети берутся за руки и произносят:*

Надувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся!

#### **Рефлексия.**

Беседа по вопросам :

Чем вам больше всего понравилось сегодня заниматься?

- Какое у вас сейчас настроение?

## Занятие 8. Тема «МЯЧИКИ»

**Цели:** формировать представление о понятии «круг»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки; бусинки; чудесный мешочек.

### Ход занятия

#### Приветствие.

Психолог. Сегодня мы снова отправляемся в путешествие на «мыльном пузыре».

*Дети встают в круг, берутся за руки и произносят:*

Надувайся, пузырь,  
Раздувайся большой,  
Оставайся такой,  
Да не лопайся!

#### II. Упражнение «Секретики».

Психолог. В Песочной стране спрятано очень много «секретигов». Давайте их откопаем.

*Дети из песка откапывают разноцветные мячики.*

- Что это за предметы? (Мячи.)
- Какие они? (Круглые.)
- Назовите цвет каждого мяча.

*Дети перечисляют цвета мячей.*

#### Упражнение «Мячики».

Психолог. Представьте, что вы превратились в мячики.

*Дети, ориентируясь на цвет своей одежды, говорят, какой мячик и какого он цвета.*

- Сейчас я буду играть с мячиками - легонько шлёпать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики.

*Психолог читает стихотворение Григория Кузнецца:*

Скачет мячик прыг да скок,  
Скачет мячик на порог.  
Скачет десять раз подряд  
От ладошки и назад.

*Дети выполняют движения в соответствии с текстом.*

- Посмотрите, у меня в руках настоящий мяч, какого он размера? (*Большой.*)

- Давайте руками нарисуем в воздухе форму мяча.

*Дети рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.*

- Какого цвета мяч?

Посмотрите на другой мяч и скажите, чем он отличается (*Маленький, другого цвета.*)

### **Стихотворение Прокушевой «Мячик».**

Садитесь вокруг мяча, положите на него ладошки и скажите о нём стихотворение.

Разноцветный мячик

По дорожке скачет.

Прыгает, не бьётся,

В руки не даётся!

### **Упражнение «Части и целое».**

Психолог (*даёт задание*). Соберите из частей целое изображение. Дети *салятся за столы и из двух половинок собирают больших и маленьких мячей.*

### **Упражнение «Мешочек».**

*Психолог показывает детям мешочек, в котором находятся маленький мячик и кубики.*

В этом мешочке спрятался маленький мячик, надо найти его, не заглядывая в мешочек. Дети *поочерёдно отыскивают мячик на ощупь и рассказывают, отличие его от кубика.*

### **Прощание.**

Психолог. Настало время отправляться домой, и наш мыльный пузырь поможет нам в этом.

*Дети встают в круг, берутся за руки и произносят:*

Надувайся, пузырь,

Раздувайся большой, Оставайся такой,

Да не лопайся!

### **Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

- Чем вам больше всего понравилось заниматься на этом занятии?

- Какое у вас сейчас настроение?

## Занятие 9. Тема «КОВЁР-САМОЛЁТ»

**Цели:** формировать представление о понятии «квадрат»; уточнить представления о понятии «круг»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки.

### Ход занятия

#### I. Приветствие.

Психолог. Сегодня у нас не совсем обычное путешествие. Мы будем летать на волшебном «ковре-самолёте».

*Дети садятся на ковёр, закрывают глаза, раскачиваются из стороны в сторону и слушают спокойную музыку.*

- Подумайте и ответьте, ковёр, он какой?

*Дети называют цвет ковра и определяют, что он квадратный.*

#### Упражнение «Ковёр-самолёт».

Психолог. В нашей Песочной стране есть много ковров, но волшебные только те из них, которые квадратной формы. Давайте их отыщем и отправим в путешествие на этих коврах животных, которые живут в Песочной стране.

*На песке разложены квадраты и круги из цветного картона. Дети рассаживают на квадраты различные фигурки животных.*

#### Упражнение «Строители».

Психолог. Пока жители Песочной страны летают на волшебных коврах, мы с вами «превратимся» в строителей и построим волшебный замок.

Переходят на ковёр и «строят» замок. Из чего будем строить замок? (Из кубиков.)

На какую геометрическую фигуру похожи кубики?

#### Упражнение «Художники».

Дети закрашивают квадрат знакомым цветом (синим, зеленым, жёлтым, красным).

#### Прощание.

Психолог. Сейчас мы снова садимся, на «ковёр-самолёт» и отправляемся назад.

*Дети садятся на ковёр, закрывают глаза, раскачиваются в сторону и слушают спокойную музыку.*

#### Рефлексия.

Беседа по вопросам:

Какое упражнение на занятии вам понравилось больше?

Какое у вас сейчас настроение?

### **Занятие 10. Тема «КОВЁР-САМОЛЁТ»**

**Цель:** формировать представление о понятии «квадрат»; представления о понятии «круг»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки.

#### **Ход занятия**

**Приветствие.** Психолог. Сегодня у нас необычное путешествие. Мы будем летать на волшебном «ковре-самолёте».

*Дети садятся на ковёр, закрывают глаза, раскачиваются из стороны в сторону и слушают спокойную музыку.*

#### **Упражнение «Ковёр-самолёт».**

Психолог. В нашей Песочной стране есть много ковров, но волшебные только те из них, которые квадратной формы. Давайте их отыщем и отправим на этих коврах в путешествие животных, которые живут в Песочной стране.

*На песке разложены квадраты и круги из цветного картона. Дети рассаживают на квадраты различные фигурки животных.*

#### **Упражнение «Строители».**

Психолог раздает детям разноцветные ленты и читает стихотворение Л. Тактаевой:

Желтые кубики - это песок,

Кубик зеленый - весенний лесок.

Синие кубики - это река,

Кубиков много - река широка.

Кубик на кубик - растут этажи,

Учатся строить дома малыши!

*Дети слушают стихотворение и в соответствии с текстом каждый поднимает ленту подходящего цвета.*

Психолог. Пока жители Песочной страны летают, мы с вами «превратимся» в строителей и построим дом для гостей.

*Дети переходят на ковёр и «строят» дом.*

Психолог. А теперь к нашему замечательному дому нужно пристроить не менее удобный и вместительный гараж. Пусть он будет синего цвета.

*Дети находят кубики синего цвета и выполняют задание.*

#### **IV. Упражнение «Мешочек».**

*Педагог показывает детям мешочек, в котором находятся маленький мячик и кубик.*

Психолог. В этом мешочке спрятался маленький кубик, надо найти его, не заглядывая в мешочек.

*Дети поочерёдно отыскивают кубик на ощупь и рассказывают, как они отличили его от мячика.*

#### **Упражнение «Секретики».**

Психолог. Найдите, пожалуйста, в песке квадратные предметы (*отыскивают в песочнице предметы и отдельно в корзину кладут только то, что имеет форму квадрата.*) А теперь каждый из вас расскажет о своем квадратном предмете (*придумывают небольшой рассказ о своем предмете*).

#### **Прощание.**

Психолог. Снова садимся на «ковёр-самолёт» и возвращаемся.

*(сажаются на ковёр и слушают спокойную музыку. Закрывают глаза, медленно поднимают руки через стороны вверх, также медленно опускают их вниз).*

#### **Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

- Чем вам понравилось заниматься больше всего?

- Какое у вас сейчас настроение?

### **Занятие 11. Тема «ЛОШАДКИ»**

**Цели:** формировать представление о понятии «треугольник»; уточнить представления о понятиях «круг», «квадрат»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, размеру; совершенствовать навык регуляции вдоха и выдоха.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки.

## Ход занятия

### I. Приветствие.

Психолог. Сегодня мы отправимся в путешествие на животном, у которого есть грива, четыре копыта, красивый длинный хвост.

- Как вы думаете, что это за животное? (*Лошадка.*)

- Посмотрите, какая она красивая, давайте её погладим. Давайте расскажем стихотворение про лошадку, и она переправит нас в волшебную страну.

*Дети вместе читают стихотворение:*

Я люблю свою лошадку,  
Причешу ей шёрстку гладко,  
Гребешком приглажу хвостик  
И верхом поеду в гости.

*А. Барто*

### II. Упражнение «Песочный ветер».

Психолог. Вот мы с вами снова оказались в Песочной стране. Посмотрите, какой здесь дует ветер.

*Психолог показывает детям, как, дуя в трубочку, можно сдувать песок с ладошки.*

- Давайте каждый из вас попробует сделать маленький ветерок.

*Педагог следит, чтобы дети не стояли друг напротив друга и песчинки не попали им в глаза.*

### III. Упражнение с фигурами.

Психолог. Сейчас мы все вместе перейдём на ковёр. Посмотрите, сколько здесь разных фигур, вы их узнали? (*Ответы детей.*)

- Давайте возьмём все кружки.

- Теперь соберём все квадраты.

*Дети выполняют задания.*

- А кто знает, что за фигуры остались на ковре? (*Треугольники.*)

### Упражнение «Заплатки».

Психолог. Переходим за столы. На них лежат карточки с разными отверстиями. Давайте заполним эти отверстия фигурами. Сначала кружки, потом квадраты, а затем – треугольники.

*Дети выполняют задание.*

## **V. Прощание.**

Психолог. А теперь настала пора возвращаться. Мы пойдём к нашей лошадке и попросим отвезти нас. Сначала прочитаем ей стихотворение. *Дети вместе читают стихотворение А. Барто «Лошадка».*

## **VI. Рефлексия.**

Беседа по вопросам:

- Какое задание было самым интересным?
- Какое у вас сейчас настроение?

## **Занятие 12. Тема «ЛОШАДКИ»**

**Цели:** формировать представление о понятии «треугольник»; уточнить представления о понятиях «круг», «квадрат»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру; совершенствовать навык регуляции вдоха и выдоха.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки.

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Вспомните, на каком животном мы отправились в Песочную страну на прошлом занятии. *(На лошадке.)*

- Перечислите, что есть у лошадки. *(Хвост, грива, копыта.)*
- Сегодня мы тоже отправляемся в путешествие на лошадке.

*Дети вместе с педагогом читают стихотворение А. Барто:*

*Я люблю свою лошадку,  
Причешу ей шёрстку гладко,  
Гребешком приглажу хвостик  
И верхом поеду в гости.*

#### **II. Упражнение «Песочный ветер».**

Психолог. Мы с вами уже умеем делать «песочный ветер», давайте повторим это упражнение ещё раз.

