

Занятие с использованием песочной терапии в младшей группе

«Песочный город»

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения, гармонизация внутреннего состояния через использование песочной терапии.

Задачи:

- формировать навыки экспериментирования с песком
- учить различать эмоции грусти и радости
- развивать кинетическую чувствительность и мелкую моторику
- развивать речевую активность, коммуникативные навыки
- воспитывать аккуратность при работе с песком и вызывать положительные эмоции, связанные с новыми впечатлениями.

Предварительная работа:

Заучивание вместе с детьми стихотворного правила поведения в песочнице.

Материал: песочница, декоративный материал в пластмассовых емкостях (стеклянные шарики, звездочки, ракушки), кукла Дедушка Песочник, волшебная палочка, перышки на число участников, пиктограммы эмоций «радость», «грусть» на палочках, колокольчик, воздушные шарики для поощрения детей, влажные салфетки.

Ход выполнения:

1. Ритуал приветствия.

Цель: Настрой на занятие, знакомство с правилами игры в песок.

Ребята, сегодня мы с вами отправимся в песочный город. И нас с вами уже ждет дедушка Песочник, который напомним вам правила его города. Давайте их вспомним:

Песком мы не кидаемся

Рисуем и стараемся

Друг другу не мешаемся,

А только улыбаемся!

А в наш песочный город нас отвезут три паровозика (дети берутся за плечи друг друга и отправляются к песочнице. Каждый паровозик подвозит ребят к своей песочнице).

2. Упражнение «Знакомство с песочницей»

Цель: развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса.

Воспитатель: Ребята, поздоровайтесь с нашим песком и погладьте его: «Здравствуй песок!» А теперь перемешайте его, пересыпьте из руки в руку.

Что вы чувствуете, какой он на ощупь?

Ответы детей: холодный, шершавый, сухой, мягкий-твердый

3. Игра «Чудесные следы»

Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.

Воспитатель: я вам расскажу один секрет: с помощью песка наши ладошки могут превращаться в различных животных. Не верите, а вот давайте попробуем.

- Пошагайте кулачками как медвежата.

По песку медведь шагает,

Следы лап здесь оставляет.

- А теперь двумя пальчиками по песку попрыгайте, как зайчики.

А зайчишка скок да скок

Перепрыгнул наш песок.

- Покажите, как змея ползет по песку. (Ребенок пальцем рисует подвижные линии)

Мимо змейка пробежала

Зашипела и пропала.

- А теперь жучки побежали. (ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых)

Жуки лапками гребут

«Жу-жу-жу» мы слышим тут.

(После упражнения дети вытирают руки влажными салфетками и встают в круг)

5. Физкультминутка «Перышко»

Цель: Содействовать снятию эмоционального и мышечного напряжения.

Воспитатель: в нашем песочном городе пролетали птички-невелички и оставили вам поиграть перышки (раздает перышки каждому воспитаннику). Давайте с вами немножко отдохнем.

Наше перышко возьмем

По ладошке проведем

Тронем щечки,

Тронем нос,

Пощекочем ушки

А теперь мы улыбнемся

Другу и подружке. (дети действуют в зависимости от слов воспитателя)

4. Упражнение «Песочное солнце»

(Звучит фоновая музыка для релаксации)

Цель: Развитие мелкой моторики, фантазирования, коллективного взаимодействия.

Воспитатель: в нашем песочном городе бывает разная погода, которая влияет на настроение песочных жителей. Давайте подумаем, нам с вами при какой погоде нравится гулять и поднимается настроение?

Ответы детей: когда светит солнце.

Воспитатель: совершенно верно. Предлагаю вам и в нашем песочном городе нарисовать свое солнце и украсить его разноцветными камушками, чтобы оно светило нам целый день и поднимало нам настроение.

Дети рисуют с небольшой помощью воспитателя солнце и украшают его разноцветными камушками. После завершения упражнения звенит колокольчик.

Воспитатель: слышите ребята у нас звенит колокольчик, а это значит, что нам пора отправляться обратно в детский сад на наших паровозиках. (Дети встают в паровозик и «уезжают» на стульчики).

5. Ритуал прощания. Рефлексия.

Воспитатель: Вот и мы вернулись обратно с вами в детский сад. Вспомните, что вы сегодня делали? Что вам особенно запомнилось? Что оказалось сложным для вас?

Ответы детей.

- Но это еще не все. Выберите себе настроение после путешествия в песочный город. Перед вами на столе смайлики, возьмите смайлик, соответствующий вашему настроению и поднимите его вверх (дети выбирают пиктограмму своего настроения). Спасибо ребята.

- А от нашего Дедушки Песочника вам на память я дарю эти шарики. До свидания ребята, до новых встреч!