**Рабочая программа гармонизации психоэмоционального состояния.**

1. **Пояснительная записка**.

**Цели занятий**(Э.Э., 2010 ):

1.   Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность;

2.    Развитие познавательных и психических процессов: восприятия (формы, цвета, целостного восприятия), памяти, внимания, мышления, воображения, пространственных представлений;

3.   Совершенствование навыков и умений практического общения, используя вербальные и невербальные средства (коммуникативные навыки);

4.    Развитие фантазии, наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления, творческого и критического мышления, побуждая детей к активным действиям и концентрации внимания, способствуя проявлению эмпатии;

5.    Снижение психоэмоционального напряжения;

6.    Актуализация эмоций, гармонизация психоэмоционального состояния.

**Задачи:**(Э.Э., 2010 )

Образовательные:

1.   Учить детей последовательно и точно передавать увиденное, с учетом развития сюжета;

2.   Обучить умению отвечать на вопросы проблемно - поискового характера;

3.   Обучить специальным движениям (пространственные представления);

4.   Учить выстраивать композиции на песке по образцу;

5.    Закрепить представления об окружающем мире;

6. Обучить навыкам самоконтроля.

Развивающие:

1.   Развивать психические процессы (внимание, память);

2.   Развивать логическое мышление;

3.   Развивать тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику;

4.   Развивать умение действовать по инструкции;

5.   Стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, особенно тактильно-кинестетической чувствительности.

Воспитательные:

1.   Вызывать эмоционально положительное состояние, удовольствие от игр и совместной деятельности с другими детьми;

2.    Воспитывать слуховое внимание и память;

3.    Воспитывать доброту, бережное отношение ко всему живому;

4.    Совершенствовать навыки позитивной коммуникации;

5.    «Проигрывание» разнообразных жизненных ситуаций, создание композиций на песке.

Программа гармонизации психоэмоционального состояния, разработана на основе пособий: Большебратская Э.Э. «Песочная терапия», Хоменко И. Н.Коррекционно-диагностический комплекс «Песочная магия», Сакович Н. А. «Технология игры в песок. Игры на мосту».

Программа гармонизации психоэмоционального состояния, предназначена для работы с детьми дошкольного возраста, для содействия в гармонизации психоэмоционального состояния, формировании позитивного отношения к своему «Я», повышению уверенности в себе, развитию самостоятельности, формированию навыков самоконтроля; развитию способности к эмпатии, сопереживанию; формирование продуктивных видов взаимоотношений с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса.

**Необходимое оборудование**(Э.Э., 2010 )**:**

* Водонепроницаемый деревянный ящик

Внутренняя поверхность (дно и борта) окрашиваются в синий или голубой цвет. Таким образом, дно будет символизировать воду, а борта – небо

Если будете заниматься подгруппой (3-4 человека) или индивидуально, его размер – 50 х 70 х 8см, для групповой работы размер песочницы увеличивается. Такой размер ящика соответствует оптимальному полю зрительного восприятия, и это позволяет охватывать его взглядом целиком

* Чистый, просеянный песок

Он не должен быть слишком крупным или слишком мелким. Пескомзаполняется меньшая часть ящика. Для песочных игр лучше, если он будет влажным. Таким образом, песок задает символическую «линию горизонта»

* Цветной песок

Дети эмоционально откликаются на яркие впечатления, следовательно, цветной песок необходим

* Цветная морская соль

Желательно крупная – её можно использовать для развития мелкой моторики

* «Коллекция» миниатюрных фигурок (высота их – не более 8 см)

В набор игрушек могут войти:

* Человеческие персонажи
* Животные (домашние, дикие, доисторические, морские и др.)
* Транспорт (наземный, водный, космический, и др.)
* Растения (деревья, кусты, цветы, овощи и пр.)
* Естественные предметы (ракушки, веточки, камни, кости, яйца и пр.)
* Сказочные герои (злые и добрые)
* Бросовый материал (флаконы из – под духов, пробки)
* Пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры (круги, треугольники, прямоугольники, пирамиды и др.)
1. **Планируемые результаты:**

Результаты освоения программы коррекционной работы отражают сформированность социальных (жизненных) компетенций, необходимых для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающих становление социальных отношений в различных средах:

* развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении**;**
* овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:

в расширении знаний правил коммуникации;

в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;

в освоении культурных форм выражения своих чувств.

в умении устанавливать взаимосвязь между природным порядком и ходом собственной жизни в семье и в школе;

в умении устанавливать взаимосвязь общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, соответствовать этому порядку.

в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;

в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;

в накоплении опыта освоения нового при помощи экскурсий и путешествий;

в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком;

в способности взаимодействовать с другими людьми, уменииделиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами.

* способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей,проявляющаяся:
* Сформированные навыки коммуникации;
* благоприятный эмоциональный фон;
* бережное отношение ко всему живому;
* умение выражать свои эмоции безопасным для себя и окружающих способом;
* сформированные навыки самоконтроля.
1. **Основное содержание программы:**
* **Диагностический блок.**

Исследование уровня тревожности, эмоционально – волевой сферы (тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. Методика «Выбери нужное лицо»; Альбом нейропсихологической диагностики детей. Эмоции.с.7. Л.С. Цветкова; Цветовой тест Люшера.

