«Часто руки знают, как решить загадку, с которой интеллект боролся напрасно»

  К.Г.[Юнг](http://www.koob.ru/jung/)

Каждый взрослый знает, как любят дети играть с песком. Но не каждому известно, какой удивительной силой он обладает. Работая по методу песочной терапии, я заметила, что можно добиться очень хороших результатов: песок снимает напряжение, тревожность, агрессивность, развивает творческую и познавательную активность. При помощи песочной терапии, можно оптимизировать коммуникативные связи воспитанников, гармонизировать детско-родительские отношения, научить выражать свои чувства, лучше понимать себя. Дети в нашем детском саду с удовольствием посещают занятия по песочной терапии. Пример одного из таких занятий, представлен в статье.

Путешествие в песочную страну

Подгрупповое занятие для воспитанников средней группы (4-5 лет)

**Задачи:** развивать творческое мышление; воображение, тактильную чувствительность; стимулировать познавательную активность; создать спокойную и доброжелательную атмосферу; содействовать снятию эмоционального напряжения; гармонизировать психоэмоциональное состояние воспитанников; учить детей выражать свои эмоции; развивать коммуникативные навыки; воспитывать бережное отношение к природным ресурсам

**Материал и оборудование:** стол для песочной терапии, песок, мелкие фигурки, камушки из стекла, аудиозаписи спокойной музыки, звуков природы, бумажные и влажные салфетки.

**Ход занятия.**

Приветствие

Здравствуйте, ребята! Я очень рада видеть вас. Сегодня я предлагаю вам совершить необычное путешествие в сказочную песочную страну. Но чтобы попасть в нее нужно произнести волшебные слова и совершить специальный, волшебный ритуал. Нам нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Теперь мы с вами закроем глазки, и повторим за мной волшебные слова.

Звучит спокойная музыка

Дети повторяют за педагогом- психологом слова:

Песок – волшебная страна

Можно строить и чудить

Можно много сотворить:

Горы, реки и моря,

Чтобы жизнь вокруг была.

Знакомство с песком

Педагог-психолог. Ребята, мы начинаем путь по сказочной песочной стране. Здесь пока ничего нет, но скоро вы станете настоящими творцами и добрыми волшебниками. Чтобы играть с песком, надо усвоить правила: песок нельзя кушать, песком нельзя бросаться, надо очень аккуратно и бережно обращаться с песком.

А теперь, ребята, я предлагаю вам поздороваться с песком.

Здравствуй, песок. Он тоже с нами здоровается, только очень-очень тихо. Давайте его развеселим. Пощекочем его сначала одной рукой каждым пальчиком, затем другой. А теперь пощекочем двумя руками. Давайте потрем его между ладонями.

Далее педагог-психолог предлагает оставить отпечатки кистей рук на песке. Важно задержать руку на песке, слегка надавив на нее. Педагог-психолог спрашивает детей о ощущениях, о том какой песок на ощупь.

Упражнение «Солнышко»

Педагог-психолог:

Утром солнышко проснулось,

Сладко – сладко потянулось,

И, откинув одеяло,

С нами в сказку зашагало

Педагог-психолог предлагает детям сделать солнышко на песке. Дети совместно делают солнышко из песка. Далее психолог спрашивает:

- Получилось у нас Солнышко? Какое солнышко получилось? (доброе, улыбчивое, песочное)

Упражнение «Дождик»

Педагог-психолог: Ребята, мне кажется на нашу песочную страну надвигается дождик. Давайте покажем, какой дождик бывает в Песочной стране.

Дети набирают в кулачки песок, поднимают руки вверх и высыпают песок (упражнение повторяется несколько раз)

Педагог-психолог. Ребята, наш дождик закончился, а на поляне остались чудесные капельки.

Психолог кладет на песок стеклянные камушки.

Упражнение «Прятки с капельками»

Педагог-психолог. Капельки тоже очень рады солнышку и хотят поиграть с вами. Сейчас вы закроете глазки, а камушки-капельки спрячутся в песок. После того, как я скажу «Глазки открывай, поиск начинай», вы должны будете их найти в песке, раскапывая песок пальчиками.

Дети находят игрушки. Упражнение повторяется несколько раз.

Упражнение «Волшебная страна»

Педагог-психолог. Дети, мы уже познакомились с песком, подружились с ним. Теперь пришло время стать добрыми волшебниками и создать Волшебную страну. Создавать ее мы будем вместе, дружно и весело.

 Педагог-психолог предлагает детям фигурки, камушки. Психолог стимулирует детей на совместную деятельность. Если необходимо, направляет детей, задает вопросы. Затем воспитанники составляют рассказ о своей волшебной стране. О том, какие герои там живут, дружат ли они, добрые они или злые.

Рефлексия «До новых встреч»

Педагог-психолог. Ребята, сегодня мы с вами начали знакомство с Песочной страной. Узнали много нового. У меня сейчас очень хорошее настроение. А какое настроение сейчас у вас. Давайте каждый расскажет о своем настроении.