Паспорт программы «Песочная фантазия»

(метод песочного рисования Sand-art)

№	Параметры информации	Содержание информации
1	Автор программы	Педагог-психолог Печалина Е.С.
2	Исполнители программы	Педагог-психолог, дети
3	Проблема, на решение которой направлена экспериментальная деятельность на уровне дошкольного образования	Сохранение и укрепление психологического здоровья дошкольников на основе создания психологических условий
4	Объект исследования	Метод песочного рисования «Sand-art»
5	Предмет исследования	Психологическое здоровье ребенка, охрана и укрепление которого происходит на занятиях по песочному рисованию «Sand-art»
6	Цель деятельности педагога-психолога	Стабилизация и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка старшего дошкольного возраста
7	Задачи деятельности педагога-психолога	1. развивать познавательные процессы (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение); 2. развивать творческий потенциал, формировать коммуникативные навыки; 3. развивать мелкую моторику рук, координацию движений, пластику; 4. развивать межполушарное взаимодействие; 5. способствовать снижению эмоционального напряжения дошкольников; 6. формировать навыки саморегуляции; 7. научить детей правильно владеть основными методами рисования на песке; 8. познакомить дошкольников с видами рисунков на песке, развивать чувство формы, пространства
8	Концепция программы	Создание комфортной среды общения для детей

		старшего дошкольного возраста, с целью стабилизации и гармонизации психоэмоционального состояния и развития творческого потенциала и самореализации
9	Предполагаемый результат	1.повышение стрессоустойчивости и эмоциональной стабильности; 2. улучшение психосоматического состояния ребенка; 3. овладение основными способами песочного рисования: • кулаком; • ребром ладони; • щепотью; • одновременно несколькими пальцами; • симметрично двумя руками; • насыпая из кулака струйки разной ширины; • рисование при помощи декоративных материалов; 4. овладение основными техниками рисования песком: • техника закидывания; • техника засыпания; • техника насыпания; • техника вытирания; • техника процарапывания; • техника отпечатка.

Содержание

I . Целевой раздел программы Пояснительная записка	2
1.1Принципы и подходы к формированию Программы	3
1.2 Нормативно-правовое обеспечение	4
1.3Цели и задачи реализации Программы	4
1.4 Прогнозируемые результаты освоения Программы	5
1.5 Система оценки результатов освоения Программы	5
II. Содержательный раздел 2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития детей	6
2.2. Описание структуры Программы, ее форм, методов, способов и средств реализации	6
III. Организационный раздел 3.1. Календарно-тематическое планирование	8
3.2. Особенности организации предметно-пространственной среды	8
3.3. Материально-техническое обеспечение программы	8
Список литературы	10
Приложение 1 *План занятий*	11
Приложение 2 *Конспект занятия*	19
Приложение 3 *Список музыкальных произведений*	21
Приложение 4 *Техники рисования песком*	22
Приложение 5 *Развивающие кинезиологические упражнения*	23
Приложение 6 *Упражнения для развития мелкой моторики при помощи песка*	25
Приложение 7 *Упражнения для релаксации*	26
Приложение 8 *Описание диагностических методик*	28

I. Целевой раздел программы

Пояснительная записка

Центром дошкольного образования является ребёнок, а образование рассматривается как развивающая и развивающаяся система. Развитие ребёнка - точка приложения всех ресурсов дошкольного образования.

Художественное творчество занимает одно из ведущих направлений содержания образовательного процесса дошкольников. Ребёнок может передать свои впечатления об окружающей действительности с помощью не только карандаша, красок, фломастеров, пастели, мелков, но и других изобразительных материалов. В песок, как среду для игры и появления творчества, ребенок погружается с первых лет жизни. Трудно переоценить развивающий потенциал использования песка : это и замечательный сенсорный материал, стимулирующий развитие мелкой моторики руки, и непревзойденная по своим возможностям предметно-игровая среда, и изумительный материал для изобразительной творческой деятельности, великолепное средство для развития познавательных процессов (внимания, образного мышления, творческого воображения) и поддержки позитивного настроения и преодоления негативных эмоциональных состояний.

Рисование песочных картин в настоящее время стало одним из направлений изобразительной деятельности, как детей, так и взрослых, что и обуславливает появление новой изобразительной техники - «Sand-Art».

Создание ребёнком картины песком – увлекательный процесс, он затрагивает все сферы чувств, пробуждает его творчество, создаёт благоприятную эмоциональную атмосферу. Поэтому в центре внимания педагога, реализующего программу – стремление ребенка к выражению своих мыслей и чувств на песочном планшете, проявление его творчества в создании рисунка на песке и анимации песочных сказок, желание познакомиться с необычной техникой рисования и искусством песочной анимации. Программа сочетает в себе психолого-педагогическое и арт-терапевтическое направления. Её специфика проявляется в том, что процесс рисования песком в специально созданных ситуациях может диагностировать те нерешённые проблемы, которые ребёнок не может вербализовать, и предоставлять необходимую информацию для коррекционной - развивающей деятельности педагога-психолога. Особенность программы также заключается в том, что в процессе художественной деятельности детей создаются условия для интеграции рисования песком и сочинения, рассказывания сказки, превращения их в единую систему песочной анимации.

1.1 Принципы и подходы к формированию Программы

В основе психологического сопровождения образовательного процесса заложены следующие подходы и принципы:

• Культурно-исторический подход (Л. С. Выготский, А. Р. Лурия). Его основными понятиями – зона ближайшего развития, социальная ситуация развития и т.д. являются основой ФГОС.

• Деятельностный подход (Л.А. Венгер, В.В. сходит, прежде всего, под влиянием той деятельности, которая на данном этапе онтогенеза является ведущей, обусловливающей главные изменения в психических процессах и психологических особенностях личности ребенка

• Личностный подход (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, В.А. Петровский, Д.Б. Эльконин и др.) предполагает индивидуальный подход педагога к каждому воспитаннику, помогающий ему в осознании себя личностью, в выявлении возможностей, стимулирующих самостановление, самоутверждение, самореализацию.