*Дети выполняют задание.*

#### **III. Раскрашивание.**

Психолог. Садитесь за стол, найдите каждый себе по большому треугольнику и раскрасьте его синим цветом. Какой треугольник остался нераскрашенным?  
(*Маленький.*)

- Раскрасьте его красным цветом. *Дети раскрашивают треугольники.*

#### **IV. Прощание.**

Психолог. Настало время возвращаться в детский сад. Сейчас мы подойдём к нашей лошадке и попросим ее нас отвезти.

*Дети читают стихотворение А. Барто «Лошадка».*

#### **Рефлексия.**

По вопросам: Что понравилось в путешествие?

Какое у вас настроение?

### **Занятие 13. Тема «ШАРИКИ»**

**Цель:** уточнить представление о понятии «круг»; развивать умение сравнивать предметы по цвету, по форме, по размеру; развивать навык регуляции вдоха и выдоха.

**Оборудование:** поднос с песком; игрушки.

#### **Ход занятия**

##### **Приветствие.**

Психолог. Назовите предметы, которые прилетели к нам. (*Воздушные шары.*)  
КАКОЙ они формы! (*Круглые.*)

Какого цвета? (*Красного, зелёного, синего, жёлтого.*) Какое ещё между ними различие? (*Они большие и маленькие.*) Воздушные шарики зовут нас с вами в новое путешествие, возьмите каждый по шарик, и мы отправляемся в путешествие.

*Дети с шариками бегают по ковру.*

##### **Упражнение «Секретки».**

Психолог. Наконец мы снова оказались в Песочной стране. Песочные жители сделали для вас сюрприз и спрятали много «секретиков». Давайте их отыщем (*ищут в песке предметы*).

Психолог. Что это? (*Шарики.*) Какого цвета шарик? Что еще каждый из вас нашёл?  
(*Ответы детей.*)

Сравните свои шарики и скажите: они одинакового размера: нет? Какие они? (*дети рассматривают шарики и отвечают на вопросы*).

#### **Упражнение с мячом.**

Психолог. Сейчас на ковре нас ждут мячики. Подумайте и ответьте: они больше или меньше шариков, которые мы нашли в песке? (*Больше.*)

- Выберите себе по одному мячу и можете поиграть с ним.
- Бросаем мяч вверх и ловим двумя руками.
- А теперь нужно ударить мяч об пол так, чтобы он отскочил повыше.

*Дети выполняют упражнения с мячом.*

#### **IV. Прощание.**

Психолог. Возьмите каждый свой воздушный шар и приготовьтесь к «полету» обратно в детский сад.

*Дети берут каждый свой шарик и пробегают по коврику.*

#### **V. Рефлексия.**

## II БЛОК

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К ЗАНЯТИЯМ С ДЕТЬМИ 5-6 ЛЕТ

Различные исследования в зарубежной и отечественной психологии позволяют говорить о том, что формирование эмоций, коррекция недостатков эмоциональной и коммуникативной сфер должны рассматриваться в качестве одной из наиболее важных задач воспитания. В процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка. Меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребенка сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Но сама по себе эмоциональная сфера качественно не развивается, её необходимо развивать. Нельзя забывать о роли общения в формировании личности детей. Именно ранние формы общения во многом определяют дальнейшее их развитие и влияние на личность человека, на его отношение к окружающим людям, к себе, к миру. Таким образом, в дошкольном возрасте необходимо проводить коррекцию и развитие различных навыков и форм общения для полноценного созревания психических процессов и правильного развития эмоционально-волевой сферы ребёнка.

Создание песочных композиций предполагает различные способы познания:

- сравнение по контрасту и подобию (холодный - теплый, гладкий - шершавый);
- исследовательская деятельность: потрогать, надавить, растереть, рассыпать песок, намочить;
- рассуждение;
- обобщение и описание.

Игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние, благодаря им развивается связная, образная речь, пополняется словарь эмоций. Сюжетно-ролевые игры, имеющие место в цикле занятий, снимают барьер в общении у детей, развивают коммуникативные навыки, умение действовать в соответствии с ролью в играх. Немалую роль в занятиях играют сказки - самый любимый жанр детей, особенно сказки с чудесным вымыслом, фантастичностью, динамикой

сюжетных действий. Они полны конфликтов, препятствий, драматических ситуаций.

Погружение детей в сказку предполагает определённую последовательность обсуждения и обыгрывания событий:

*1-й этап:* введение в игровую среду;

*2-й этап:* знакомство с игрой и героями;

*3-й этап:* возникновение конфликта, трудностей;

*4-й этап:* выбор помощи;

*5-й этап:* борьба и победа;

*6-й этап:* утверждение победы;

*7-й этап:* выведение из игрового пространства и перспектива дальнейших приключений.

Занятия с элементами песочной терапии в сочетании со сказкотерапией вызывают интерес у детей, удивление, создают творческую атмосферу, позволяют раскрыть внутренний мир и переживания, страхи и мечты детей. Занятия проводятся в естественной для детей обстановке, не используются запреты и ограничения. Игра в песке даёт средства для разрешения конфликтов и передачи чувств.

Основными задачами являются:

1. Совершенствование умений и навыков практического обследования.
2. Снижение уровня тревожности.
3. Развитие фантазии и образного мышления.
4. Способствование проявлению эмпатии.
5. Снижение психоэмоционального напряжения.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема                           | Цели  | Содержание   |
|---|--------------------------------|---|--|
| 1 | «Путешествие<br>Золотой рыбки» | -развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;<br>-способствовать снижению уровня тревожности;<br>-развивать образное мышление;<br>-развивать тактильную чувствительность | 1. Приветствие<br>2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br>3.Упражнение «Знакомство с Песочным человеком»<br>4.Рассказ Песочного человека<br>5.Создание песочной «картины»<br>6.Рефлексия<br>7.Ритуал «выхода» из Песочной страны |
| 2 | «Солнечный мальчик»            | -воспитывать доброе отношение к окружающим;<br>-развивать уверенность в собственных силах;<br>- развивать умение работать коллективно   | 1. Приветствие<br>2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»<br>4.Создание песочной «картины»<br>5.Рефлексия<br>6.Ритуал «выхода» из Песочной страны                                      |
| 3 | «Принцесса и дракон»           | -развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;  | 1. Приветствие<br>2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br>3.Упражнение «Рассказ Песочного  |

|   |                       |  |   |
|---|-----------------------|--|---|
|   |                       | <p>-способствовать снижению уровня тревожности;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p>  | <p>человека»</p> <p>4.Рефлексия</p> <p>5.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p>   |
| 4 | «Заколдованный город» | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</p> <p>-способствовать снижению уровня тревожности;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p>                                      | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Рефлексия</p> <p>5.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p>   |
| 5 | «Мир наоборот»        | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</p> <p>-способствовать снижению уровня тревожности;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Упражнение «Мир наоборот»</p> <p>5.Рефлексия</p> <p>6.Игра «Минута шалости»</p> <p>7.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> |
| 6 | «Воробьиная семья»    | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и</p>   | <p>. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение</p>  |

|   |                       |  |  |
|---|-----------------------|--|--|
|   |                       | <p>мнению других;</p> <p>-способствовать снижению уровня тревожности;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p> <p>-совершенствовать навыки практического общения</p>                             | <p>«Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Беседа по вопросам</p> <p>5.Создание песочной «картины»</p> <p>6.Игра «Упрямая подушка»</p> <p>7.Рефлексия</p> <p>8.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p>            |
| 7 | «Пчелка в темноте»    | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</p> <p>-способствовать снижению уровня тревожности;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Рисование страхов на песке</p> <p>5.Игры</p> <p>6.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> |
| 8 | «Брыкающаяся лошадка» | <p>-совершенствовать навыки практического общения;</p> <p>-развивать воображение, образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p>   | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Упражнение «Цирк на песке»</p> <p>5.Игра «Жужа»</p> <p>6.Ритуал «выхода» из</p>          |

|    |                    |  |   |
|----|--------------------|--|---|
|    |                    |  | Песочной страны   |
| 9  | «Два брата»        | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</p> <p>-способствовать снижению уровня тревожности;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Рефлексия</p> <p>5.Упражнение «Водопад»</p> <p>6.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> |
| 10 | «Дедушка и внучек» | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p>   | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Рефлексия</p> <p>5.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p>                               |
| 11 | «Белки и орехи»    | <p>-развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильную чувствительность</p>   | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»</p> <p>4.Работа с песком</p> <p>5.Упражнение «Волшебный сон»</p>                                 |

|    |                     |  |  |
|----|---------------------|--|--|
|    |                     |  | 6.Ритуал «выхода» из Песочной страны   |
| 12 | «Добрые волшебники» | -развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;<br>-способствовать снижению уровня тревожности;<br>-развивать образное мышление | . Приветствие<br>2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br>3.Упражнение «Рассказ Песочного человека»<br>4.Упражнение «Полет высоко в небе»<br>5.Ритуал «выхода» из Песочной страны |

## КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

### Занятие 1. Тема «ПУТЕШЕСТВИЕ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ»

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению окружающих; способствовать снижению уровня тревожности; развивать фантазию и образное мышление, тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»); в нем на песке - «золотая рыбка», вылепленная из влажного цветного песка; влажный песок; сухой цветной песок; поднос с речными камешками; кукла-марионетка «Песочный человек».

**Предварительная работа:** познакомить детей с обитателями аквариума.

#### Ход занятия

*Психолог приглашает группу детей в свой кабинет. Они садятся на стулья вокруг «песочного листа», прикрытого тканью.*

#### I. Приветствие.

Психолог. Сегодня я пригласила вас для того, чтобы познакомить с удивительной Песочной страной. Здесь, в песочнице, живет хранитель песка - Песочный человек.

Он очень веселый, знает много игр, историй, сказок, но поделится всем этим только с тем, кто будет соблюдать его правила.

## **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Педагог вместе с детьми выполняет эти действия.* — Теперь назовите свои имена. *(Дети называют.)* Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание:

В ладошки наши посмотри,  
В них доброту, любовь найди.

Песочный человек, приходи!

## **I. Упражнение «Знакомство с Песочным человеком».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку Песочный человек».*

Психолог. Откройте, пожалуйста, глаза. Давайте знакомиться с Песочным человеком. Послушаем, что он скажет... Песочный человек.