* Основной этап.

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребёнка.(Э.Э., 2010 ) Именно поэтому мы можем использовать песочницу в ходе развивающих и обучающих занятий. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребёнка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира. При этом мы еще и врачуем собственную Душу, усиливая своего Внутреннего Ребенка.

Во время занятий наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, ребенок учится прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти, что очень важно для детей с нарушениями речи. Но главное - ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

В случае нарушенного или задержки психического развития приходится сталкиваться и с несоблюдением границ песочницы, и с раскидыванием игрушек или хаотичным пересыпанием песка, с попытками попробовать песок на вкус и бессистемным манипулированием игрушками без намека на сюжет и мало-мальски осмысленную композицию. Тем не менее, для таких детей песочная терапия также имеет большое значение в коррекции их развития, как интеллектуального, так и эмоционального.

**Методы и приёмы:**

Дискуссии, беседы, игры – коммуникации, экологические и исторические игры, проективные игры, познавательные игры, рисование цветным песком, элементы сказкотерапии, музыкальное сопровождение.

* **Заключительный этап.**

Диагностика (исследование уровня тревожности, эмоционально – волевой сферы (тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. Методика «Выбери нужное лицо»; Альбом нейропсихологической диагностики детей. Эмоции.с.7. Л.С. Цветкова; Цветовой тест Люшера).

 Анализ состояния ребенка. Динамика.

1. **Тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия  | Время  |
| 1. | Этап прикосновений и игр на поверхности песка |  |
| 1.1 | Знакомство с песочницей. «Здравствуй, песок!» | 0.25 |
| 1.2 | «Песочный дождик», «Необыкновенные следы» | 0.25 |
| 2. | Дидактические игры - упражнения |  |
| 2.1 | «Узоры на песке», «Отпечатки» | 0.25 |
| 2.2 | «Песочные строители» | 0.25 |
| 2.3 | «Узоры на песке» | 0.25 |
| 3 | Этап игр и упражнений с погружением рук в песок |  |
| 3.1 | «Секретные задания кротов» | 0.25 |
| 3.2 | «Песочные прятки» как вариант игры «Мина» | 0.25 |
| 3.3 | «Угадай» | 0.25 |
| 4 | Организация игр и упражнений с мокрым песком. |  |
| 4.1 | «Победитель злости» | 0.25 |
| 4.2 | «Волшебный цветок» | 0.25 |
| 4.3 | «Сказочная страна» | 0.25 |
| 4.4 | «У солнышка в гостях» | 0.25 |
| 5 | Организация игр на световом столе |  |
| 5.1 | «Песочные фантазии» | 0.25 |
| 5.2 | «Полушарное рисование» | 0.25 |
| 5.3 | «Отпечатки» | 0.25 |
| 5.4  | «Право, лево» | 0.25 |
| 5.5 | «Геометрические формы» | 0.25 |
| Итого занятий : | 17 |

1. **Календарно – тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Тема занятия  | Дата проведения | Количество часов  | Формы организации деятельности  | Основные виды деятельности  | Планируемый результат  |
| по плану  | по факту | по плану | по факту |
| 1. | Знакомство с песочницей.«Здравствуй, песок!» |  |  |  |  | Познавательно – исследовательская деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Приятие правил Снижение психофизического напряжения |
| 2 | «Песочный дождик»«Необыкновенные следы» |  |  |  |  | Игровая деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательныхпроцессов | Регуляция мышечного напряжения, расслабление. Развитие тактильной чувствительности, воображения. |
| 3 | «Узоры на песке», «Отпечатки» |  |  |  |  | Сюжетно - ролевая игра | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, воображения Закрепление знаний о сенсорных эталонах, снятие психоэмоционального напряжения |
| 4 | «Песочные строители» |  |  |  |  | Познавательно – исследовательская деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие и расширение представлений ребенка об ок­ружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека. |
| 5 | «Узоры на песке». |  |  |  |  | Познавательно – исследовательская деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие зрительно-моторной координации, процес­са классификации, воображения |
| 6 | «Секретные задания кротов» |  |  |  |  | Продуктивная деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса |
| 7 | «Песочные прятки»  |  |  |  |  | Игровая деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности |
| 8 | Психотехническое упражнение «Угадай»  |  |  |  |  | Познавательно – исследовательская деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности |
| 9 | Психотехническое упражнение «Победитель злости» |  |  |  |  | Коммуникативная деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Эмоциональное развитие |
| 10 | Развитие тактильной чувствительности «Волшебный цветок» |  |  |  |  | Игровая деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности |
| 11 | Развитие зрительного восприятия «Сказочная страна» |  |  |  |  | Сюжетно – ролевая игра | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности |
| 12 | «У солнышка в гостях» |  |  |  |  | Сюжетно – ролевая игра | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности,стабилизация психоэмоционального состояния |
| 13 | «Песочные фантазии» |  |  |  |  | Познавательно – исследовательская деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности, воображения,стабилизация психоэмоционального состояния |
| 14 | «Полушарное рисование» |  |  |  |  | Продуктивная деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности,стабилизация психоэмоционального состояния |
| 15 | «Отпечатки» |  |  |  |  | Продуктивная деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольностистабилизация психоэмоционального состояния |
| 16  | «Право, лево» |  |  |  |  | Продуктивная деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Формирование пространственных представленийстабилизация психоэмоционального состояния |
| 17 | «Геометрические формы» |  |  |  |  | Продуктивная деятельность | Психотехнические упражнения, продуктивно – творческая деятельность, упражнения направленные на развитие познавательных процессов | Формирование пространственных представленийстабилизация психоэмоционального состояния |
| Итого занятий  | 17 |