• Принцип развивающего образования - ведущей роли обучения в психическом развитии ребенка на всех возрастных этапах (Блонский П. П., 1935; Выготский Л. С, 1983; Давыдов В. В., 1977; Занков Л. В., 1949; Смирнов А. А., 1966; Рубинштейн С. Л., 1946; Эльконин Д. Б., 1974, и др.). «Процессы развития, - писал Л. С. Выготский, - не совпадают с процессом обучения… процессы развития идут вслед за процессами обучения, создающего зоны ближайшего развития»

• Принцип интеграции основывается на положении об общности психических процессов, развитие которых необходимо для успешного осуществления любой деятельности, и на идеях о специфике развития ребенка-дошкольника (А.В. Запорожец, В.Т. Кудрявцев, Н.Н. Поддьяков, Д.Б. Эльконин).

• Принцип полноценного проживания ребенком всех этапов дошкольного детства. Важно, чтобы возрастные достоинства каждого этапа детства проявились достаточно полно и тем самым успели внести свой вклад в становление личности.

• Принцип единства возрастных и индивидуальных особенностей. В практической работе с ребенком любого возраста возрастной подход неотделим от подхода индивидуального.

• Принцип системности - существование алгоритма работы и использование возможностей всех основных направлений деятельности психолога.

- Принцип целостности - при любом психологическом воздействии на личность необходимо работать со всей личностью в целом, во всём разнообразии её познавательных, мотивационных, эмоциональных и др. проявлений.

1.2 Программа «Песочная фантазия» разработана на основании следующего нормативно-правового обеспечения:

• Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»

• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08. 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»

• Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»

• Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации № 636 от 22.10.1999 г.

• Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.12.2001 N 29/1886-6 «Об использовании рабочего времени педагога-психолога образовательного учреждения».

1. 3 Цели и задачи реализации Программы

Цель программы - стабилизация и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. развивать познавательные процессы (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение);

2. развивать творческий потенциал, формировать коммуникативные навыки ;

3. развивать мелкую моторику рук, координацию движений, пластику;

4. развивать межполушарное взаимодейтсивие;

5. способствовать снижению эмоционального напряжения дошкольников;

6. формировать навыки саморегуляции;

7. научить детей правильно владеть основными методами рисования на песке;

8. познакомить дошкольников с видами рисунков на песке, развивать чувство формы, пространства;

9. развивать у детей чувства композиции, чувства фактурности.

1.4 Прогнозируемые результаты освоения Программы

1. Повышение стрессоустойчивости и эмоциональной стабильности;

2. Улучшение психосоматического состояния ребенка;

3. Овладение основными способами песочного рисования:

- кулаком;
- ребром ладони;
- щепотью;
- одновременно несколькими пальцами;
- симметрично двумя руками;
- насыпая из кулака струйки разной ширины;
- рисование при помощи декоративных материалов;

4. Овладение основными техниками рисования песком:

- техника закидывания;
- техника засыпания;
- техника насыпания;
- техника вытирания;
- техника процарапывания;
- техника отпечатка.

1.5 Система оценки результатов освоения Программы

Для выявления результативности данная программа обеспечена системой отслеживания знаний и умений воспитанников.

Мониторингом являются следующие способы выявления результативности детей:

- тестирование детей как в начале так и в конце курса занятий;
- организации фотоотчета как процесса рисования, так и итоговых работ воспитанников;
- создание видеофильма по работам воспитанников;
- совместное детско-родительское итоговое занятие.

II Содержательный раздел

2.1 **Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития детей**

Социально-коммуникативное развитие - развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу процесса и результатов рисования на песке, развитие речи детей в ходе сопровождения рассказом своей деятельности, описания своей творческой работы; формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности при работе с песком;

Познавательное развитие - формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части искусства песочной анимации, творчества; знакомство со строением предметов, объектов;

Художественно-эстетическое развитие – прослушивание звуков окружающего мира; рисование с прослушиванием произведений известных композиторов в соответствии с тематикой занятия;

2.2 Содержание образовательной и продуктивной деятельности по программе «Песочная фантазия».

Образовательная деятельность по обучению рисования песком предусматривает три цикла:

-1 –й начальный – знакомство с песком;

-2-й сюжетное рисование, развитие воображения;

-3-й самостоятельное составление динамических композиций на песке.

Каждое занятие с детьми в студии состоит из подготовительной, вводной, основной и заключительной частей.

Подготовительная часть занятия включает в себя эмоциональное взаимодействие педагога-психолога с детьми (приветствие), проведение упражнений для развития мелкой моторики, наблюдательности, подготовки руки к рисованию.

Вводная часть предусматривает использование муз. произведений для создания эмоционально-творческой атмосферы обучения, развития, проведение беседы с детьми о том, кто и что будет рисовать, проведение развивающих игр на создание образов (творческое развитие), развитие, закрепление и совершенствование техники постановки рук для рисования песком .

Основная часть – непосредственная работа с песком по тематике занятий, где дети создают на песке неповторимые шедевры своими руками. В процессе продуктивной творческой деятельности дети моделируют на песке точки, завитки, геометрические фигуры; создают рисунки на основе геометрических фигур: круга, овала, квадрата, прямоугольника, треугольника; сюжетное рисование по предлагаемым темам и замыслу; "раскрашивание" рисунков.

Заключительная часть предполагает анализ детьми своих творческих работ и рисунков сверстников. Определение своего эмоционального состояния в процессе выполнения работ.

Поскольку рисование осуществляется непосредственно пальцами по песку, данная техника предусматривает:

1 развитие плавности, изящества и точности движений;

2 развитие умения работать кистью и пальцами обеих рук;

3 развитие координации руки и глаза;

4 овладение техническими умениями: регуляция амплитуда, скорость, ритмичность; умение изменять размах и направление движения руки при рисовании; гармоничное сочетание линий, цвета и тени.