Я открою вам секреты,  
Только надо знать при этом  
Правила моей страны.  
Здесь нельзя кусаться, драться!

И нельзя песком кидаться!

Можно строить и творить:

Горы, реки и моря -

Чтобы жизнь вокруг была!

Никого не обижать,

Ничего не разорять!

Это мирная страна.

*Дети, поняли меня?! Музыка затихает. Дети вместе с психологом повторяют стихотворение начиная со слов «Здесь нельзя кусаться, драться...».*

## **IV. Рассказ Песочного человека.**

Песочный человек. Друзья мои, садитесь на стулья, расскажу вам историю про Золотую рыбку.

*Звучит музыка.*

«В сказочной Песочной стране жила прекрасная Золотая рыбка. Все обитатели ее очень любили, и она их тоже любила, но у нее не было похожих на нее подружек. Однажды Золотая рыбка узнала, что в другой стране живут веселые, добрые, умелые дети, которые умеют лепить золотых рыбок. "Они мне обязательно помогут!" - подумала Золотая рыбка. Она приглашает вас в Песочную страну».

#### **V. Создание песочной «картины».**

*Музыка затихает. Психолог снимает ткань с «песочного листа».*

Песочный человек. Посмотрите, вот она, Золотая рыбка! Правда, красивая? *(Дети делятся своими впечатлениями.)* Итак, друзья мои, как вы считаете, мы можем помочь рыбке? *(Ответы детей.)*

- Давайте попробуем слепить из сырого песка подружек Золотой рыбки.

*Звучит музыка. Психолог вместе с детьми лепит рыбок. Если кто-либо из детей начал лепить что-то другое, это необходимо поощрить, но нужно обязательно попросить, чтобы ребенок объяснил, почему у него возникло такое желание.*

Песочный человек. Какие разные рыбки получились. Но все-таки они не такие яркие, как Золотая рыбка. Что необходимо сделать, чтобы они засверкали, засияли и превратились в настоящих золотых рыбок? *(Предположения детей.)* Безусловно, нам поможет цветной песок.

*Дети вместе с психологом украшают рыбок.*

Психолог. Теперь все рыбки яркие. Давайте украсим и «водоем», где они обитают, на дне хорошо видны разноцветные камешки.

*Выставляет поднос с речными камешками. Дети выкладывают их на песке.*

- В сказочной подводной стране есть растения. Кто знает, как они называются? *(Водоросли.)* Какого они цвета? *(Зеленого, бордового.)* Возьмем цветной песок и «нарисуем» водоросли.

*По окончании работы Песочный человек (педагог) предлагает вымыть руки и сесть на свои стулья.*

#### **VI. Рефлексия.**

*Психолог обращается к детям от своего имени, стараясь вызвать эмпатию к персонажам занятия.*

Психолог. Сегодня мы познакомились с Песочным человеком, который научил нас правилам игры с песком, мы помогли Золотой рыбке приобрести друзей и стать по-

настоящему счастливой, мы с вами создавали сказку, а это самое прекрасное - быть добрым творцом. У меня сейчас очень хорошее настроение: я узнала много интересного и прекрасно отдохнула, играя с вами и с Песочным человеком.

- А что узнали вы? Какое у вас настроение? *(Ответы детей.)*

## **VII. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Затем приложите его к сердцу и повторяйте за мной: Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

## **Занятие 2. Тема «СОЛНЕЧНЫЙ МАЛЬЧИК»**

**Цели:** воспитывать доброе отношение к окружающим; развеивать уверенность в собственных силах, умение работать коллективно.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный синим цветом («песочный лист»); в нем на песке - портрет Солнечного мальчика, «нарисованный» песком; сухой цветной песок; кукла-марионетка «Песочный человек».

### **Ход занятия**

*Психолог приглашает группу детей к себе в кабинет. Они садятся на стулья вокруг «песочного листа», прикрытого тканью.*

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Сегодня мы снова с вами встречаемся с Песочным человеком. Он очень ждал встречи с вами. А вы ждали? *(Ответы детей.)*

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Психолог вместе с детьми выполняет эти действия.* - Теперь назовите свои имена. *(Дети называют.)* Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание:

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди.

Песочный человек, приходи!

### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. Я рад, что вы, друзья, хорошо запомнили мои правила! Садитесь на стулья, и я расскажу вам еще одну удивительную историю.

*Звучит музыкальное сопровождение.*

«В Песочной стране жил Солнечный мальчик. Он любил смотреть на все красивое, безобразное же под его взглядом превращалось в удивительное и прекрасное. Он любил слушать мелодичные нежные звуки, но если он слышал, что кто-то зовет на помощь, спешил к этому человеку, животному или растению и согревал его теплом своей души, делился всем чем мог. Доброта - самая главная защита! Обитатели волшебной страны очень любили его.

Солнечный мальчик был великим фантазером: перед тем как заснуть, он закрывал глаза и представлял, как летает над морями, океанами, лесами, горами, снегами, погружается в морские пучины, взлетает к звездам, забирается в расщелины скал, перепрыгивает пропасти, спускается в пещеры.

«Ах, как красива наша планета! - думал Солнечный мальчик.

- Как сделать ее еще прекрасней? Какими сильными должны быть лучи моей любви, чтобы растопить зло, оставшееся на Земле! Какими добрыми и умелыми должны быть мои руки, чтобы превратить ее в цветущий розовый сад!»

### **IV. Создание песочной «картины».**

*Музыка затихает. Психолог снимает ткань с «песочного подноса».*

Песочный человек. - Друзья мои, как мы можем помочь солнечному мальчику превратить Землю в цветущий сад?

*Дети высказывают предположения.* - Сейчас попробуем создать Мир счастья на «песочном листе».

*Звучит музыка. Психолог начинает создавать абстрактную картину из цветного песка вокруг портрета Солнечного мальчика (подает пример для подражания, что способствует развитию у детей фантазии). Если кто-то из детей задумал изобразить что-то конкретное, это необходимо поощрить, но обязательно опросить, чтобы ребенок объяснил, почему у него возникло такое желание. Психологу следует обратить внимание на то, какой песок использует каждый ребенок: цвет - это показатель его эмоционального состояния на данный момент.*

*Музыка затихает.*

Песочный человек. Вот и получилась у нас картина, искрящаяся разными красками. У меня на душе спокойно и светло, знаю: зло никогда не поселится в нашей сказочной Песочной стране, потому что у вас добрые сердца и золотые руки.

*Песочный человек (педагог) предлагает детям вымыть руки, сесть на стулья.*

#### **V. Рефлексия.**

*Психолог обращается к детям от своего имени, стараясь вызвать у них эмпатию к персонажам занятия.*

Психолог. Песочный человек познакомил нас сегодня с Солнечным мальчиком, который любит все живое и доброе на Земле. Чтобы стать по-настоящему счастливым, необходимо делать добрые дела, создавать прекрасное и верить в свои силы. У меня сейчас очень хорошее настроение, я прекрасно отдохнула, играя с вами и с Песочным человеком. А какое настроение у вас? *(Ответы детей.)*

#### **VI. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной:

Мой дом - Вселенная, а я - ее частичка,

Частичка-точечка, частичка-невеличка.

Звездочка блистает - тоже точечка,

Но свет ее сияет и путь всем освещает.

Я звездочкой блесну, всем людям помогу!

### **Занятие 3. Тема «ПРИНЦЕССА И ДРАКОН»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению окружающих; способствовать снижению уровня тревожности; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Здравствуйте, ребята! Песочный человек снова ждет вас к себе в гости.

## **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Вместе с детьми выполняет действия ритуала «входа».*

## **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку Песочный человек».*

Песочный человек. Садитесь, друзья, на стулья, и я расскажу вам одну историю о Принцессе и Драконе.

«В одной сказочной стране жила прекрасная Принцесса. Она была доброй и умной. Она обладала даром всех вокруг делать добрыми и умными. Поэтому все жители этой страны чувствовали себя счастливыми.

Это было не по вкусу Дракону, жившему по соседству. Задумал он похитить Принцессу и отнять у нее бесценный дар. Чтобы Принцесса никогда больше не могла дарить радость людям, Дракон заколдовал ее в невиданное существо и заточил в подземном замке. Мало того, он сделал так, что тот, кто придет спасти Принцессу, своим прикосновением погубит ее, она навеки останется заколдованной».

- Можешь ли ты помочь Принцессе и жителям этой сказочной страны? Попробуй!..

*Дети представляют себя жителями этой сказочной страны и придумывают, как спасти Принцессу.*

Песочный человек. Друзья мои, какие вы молодцы, благодаря вашей сплоченности и дружбе вы спасли нашу Принцессу!

## **IV. Рефлексия.**

*Психолог обращается к детям от своего имени, стараясь вызвать у них эмпатию к персонажам занятия.*

Психолог. Песочный человек познакомил нас сегодня с прекрасной Принцессой и коварным Драконом. Вы были очень внимательны друг к другу, дружны и добры. Благодаря этому и сердце Дракона засияло добрым светом.

У меня очень хорошее настроение. А какое сейчас настроение у вас? *(Ответы детей.)*

## **V. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. А теперь, мои милые спасители, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и заберите с собой все хорошее, что было на сегодняшнем занятии.

#### **Занятие 4. Тема «ЗАКОЛДОВАННЫЙ ГОРОД»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; способствовать снижению уровня тревожности; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I, Приветствие.**

Психолог. Дорогие ребята, сегодня Песочный человек снова вам очень рад и хочет поделиться с вами своим секретом.

##### **II, Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Вместе с детьми выполняет действия ритуала «входа».*

##### **III, Упражнение «Рассказ Песочного человека»,**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. Молодцы, друзья, вы хорошо помните мои правила. А теперь садитесь на стулья, и я расскажу еще одну историю.

*Звучит тихая музыка, на столе горит свеча.*

«В Песочной стране был один сказочный город. В нем жили добрые жители. Каждый из них занимался своим делом. Они ходили друг к другу в гости, дарили на праздники подарки. У многих из них были домашние животные. Был в этом городе и король с королевой. В один чудесный день родилась у них дочь. Красивая и добрая девочка. А когда она выросла, то посватался к ней злой Принц. Он хотел жениться на Принцессе и стать королем в этом городе, чтобы командовать всеми его жителями. Ведь в его родном городе он уже всех жителей заколдовал, так как был всеми недоволен и знал черную магию. Слава об этом Принце дошла и до нашей Принцессы, поэтому она ему отказала. Тогда он разозлился и нагнал злую

силу на город Принцессы - задули сильные ветры так, что засыпали весь город песком».