1. **Система оценки планируемых результатов.**

Анализ состояния ребенка. Динамика.

**Информационно- методическое обеспечение**

* Большебратская Э.Э. «Песочная терапия»,
* Хоменко И. Н. Коррекционно-диагностический комплекс «Песочная магия»,
* Сакович Н. А. «Технология игры в песок. Игры на мосту».
* Штейнхард Л. Юнгианская песочная психотерапия.
* **МариеллаЗейц «Пишем и рисуем на песке»**
* **Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. «Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии»**
* **Эль Г.Н. «Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия».**

Конспекты занятий.

**Занятие 1.**

1. **Знакомство, приветствие, введение правил.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

**« Насекомые»**

Я на травке полежу(ладони правой и левой руки на столе переворачиваются)

и как пчелка жу-жу-жу(жужжать как пчелки)

на цветочек полечу(помашем руками),(соединини ладошки в месте-имитация бутона цветка)

мед в ладошки соберу(пальчикиправой руки собирают мед в левую руку)

дам покушать маме кошке,мишке , зайке и ежу(соеденяем большой пальчик последовательно с остальными).

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну.**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать возле песочницы. Вытянуть руки над песочницей ладонями вниз.

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. ***Упражнение «Здравствуй, песок!»***

Цель — снижение психофизического напряжения.

Воспитатель от имени феи просит «нежно, а потом сильно по­здороваться с песком», то есть различными способами дотронуть­ся до песка:

Ребенок дотрагивается до песка поочередно пальцами од­ной руки, потом второй руки, затем всеми пальцами одно­временно.

Ребенок легко / с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу.

Ребенок дотрагивается до песка всей ладошкой — внутрен­ней, затем тыльной ее стороной.

Ребенок перетирает песок между пальцами, ладонями. В последнем случае можно ввести сюрпризный момент — спрятать в песке маленькую плоскую игрушку «с тобой за­хотел поздороваться один из обитателей песка — ...».

Старшие дети описывают и сравнивают свои ощущения: теп­ло — холодно, приятно — неприятно, колючее, шершавое и т. д.

1. **Свободная игра в песке. Создание композиций.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяй за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 2.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика.Пальчиковая гимнастика.**

**« Насекомые»**

Я на травке полежу(ладони правой и левой руки на столе переворачиваются)

и как пчелка жу-жу-жу(жужжать как пчелки)

на цветочек полечу(помашем руками),(соединини ладошки в месте-имитация бутона цветка)

мед в ладошки соберу(пальчикиправой руки собирают мед в левую руку)

дам покушать маме кошке,мишке , зайке и ежу(соеденяем большой пальчик последовательно с остальными).

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. Упражнение «Песочный дождик»

Цель — регуляция мышечного напряжения, расслабление. Песочная фея: «В моей стране может идти необычный песоч­ный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождь и ветер. Смотрите, как это проис-
ходит»: ,

Ребенок медленно / быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.

Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расстав­ленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они ме­няются ролями.

1. **Свободная деятельность. Создание песочной композиции**.
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

*Педагог*: Я рада была вас видеть, до следующей встречи!

**Занятие 3.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

**« Насекомые»**

Я на травке полежу(ладони правой и левой руки на столе переворачиваются)

и как пчелка жу-жу-жу(жужжать как пчелки)

на цветочек полечу(помашем руками),(соединини ладошки в месте-имитация бутона цветка)

мед в ладошки соберу(пальчикиправой руки собирают мед в левую руку)

дам покушать маме кошке,мишке , зайке и ежу(соеденяем большой пальчик последовательно с остальными)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Песочный ветер»** Дыхательное упражнение.
2. Малыши учатся управлять вдохом-выдохом, не затягивая песок в трубочку. Детям постарше можно предложить ска­зать приятное пожелание своим друзьям, подарить пожела­ние песочной стране, «задувая его в песок». Они могут так­же выдувать углубления, ямки на поверхности песка. Для этих игр пригодны одноразовые трубочки для коктейля.
3. Данное упражнение можно комбинировать с ароматерапией (однако ароматерапию имеют право использовать психо­логи, прошедшие определенную подготовку в этом направ­лении). Ребенок вдыхает запах специально подобранной для него ароматической смеси (тонизирующей / расслабляю­щей). При выдохе ребенок легко дует на свои ладони с пес­ком, сдувая его в песочницу.
4. **Свободная деятельность. Создание песочной композиции**.
5. **Рефлексия занятия.**
6. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 4.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

**« Насекомые»**

Я на травке полежу(ладони правой и левой руки на столе переворачиваются)

и как пчелка жу-жу-жу(жужжать как пчелки)

на цветочек полечу(помашем руками),(соединини ладошки в месте-имитация бутона цветка)

мед в ладошки соберу(пальчикиправой руки собирают мед в левую руку)

дам покушать маме кошке,мишке , зайке и ежу(соеденяем большой пальчик последовательно с остальными).