III Организационный раздел

3.1 Календарно-тематическое планирование

Тема занятия	Количество раз в неделю	Время проведения
1 Волшебный песок	1	30 мин
2.Зимний лес	1	30 мин
3.Вырастим сад	1	30 мин
4. Синхронные узоры	1	30 мин
5.В деревне	1	30 мин
6.Мой город	1	30 мин
7.Новый год	1	30 мин
8. Мир эмоции	1	30 мин
9. Космическое путешествие	1	30 мин
10. Морские глубины	1	30 мин
11.Обитатели подводного мира	1	30 мин
12.Букет для мамы	1	30 мин
13. Овощи и фрукты	1	30 мин
14. Немного о животных	1	30 мин
15. Сказочный пейзаж	1	30 мин
16. Итоговое занятие « Мир песочной фантазии»	1	30 мин

3.2 Особенности организации предметно-пространственной среды.

Созданная предметно-пространственная среды кабинета, в котором проходят занятия по программе «Песочная фантазия» позволяет обеспечить психологический комфорт для каждого ребенка, оказать своевременную организационную и психологическую помощь. Кабинет расположен на втором этаже, в стороне от помещений хозяйственного и бытового обслуживания, административного блока, не является проходным или смежным с другими кабинетами. Общий цветовой фон выдержан в спокойной голубой цветовой гамме. Большие окна обеспечивают достаточно естественного освещения, пол имеет мягкое ковровое покрытие. Пространство кабинет поделено на основные функциональные зоны в соответствии с этапами занятия. Пять световых столов расположены во время занятия на достаточном расстоянии друг от друга. Большой стол эргономичной формы позволяет воспитанникам комфортно выполнять письменные задания, а педагогу-психологу обеспечивает возможность доступа и помощи всем детям. Крышки песочных столов надежно зафиксированы. Каждое занятие сопровождается просмотром видео-презентации, примеров рисунков. Во время выполнения заданий детьми в кабинете звучи спокойная классическая музыка, соответствующая теме задания.

3.3 Материально-техническое обеспечение Программы

Для успешной реализации программы необходимы:

- ✓ отдельное помещение, легко разделяющееся на зоны для комфортного взаимодействия детей;
- ✓ специальное оборудование- световой стол и специальные песок мелкой фракции;
- ✓ дополнительное нетрадиционное оборудование для рисования песком- кисти для рисования разного размера, массажные мячи с шипами различной текстуры, декоративные полупрозрачные камни различной формы; деревянные трафареты;
- ✓ аудио и видео аппаратура для просмотра видеоряда и создания особой атмосферы занятия;
- ✓ разнообразные наглядные пособия – муляжи фруктов и овощей, образцы народной росписи, репродукции картин;
- ✓ видео-презентации в соответствии с темой занятия;
- ✓ различные демонстрационные видео-фильмы.

Условиями реализации данной программы так же являются: психологическая готовность педагога, обеспечивающая детям возможность открытия и восхищения миром вокруг него; наличие разнообразные инструментов и материалов для художественно-практической работы на песке.

Список литературы

1. Никитина О.Н. Песочное рисование в психолого-педагогической практике. СПб.-2013г.
2. Соснина М.В. Метод sand-art.Ресурсы рисования песком СПб.-2012г.
3. Зинкевич Т.Д.- Евстигнеева. Практикум по сказотераппии. СПб.-2001г.
4. Яковлева Н. Психологическая помощь дошкольнику. СПб.-2002г.
5. Лютова Е.К. Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых. М.-2000г.
6. Крюкова С.В. Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. М.-2000г.
7. Семинар Никитиной О.Н.,Соснина М.В. Метод sand-art: Психотерапевтические ресурсы песочного рисования. Институт практической психологии « Иматон».-2013г.
8. Тупичкина Е.А. «Мир песочных фантазий» Программа обучения детей рисованию песочных картин с элементами арт- терапии Армавир РИО АГПА 2014г.
9. Зейц М. «Пишем и рисуем на песке» Настольная песочница М ИНТ, 2010.
10. Зинкевич –Евстегнеева Т.Д Грабенко Т.М. Чудеса на песке МПб : Издательство «Речь» 2003
11. Тупичкина Е.А. Рисование песком, как средство развития эмоционального интеллекта и профилактики эмоционального неблагополучия дошкольников

Приложение 1

План занятия №1 «Волшебный песок»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Демонстрация техники засыпания
- Ознакомление с основными приёмами рисования песком (точки,линии, круги).
- Создание условий для рисования контуров различных изображений.

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , картинки с простым контурным изображением предметов.
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. Упр. «Клубочек» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Доброе животное»
3. Упр. «Гроза» – мелкая моторика, пальчиковая гимнастика
4. Упр. «Ухо-нос» , «Горизонтальная восьмерка»- кинезиологические упр.

Просмотр демонстрационного видео
Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

5. Упра. «Нити»
6. Упр «волна»
7. Упр. «расчески»
8. Упр. «Круг»

Свободное контурное рисование предметов (под музыку)

9. Релаксация «Рисунки руками» (под музыку)

План занятия № 2 «Зимний лес»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Овладение способами рисования одним пальцем.
- Обучение рисованию тыльной стороной руки.
- Закрепление навыка рисования завитков
- Развитие чувства композиции, чувства фактурности

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , картинки с изображением зимнего леса.
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. Упр. «Клубочек» - представление детей по имени, приветствие
2. Малоподвижная Игра «Запретный номер»
3. Упр. «Гроза» – мелкая моторика
4. Упр. «Ухо-нос» , «Горизонтальная восьмерка»- кинезиологические упр.