Песочный человек. Ребята, давайте поможем жителям этого города и откопаем его из песка.

*Дети находят фигурки в песке и стараются на ощупь отгадать, что это за фигурки.*

Песочный человек. Посмотрите, какой красивый город у нас получился!

#### **IV. Рефлексия.**

*Психолог обращается к детям от своего имени, стараясь вызвать у них эмпатию к персонажам занятия.*

Психолог. Песочный человек познакомил сегодня нас с жителями одного очень красивого города. У меня сейчас очень хорошее настроение. А какое сейчас настроение у вас? *(Ответы детей.)*

#### **Упражнение «Свеча».**

Психолог. Давайте сядем вокруг нашей свечи, протянем к ней свои ладошки, пристально посмотрим на пламя, затем закроем глаза. Открыв глаза, расскажем, кого из жителей города вы представили.

#### **V. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Затем приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

### **Занятие 5. Тема «МИР НАОБОРОТ»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; развивать образное мышление; развивать тактильную чувствительность; совершенствовать навык регуляции мышечного напряжения.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Здравствуйте, ребята! Песочный человек снова ждет вас в гости и хочет с вами поиграть.

## **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Все вместе выполняют действия ритуала «входа».*

## **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. А теперь, друзья, садитесь на стулья, я расскажу вам одну историю.

«Жил-был мальчик Петя, которому очень хотелось поскорее быть взрослым. Ему не нравилось, что родители всегда учат его, воспитывают. И однажды к нему пришел гном-волшебник, которому тоже надоело быть маленьким. «Давай, Петя, создадим мир наоборот, - предложил волшебник. - Для этого надо нам надо произнести заклинание:

**ПРЫГ-СКОК**

Ой, смотрите, кто живет

В мире все наоборот?

Дети стали управлять,

Мам в колясочках катать.

Если надоеет нам чудо,

Скажем вместе:

-Прыг отсюда!»

## **IV. Упражнение «Мир наоборот».**

Песочный человек. Ребята, давайте и мы в нашей песочнице создадим «мир наоборот». *Звучит музыка. Дети выполняют движения в соответствии с текстом заклинания.* Песочный человек. Расскажите, что у вас получилось.

*Ответы детей.*

## **V. Рефлексия.**

*Психолог обращается к детям от своего имени, стараясь вызвать у них эмпатию к персонажам занятия.*

Психолог. Песочный человек придумал для вас очень интересную игру. Вы так много фантазировали! Мне было очень Интересно. А вам? *(Ответы детей.)*

#### **VI. Игра «Минута шалости».**

Психолог. Вы хорошо потрудились и, наверное, устали, сейчас ударю в бубен, и каждый из вас может делать то, что ему хочется, - прыгать, бегать, кувыркаться и т. д. Когда я еще раз ударю в бубен - все шалости прекращаются.

#### **VII. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Затем приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

### **Занятие 6. Тема «ВОРОБЬИНАЯ СЕМЬЯ»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; способствовать снижению уровня тревожности; развивать образное мышление; развивать тактильную чувствительность; совершенствовать навыки практического общения.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие,**

Психолог. Дорогие ребята, заходите побыстрее, Песочный человек очень рад вас видеть.

##### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Педагог вместе с детьми выполняет действия ритуала «входа».* - Теперь назовите свои имена. *(Дети называют.)* Вытяните руки над песочницей ладонями вниз.

Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание:

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди.

Песочный человек, приходи!

### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку Песочный человек.*

Песочный человек. А теперь, друзья, садитесь на стулья, и я расскажу вам одну историю.

«Жила-была в лесу воробьиная семья: мама, папа, сын. Мама летала мошек ловить, ведь надо было семью кормить. А папа воробей укреплял жилище веточками, утеплял мхом. Сын тоже помогал отцу и этим всегда хвастался перед своими друзьями. И всем пытался доказать, что он самый ловкий и сильный. А с теми, кто не соглашался с ним, Воробышек ссорился и даже дрался. Как-то раз мама и папа прилетели в гнездо, а сына нет. Они позвали его к обеду, но Воробышек не прилетал. Родители стали волноваться, не съели ни крошки. Папа-воробей сердился и ворчал, а мама даже всплакнула. Ведь она думала, что с ее любимым сыночком что-то случилось.

А сыночек поссорился с друзьями. Взъерошенный, Воробышек наконец-то прилетел к родителям. И в воробьиной семье был серьезный разговор... *(Дети, подражая птицам, «чирикают», интонациями стараются передать чувства воробьиной семьи - мамы, папы и сына.)*

Воробышку пришлось сознаться в том, что он хвастается и дерется. Сын рассказал родителям, как ему хотелось доказать всем, какой он взрослый. Воробышек объяснял, что очень хотел бы, чтобы его родители гордились им, как самым сильным сыном. Но вместо радости и гордости он увидел грусть в их глазах. Воробышек попросил прощения, и родители его простили. Они накормили сына вкусной едой и, погладив по перышкам, ласково объяснили, что очень любят его и для них он самый ловкий и сильный воробышек во всем лесу.

### **IV. Беседа по вопросам.**

- Ребята, как вы думаете, правильно ли вел себя Воробышек?
- Понял он, что объяснили ему родители?
- Какой он теперь стал?
- Много теперь будет у него друзей?

### **V. Создание песочной «картины».**

Психолог. Давайте нарисуем при помощи ладошек и природного материала Воробышка и его друзей.

*Звучит музыка. Дети рисуют.*

## **VI. Игра «Упрямая подушка».**

*Психолог подготавливает «волшебную, упрямую подушку» (подушка с темной наволочкой) и вводит ребенка в игру-сказку.*

Психолог. Волшебница-фея подарила нам подушку. Эта подушка не простая, а волшебная. Внутри ее живут детские «упрямки». Это они заставляют вас капризничать и упрямиться. Давайте прогоним «упрямки».

*Ребенок бьет кулаками в подушку изо всех сил.*

Психолог (*приговаривает*). Сильнее, сильнее, сильнее!

*Такие движения снимают эмоциональный зажим.*

*Когда движения ребенка становятся медленнее, игра постепенно останавливается (время определяется индивидуально от нескольких секунд до 2-3 минут).*

Психолог (*предлагает послушать «упрямки» в подушке*). Все ли «упрямки» вылезли и что они делают?

*Ребенок прикладывает ухо к подушке и слушает. Некоторые дети говорят, что «упрямки» шепчутся, другие ничего не слышат.*

Психолог. «Упрямки» испугались и молчат в подушке.

*Этот прием успокаивает ребенка после возбуждения.*

## **VII. Рефлексия.**

Психолог. Ребята, благодаря нашей волшебной подушке, мы все «капризульки» и «драчульки» оставили в ней. И стали похожи на нашего доброго, воспитанного Воробышка.

## **VIII. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему 'научились!»

## **Занятие 7. Тема «ПЧЁЛКА В ТЕМНОТЕ»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться; способствовать снижению уровня тревожности; развивать образное мышление; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Сегодня мы снова с вами встречаемся с Песочным человеком.

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Все вместе выполняют действия ритуала «входа».*

#### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. Дорогие друзья, садитесь все на стульчики, и я расскажу вам одну историю. А вы будете сегодня не только слушать меня, но еще и двигаться.

*Рассказ Песочного человека сопровождается звучанием музыкального фрагмента.*

«Пчелка перелетала с цветка на цветок (*используются детские скамейки, стульчики, тумбы разной высоты*). Когда Пчелка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестками, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цветка (*используется детский столик, под который залезает ребенок*).

Незаметно наступила ночь, и лепесточки стали закрываться (*столики педагог покрывает материей*). Пчелка проснулась, открыла глаза и увидела, что кругом темно. Она вспомнила, что осталась внутри цветка, и решила поспать до утра. Вошло солнышко, наступило утро (*материя убирается*), и Пчелка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок».

#### **IV. Рисование страхов на песке.**

Песочный человек. Ребята, а сейчас давайте нарисуем свои страхи на нашем песке.

*Дети рисуют.*

- Расскажите, что вы нарисовали.

#### **V. Игры.**

## **1. «Добрые волшебники».**

Психолог. Давайте «превратимся» в добрых волшебников и прогоним все наши страхи. *Дети разравнивают песок.*

## **2. «Дождь в лесу».**

*Дети становятся в круг друг за другом ~ они «превращаются» в деревья в лесу. Взрослый произносит текст, дети выполняют действия.*

Психолог. В лесу светило солнышко, и все деревья потянули к нему свои веточки. Высоко-высоко тянутся, чтобы каждый листочек согрелся.

*Дети поднимаются на носки, высоко поднимают руки, перебирая пальцами.*

- Вот подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются.

*Дети раскачиваются в стороны, напрягая мышцы ног.*

- Ветер принес дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя.

*Дети легкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди товарища.*

- Дождик стучит все сильнее и сильнее. *Дети усиливают движения пальцами.*

- Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями.

*Дети проводят ладошками по спинам товарищей.*

— Но вот вновь появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхнули с листьев лишние капли дождя, оставили только Необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни.

## **VI. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть ладошки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной: Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, ему мы научились!»

## **Занятие 8. Тема «БРЫКАЮЩАЯСЯ ЛОШАДКА»**

**Цели:** совершенствовать навыки практического общения; развивать воображение, образное мышление; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы снова встречаемся с Песочным человеком.

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Все вместе выполняют действия ритуала «входа».*

#### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. Садитесь, друзья, на стулья, и я расскажу вам одну историю.

«Жила-была Лошадка, которая очень любила брыкаться и капризничать. Ей мама говорит: "Покушай, доченька, травки свеженькой". "Не хочу, не буду!" - кричит Лошадка и брыкается ножками. *(Дети выполняют действия - имитируют движения капризной лошадки.)*

Папа уговаривает Лошадку: "Погуляй, поиграй на солнышке". "Не хочу, не пойду!" - отвечает Лошадка и опять брыкается. Не смогли уговорить мама с папой свою упрямую доченьку, оставили ее дома, а сами ушли по делам. Лошадка подумала, подумала и пошла гулять одна. А навстречу ей хитрый Серый Волк. Говорит Волк лошадке: "Не уходи, Лошадка, далеко в лес, ты еще маленькая". Лошадка опять упрямится: "Я не маленькая, куда хочу, туда и хожу!" А Волку это и надо было. Подождал он, пока Лошадка в самую чащу леса зайдет, и как набросится на нее сзади. Лошадка давай брыкаться. Сначала одной ножкой сильно ударила Волка, затем другой ножкой. А потом двумя ножками вместе так стала брыкаться, что Волк убежал и никто его там больше не видел. *(Дети выполняют все действия.)*

Лошадка перестала упрямится и капризничать, выросла теперь работает в цирке, - брыкается ножками, подбрасывает высоко мячики на радость зрителям».