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Необыкновенные следы»** Цель — развитие тактильной чувствительности, воображения.

«Идут медвежата» — ребенок кулачками и ладонями с си­лой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» — ребенок расслабленными / напряжен­ными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).

«Бегут жучки-паучки» —ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погру­жать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом, — «жучки здороваются»).

1. **Свободная деятельность. Создание песочной композиции**.
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 5.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

**« Насекомые»**

Я на травке полежу(ладони правой и левой руки на столе переворачиваются)

и как пчелка жу-жу-жу(жужжать как пчелки)

на цветочек полечу(помашем руками),(соединини ладошки в месте-имитация бутона цветка)

мед в ладошки соберу(пальчикиправой руки собирают мед в левую руку)

дам покушать маме кошке,мишке , зайке и ежу(соеденяем большой пальчик последовательно с остальными).

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Узоры на песке»**

Цель — закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.

1. Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигу­ры (в соответствии с возрастными нормами освоения), про­стые / сложные узоры (прямые и волнистые дорожки, за­борчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке либо продолжить узор взрослого. Как вариант подобной игры — взрослый рисует на доске, дает устную инструкцию нарисовать на песке определенный узор.
2. Те же узоры на песке изготавливаются путем выкладыва­ния в заданной последовательности предметов, например, камешков, желудей, больших пуговиц и т. д.

 «Сегодня мы с тобой будем украшать наш пе­сочный дом. Посмотри, какие узоры на песке можно нарисо­вать. Нарисуй как я... Придумай свой узор, рисунок. Вверху песочницы будут узоры из кругов, а внизу— из треугольни­ков и т. д.»

1. **Свободная деятельность. Создание песочной композиции**.
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 6.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

**« Насекомые»**

Я на травке полежу(ладони правой и левой руки на столе переворачиваются)

и как пчелка жу-жу-жу(жужжать как пчелки)

на цветочек полечу(помашем руками),(соединини ладошки в месте-имитация бутона цветка)

мед в ладошки соберу(пальчикиправой руки собирают мед в левую руку)

дам покушать маме кошке,мишке , зайке и ежу(соеденяем большой пальчик последовательно с остальными).

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Игра-упражнение «Маленькие волшебники — мы создаем мир»**

Цель — развитие и расширение представлений ребенка об ок­ружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека.

Взрослый показывает способы построения в песочнице разно­образных живых и неживых сообществ — это город, деревня, лес, река, озеро, остров, и т. д., а затем в игровой форме побуждает ребенка строить самостоятельно и по инструкции разнообразные природные и рукотворные сообщества (тема построений может соответствовать теме занятий в группе).

Первый урок волшебства. «Лес, поляна и их обитатели». Цель —развитие тактильной чувствительности, слуховой па­мяти, произвольности, классификация.

«Сегодня ты превращаешься в маленького вол­шебника, но даже волшебство не совершается просто так. Сейчас Песочная фея наколдует лес, она произнесет волшебные слова "Елки, березки, боровики". Ты должен закрыть глаза и подо­ждать немного, только без разрешения глаза не открывай (ребе­нок закрывает глаза, психолог бесшумно засаживает песок иг­рушечными деревьями, цветами, грибами). Открой глазки и посмотри, как красиво, интересно это нее получилось! У феи есть замечательные помощники — пальцы (взрослый сжимает-разжи­мает пальцы, ходит ими по песку, выкапывает ямки, ребенок делает то же). Попроси свои пальчики помочь тебе в колдовстве. А теперь ты произнеси те же волшебные слова, что и фея, и на­колдуй другой лес. Какие животные живут в лесу? Пригласи их в свой лес».

Если ребенок неправильно воспроизвел «волшебные слова», часть игрушек взрослый прячет, вновь повторяет слова. После «по­садки леса» взрослый может вводить для запоминания ребенку еще несколько дополнительных слов, связанных с сюжетом, например, название дерева, цветка, гриба (новых слов — не более 3-4).

Второй урок волшебства. «Море, река, озеро и их обитатели». Задание формулируется аналогично. Меняются персонажи, спо­собы создания ландшафта, «волшебные слова». Количество и сложность запоминаемых слов должна соответствовать возрасту ребенка.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 7.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Просыпаемся»

## Будем,будем просыпаться(тянем руки вверх)

## Будем,будем умываться(имитация умывания)

## будем , будем одеваться(имитация одевания)

## будем,будем мы играть(играем пальчиками по столу)

## и конечно-танцевать(пальчики танцуют в воздухе)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Мы едем в гости...»**

Цель — развитие пространственных представлений, ориенти­ровка на «песочном листе»; для малышей инструкция значитель­но упрощается, идет только закрепление сенсорных эталонов и представлений «верх-низ».

