

Упражнение «Здравствуй, песок!»

Цель: снижение психофизического напряжения.

Ведущий просит по-разному «поздороваться с песком», различными способами дотронуться до песка.

Ребенок:

- дотрагивается до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно;
- легко или с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу;
- дотрагивается до песка всей ладонью — внутренней, затем тыльной стороной;
- перетирает песок между пальцами, ладонями.

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

Упражнение «Песочный дождик»

Цель: регуляция мышечного напряжения, расслабление.

В стране песка может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Ты сам можешь устроить такой дождь и ветер. Смотри, как это происходит.

Ребенок медленно, а затем 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.

Инновационные технологии

«Sand-art» и «Sand-play»

в работе педагога-психолога ДОУ



Sand-play («игры с песком») и **sand-art** («рисование песком») одни из главных художественных открытий за последние пять лет.

Пескография - метод, который развивает у ребенка способность к самовыражению и творческому восприятию мира.

Задачи:

1. Учить создавать статичные песочные картины с учетом ритма и симметрии.
2. Развивать композиционные умения при изображении групп предметов или сюжета.
3. Развивать мелкую моторику пальцев и кистей рук.
4. Стимулировать самостоятельность и творчество детей в изобразительной деятельности с помощью техники рисования песком.
5. Гармонизировать психоэмоциональное состояние дошкольников.
6. Развивать зрительно-моторную координацию.
7. Развивать умение свободно владеть кистями обеих рук.



Психологические проблемы, при которых полезно применять песочное рисование в сочетании с другими методами:

- ♦ Проблемы поведения детей.
- ♦ Эмоциональные проблемы.
- ♦ Семейные проблемы.
- ♦ Коммуникативные проблемы.

Количество занятий всегда индивидуально. Надо помнить, что ребенку нужно «войти» в процесс, установить доверительные отношения с психологом и терапевтическим пространством и только после этого процесс терапии будет успешным. Возможно, 3-5 занятий будет достаточно, а, возможно, потребуется большее количество времени.



Способы рисования:

1. Кулаком.
2. Ладонью.
3. Ребром большого пальца.
4. Щепотью.
5. Мизинцами.
6. Одновременное использование нескольких пальцев.
7. Симметрично двумя руками.
8. Отсечение лишнего.
9. Насыпание из кулачка.
10. Ситом, формочками для пластилина, наборы для песочницы с целью создания всевозможных отпечатков.
11. Использование шаблонов и трафаретов, с помощью предметов – манипуляторов.