#### **IV. Упражнение «Цирк на песке».**

Песочный человек. А теперь, ребята, давайте сделаем на песке арену и устроим выступления.

*Дети по очереди при помощи фигурок показывают цирковые номера.*

#### **V. Игра «Жужа».**

*Ведущий (педагог) выбирает «Жужу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить «Жужу», кривляться перед ней.*

Дети. Жужа, Жужа, выходи,

Жужа, Жужа, догони!

*«Жужа» смотрит из окошка своего домика (со стула), показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят за «волшебную черту», выбегает и ловит детей. Кого «Жужа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в плен к «Жуже»).*

#### **VI. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движения, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и оставьте все доброе, что было сегодня на занятии.

### **Занятие 9. Тема «ДВА БРАТА»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; способствовать снижению уровня тревожности; развивать образное мышление; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Сегодня снова состоится встреча с Песочным человеком.

##### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки. *(Вместе с детьми выполняет эти действия.)* Теперь назовите свои имена. *(Дети называют.)* Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание:

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди.

Песочный человек, приходи!

### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. А теперь, друзья, садитесь на стульчики, и я расскажу вам одну историю.

«Жили-были два брата - Бом и Минь. Бом был сильный, смелый и никогда не унывал, а Минь всего боялся, плакал и часто не знал, что делать. Братья очень дружили и всегда были вместе. Но вот однажды на их страну напал злой Дракон. Он отнял у людей всю еду. Тогда Бом решил прогнать этого Дракона. Собрался он, попрощался с родителями, братом и друзьями, сел на коня и уехал. Минь хотел поехать с братом, но очень боялся, поэтому остался дома. Прошло много времени, и от Бома не было никаких известий. Тогда родители послали Миня выручать брата и прогнать Дракона. Минь долго плакал, но делать нечего - собрался он, сел на коня и отправился в путь. Приехал Минь к пещере Дракона. Смотрит, а рядом с пещерой - неподвижный Бом, Дракон превратил Бома в камень. Испугался Минь, хотел уже убежать, но тут появился Добрый волшебник...»

*Во время рассказывания сказки дети выполняют постройку на песке, а затем проигрывают конец.*

### **IV. Рефлексия.**

*Психолог обращается к детям от своего имени, стараясь вызвать у них эмпатию к персонажам занятия.*

Психолог. Милые ребята! Вы такие молодцы, все здорово придумали и помогли братьям. Я думаю, что им теперь очень хорошо и весело, а вам? *(Ответы детей.)*

### **V. Упражнение «Водопад».**

Психолог. Вы все хорошо потрудились, а теперь давайте отдохнем *(включает музыку)*.

Закройте глаза и представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Небо светло-голубое. Воздух свеж. Вода чистая и прохладная. Она мягко струится по спине, стекает с ног и продолжает свой бег дальше. Пойдите немного под водопадом, позволяя воде омыться вас и уноситься прочь.

*Дети выполняют упражнение стоя.*

### **VI. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

### **Занятие 10. Тема «ДЕДУШКА И ВНУЧЕК»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; развивать образное мышление; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы снова встречаемся с Песочным человеком.

##### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Все вместе выполняют действия ритуала «входа».*

##### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

Песочный человек. А теперь, друзья, садитесь на стулья, и я расскажу вам интересную историю.

«В одной деревне жили-были Дедушка и Внучек. Очень им было хорошо вместе. Они часто играли, читали книжки, и очень им весело жилось. *(Психолог берет детей за руки и показывает, как Дедушка и Внучек веселились, играли, просит повторить.)*

Но вот однажды на лугу они играли в догонялки, и Дедушка провалился в глубокую яму. Внучек звал-звал Дедушку, но тот не отзывался. Внучек очень испугался и долго плакал на краю ямы. *(Психолог изображает, как испугался и плакал внучек; просит детей повторить.)*

Но делать нечего - решил Внучек вытащить Дедушку. Прыгнул он в яму и попал в сказочный лес. *(Дети «строят» сказочный лес.)*

Идет Внучек по лесу, зовет Дедушку и вдруг видит - сидит на пеньке Зайчик. Испугался Внучек, а Зайчик ему говорит: "Здравствуй, мальчик! Дай мне конфетку". Сначала Внучку было жалко конфетку, но потом он все-таки отдал ее.

Зайчик и говорит: "Я вижу, ты не жадный мальчик. Спасибо тебе за конфетку. Я знаю, что твой Дедушка у Хозяина земли". Сказал Зайчик все это и исчез.

Пошел Внучек искать Хозяина земли. Долго он шел. Уже ноги у него стали болеть, но он все искал дворец Хозяина земли, чтобы спасти Дедушку. И вдруг лес расступился, и на поляне увидел Внучек красивый замок. *(Дети «строят» замок.)*

Пошел он к этому замку, как вдруг выскочили злые человечки. Хотел Внучек убежать, но тут появился Зайчик и говорит: "Вот тебе волшебный шарик. Он поможет тебе добраться до дворца, но во дворце он исчезнет. Сказал это и убежал».

#### **IV. Рефлексия.**

Вопросы педагога:

- Что произошло дальше?

- Как Внучек победил злых человечков? Песочный человек *(продолжает рассказ)*.

«Пришел Внучек во дворец, и только он переступил через порог, как шарик исчез. Опечалился Внучек, но делать нечего, пошел он искать Дедушку. Долго бродил по огромному дворцу и наконец пришел в большой зал, а там сидит на троне Хозяин земли...»

Вопросы педагога:

- Что произошло дальше?

- Что сделал внучек?

*Во время рассказа дети выполняют постройки на песке в соответствии с текстом.*

#### **V. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

## **Занятие 11. Тема «БЕЛКИ И ОРЕХИ»**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; развивать образное мышление; развивать тактильную чувствительность.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы снова с вами встретимся с Песочным человеком.

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала надо встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Все вместе выполняют действия ритуала «входа».*

#### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку «Песочный человек».*

*В медленном темпе рассказывает детям сказку, которую они должны сопровождать движениями, придумывая их самостоятельно.*

Песочный человек. Жили-были в одном лесу белочки с большими пушистыми хвостами, маленькими лапками и смешными мордочками. И такие они были веселые, быстрые. А еще в этом лесу жили маленькие гномы. Однажды белки набрали много орехов, чтобы запастись ими на зиму. Белки очень долго работали. Перекидывали орешки друг другу и аккуратно складывали их в дупло. К вечеру белочки сильно устали, но все равно были очень довольны, что набрали столько орехов. Легли белочки спать. Утром проснулись и первым делом побежали посмотреть, как там их орехи, а орехи пропали...

#### **IV. Работа с песком.**

Вопросы педагога:

- Куда делись орехи?
- Что было дальше?
- Что сделали белки?
- Чем дело кончилось?

*Дети изображают содержание сказки на песке и проигрывают сказку до конца.*

## **V. Упражнение «Волшебный сон»**

Психолог *(в сопровождении спокойной расслабляющей музыки)*. Лягте удобно, закройте глаза. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова.

«Волшебный сон» закончится, когда я скажу: «Всем открыть глаза и встать!»

Мы спокойно отдыхаем,

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают,

Наши руки отдыхают,

Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена и расслаблена.

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляются,

Все чудесно расслабляются,

Дышится легко, ровно, глубоко.

Хорошо нам отдыхать!

Но пришла пора вставать! *(Музыка перестает звучать.)*

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

## **VI. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

## **Занятие 12. Тема «ДОБРЫЕ ВОЛШЕБНИКИ» (сочинение историй с помощью предметов)**

**Цели:** развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других; способствовать снижению уровня тревожности; развивать образное мышление.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Сегодня мы снова отправимся в Песочную страну и повстречаемся с Песочным человеком.

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Чтобы попасть в Песочную страну, сначала встать вокруг песочницы и взяться за руки.

*Педагог вместе с детьми выполняет действия ритуала входа».*

- Теперь назовите свои имена. *(Дети называют.)* Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание:

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди.

Песочный человек, приди!

#### **III. Упражнение «Рассказ Песочного человека».**

*Звучит музыка. Психолог берет в руки куклу-марионетку Песочный человек.*

Песочный человек. Ребята, я предлагаю вам сегодня пофантазировать и придумать свою сказку. Эта сказка должна быть интересной и чему-то учить.

*Дети выбирают себе предметы и придумывают о них сказки. Во время рассказывания психолог анализирует, с каким героем идентифицирует себя ребенок, какие приписывает ему чувства и поступки, насколько они реальны.*

#### **IV. Упражнение «Полет высоко в небе».**

*Психолог включает спокойную расслабляющую музыку.* Психолог. Лягте в удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко.

Представьте, что вы находитесь на ароматном летнем лугу. Над вами теплое летнее солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и

счастливыми. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями. Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает крыльями. Вы слышите звук крыльев, энергично рассекающих воздух. Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он - птица. Представьте, что это вы медленно парите, плывете в воздухе и ваши крылья распростерты в стороны, ваши крылья рассекают воздух. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением парения в воздухе. А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближайтесь к земле. Вот вы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и прекрасное ощущение полета, которое сохранится на весь день.

#### **V. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Теперь, мои милые творцы, я прошу протянуть руки над песочницей и сделать движение, как будто вы скатываете шарик. Приложите его к сердцу и повторяйте за мной: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились!»

### III БЛОК

#### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К ЗАНЯТИЯМ С ДЕТЬМИ 6-7 ЛЕТ

Эмоции играют важную роль в жизни детей: они помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Выражение ребёнком своих чувств - важный показатель понимания им своего внутреннего мира, свидетельствующий о психическом состоянии, благополучии, перспективах развития. Умение распознавать и передавать эмоции - сложный процесс, требующий от ребёнка дошкольника определённых умений и знаний.