Взрослый в игровой форме знакомит (закрепляет знания) ре­бенка с пространственными представлениями верх-низ, право-лево, над-под, из-за, из-под, центр, угол. Ребенок по словесной инструкции взрослого пальчиками «ходит, прыгает, ползает» по песку, изображая различных персонажей.

Песочная фея: «Мы идем в гости к зайчику. Где живет заяц? (Заяц живет в лесу, потому что это дикое животное.) В каком углу песочницы растет лес? (В правом верхнем углу, малыши отвеча­ют—в верху песочницы). Кто живет рядом с зайчиком? (Пере­числяются и помещаются в песочницу фигурки / картинки ди­ких животных.) С кем дружит зайчик? Кого боится зайчик? Чем нас заяц угостил? Что мы пожелаем зайчику?»

Аналогично выполняются игры-задания «Идем в гости к ло­шадке» закрепляющие знания о домашних животных и их жи­лье, «Плывем навстречу дельфинам» закрепляющие знания об обитателях морей и рек и т. д.

В ходе игры ребенок узнает (закрепляет знания) об особенно­стях жизнедеятельности тех или иных животных и растений (за неимением игрушечных фигурок можно использовать ламини­рованные картинки).

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 8.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Просыпаемся»

## Будем,будем просыпаться(тянем руки вверх)

## Будем,будем умываться(имитация умывания)

## будем , будем одеваться(имитация одевания)

## будем,будем мы играть(играем пальчиками по столу)

## и конечно-танцевать(пальчики танцуют в воздухе)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Отпечатки»**

Отпечатки, как барельефные, так и горельефные, на мокром песке можно делать с помощью формочек. Используют формоч­ки, изображающие животных, транспорт, различные по величи­не геометрические фигуры и т. д. Взрослый и ребенок по очереди делают отпечатки на мокром песке. Затем ребенок по словесной инструкции или по нарисованному взрослым плану изготавли­вает серию отпечатков, комментируя процесс.

В таких играх можно использовать задания на классифика­цию предметов, например, предлагать выбирать только геомет­рические формы, только изображения животных и т. д.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 9.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Просыпаемся»

## Будем,будем просыпаться(тянем руки вверх)

## Будем,будем умываться(имитация умывания)

## будем , будем одеваться(имитация одевания)

## будем,будем мы играть(играем пальчиками по столу)

## и конечно-танцевать(пальчики танцуют в воздухе)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Игра «Песочные строители»**

Цель — закрепление знаний о сенсорных эталонах, пространственных представлений, развитие слуховой и зрительной памяти.

Песочная фея: «Жители песочной страны просят тебя помочь им построить домики. Для начала нам надо наметить на песке,

где будет строиться тот или иной дом. Например, колобок любит дома только круглой формы, жираф — только прямоувольной формы, а бегемотик хочет жить в квадратном доме и т. п. Помоги обитателям песочницы. В верхнем правом углу будет жить беге­мотик. Выбери нужную формочку и сделай отпечаток».

Подобным образом взрослый дает задание ребенку «расселить всех жителей песочницы». Задание можно также усложнить пу­тем введения большего количества персонажей или расселением игрушек по нарисованному взрослым плану.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 10.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Просыпаемся»

## Будем,будем просыпаться(тянем руки вверх)

## Будем,будем умываться(имитация умывания)

## будем , будем одеваться(имитация одевания)

## будем,будем мы играть(играем пальчиками по столу)

## и конечно-танцевать(пальчики танцуют в воздухе)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Игра «Кто к нам приходил?»**

Цель — развитие зрительного и тактильного восприятия.

Ребенок отворачивается, взрослый изготавливает с помощью формочек барельефные / горельефные отпечатки, затем ребенок отгадывает формочку, которую использовал взрослый. Потом они меняются ролями. Формочки предварительно осматриваются и ощупываются, обводится их контур. Усложнение задания: игра происходит с новыми формочками без предварительного их ощу­пывания, а также путем наложения нескольких характерных отпечатков друг на друга.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

*Педагог*: Я рада была вас видеть, до следующей встречи!

**Занятие 11.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Еда-посуда»

## Сжали ручки в кулачки(сжимаем,разжимаеь ручки)

## съели вкусной мы еды(имитация еды)

## сыра головку, сочной морковки, каши, картошки и банана немножко(загибаем пальчики)

## выпьем чашку молока,доростем до потолка(руки вверх)

## выпьем соку двак стакана, будем сильным великаном(руки по швам, кулаки сжимаем,показываем силу)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Узоры на песке»**

Цель — развитие зрительно-моторной координации, процес­са классификации, воображения.

Описание игры см. выше («Организация игр-занятий с сухим песком»).

Так как на мокром песке получаются более четкие узоры, до­рожки, то их можно использовать в играх на классификацию. Например, по волнистой дорожке идут только люди, по прямой дорожке едут только машины, а на заборчике сидят только пти­цы — ребенок выбирает нужные фигурки или картинки и ста­вит их на указанную дорожку. Впоследствии можно развить сюжет и сочинить мини-сказку «Кто, куда, зачем и что случи­лось?»

