

**Тема: «Колобок»**

**Цель:** социально-коммуникативное и эмоциональное развитие дошкольников через использование песочной терапии.

**Задачи:**

- создать максимально спокойную и доброжелательную атмосферу для свободного общения, игры;
- развивать воображение, восприятие, произвольность внимания;
- обогащать сенсорный опыт детей;
- способствовать открытому выражению детьми своих чувств;
- развивать приемы коммуникации;
- учить различать основные эмоции и состояния;
- актуализировать желание умения регулировать настроение: улучшать настрой себе и другим;
- содействовать снятию эмоционального и мышечного напряжения, гармонизации внутреннего состояния и получению позитивного эффекта деятельности воспитанников.

**Материал:** Песочница, в ней Колобок, вылепленный из влажного цветного песка, сухой и влажный цветной песок, игрушка Колобок

**Ход занятия**

*Педагог-психолог приглашает детей к песочнице. Они садятся на стулья вокруг «песочницы», прикрытой тканью.*

Педагог-психолог: Здравствуйте, дети! Я очень рада видеть вас здесь. Мы сегодня с вами отправимся в путешествие. Как вы думаете куда? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Правильно, в Песочную страну. В Песочной стране живёт хранитель песка – Песочный принц. У него есть очень много друзей и помощников. Сегодня один из них придет к нам в гости. Он очень веселый и добрый, знает много историй и сказок, но поделится только с тем, кто будет соблюдать правила Песочной страны.

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!

Звучит музыка. Педагог-психолог берет в руки игрушку — «Колобок»

Педагог-психолог: Откройте, пожалуйста, глаза. Посмотрите, кто к нам пришел в гости? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Давайте для нашего гостя повторим правила Песочной страны, чтобы он убедился, что мы их хорошо знаем.

*Музыка затихает. Дети вместе с педагогом повторяют стихотворение:*

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.

**Рассказ Колобка**

Ребята, здравствуйте! Садитесь на стульчики. Я хочу, познакомиться с каждым из вас.

*Начиная с педагога, дети берут Колобка в руки и называют ему свои имена.*

Колобок: Вот мы с вами и познакомились. Я расскажу вам историю моего друга, тоже Колобка

Вы помните сказку о Колобке, знаете, какие неприятности случаются с Колобками? *(Ответы детей)*

Вот и с этим моим другом случилась беда. Злая волшебница очень разозлилась на него из-за того, что он добрый, веселый, помогает всем вокруг. Взяла и заперла его одного в комнате и на дверь наложила заклятие. Дверь смогут открыть только очень смелые, добрые, веселые, много знающие дети. Я не смог помочь своему другу потому, что есть еще одно препятствие. Нужно оставить отпечаток своей ладошки

у заколдованной двери, а ведь у меня нет рук. От Песочного принца я узнал, что в этом детском саду живут очень отважные дети. Вы мне и моему другу, Колобку, можете помочь? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Конечно, наши дети помогут твоему другу и не только освободят от злой волшебницы, но и слепят ещё для него друзей.

*Музыка затихает. Педагог снимает ткань с песочницы.*

Колобок: Посмотрите, вот мой друг, совсем один не может куда двинуться. Как ему грустно и страшно!

Педагог-психолог: Не волнуйся Колобок, мы с ребятами поможем твоему другу. Дети, давайте сначала расколдуем дверь. Встаньте вокруг песочницы и оставьте отпечатки своих ладоней на песке.

*Дети выполняют задание.*

Педагог-психолог: Ура! Получилось! Мы дверь расколдовали. А сейчас попробуем с помощью формочек слепить из сырого песка друзей для колобка.

*Звучит музыка. Педагог вместе с детьми лепит колобков.*

Колобок: Какие разные получились колобки, но все-таки чего-то не хватает.

Педагог-психолог: Не волнуйся, сейчас мы все исправим. Правда, дети? Как вы думаете, чего не хватает нашим колобкам? *(Предположения детей)*

Педагог-психолог: Безусловно, нам поможет цветной песок, с его помощью мы сможем сделать колобкам глазки, ротик. *(Дети разукрашивают колобков цветным песком)*

Педагог-психолог: Теперь все колобки в порядке.

*По окончании работы педагог предлагает детям вымыть руки и сесть на стулья.*

Релаксация: Звучит музыка

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.

Рефлексия занятия:

Педагог-психолог: Сегодня мы с вами познакомились с Колобком, который попросил у нас помощи. За кого он так сильно переживал *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Правильно, он беспокоился о своем друге. Как вы думаете, мы помогли ему? Он стал счастливым? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Мы освободили Колобка от колдовства, помогли приобрести новых друзей и стать по-настоящему счастливым. Мы с вами создавали сказку. Как вы считаете, добрую или злую? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: Вы были сегодня добрыми творцами. У меня сейчас очень хорошее настроение: я много узнала нового. А что у знали вы? Какое у вас настроение? *(Ответы детей)*

Педагог-психолог: А сейчас, мои милые сказочники, пришла пора покидать Песочную страну.

В ладошки наши посмотри —

Мудрее стали ведь они!

Спасибо, милый наш песок,

Ты нам смелее стать помог!

Педагог- психолог: Я была рада вас видеть, до скорой встречи!