К числу наиболее актуальных проблем, решаемых в системе занятий, относятся:

- создание благоприятных условий и средств для развития эмоциональной сферы старшего дошкольника;
- развитие навыков взаимодействия друг с другом,
- умения работать в коллективе, помогать друг другу, осознавать себя частью коллектива.

Основными задачами являются:

1. Развитие творческих способностей, воображения, речи в процессе обращения к своим чувствам, ощущениям.
2. Воспитание гуманных чувств, стремления к взаимопомощи, сотрудничеству.
3. Снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение тревоги, неуверенности в себе.

Данная система занятий ориентирована на применение широкого комплекса различных средств песочной терапии, способствует самовыражению ребенка и дает возможность ему выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания. Тактильные упражнения создают защитную, комфортную обстановку, переносят в волшебную атмосферу. Такие упражнения часто присутствуют в занятиях: погладить песок, сыграть на «песочном пианино», сделать следы кулачками. Эти упражнения имеют огромное значение для развития психики детей. Игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние, благодаря им развивается связная, образная речь, пополняется словарь эмоций. На занятиях используются игровые

образы, различные приспособления для рисования песком, творческие задания, которые вызывают интерес у детей.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема                            | Цели   | Содержание  |
|---|---------------------------------|--|---|
| 1 | «Знакомство с Песочной страной» | <p>-способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильно – кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук;</p> <p>-воспитывать умение понимать себя и других</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Здравствуй, песок»</p> <p>4.Упражнение «Раскопки»</p> <p>5.Упражнение «Сложи животное»</p> <p>6.Упражнение «Домики для животных»</p> <p>7.Упражнение «Прощание с песком»</p> <p>8.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>9.Рефлексия</p> <p>10.Прощание</p> |
| 2 | «Печальный город»               | <p>способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе;</p> <p>-развивать образное мышление;</p> <p>-развивать тактильно - кинестетическую</p>  | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Поделись настроением»</p> <p>4.Упражнение «Пирамида дружбы»</p>  |

|   |                           |  |  |
|---|---------------------------|--|--|
|   |                           | <p>чувствительность и мелкую моторику рук;</p> <p>-воспитывать умение понимать себя и других</p> <p>-уточнить знание основных видов эмоциональных состояний</p>  | <p>5.Упражнение «Рисуем эмоции»</p> <p>6.Упражнение «Радостный танец»</p> <p>7.Упражнение «Поделись настроением»</p> <p>8.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>9.Рефлексия</p> <p>10.Прощание</p>   |
| 3 | «В гостях у Песочной Феи» | <p>-способствовать созданию у детей положительного эмоционального настроения;</p> <p>-формировать представления о способах передачи разных эмоциональных состояний в иммитационно – образных играх;</p> <p>-развивать умение отражать в речи свои ощущения;</p> <p>-совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения;</p> <p>-способствовать развитию воображения и творческих проявлений;</p> <p>-воспитывать эмоциональную</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Здравствуй, песок»</p> <p>4.Упражнение «Найди песочный листочек»</p> <p>5.Рисование на стекле</p> <p>6.Упражнение «Передай настроение»</p> <p>7.Упражнение «Звериная дискотека»</p> <p>8.Упражнение «Несчастное дерево»</p> <p>9.Упражнение «Песочные музыканты»</p> <p>10.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>11.Рефлексия</p> |

|   |                       |  |   |
|---|-----------------------|--|---|
|   |                       | отзывчивость на проблемные ситуации игровых персонажей   | 12.Прощание   |
| 4 | «Трусливые черепашки» | -способствовать снятию эмоционального и мышечного напряжения;<br>-развивать навыки взаимодействия друг с другом, умение работать в коллективе, помогать друг другу, осознавать себя частью коллектива;<br>-способствовать возникновению эмпатии, чувства сопереживания | 1. Приветствие<br>2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br>3.Упражнение «Песочные черепашки»<br>4.Упражнение «Сонные черепашки»<br>5.Этюд «Мост страха»<br>6.Рисование на стеклянной песочнице<br>7.Этюд «Мост страха»<br>8.Ритуал «выхода» из Песочной страны<br>9.Рефлексия<br>10.Прощание |
| 5 | «Страна гномиков»     | -расширять представления об окружающем мире;<br>-формировать представления о способах рефлексии и бесконфликтного решения проблемных ситуаций;<br>-способствовать проявлению творчества в работе с нетрадиционным материалом   | 1. Приветствие<br>2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br>3.Упражнение «Знакомство с гномами»<br>4.Упражнение «Рисование песком»<br>5.Упражнение «Веселые кляксы»<br>6.Упражнение «Танец радости»   |

|   |                    |   |   |
|---|--------------------|---|---|
|   |                    |   | <p>7.Упражнение «Рисуем радугу»</p> <p>8.Рефлексия</p> <p>9.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>10.Прощание</p>   |
| 6 | «Город зеркал»     | <p>-развивать навыки взаимодействия друг с другом, умение работать в коллективе;</p> <p>-воспитывать желание помогать друг другу в совместной деятельности;</p> <p>-совершенствовать умение выражать свои чувства в словесной форме;</p> <p>-развивать творческие способности детей, воображение, образное мышление</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Кроты»</p> <p>4.Упражнение «Песочное зеркало»</p> <p>5.Упражнение «Лепим дракона»</p> <p>6.Упражнение «Великая тайна пустыни»</p> <p>7.Упражнение «Каравай»</p> <p>8.Упражнение «Танец радости»</p> <p>9.Рефлексия</p> <p>10.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>11.Прощание</p> |
| 7 | «Затерянный город» | <p>-развивать творческое воображение;</p> <p>-воспитывать умение находить решение</p>   | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Сухое</p>  |

|   |                        |  |  |
|---|------------------------|--|--|
|   |                        | <p>проблемных ситуаций;</p> <p>-формировать навыки общения путем активизации словаря детей;</p> <p>-формировать представления о способах рефлексии;</p> <p>-развивать умение выражать эмоции при помощи речи</p>   | <p>дерево»</p> <p>4.Упражнение «Песочная река»</p> <p>5.Упражнение «Археологи»</p> <p>6.Упражнение «Строители»</p> <p>7.Рефлексия</p> <p>8.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>9.Прощание</p>  |
| 8 | «Путешествие в сказку» | <p>-развивать способности к рефлексии;</p> <p>-воспитывать стремление к сотрудничеству и взаимопомощи;</p> <p>-совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения;</p> <p>-способствовать формированию интереса детей к сотрудничеству</p> | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p> <p>3.Упражнение «Сказочный сон»</p> <p>4.Упражнение «Мостики»</p> <p>5.Упражнение «Волшебный кувшин»</p> <p>6.Упражнение «Сундучок с сюрпризом»</p> <p>7.Ритуал «выхода» из Песочной страны</p> <p>8.Рефлексия</p> <p>9.Прощание</p> |
| 9 | «Птица счастья»        | <p>-способствовать созданию положительного микроклимата в группе;</p>  | <p>1. Приветствие</p> <p>2.Ритуал «входа» в Песочную страну</p>  |

|    |                 |   |  |
|----|-----------------|---|--|
|    |                 | <p>-развивать воображение;<br/> -способствовать снижению эмоционального напряжения через взаимодействие детей с песком;<br/> -воспитывать умение выслушивать друг друга и находить решение проблемных ситуаций</p>  | <p>3.Упражнение «Комплимент»<br/> 4.Упражнение «Раскопки»<br/> 5.Рисование волшебной птицы<br/> 6.Ритуал «выхода» из Песочной страны<br/> 7.Рефлексия<br/> 8.Прощание</p>  |
| 10 | «Царство песка» | <p>-формировать представления о способах передачи разных эмоциональных состояний в иммитационно – образных играх;<br/> -развивать умение отражать в речи свои ощущения;<br/> -совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения;<br/> -способствовать развитию воображения и творческих проявлений;<br/> -воспитывать эмоциональную отзывчивость на проблемные ситуации игровых персонажей</p> | <p>1. Приветствие<br/> 2.Ритуал «входа» в Песочную страну<br/> 3.Упражнение «Ветер»<br/> 4.Упражнение «Строим башню»<br/> 5.Упражнение «Волшебная раковина»<br/> 6.Упражнение «Волшебные очки»<br/> 7.Упражнение «Портрет друга»<br/> 8.Ритуал «выхода» из Песочной страны<br/> 9.Рефлексия<br/> 10.Прощание</p> |

## КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

### Занятие 1. Тема «ЗНАКОМСТВО С ПЕСОЧНОЙ СТРАНОЙ»

**Цели:** способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе, бодрого и радостного настроения у детей; развивать тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук; воспитывать умение понимать себя и других.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### Ход занятия

##### I. Приветствие.

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

##### II. 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 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 с вами находимся в волшебной стране,

##### III. 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 *(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 ладошкой - внутренней, затем тыльной стороной;

- перетереть песок между пальцев, затем между ладоней.

#### **IV. 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?

*Дети при помощи кисточек раскапывают некоторых жителей Песочной страны.*

#### **V. 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.

#### **VI. 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.*

#### **VII. 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.

### **VIII. 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.

*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. Ещё раз глубоко вдохните и выдохните. А теперь откройте глазки. Мы с вами вернулись.

### **XI Рефлексия.**

Вопросы педагога:

- Вам понравилось наше путешествие?
- Что особенно было интересным?
- С какими трудностями столкнулись?

### **X. Прощание.**

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

## **Занятие 2. Тема «ПЕЧАЛЬНЫЙ ГОРОД»**

**Цели:** способствовать созданию комфортного психологического микроклимата в группе, бодрого и радостного настроения у детей; развивать тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук; воспитывать умение понимать себя и других; уточнить знание основных видов эмоциональных состояний.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Сегодня я предлагаю вам посмотреть друг на друга, улыбнуться самой доброй и приветливой улыбкой и бережно прикоснуться своими ладонями друг к другу со словами: «Я очень рад тебя видеть!»

## **II. 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.

## **III. 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.*

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. Как им можно помочь?

## **IV. 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 с 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?

#### **V. 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.*

#### **VI. Упражнение «Радостный танец».**

Психолог. Когда у вас радостное настроение и рядом верный друг, что хочется делать? *(Ответы детей.)*

- Послушайте музыку и попробуйте выразить весёлое настроение жителей Песочной страны.