На мокром песке можно рисовать достаточно четкие лица, обу­чая ребенка графическим способам обозначения эмоций челове­ка: радости, грусти, злости, страха, удивления.

Этап игр и упражнений с погружением рук в песок

В свободной игровой деятельности для некоторых детей этот этап будет последним, так они могут испытывать страх перед пол­ным погружением рук в песок. Для других детей этапы игр на поверхности песка и с погружением будут чередоваться, в зави­симости от их желания.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке**.
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 12.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Еда-посуда»

## Сжали ручки в кулачки(сжимаем,разжимаеь ручки)

## съели вкусной мы еды(имитация еды)

## сыра головку, сочной морковки, каши, картошки и банана немножко(загибаем пальчики)

## выпьем чашку молока,доростем до потолка(руки вверх)

## выпьем соку двак стакана, будем сильным великаном(руки по швам, кулаки сжимаем,показываем силу)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Игра-упражнение «Секретные задания кротов»**

Цель — развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса.

Предварительно необходимо познакомить ребенка с животны­ми, обитающими под землей.

Песочная фея: «Сегодня наши руки могут превращаться в кро­тов. Вот так — взрослый взмахивает руками, складывает их "уточкой" и показывает ребенку нарисованные на костяшках пальцев глаза, нос и два зуба. Хочешь превратить свои ручки в кротов? Надо помочь моему кроту выполнить важное секретное задание под землей (по желанию ребенка взрослый аккуратно ри­сует нос и глазки на костяшках детских пальцев). Ну что, погру­жаемся в песок? Смотри и делай, как мой крот».

Взрослый погружает одну руку в песок, шевелит ею под пес­ком (обращает внимание ребенка на изменения поверхности пес­ка), а затем осторожно раскапывает каждый палец. Затем то же самое проделывает ребенок. После чего они раскапывают руки друг друга (можно дуть на песок, использовать перышко, палоч­ки, кисточки).

Как вариант игры — все действия осуществлять с закрытыми глазами: искать в песке пальцы друг друга, пожимать их — « кро­ты здороваются ласково или с силой пожимают друг другу лап­ки».

1. **Свободная деятельность. Композиции из песка.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 13.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Еда-посуда»

## Сжали ручки в кулачки(сжимаем,разжимаеь ручки)

## съели вкусной мы еды(имитация еды)

## сыра головку, сочной морковки, каши, картошки и банана немножко(загибаем пальчики)

## выпьем чашку молока,доростем до потолка(руки вверх)

## выпьем соку двак стакана, будем сильным великаном(руки по швам, кулаки сжимаем,показываем силу

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Игра-упражнение «Песочные прятки» как вариант игры «Мина»**

Цель —развитие тактильной чувствительности, зритель­ного восприятия, образного мышления, произвольности. Первый вариант.

Песочная фея: «Игрушки хотят поиграть с тобой в песочные прятки. Выбери понравившиеся тебе игрушки. Ты закроешь гла­за, а они спрячутся в песок. После того как я скажу: "Открыва-

ются глаза, начинается игра", ты должен их найти в песке. Ты можешь раздувать песок, раскапывать пальчиками, использовать палочки, кисточки».

Чтобы разнообразить игру, взрослый показывает ребенку иг­рушку— «мину», которую нельзя полностью откапывать. Как только при раскопках ее часть появилась на поверхности песка, ребенок должен остановить свои раскопки и продолжить их в другом месте. Если ребенок забывает правило, то он отрабатыва­ет игровой штраф, поэтому он будет вынужден раскапывать иг­рушки очень осторожно.

Второй вариант.

Для игры необходимо иметь ламинированные картинки из раз­ных сказок и нарисованных сказочных персонажей. Их можно изготовить самостоятельно, обернув скотчем яркие картинки из детских книжек. Для игр с малышами используют цветные, с четким изображением картинки, на начальном этапе несложные для восприятия, с изображением одного предмета. Для развития поисковой активности происходит постепенное усложнение изоб­ражений. Так, для старших дошкольников изображение может быть черно-белым, силуэтным.

Предварительно взрослый беседует с ребенком о его любимых сказках и героях, о причинах положительного и отрицательного отношения к разным героям.

Песочная фея: «В песке любят прятаться также сказки и ска­зочные герои. Давай сыграем с ними в песочные прятки. Закры­вай глаза и скажи волшебные слова: "Раз, два, три, сказка, при­ходи". (Взрослый закапывает в песок картинку из любой хорошо знакомой ребенку сказки.Для малышей оставляют видимым уго­лок картинки.) Бери кисточку и начинай искать в песке эту сказ­ку. Чтобы сказку не спугнуть, раскапывай ее медленно, осторож­но. Ты очистил от песка часть картинки, как ты думаешь, какая это сказка?» И так далее. Ребенок постепенно открывает картин­ку, на каком-то этапе он в состоянии назвать сказку или сказоч­ного персонажа.