Просмотр демонстрационного видео
Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

5. Упр «волна»
6. Упр. «расчески»
7. Упр. «Круг»

Обсуждение как выглядят деревья зимой

8. Рисуем силуэт дерева

Свободное рисование зимнего леса (под музыку)

План занятия №3 «Вырастим сад»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Закрепление техники насыпания песка
- Закрепление навыка рисования силуэтов, рисование листьев
- Закрепление навыка рисования завитков
- Создание песочных образов

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , картинки с изображением различных кустов, деревьев

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. Упр. «Буквы алфавита» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Зеркало» - психогимнастика
3. Упр. «Цветочки» – мелкая моторика

Просмотр демонстрационного видео

4. Упр. «Колечко» , «Водный велосипед»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

5. Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка
6. Упр «Спирали»
7. Упр. «Пианист»

Обсуждение какие бывают растения

8. Рисуем силуэт дерева, крону с листьями, плоды, рисование кустов и цветов

Свободное рисование леса (под музыку)

9. Релаксация «Воздушный шар» (под музыку)

План занятия №4 «Синхронные узоры»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Обучение способам рисования несколькими пальцами симметрично (клетка, узор, снежинка) по вертикали и по горизонтали
- Закрепление техники насыпания песка
- Закрепление навыка рисования завитков
- Создание песочных образов

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , картинки с изображением различных узоров
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. Упр. «Цвета» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Цветочки» – мелкая моторика

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Колечко» , Упр. «Симметричные рисунки»- кинезиологические упр.
4. Упр. «Рисунок на спине»- психогимнастика

Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

5. Упр «Спирали» «Пианист» - двумя руками одновременно
6. Рисуем узоры на окне зимой, клетку в зоопарке, забор, ель (под музыку)
7. Релаксация «Тяжелый чемодан» - психогимнастика (под музыку)
8.

План занятия №5 «В деревне»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Обучение способам рисования – вырезание, расчищение.
- Закрепление способов рисования несколькими пальцами симметрично (клетка, узор, забор, дом) по вертикали и по горизонтали
- Закрепление умения выполнять движения синхронно
- Создание песочных образов

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , картинки с изображением деревенских видов.
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Кто сегодня самый добрый» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Цветочки» – мелкая моторика

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Водный велосипед» , «Симметричные рисунки»- кинезиологические упр.
4. Упр. «Запретный номер»- психогимнастика

Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

5. Упр «Зеркальное рисование» - двумя руками одновременно
6. Рисуем забор, деревянный домик из бревен

Свободное рисование (под музыку)

7. Релаксация (под музыку)

План занятия №6 «Мой город»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Обучение способам рисования кулачком(высотные дома), способамрисования с помощью кисти (телевизионные антенны, снег),
- Закрепление способов рисования – вырезания, расчищения.
- Создание песочных образов (рисунок «Мой любимый город»)

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , картинки с изображением высотных домов, многоэтажных зданий .
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Я хочу подружиться» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Я хочу построить дом» – мелкая моторика, физ. минутка

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Водный велосипед» , «Ухо-нос»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

4. Упр «Зеркальное рисование» - двумя руками одновременно

5. Рисование согласно заданному сюжету

Свободное рисование (под музыку)

6. Релаксация «Рисунки руками»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №7 «Новый год»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Закрепление способов рисование кулачком(сугробы, снеговик),несколькими пальцами одновременно (снег идет, снежинки)
- Закрепление способов рисования на песке дополнительными инструментами (тонкой палочкой елочные украшения, коробки, подарки).
- Закрепление способов рисования симметрично двумя руками
- Создание песочных образов (рисунок «Новогодняя открытка»)

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , сюжетные картинки

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Новогодний танец» - приветствие,физ минутка
2. «Снеговик» – психогимнастика

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Зеркальное рисование» , «Ухо-нос»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

4. Упр «Рисуем цифры» - двумя руками одновременно

5. Рисование согласно заданному сюжету «Новогодняя открытка»

Свободное рисование (под музыку)

6. Релаксация «Рисунки руками»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №8 «Мир эмоций»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Обучение технике отпечатка, использование техники для создания образов
- Закрепление способов рисования симметрично двумя руками
- Освоения приема прищипывания песка, насыпания песка.

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , сюжетные картинки эмоции

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Эмоциональная зарядка» - приветствие,физ минутка
2. Упр. «Запретная цифра» – игра на внимаие

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Зеркальное рисование» , «Ухо-нос»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

4. Рисование согласно заданному сюжету «Мое лицо»

Свободное рисование (под музыку)

5. Релаксация «Эмоциональная зарядка»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №9 «Космическое путешествие»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Закрепление навыка рисования завитков
- Развитие чувства композиции, чувства фактурности
- Закрепление способа насыпания песка из кулачка
- Продолжение знакомство с приемами рисования с использованием дополнительных инструментов (рисуем фон с помощью массажного мяча, кисточки)

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , презентация «Космос»
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. Упр. «Клубочек» - представление детей по имени, приветствие
2. Игра «Запретное движение»
3. Упр. «Космическое путешествие» – пальчиковая гимнастика
4. Упр. «Ухо-нос» , «Колечко»- кинезиологические упр.

Просмотр демонстрационного видео

Перечисления правил игры с песком

5. Рисование согласно заданному сюжету «Звезды и планеты»

Свободное рисование (под музыку)

6. Релаксация «Гимнастика зверят»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №10 «Морские глубины»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Продолжение знакомства с приемами рисования симметрично двумя руками
- Рисование с использованием дополнительных инструментов.
- Знакомство с техникой рисунка ребром ладони.
- Создание песочных образов (рисунок «На дне морском»)

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , презентация «Морское дно»
Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Я хочу подружиться» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Рыбка» –пальчиковая гимнастика

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Водный велосипед» , «Кулак-ребро-ладонь»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

4. Рисование согласно заданному сюжету «Морские глубины»

Свободное рисование (под музыку)

5. Релаксация «Пианист»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №11 «Обитатели подводного мира»

Время проведения – 30 мин.

Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art

Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Рисование с использованием дополнительных инструментов.
- Развитие умения передавать форму, размер предметов, морских обитателей
- Закрепление умения выполнять движения синхронно
- Закрепление различных способов рисования

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , презентация «Обитатели подводного мира»

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Я сегодня молодец» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Море волнуется » –малоподвижная игра

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Водный велосипед» , «Ухо-нос»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

4. Рисование согласно заданному сюжету «Обитатели подводного мира»

Свободное рисование (под музыку)

5. «Я сегодня молодец»- завершение занятия

План занятия №12 «Букет для мамы»

Время проведения – 30 мин.

Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art

Задачи:

- Закрепление навыка рисования завитков
- Развитие чувства композиции, чувства фактурности
- Обучение способам изменения образа путем добавления деталей (бутоны цветов, дорисовываем лепестки; превращаем ромашки в астры, астры в розы),
- Закрепление различных способов использования дополнительных инструментов (оформление орнамента вазы)

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка , презентация «Цветы»

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Клубочек» - представление детей по имени, приветствие
2. Упр. «Передай движение»-малоподвижная игра
3. Упр. «Букет» – пальчиковая гимнастика
4. Упр. «Колечко» , «Кулак-ребро-ладонь»- кинезиологические упр.

Просмотр демонстрационного видео

Перечисления правил игры с песком

5. Рисование согласно заданному сюжету «Букет для мамы»

Свободное рисование (под музыку)

6. Релаксация «Волшебный цветок»- психогимнатика (под музыку)

План занятия №13 «Овощи и фрукты»

Время проведения – 30 мин.

Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art

Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Продолжение знакомства с приемами рисования симметрично двумя руками
- Рисование с использованием дополнительных инструментов.
- Закрепление умения выполнять движения синхронно
- Развитие умения передавать форму, размер

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка ,картинки с изображением овощей и фруктов.

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

6. «Поменяйтесь местами те кто…..» -, приветствие
7. «Мы делили апельсин» –пальчиковая гимнастика

Просмотр демонстрационного видео

8. Упр. «Ухонос» , «Кулак-ребро-ладонь»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

9. Рисование согласно заданному сюжету «Овощи и фрукты»

Свободное рисование (под музыку)

10. Релаксация «Рисунки руками»-психогимнастика (под музыку)
11.

План занятия №14 «Немного о животных»

Время проведения – 30 мин.

Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art

Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Закрепление способов рисования – вырезания, расчищения.
- Закрепление знакомых техник рисования,
- Развитие умения передавать форму, размер, детали.
- Создание песочных образов животных на заданном примере

Оборудование: видео Sand-Art (рисование животных), спокойная плавная музыка,

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Запретное движение» - малоподвижная игра.
2. «Гимнастика для пальцев» – мелкая моторика
3. Просмотр демонстрационного видео
4. «Водный велосипед» , «Ухо-нос»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

Упражнения на развитие крупной и мелкой моторики с использованием песка

5. Упр «Рисуем восьмерку» - двумя руками одновременно
6. Рисование согласно заданному сюжету

Свободное рисование (под музыку)

7. Релаксация «Я сегодня молодец»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №15 «Пейзаж»

Время проведения – 30 мин.

Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art

Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Закрепление способов рисование кулачком, несколькими пальцами одновременно.
- Закрепление способов рисования симметрично двумя руками
- Создание песочных образов
- Знакомство детей с понятием «пейзаж»

Оборудование: видео Sand-Art, спокойная плавная музыка, презентация «Что такое пейзаж»

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Рисунок руками» - приветствие,физ минутка
2. Беседа, просмотр презентации «Что такое пейзаж»

Просмотр демонстрационного видео

3. Упр. «Зеркальное рисование» , «Ухо-нос»- кинезиологические упр.

Перечисления правил игры с песком

4. Рисование согласно заданному сюжету «На природе»

Свободное рисование (под музыку)

5. Релаксация «Весенний ветерок»-психогимнастика (под музыку)

План занятия №16 «Мир песочной фантазии»

Время проведения – 30 мин.
Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art
Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Обучение технике отпечатка, использование техники для создания образов
- Закрепление способов рисования симметрично двумя руками

Оборудование: видео Sand-Art «Сказки на песке», спокойная плавная музыка, презентация «Что мы рисовали»

Перечень упражнений:

Перечисление правил поведения в кабинете

1. «Эмоциональная зарядка» - приветствие,физ минутка
2. Просмотр презентации «»Что мы рисовали»

Просмотр демонстрационного видео «Сказки на песке»

3. Проведение детьми упражнений по своему выбору.

Свободное рисование (под музыку)

4. Завершение занятия, проведение детьми игры по своему выбору.

Приложение 2

Конспект

Тема: «Обитатели подводного мира»

Цель: Знакомство детей с нетрадиционной изобразительной техникой Sand-Art

Задачи:

- Создание условия для знакомства детей со способами рисования песком
- Демонстрация техники засыпания
- Ознакомление с основными приёмами рисования песком (точки,линии, круги).
- Овладение способами рисования одним пальцем.
- Обучение рисованию тыльной стороной руки.

Материалы и оборудование: видео с релаксационной музыкой «Подводный мир», стол для рисования песком, песок, презентация «Обитатели подводного мира», фрагмент видео-урока «Рисование песком».

Ход занятия:

Психолог: Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отправляемся в новое сказочное путешествие. Но для этого надо немного размяться.

Упражнение кинезиологическое «Водный велосипед»

Упражнение выполняется в парах: дети встают друг напротив друга, касаются ладонями Ладоней партнера и совершают движения, аналогичные езде на велосипеде.

Упражнение «Большое и доброе животное»

Теперь давайте вместе возьмемся за руки и сделаем глубокий вдох, а потом выдох. Представьте что мы все вместе большое и доброе животное, мы превратились в кита. И вот мы плывем и опускаемся все глубже на дно моря. (дети открывают глаза)

Психолог: Ребята, мы с вами оказались глубоко под водой. Как вы думаете, кто там живет? (ответы детей)

П: Правильно! И сегодня мы попробуем создать свое собственное подводное царство.