*Дети под музыку выполняют знакомые движения, отражающие весёлое настроение.*

#### **VII. 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.

#### **VIII. 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.*

#### **IX. 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?
- А что возьмём с собой в группу?

### **Х 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 3. Тема «В ГОСТЯХ У ПЕСОЧНОЙ ФЕИ»**

**Цели:** способствовать созданию у детей положительного эмоционального настроя с помощью песочной терапии; формировать представление о способах передачи разных эмоциональных состояний в имитационно-образных играх; развивать умение отражать в речи свои ощущения; совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения, поддерживать интерес детей к сотрудничеству; способствовать развитию воображения и творческих проявлений; воспитывать эмоциональную отзывчивость детей на проблемные ситуации игровых персонажей, желание прийти на помощь.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

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

#### **II. 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.*

### **III. 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 ладошкой - внутренней, затем тыльной стороной;
- перетереть песок между пальцев, затем между ладоней.

### **IV. 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 листиков 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.*

## **V. Рисование на стекле.**

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 витражных стёклах нарисованы контуры животных. Дети проводят клеем по контуру, затем посыпают его песком.*

## **VI. Упражнение «Передай настроение».**

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

*Каждый ребёнок называет настроение своего животного.*

## **VII. 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.*

## **VIII. 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».*

## **IX. 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 аудиозапись.*

## **X. 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.*

### **XI. 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?

### **XII. Прощание.**

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

## **Занятие 4. Тема «ТРУСЛИВЫЕ ЧЕРЕПАШКИ»**

**Цели:** способствовать снятию эмоционального и мышечного напряжения, состояния тревоги, неуверенности в себе; развивать навыки взаимодействия друг с другом, умение работать в коллективе, помогать друг другу, осознавать себя частью коллектива; способствовать возникновению эмпатии, чувства сопереживания.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Давайте поприветствуем друг друга с помощью перышка.

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

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. Сегодня 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 проводит ритуал с цветком.*

#### **III. Упражнение «Песочные черепашки».**

Психолог. Сегодня мы побываем на сказочном острове, где живут разные черепашки. Они очень любят зарываться в тёплый песок. Погрузите и вы ладони в песок.

*Дети выполняют задание. Вопросы педагога:*

- Что вы чувствуете?
- Приятно вам или нет?
- Какое у вас настроение?
- Чувствуете ли вы страх?
- А теперь переверните ладони внешней стороной. Изменились ли ваши ощущения? А ваше настроение? *(Ответы детей.)*

#### **IV. Упражнение «Сонные черепашки».**

Психолог. Представьте, что вы тоже превратились в черепашек. Наступила ночь. Черепашки спрятались под панцирь, втянули и опустили головки, прижали лапки к телу, закрыли глаза. *(Дети выполняют действия под инструкцию педагога.)*

Черепашки сладко спят. На смену ночи пришло утро. Солнечные лучи заглянули к черепашкам под панцирь и стали их будить. Черепашки медленно просыпаются. Вот они осторожно пошевелили пальцами на лапках, открыли глазки, медленно-медленно приподняли головки, вытянули шеи и с любопытством посмотрели вокруг. Пора вставать - они распрямили лапки, привстали, потянулись, подняли лапки вверх. До чего же ласковое и тёплое солнышко!

С добрым утром, черепашки!

#### **V. Этюд «Мост страха».**

Психолог. Наши черепашки очень любят гулять. Но на пути им часто встречается преграда - Мост страха. Наши черепашки очень боятся ходить по нему. Давайте мы попробуем пройти через этот мост, а потом дадим советы нашим друзьям. Для того чтобы преодолеть мост, необходимо взяться за руки, закрыть глаза и пройти.

*Дети идут по мостику из ребристых палочек без обуви.*

Психолог. Расскажите, вам было страшно? Как вы справлялись со своим страхом? Какой совет мы можем дать черепашкам? *(Ответы детей.)*

#### **VI. Рисование на стеклянной песочнице.**

Психолог. Мы пришли на «полянку», на которой живёт Волшебник. Он сейчас поможет нам и черепашкам избавиться от своих страхов. Пусть каждый из вас

вспомнит свой самый «страшный страх». Подойдите к «волшебной песочнице» и нарисуйте свой страх. *(Дети подходят к стеклянной песочнице, рисуют свои страхи.)* Теперь закройте глаза, и подумайте о чём-нибудь очень приятном. А наш Волшебник заколдует все ваши страшилки.

*Дети закрывают глаза, звучит успокаивающая музыка. Педагог на месте детских рисунков рисует звёздочку и включает свет в песочнице.*

Психолог. Откройте глаза и посмотрите, что появилось на месте ваших страшилок. Это волшебная звёздочка, в которую они превратились. Протяните свои ладошки над звёздочкой и почувствуйте её тепло. Теперь, когда вам будет страшно, закройте глаза и вспомните об этой волшебной звёздочке. Попробуйте представить её тепло. И тогда все ваши страхи рассеются.

**VII. Этюд «Мост страха» (продолжение).** Психолог. Нам снова предстоит пройти по Мостику страха. Только мы пойдём спиной друг к другу.

- Вам было страшно?

- Как вы справлялись со своим страхом? Научите этому наших черепашек.

**VIII. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Черепашки благодарят вас, что вы научили их не бояться. А нам пора возвращаться в детский сад.

*Психолог проводит ритуал с Волшебным цветком.*

**IX. Рефлексия.**

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

Вопросы педагога:

- Что вам больше всего понравилось?

- Как вы думаете, со всеми испытаниями мы справились?

- Какие упражнения было трудно выполнять, какие легко?

- Чему мы научились сами и рассказали об этом черепашкам?

**X. Прощание.**

Психолог. Сегодня мы снова прощаемся друг с другом при помощи перышка.

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

## **Занятие 5. Тема «СТРАНА ГНОМИКОВ»**

**Цели:** расширить представления детей об окружающем мире; формировать представление о способах рефлексии и бесконфликтного решения проблемных ситуаций; способствовать проявлению детского творчества в работе с нетрадиционным материалом.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

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

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

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

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

*Проводит ритуал с Волшебным цветком.*

#### **III. 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 перекрасила всё вокруг в чёрный цвет.

- А что может случиться без ярких красок? *(Ответы детей.)*

- Гномы просят вас помочь им победить Чёрную Кляксу и вернуть краски в их страну. Поможем? *(Ответы детей.)*

#### **IV. 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.*

#### **V. 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.*

#### **VI. 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.*

#### **VII. 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.

*Дети разноцветным песком рисуют на стеклянной песочнице радугу.*

*Когда рисунок готов, педагог зажигает в песочнице лампочку.*

Психолог. Как удивительно переливается наша радуга! Какое она дарит всем настроение? *(Ответы детей.)*

#### **VIII. Рефлексия.**

Вопросы педагога:

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

- Что было самым страшным?

- А что было самым радостным в дороге?

### **IX. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

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

*Психолог проводит ритуал с Волшебным цветком.*

### **X. Прощание.**

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

## **Занятие 6. Тема «ГОРОД ЗЕРКАЛ»**

**Цели:** развивать навыки взаимодействия друг с другом, умение работать в коллективе; воспитывать желание помогать друг другу в совместной деятельности; совершенствовать умение выражать свои чувства в словесной форме; развивать творческие способности детей, воображение, образное мышление.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Посмотрите друг на друга, улыбнитесь самой доброй и приветливой улыбкой, осторожно прикоснитесь своими ладонями друг к другу со словами: «Я очень рад тебя видеть!»

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Психолог. И вот мы снова с вами отправляемся в Песочную страну. Кто из вас помнит, как мы можем в неё попасть? *(При помощи Волшебного цветка.)*

- Сейчас мы тихонько подойдем к Волшебному цветку и встанем вокруг него так, чтобы не мешать друг другу. Теперь протяните над ним руки, закройте глаза и с чистым сердцем попросите 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.

### **III. Упражнение «Кроты»**

Психолог. Сегодня мы в гостях у жителей одной необычной страны. Жители как жители, но вот беда - каждый слушал только себя. Каждый видел только себя. В этой необычной стране ничего общего не было: ни дорог, ни прекрасных садов, ни голубых рек. И даже солнышко не спешило заглядывать в эту страну песка. Как вы думаете, почему?

*Размышления и ответы детей.*

Психолог. И жилось бы скучно и грустно в этой Песочной стране, если бы не случилось вот что. Однажды тёмной-тёмной ночью, когда все спали, в страну прокралась Фея и выкрала у жителей все их зеркала. Когда жители проснулись, то не смогли собой любоваться. Они были в панике. Им пришлось обратить внимание на своих соседей и объединиться всем вместе для поиска зеркал. Сначала решили жители города поискать зеркала под песком. Давайте поможем им.

*Дети опускают ладошки под песок, исследуют его, если встречаются с ладошками других детей, обязательно здороваются.*

### **IV. Упражнение «Песочное зеркало».**

Психолог. Что ж, зеркала мы не нашли. Давайте искать дальше. В этой необычной стране находится очень много озёр. Что можно увидеть в озере? (*Свое отражение.*)

- Вот и жители этой страны тоже увидели свои отражения. Как вы думаете, какие они? Почему?

*Дети рисуют песком на зеркалах лица с эмоцией грусти.*

### **V. Упражнение «Лепим дракона».**

Психолог. Пошли жители дальше и встретили на пути злого Дракона. Он пообещал не обижать путников, если те нарисуют его фигурку из песка. Давайте им поможем.

- Какой у вас получился дракон - добрый или злой?

*Если дети решат, что злой, то нужно предложить сделать его добрым.*

### **VI. Упражнение «Великая тайна пустыни».**

Психолог. Нашему Дракону понравилось, как вы его изобразили, и он тоже подобрел.

Дракон решил угостить путников самым дорогим, что есть в пустыне. Что это, ребята? *(Вода.)*

*Педагог предлагает детям определённое количество воды, и они делят её на всех поровну.*

### **VII. Упражнение «Каравай».**

Психолог. Устали наши жители искать зеркала и решили вернуться домой. Когда они вернулись, то были очень голодные. Решили они тогда испечь огромный пирог.

*Дети рисуют цветным песком на стеклянной песочнице. Когда работа готова, педагог включает лампочку, и пирог светится.*

- Посмотрите, какой замечательный получился каравай! А почему он такой, кто догадался?