Если ребенок не может догадаться и назвать сказку по элемен­там картинки, можно ввести обучающий этап. Ребенок сам зака­пывает картинку в песок, а взрослый откапывает ее и вслух рас­суждает, анализирует увиденное.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 14.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Еда-посуда»

## Сжали ручки в кулачки(сжимаем,разжимаеь ручки)

## съели вкусной мы еды(имитация еды)

## сыра головку, сочной морковки, каши, картошки и банана немножко(загибаем пальчики)

## выпьем чашку молока,доростем до потолка(руки вверх)

## выпьем соку двак стакана, будем сильным великаном(руки по швам, кулаки сжимаем,показываем силу)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **Упражнение «Победитель злости»**

(Модификация формообразующейпсихокоррекции.)

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: «Не злись, не капризничай, возьми себя в руки». В большин­стве случаев данный совет совершенно бессмыслен, так как запрет на проявление отрицательных эмоций вызывает у человека лишь дополнительное раздражение и агрессию по отношению к такому советчику и усиливает чувство вины за плохое поведение.

Игра «Победитель злости» может научить ребенка безболез­ненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.

Песочная фея: «Сегодня мы поговорим о настроении. Какое оно бывает у тебя? Что случается с тобой, когда ты сердишься, злишься? Что говорят и делают взрослые, когда ты сердишься? (Ответы ребенка).

Твое злое настроение заставляет тебя делать и говорить раз­ные вещи, от которых сердятся и огорчаются взрослые. А после

того как злость ушла, тебе также бывает грустно или неприят­но. Открою тебе секрет: каждый большой и маленький человек имеет право злиться. Есть много игр, которые учат нас "сердить­ся правильно", то есть так, чтобы не обижать других. Одну из таких игр тебе подарит мокрый песок. Смотри, как можно с по­мощью песка вылепить и увидеть собственную злость, а потом победить ее».

Если напряжение ребенка слишком велико, то в этом случае можно предложить ему с силой сжать песок, утрамбовать повер­хность песка кулаками и т. п.

Взрослый, а затем ребенок делают из мокрого песка шар, на котором обозначают углублениями или рисуют глаза, нос, рот: «В этом шаре теперь живет твоя злость». Данный процесс временно переключает ребенка, а также ребенок пе­реносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за плохое поведение, мысли, чувства. Старший дош­кольник может комментировать весь процесс изготовления «шара-злюки», которому в итоге присваиваются все «злые мысли и действия».

Затем ребенок любым способом разрушает песочный шар, приговаривая «волшебное заклинание»: «Прогоняем злость, приглашаем радость». Ребенок дает выход агрессии, которая обычно появляется в случае запрета на нее и конт­роля со стороны взрослого, также он получает специфиче­ское удовольствие от разрушения.

После этого ребенок руками медленно выравнивает повер­хность песка и оставляет на ней отпечатки своих ладоней — успокоение, обретение равновесия и контроля над собствен­ными чувствами: «Я победил свою злость. Я спокоен». По желанию ребенок может украсить свои отпечатки ладоней на песке.

1. **Самостоятельная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 15.**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Любят мои ушки(показываем ушки)

## мягкую подушку(рисуем в воздухе квадрат)

## глазки быстро засыпают(показвываем глазки и закрываем)

## ручки , ножки отдыхают(показываем ручки, ножки)

## и посапывает носик(имитация сопения)

## мама песенку поет баю-бай

## сладко спи и подрастай(имитация сна и руки вверх)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **«Путешествие золотой рыбки»**

Я расскажу тебе историю про Золотую рыбку. (Звучит музыка)

В сказочной песочной стране жила прекрасная Золотая рыбка. Все обитатели ее любили, и она всех любила, но у нее не было подружек, похожих на нее

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

И позвонила нам!!!

Она приглашает в Песочную страну.

Ребенок лепит рыбок в песочнице.

1. **Самостоятельная деятельность. Создание песочной композиции.**
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 16**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Любят мои ушки(показываем ушки)

## мягкую подушку(рисуем в воздухе квадрат)

## глазки быстро засыпают(показвываем глазки и закрываем)

## ручки , ножки отдыхают(показываем ручки, ножки)

## и посапывает носик(имитация сопения)

## мама песенку поет баю-бай

## сладко спи и подрастай(имитация сна и руки вверх)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

**Материал**: Песочница, в ней на песке - золотая рывка, вылепленная из влажного цветного песка.

1. **Упражнение «Вверх по радуге»**

Цель: стабилизация эмоционального состояния.

Инструкция: Все встают, закрывают глаза, делают глубокий вдох и представляют, что вместе с этим вздохом они взбираются вверх по радуге, а выдыхая -съезжают с нее, как с горки. Упражнение повторяют трижды, затем желающие делятся впечатлениями. Можно повторить упражнение с открытыми глазами еще 3-4 раза

1. **Свободная деятельность. Создание композиции.**
2. **Рефлексия занятия**.
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 17**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Любят мои ушки(показываем ушки)

## мягкую подушку(рисуем в воздухе квадрат)

## глазки быстро засыпают(показвываем глазки и закрываем)

## ручки , ножки отдыхают(показываем ручки, ножки)

## и посапывает носик(имитация сопения)

## мама песенку поет баю-бай

## сладко спи и подрастай(имитация сна и руки вверх)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **Звучит музыка. Педагог берет в руки игрушку — «Колобок»**

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!?

