**НОД с элементами пескотерапии «Острова пугливых черепах»**

11.04.2019г. Педагог-психолог Водяницкая Т.Н.

**Цель:** Эмоционально - личностное развитие детей старшего дошкольного возраста при взаимодействии друг с другом.

**Задачи:**

- воспитывать эмоциональную отзывчивость, желание прийти на помощь;

- развивать тактильную чувствительность;

- развивать умение, находить решение в проблемной ситуации;

- совершенствовать навыки коммуникативного и деятельного общения;

-закреплять навыки практического взаимодействия в коллективе, выполнения совместных задач;

- создать настрой на проявление фантазии и воображения;

- снять эмоциональное и мышечное напряжение, снизить тревогу и страх.

**Ход занятия.**

**1.Приветствие.**

**Психолог:** Здравствуйте, дети! К нам обратился с просьбой о помощи добрый волшебник. Но помочь он просил не ему, а черепахам, которые живут на «Песочных островах». У черепашек нет постоянных мест для отдыха, и поэтому они очень пугливые. Но больше всего на свете, черепахи боятся «Моста страха». Как вы думаете, сможем мы помочь черепашкам избавиться от страхов? (Ответы детей)

**Психолог**: Дорога предстоит дальняя, поэтому предлагаю сначало, провести разминку.

**Психолог**: Готовы, отправиться в путешествие на сказочные «Песочные остров»? (Ответы детей)

**2.Ритуал «входа» на «Песочные острова»**.

**Психолог**: У меня есть волшебная шляпа. Ее мне дал добрый Волшебник. Шляпа помогает добрым, умным и смелым путешественникам попасть в любую сказку. А нам она поможет оказаться на сказочных «Песочных островах». Когда ее надевает добрый человек, то она передает ему часть волшебной силы. Сейчас, по - очереди, подойдите к волшебной шляпе, наденьте ее на голову, закройте глаза и попросите пропустить вас на «Песочные острова». (Дети выполняют задание)

**3.Упражнение «Песочные черепашки».**

**Психолог**: Мы прибыли на «Песочные острова». Подойдите, каждый к своему песочному острову. Положите руки на песок и поздоровайтесь с ним. (Дети выполняют задание) Что вы чувствуете, какой песок? (Ответы детей)

**Психолог:** На островах поселились разные черепашки, они очень любят зарываться в песок. Погрузите и вы ладони в песок.(Дети находят закопанных черепах)

**Психолог**: Черепахам, обязательно нужно уютное место для отдыха, которого у них нет. Как вы думаете, что можно сделать, чтобы помочь черепашкам обрести его? (Ответы детей)

**Психолог:** Возьмите фигурки и создайте на острове, каждый для своей черепашки, тихий уголок для отдыха. А еще будет здорово, если каждый придумает название своему острову. (Дети строят для черепах места для отдыха)

**Психолог:** Как замечательно у вас получилось! Дети, давайте каждый из вас скажет, как же он назвал свой остров. (Ответы детей) Молодцы! Как вы считаете, будут ли черепашки ходить друг к другу в гости? (Ответы детей)

**Психолог:**  Черепашки, наверное, не знают, как это можно делать. Давайте их научим. (Дети берут черепашек и идут в песочницы друг к другу в гости) Молодцы!

**Психолог**: Дети, предлагаю вам, поиграть в игу «Сонные черепашки».

**4.Упражнение «Сонные черепашки».**

**Психолог:** Представьте, что вы тоже превратились в черепашек. Наступила ночь. Черепашки спрятались под панцирь - втянули и опустили головы, прижали лапки к телу, закрыли глаза. 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 головы, вытянули шеи и с любопытством посмотрели вокруг. Пора вставать – они распрямили лапки, привстали, потянулись, подняли лапки вверх. До чего же ласковое и теплое солнышко! С добрым утром черепашки! (Дети выполняют действия под инструкцию психолога)

**5.Этюд «Мост - страха».**

**Психолог:**  Черепашки очень любят гулять к светящемуся острову, но на пути, им встречается преграда - высокий, длинный мост. Черепахи очень боятся ходить по нему. Они даже дали ему название – «Мост – страха». Вспомните, о чем нас просил добрый волшебник? (Ответы детей)

**Психолог**: Дети, давайте попробуем пройти через этот мост, а потом дадим советы нашим друзьям черепашкам. Для того чтобы преодолеть мост, необходимо взяться за руки, закрыть глаза и пройти по нему. (Дети идут в чешках, по мостику из ребристых палочек)

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

**6.Рисование в световой песочнице.**

**Психолог:** Мы пришли на светящийся песчаный остров. Пусть каждый из вас вспомнит свой самый «страшный страх». Подойдите к «волшебной песочнице» и нарисуйте этот страх. (Дети рисуют свои страхи)

**Психолог:** Теперь закройте глаза, и подумайте о чем-нибудь очень приятном. А Волшебник заколдует все наши страшилки. (Дети закрывают глаза. Звучит успокаивающая музыка. Психолог, на месте детских страхов, рисует звездочку)

**Психолог:** Откройте глаза и посмотрите, что появилось на месте ваших страшилок. Это волшебная звездочка, в которую они превратились. Протяните свои ладони над звездочкой и почувствуйте ее тепло. Теперь, когда вам или черепашкам, будет страшно, закройте глаза и вспомните об этой волшебной звездочке. Попробуйте представить ее тепло. И тогда ваши страхи рассеются.

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

**Психолог:** Черепашки благодарят вас за помощь. А нам пора возвращаться в детский сад. (Психолог проводит ритуал с Волшебной шляпой)

**8.Рефлексия.**

**Психолог**: Вот и закончилось наше путешествие.

- Скажите, где мы сегодня побывали?

- Зачем мы туда отправились?

- Чем мы помогли черепахам?

- Что вам больше всего понравилось?

Структура занятия

1.Начало занятия: Приветствие - настрой на занятие - обращение волшебника с просьбой помочь черепахам. (воспитывать эмоциональную отзывчивость, желание прийти на помощь)

2.Разминка: Настрой на путешествие «Здравствуй небо»

3. Ритуал входа на «Песочные острова» с помощью волшебной шляпы.

4. Тактильные игры в песочнице: Прикосновение к песку - «приветствие песка», пересыпание, перемещение песка в пространстве песочницы. Какой песок? (развивать тактильную чувствительность)

5.Разрешение проблемной ситуации: Как можем помочь? (развивать умение, находить решение в проблемной ситуации)

6. Игровая часть: Тематическая игра с песком и миниатюрными фигурками. Постройка мест для отдыха для черепах (совершенствовать навыки коммуникативного и деятельного общения; закреплять навыки практического взаимодействия в коллективе, выполнения совместных задач; создать настрой на проявление фантазии и воображения)

7. Упражнение «Сонные черепашки»

7. Прохождение детей по «мостику страха». Этюд на выражение страха.

8.Творческое задание – рисование в световой песочнице. Выражение эмоционального состояния. Избавления детей от страхов (разрядка эмоционального и мышечного напряжения, состояния страха)

9.Прощание - ритуал со шляпой.

10. Рефлексия