Просмотр презентации «Обитатели подводного мира»

Психолог: Посмотрите, какие разные рыбки обитают на глубине. Все они весело плавают по волнам. Давайте каждый из вас попробует создать на своем песочном столе морские волны.

Упражнение « Волна»

Песок собирается в нижнем углу стола, кисть ставиться на ребро и одним движением, на взмахе «пускается волна». В зависимости от амплитуды движения, изменяется площадь покрытия песком. Ребёнку предлагается проделать его сначала правой рукой, затем левой.

Психолог: Какие молодцы ! Давайте сделаем наши волны еще интереснее и представим что над океаном пошел сильный дождь

Упражнение: «Нити»

Ребёнок набирает песок в кулачки, поднимает руки над столом и, раскачивая вправо влево, слегка расслабляя кулачок, постепенно засыпает стол песком. Психолог демонстрирует выполнение упражнения.

Свободное рисование согласно теме занятия «Обитатели подводного мира» (под музыку)

Психолог предлагает ребёнку под музыкальное сопровождение самостоятельно изобразить на песке «Подводный мир». Ребёнок самостоятельно рисует различных обитателей подводного мира.

Психолог: А теперь нам пора возвращаться обратно. Для этого каждый из вас превратиться в воздушный шарик.

Упражнение «Воздушный шар»

Встаньте, закройте глаза, руки поднимите вверх, наберите воздух. Представь, что ты — большой воздушный шар, наполненный воздухом. (Постой в такой позе 1 —2 минуты, напрягая все мышцы тела.) Затем представьте себе, что в шаре появилось небольшое отверстие. Медленно начинайте выпускать воздух, одновременно расслабляя мышцы тела: кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног и т.д. Запомните ощущения в состоянии расслабления. Выполняйте упражнение до достижения оптимального эмоционального состояния.

Подведение итогов занятия: Какие чувства испытывал при рисовании? Какие чувства испытываешь сейчас, когда нарисовал? Какая часть занятия понравилась больше всего?

Приложение 3

Список музыкальных произведений

Для релаксации:

1. Альбинони Т. «Адажио».
2. Бах И. «Ария из сюиты № 3».
3. Бетховен Л. «Лунная соната».
4. Глюк К. «Мелодия».
5. Григ Э. «Песня Сольвейг».
6. Дебюсси К. «Лунный свет».
7. Римский-Корсаков Н. «Море».
8. Свиридов Г. «Романс».
9. Сен-Санс К. «Лебедь».
10. Чайковский П. «Осенняя песнь».
11. Чайковский П. «Сентиментальный вальс».
12. Шопен Ф. «Ноктюрн соль минор»
13. Шуберт Ф. «Серенада».

Для выполнения упражнений

1. Боккерини Л. «Менуэт».
2. Григ Э. «Утро».
3. Дворжак А. «Славянский танец».
4. Лютневая музыка XVII века.
5. Лист Ф. «Утешения».
6. Мендельсон Ф. «Песня без слов».
7. Моцарт В. «Сонаты».
8. Мусоргский М. «Балет невылупившихся птенцов».
9. Мусоргский М. «Рассвет на Москва-реке».
10. Сен-Санс К. «Аквариум».
11. Чайковский П. «Вальс цветов».

Приложение 4

Техники рисования песком

Техника закидывания. Используется для создания темного фона на большей части рабочей поверхности. Делается несколькими быстрыми движениями. Ребром ладони как бы сбрасываем верхушку с песка, лежащего вдоль края стекла, к центру или противоположному краю стекла. От амплитуды движения будет зависеть, насколько далеко песок распространяется по поверхности. При закидывании получаются причудливые песочные разводы. С помощью данной техники удобно изображать небо, землю, море.

Техника засыпания. Используется для создания затемненных поверхностей. Данная техника позволяет создавать градации и тонкие переходы на темных участках рисунка. Набираем песок в кулак и держим его над поверхностью, повернув пальцы вниз, но сжимаем их не очень сильно – таким образом, чтобы песок мог сыпаться сквозь щелочки. Совершая небольшие движения из стороны в сторону параллельно поверхности, аккуратно рисуем темную поверхность в нужном месте .От продолжительности процедуры засыпания песка будет зависеть степень темноты данного участка рисунка. При использовании данной техники получаются поверхности с разными контурами.

Техника насыпания. Взяв песок в кулак, сжимаем его и держим вертикально, чтобы пальцы были обращены к рисующему. Рукой, находящийся в нескольких сантиметрах от поверхности, начинаем водить по нужному контуру. Песок должен высыпаться тонкой струйкой из отверстия между ладонью и согнутым мизинцем. Силой сжатия пальцев контролируем ширину линии. Чем быстрее вести линию, тем тоньше и изящней она получится.

Техника вытирания. Данный вид техники применяется для создания светлых участков на рисунке. Вытирая лишний песок с поверхности, рисуем нужный силуэт из оставшегося песка. Положив ладонь на поверхность, и немного нажимая на нее, двигаем кистью по стеклу в нужном направлении.

Техника процарапывания. Итог процарапывания – создание светлого контура, схожего со следом карандаша или фломастера. Для рисования используем подушечку пальца или ноготь .

Техника отпечатка. Помогает добиваться имитации различных фигур и материалов. В зависимости от нужной фактуры и общего замысла можно использовать отпечатки все ладони, пальцев, ребра ладони. Также можно использовать различные предметы:расческу, кисти, картонку.

Приложение 5

Развивающие кинезиологические упражнения

"Колечко"

Ребенок поочередно и как можно быстрее перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом(от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

"Зеркальное рисование"

Ребенку предлагается взять в обе руки карандаши или фломастеры и рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы на чистом листе. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно повышается эффективность работы мозга.