Задание лепить колобков из мокрого песка.

**Релаксация:**

*Звучит музыка*

1. **Упражнение «Воздушный шарик»**

Цель: показать, что дыхание является способом релаксации и обретения спокойствия, научить «вдыхать» и «выдыхать».

Инструкция:

1. Представьте, что в вашей груди находится воздушный шарик. Вдыхая воздух через нос, до отказа заполните легкие воздухом. Выдыхая воздух ртом, почувствуйте, как он выходит из легких

2. Не торопясь, повторите. Дышите и представляйте, как шарик наполняется воздухом и становится больше

3. Медленно выдохните ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика.

4. Сделайте паузу, посчитайте до 5

5. Снова вдохните и наполните легкие воздухом. Задержите его, считая до 3, представьте, что вы надутый шарик

6. Выдохните. Почувствуйте, как теплый воздух проходит через легкие, горло, рот.

Повторить упражнение 3-4 раза

Обсудить с детьми, что они чувствовали, выполняя это упражнение

1. **Рефлексия занятия:**
2. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 18**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Любят мои ушки(показываем ушки)

## мягкую подушку(рисуем в воздухе квадрат)

## глазки быстро засыпают(показвываем глазки и закрываем)

## ручки , ножки отдыхают(показываем ручки, ножки)

## и посапывает носик(имитация сопения)

## мама песенку поет баю-бай

## сладко спи и подрастай(имитация сна и руки вверх)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **Упражнение «Волшебный цветок»**

Лепка из влажного песка объемного цветка, стебля и лепестков ( каждому лепестку задается какой либо смысл, хорошие качества, какой я и т.д.).

1. **Свободная деятельность. Создание песочной композиции.**
2. **Рефлексия занятия**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны.**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

## Занятие 19

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Утром ножки одеваем(имитация одевания)

## ручки ,ручки потираем(потираем ручки)

## зубки,зубки очищаем)(языком проводим по верхним и нижним зубам)

## щечки,щечки надуваем(надуваем щечки)

## ротик кушает,зевает(жевание,зевание)

## глазки.глазки изучают(водим глазками вправо,влево)

## лобик шишки набивает(дотрагиваемся до лба рукой, показываем руками кулачки-шишки)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **Игра прятки.**

Психолог прячет игрушки в песке.ребенок должен запомнить и найти.

1. Свободная деятельность. Композиции на песке.
2. **Рефлексия занятия.**
3. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

## Занятие 20

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Утром ножки одеваем(имитация одевания)

## ручки ,ручки потираем(потираем ручки)

## зубки,зубки очищаем)(языком проводим по верхним и нижним зубам)

## щечки,щечки надуваем(надуваем щечки)

## ротик кушает,зевает(жевание,зевание)

## глазки.глазки изучают(водим глазками вправо,влево)

## лобик шишки набивает(дотрагиваемся до лба рукой, показываем руками кулачки-шишки)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну.**

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **Упражнение «Солнышко»**

Солнышко - ведрышко!

Взойди поскорей

Освети, обогрей - телят да ягнят, еще маленьких ребят

Солнышко - ведрышко, выгляни в окошечко!

Твои детки плачут, по камушкам скачу.

Солнышко ясное, нарядись

Солнышко красное, покажись

Платье алое надень, подари нам красный день!!!

Упражнение «Солнышко»

Ребенок рисует солнышко, лучики, объемные. Под каждым лучиком комплимент себе.

1. **Свободная деятельность. Композиции на песке.**
2. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!

**Занятие 21**

1. **Приветствие. Рассказ что произошло интересного со мной за неделю.**
2. **Психогимнастика. Пальчиковая гимнастика.**

## «Части тела»

## Утром ножки одеваем(имитация одевания)

## ручки ,ручки потираем(потираем ручки)

## зубки,зубки очищаем)(языком проводим по верхним и нижним зубам)

## щечки,щечки надуваем(надуваем щечки)

## ротик кушает,зевает(жевание,зевание)

## глазки.глазки изучают(водим глазками вправо,влево)

## лобик шишки набивает(дотрагиваемся до лба рукой, показываем руками кулачки-шишки)

1. **Ритуал «входа» в Песочную страну**

Чтобы попасть в Песочную страну, нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вниз. Закройте, пожалуйста, глаза и произнесите за мной заклинание

В ладошки наши посмотри,

В них доброту, любовь найди

Чтоб злодеев побеждать,

Мало просто много знать

Надо быть активным,

Смелым, добрым, сильным

А еще желательно

Делать все внимательно!

1. **Упражнение сказочная страна.**

Ребенку предоставляются игрушки, природные материалы и прочее.

Создает свою волшебную страну. Рассказ о жителях и предметах.

1. **Рефлексия занятия.**
2. **Ритуал «выхода» из Песочной страны**

*Педагог*: Теперь мы встанем над песочницей, протянем свои руки вперед и сделаем движения, как будто скатываем шарик

Теперь приложи его к сердцу и повторяйте за мной:

Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все чему мы научились!