*Предположения и ответы детей.*

- Жители нашей страны поняли, что если делать всё вместе, помогать друг другу, делиться, то так жить намного веселее. Вы согласны с ними? *(Ответы детей.)*

Теперь им не нужны зеркала. Они стали обращать внимание не каждый на себя, а друг на друга.

### **VIII. Упражнение «Танец радости».**

Психолог. Ребята, что хочется делать, когда весело и вокруг много друзей? Правильно, петь и танцевать. Давайте все вместе исполним весёлый танец!

### **IX. Рефлексия.**

Вопросы педагога:

- Как вы думаете, вы справились со своей задачей, помогли жителям страны?

- Что вам помогало?

- Со всеми испытаниями мы справились?

- Какие упражнения было трудно выполнять, какие легко?

### **X. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. Настала 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.

*Дети закрывают глаза и протягивают руки над цветком.*

— Глубоко вдохните и полностью выдохните. Волшебный цветок даёт нам волшебную силу, которой мы можем пользоваться для решения самых разных задач. Ещё раз глубоко вдохните и выдохните. А теперь откройте глаза. Мы с вами вернулись.

### **XI. Прощание.**

Психолог. Посмотрите друг на друга, улыбнитесь самой рой и приветливой улыбкой, осторожно прикоснитесь своими ладонями друг к другу со словами: «До следующей встречи!»

## **Занятие 7. Тема «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД»**

**Цели:** развивать творческое воображение; воспитывать умение находить решение проблемных ситуаций; формировать навыки общения путем активизации словаря детей; формировать представление о способах рефлексии; развивать умение выражать эмоции при помощи речи.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

Психолог. Прикоснитесь по кругу своими ладонями к ладоням соседа, улыбнитесь и скажите комплимент.

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну.**

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

*Психолог проводит ритуал с Волшебным цветком,*

#### **III. Упражнение «Сухое дерево».**

Психолог. Сегодня во время нашего путешествия мы будем искать затерянный город. А потерялся он потому, что наслала Злая колдунья на этот город песчаную бурю, которая покрыла песком весь город и всех её жителей. Осталось одно сухое

дерево. Когда-то оно было зелёное, а теперь стало сухим печальным. Я предлагаю оживить его, подарив листочки с приятными словами.

*Дети помещают на ветки «дерева» «листья» с добрыми словами, «оживляя» его.*

- Дерево снова с листьями. Но нужно помнить, что добрые слова нужны не только деревьям, животным и растениям, но и людям. Давайте передадим в своих ладонях друг другу добрые пожелания, приятные слова и отправимся дальше.

*Дети в свои сложенные ладони говорят друг про друга приятные слова и жестом передают симпатии друг другу.*

#### **IV. Упражнение «Песочная река».**

Психолог. Закройте глаза и представьте себе, что вы превратились в маленькие песчинки. Все песчинки разного цвета: одни коричневые, другие золотистые, третьи ярко-жёлтые. Вас подхватывает лёгкий приятный ветерок, кружит и переносит в большую песочную реку, где тепло и уютно, спокойно и приятно.

*Дети выполняют движения в соответствии с текстом.*

#### **V. Упражнение «Археологи».**

Психолог. Пока песчинки летали, они подняли небольшой ветерок, который сдул песок с сундучка. Давайте посмотрим, что в нём.

*Дети открывают сундучок и достают кисти, веера, трубочки.*

- При помощи этих инструментов мы «превратимся» в археологов и обязательно найдём старинный город.

*Дети выкапывают из песка различные предметы для строительства города.*

#### **VI. Упражнение «Строители».**

Психолог. Жаль, что от старого города остались лишь руины... Я предлагаю построить новый, современный город с дорогами и машинами, с красивыми парками и садами.

*Дети все вместе «строят» новый город.*

#### **VII. Рефлексия.**

Психолог. 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?

### **VIII. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. А теперь нам пора возвращаться. *Проводит ритуал с цветком.*

### **IX. Прощание.**

Психолог. Прикоснитесь по кругу своими ладонями к ладоням соседа и улыбнитесь.

## **Занятие 8. Тема «ПУТЕШЕСТВИЕ В СКАЗКУ»**

**Цели:** развивать способности к рефлексии; воспитывать стремление к взаимопомощи, сотрудничеству; совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения; способствовать формированию интереса детей к сотрудничеству.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. Приветствие.**

*Дети стоят в кругу, по очереди делают шаг в центр круга и говорят, какое у них настроение.*

#### **II. Ритуал «входа» в Песочную страну,**

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

*Проводит ритуал с цветком.*

#### **III. Упражнение «Сказочный сон».**

Психолог. Далеко-далеко от нас есть сказочная страна, а в сказочной стране ничего невозможного не бывает. Там всегда греет ласковое солнышко, сладко пахнут волшебные цветы, звенят ручейки, поют самые нежные песни маленькие птички... И всё вокруг как будто бы живое. Давайте представим себя зимними деревьями, каждый - каким захочет. Закройте глаза.

*Звучит фонограмма спокойной, медленной музыки.*

- Что снится деревьям во сне? Они спят под тёплой кружевной шалью. Сон их спокойный и ровный, лишь проказник-ветерок может нарушить их покой. Откройте глаза.

У меня есть волшебные подносы с песком, на которых можно нарисовать свой сон, а потом рассказать его.

*Дети рисуют на подносах с песком.*

- Какие чудесные сны у деревьев! А можно ли сравнить дерево с человеком? Почему?

*Размышления и ответы детей.*

**IV. Упражнение «Мостики».** Психолог. В этой сказочной стране есть речка. *Дети делают в песочнице «реку».*

- Через эту реку есть два моста - Мост радости и Мост грусти» *Педагог выставляет в песочницу мостики.*

- Вам нужно выбрать каждому один из мостиков. Мостик радости красного цвета, а Мостик грусти - чёрного. Пройти по ним несложно, нужно лишь с помощью выражения лица, мимики, показать эти чувства.

*Желающие по очереди выбирают мостик и с помощью мимики показывают соответствующие чувства. Остальные дети угадывают.*

**V. Упражнение «Волшебный кувшин».**

Психолог. У жителей сказочной страны когда-то был волшебный кувшин. Но он разбился. Давайте попробуем его склеить.

*Дети собирают кусочки «разбитого» кувшина, выкладывают их на схему мозаики.*

- Пока кувшин был разбитым, он потерял свои краски, поэтому нам необходимо его раскрасить.

*Дети все вместе украшают цветным песком кувшин.*

**VI. Упражнение «Сундучок с сюрпризом».**

Психолог. Жители сказочной страны благодарят вас за помощь и хотят подарить сувениры в память о вашем путешествии.

*Дети открывают сундук с песком; одним пальцем, выполняя круговые движения, находят сюрпризы (жемчужины).*

Психолог. Эти жемчужины не простые. Кто ими владеет, тот сможет понять любого другого человека и помочь ему. А получили вы их в подарок потому, что были дружными и внимательными друг к другу.

**VII. Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

Психолог. 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.

*Проводит ритуал с цветком.*

### **VIII. Рефлексия.**

Психолог. 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?
- Чему мы научились?

### **IX. Прощание.**

*Дети стоят в кругу, по очереди делают шаг в центр круга и говорят, какое у них настроение.*

## **Занятие 9. Тема «ПТИЦА СЧАСТЬЯ»**

**Цели:** способствовать созданию положительного эмоционального микроклимата в группе; развивать воображение; способствовать снижению эмоционального напряжения через взаимодействие с песком; воспитывать умение выслушивать друг друга и находить решение проблемных ситуаций.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

### **Ход занятия**

#### **I. 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.

#### **II. 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.*

### **III. 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.

### **IV. 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.*

### **V. Рисование волшебной птицы.**

*Дети на стеклянной песочнице рисуют сказочную птицу и украшают её.*

*Когда птица готова, педагог предлагает детям закрыть глаза и мысленно наделить её волшебными качествами. Затем психолог включает свет в песочнице.*

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

### **VI. 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.

*Проводит ритуал с цветком.*

### **VII. Рефлексия.**

Вопросы педагога:

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

### **VIII. Прощание.**

Психолог. Передавая по кругу этот клубочек, называйте по очереди ласковые имена своего соседа.

### **Занятие 10. Тема «ЦАРСТВО ПЕСКА»**

**Цели:** формировать представление о способах передачи разных эмоциональных состояний в имитационно-образных играх; развивать умение отражать в речи свои ощущения; совершенствовать навыки коммуникативного и деятельностного общения; способствовать развитию воображения и творческих проявлений; воспитывать эмоциональную отзывчивость на проблемные ситуации игровых персонажей, желание прийти на помощь.

**Оборудование:** песочница - деревянный ящик, окрашенный в синий цвет («песочный лист»).

#### **Ход занятия**

##### **I. Приветствие.**

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

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

##### **II. 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.*

##### **III. 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.*

##### **IV. 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.

*Дети выбирают «существа» из набора миниатюрных фигурок и располагают их вокруг башни.*

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

*Рассуждения и ответы детей.*

#### **V. 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.

#### **VI. 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.

#### **VII. Упражнение «Портрет друга».**

Психолог, У каждого из вас наверняка есть самый близкий друг или подруга. Нарисуйте портрет своего друга.

*Дети на зеркалах рисуют портреты своих друзей и подруг.*

- Расскажите о своём друге. Что вы видите, когда смотрите на его портрет?  
(*Ответы детей.*)

В нём отражаются и ваши лица. Потому, что ваши друзья тоже думают о вас и любят.

#### **VIII. 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.*

### **IX. 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?
- А что возьмём с собой в группу?

### **X. Прощание.**

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

### **Список используемой литературы:**

1. Грабенко Т.М. Как помочь «особому» ребенку/ Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. – СПб.: Детство- Пресс, 1988.
2. Грабенко Т.М. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры/ Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. – СПб.: Детство – Пресс, 2004.
3. Грабенко Т.М. Основы сказкотерапии/ Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. –СПб.: Детство – Пресс, 2006.
4. Грабенко Т.М. Чудеса на песке: практикум по песочной терапии/ Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. – СПб.: Детство – Пресс, 2006.
5. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста/ О.Ю. Епанчинцева. - СПб.: Детство – Пресс, 2011.
6. Федосеева М.А. Занятия с детьми 3-7 лет по развитию эмоционально – коммуникативной и познавательной сфер средствами песочной терапии/авт. – сост. М.А. Федосеева. – Волгоград: Учитель, 2016.