"**Ухо - нос"**

Ребенок по показу взрослого, а затем самостоятельно берется левой рукой за кончик носа,а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпуская ухо и нос, хлопает в ладоши, меняет положение рук "с точностью до наоборот". Упражнение повторяется несколько раз.

"Горизонтальная восьмерка"

Педагог предлагает ребенку нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза: сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками одновременно.

"**Симметричные рисунки"**

Педагог предлагает ребенку нарисовать в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки: цветок, ель и т. д.

"Медвежьи покачивания"

Педагог предлагает ребенку покачаться из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключить руки и придумать сюжет.

"Снеговик"

Упражнение выполняется стоя. Педагог предлагает детям представить, что каждый из них- только что слепленный снеговик. Тело его должно быть напряжено, как замерзший снег. Но вот пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала "тает" и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д.

"Накачаем мышцы"

Сидя, дети сгибают руки в локтях, сжимают и разжимают кисти рук, постепенно убыстряя темп. Упражнение выполняется до максимальной усталости кистей. Затем нужно расслабить руки и встряхнуть их.

"Жонглер"

Дети пробуют перекатывать орехи или шарики сначала в каждой ладони, а затем между пальцами.

"Водный велосипед"

Упражнение выполняется в парах: дети встают друг напротив друга, касаются ладонями Ладоней партнера и совершают движения, аналогичные езде на велосипеде.

"Пианист"

Педагог предлагает ребенку поиграть на пианино. Для этого просит его прижать ладонь к поверхности стола и сначала по порядку, а затем хаотично поднимать пальцы по одному и называть их.

Приложение 6

Упражнения для развития моторики при помощи песка

Упражнение: «Нити» Ребёнок набирает песок в кулачки, поднимает руки над столом и, раскачивая вправо влево, слегка расслабляя кулачок, постепенно засыпает стол песком. Психолог демонстрирует выполнение упражнения.

Упражнение «Дорожка» Провести пальцами по песку волнистую линию. Затем двумя руками нарисовать различные дорожки.

Упражнение « Круг».Ребёнок одним пальцем оставляет отпечаток на песке, делает капельку, затем с помощью большого пальца выталкивает песок из середины круговым движением. Поставив ладонь на ребро, продолжает всей кистью выполнять круговые движения, постепенно увеличивая диаметр круга.

Упражнение « Волна» Песок собирается в нижнем углу стола, кисть ставиться на ребро и одним движением, на взмахе «пускается волна». В зависимости от амплитуды движения, изменяется площадь покрытия песком.

Упражнение «Следы» Ребёнку предлагается внимательно присмотреться к своим рукам. Подумать какие отпечатки ими можно оставить .Психолог показывает какие «следы» можно оставить пальцами, щепотками, кулаками, всей кистью

Упражнение « Вырезание» Ребёнок ставит ладонь на ребро и мизинец, как лопаткой по контуру обводит изображение, «вырезает» его, убирает лишний песок.

Приложение 7

Упражнения для релаксации

«Яблоки в саду».

Ребенок представляет, что он находится в саду и пытается сорвать красивое яблоко. Для этого он максимально вытягивает руки, когда "рвет" яблоко, делает резкий вдох и, нагибаясь до пола, кладет яблоко в корзину. Руки использовать по очереди, затем вместе.

«Кулачки».

Загнуть большие пальцы вовнутрь ладошки, сжать кулак. Когда ребенок делает вдох, кулачки следует постепенно сжать до максимума. При выдохе постепенно разжать ладонь (до 10 раз) .

«Снеговик»

Дети представляют, что каждый из них снеговик. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снеговик начинает таять. Далее дети изображают, как тает снеговик. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снеговик превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

«Лимон»

Дети держать в руке воображаемый лимон.

Я возьму в ладонь лимон. Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю – Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов. Я лимон бросаю, руку расслабляю.

«Ковер-самолет».

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет спокойная музыка. Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают… Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера… Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)… Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся.

«Сова»

1. Правая рука захватывает левую надостную мышцу (между шеей и плечом). Ладонь должна быть мягкой, как бы «приклеенной» к мышце.

2. Сжимайте мышцу и медленно поворачивайте голову слева направо. Доходя до крайней удобной точки, начинаем движение в обратную сторону. При этом губы сложены трубочкой и на выдохе произносят «ух». Шея слегка вытягивается, подбородок движется вперед, а глаза при каждом «уханье» округляются, как у совы. Обычно на один поворот головы приходится 5 звуков. Все движения выполняются синхронно!

3. Поменяйте руки и повторите, расслабляя правую надостную мышцу.

«Медвежьи покачивания»

Качайтесь из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключите руки. Придумайте сюжет.

«Яйцо».

Сядьте на пол, подтяните колени к животу, обхватите их руками, голову спрячьте в колени. Раскачивайтесь из стороны в сторону, стараясь расслабиться.

«Лодочка».

Лягте на спину, вытяните руки. По команде одновременно поднимите прямые ноги, руки и голову. Держите позу максимально долго. Затем выполните это упражнение, лежа на животе.

«Кнопки Земли»

1. Пальцами руки прикоснитесь к точке, находящейся под нижней губой.
2. Другую руку расположите чуть ниже пупка пальцами вниз.
3. Сделайте 4–6 полных циклов такого дыхания, чтобы максимально «поднять энергетический фонтан». Далее поменяйте руки местами и повторите упражнение 4–6 раз.

«Кнопки космоса»

1. Пальцами руки прикоснитесь к точке, находящейся над верхней губой.
2. Другую руку положите на крестец сзади срединной линии тела.
3. Сделайте 4–6 полных циклов дыхания.

Приложение 8

Описание диагностических методик

1. **Методика «Волшебная страна чувств».**

Цель: исследование психоэмоционального состояния.

Возраст: от 4 до 11 лет

Перед ребенком (или детьми) ведущий раскладывает или просит достать восемь разноцветных карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый, черный) и бланк методики.

Инструкция 1: *«Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость, Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое Чувство живет в домике определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то в синем… Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.*

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда – всю краску унес ветер.»

У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Таким образом, детям предлагается поработать с первой колонкой, где изображены домики.

Инструкция 2: *«Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помоги каждому жителю найти свой домик. Закрась или подчеркни название чувства цветом, соответствующим цвету домика».*

Здесь ведущий предлагает ребятам поработать со второй колонкой, в которой перечислены названия чувств.

В результате мы узнаем, с каким цветом ассоциируется у ребенка определенное чувство.

Инструкция 3: *«Спасибо! Ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом.*

Но как же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотри – вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту. Помести на ней Чувства, живущие в домиках, как тебе хочется ».

Если, рассматривая карту страны, ребенок скажет, что это – человек, можно объяснить ему, что на карте очертание разных стран может быть похоже на что угодно. Например, очертание Италии похоже на сапог (при этом хорошо иметь под рукой атлас и подкрепить свои слова рассматриванием карт).

Когда карта будет раскрашена, ведущий благодарит ребят и говорит, что в следующий раз они начнут ближе знакомиться с этой страной, и узнают много интересных историй.

Обработка результатов.

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее.

1. Все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков.
2. Адекватность подбора цвета при «заселении» чувств в домики.
3. На распределение цветов, обозначающих чувства, внутри силуэта человека. Причем целесообразно символически разделить силуэт на 5 зон:
    - голова и шея (символизируют ментальную деятельность);
    - туловище до линии талии, исключая руки (символизируют эмоциональную деятельность);
    - руки до плеч (символизируют эмоциональную деятельность);
    - тазобедренная область (символизирует область творческих переживаний);
    - ноги (символизируют чувство «опоры», уверенность, а также возможность «Заземления» негативных переживаний).

Исследуя «карту», мы узнаем, какие чувства «живут» в разных частях тела. Например, чувства, «живущие» в голове, окрашивают мысли. Если в голове живет «страх», наверное, осуществлять мыслительную деятельность будет непросто. В ногах живут чувства, которые дают человеку психологическую уверенность, или же (если в ногах поселились «негативные» чувства) человек имеет стремление «заземлить», избавиться от них. В руках «живут» чувства, испытываемые в контактах с окружающими.

6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.

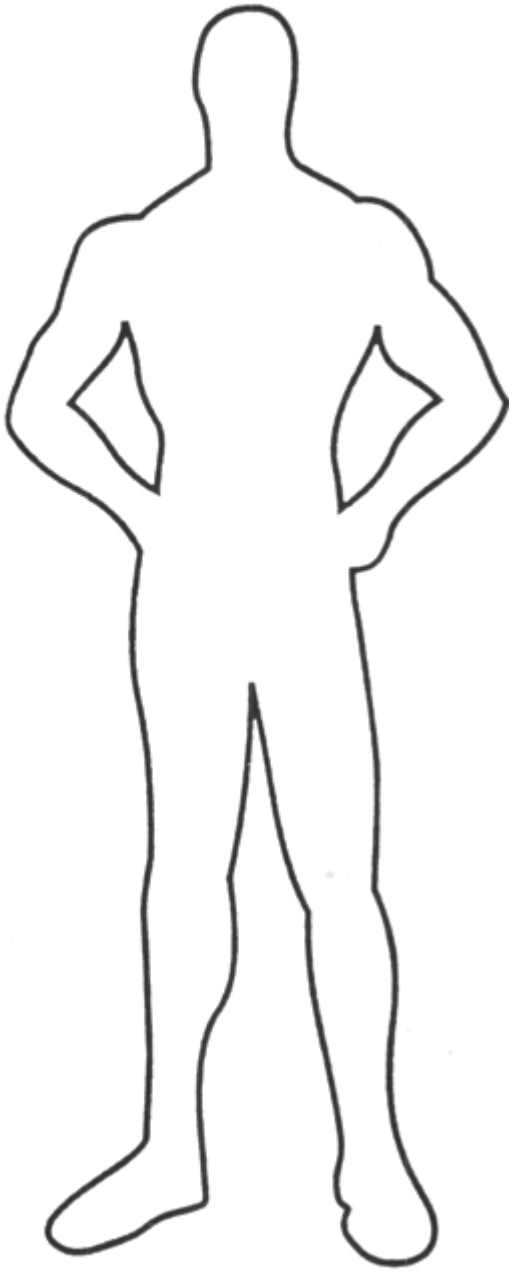
3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.

Авторы методики «Волшебная страна чувств»:

Грабенко Т., Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д.

// Зинкевич - Евстигнеева Т.Д. Тренинг по сказкотерапии. – М.: Речь, 2005

Волшебная страна чувств

Домики:	*Жители:*	*Карта страны*
	Радость	
	Удовольствие	
	Страх	
	Вина	
	Обида	
	Грусть	
	Злость	
	Интерес	

2. Методика наблюдения за эмоциональным возбуждением.

Шкала оценки внешних признаков эмоционального возбуждения включает в себя оценку поведения , внимания, мимики, пантомимики, движений, статистических поз, речи, вегетативных сдвигов.

Поведение	**баллы**
Безразличие ко всему. Сонливость, зевота. Пониженная реактивность	
Поведение не отличается от обычного. Деловитость. Сознание направлено на предстоящую соревновательную деятельность (правильное и рациональное исполнение упражнений, тактических приемов и т.п.)	
Проявляется беспокойство, суетливость. Сознание направлено на возможный конечный результат (итог) соревнования	
Частая смена настроений, раздражительность	
Мимика, пантомимика	
Лицо застывшее. Рот полуоткрыт. Глаза полузакрыты	
Мимика и пантомимика не отличаются от обычных	
В мимике проявляется некоторое напряжение, незначительные движения губами. Несильная жестикуляция при разговоре	
Мимика напряженная, челюсти сжаты, желваки на щеках, смещение губ в сторону, закусывание губ, резкие движения головой, частое мигание глаз, немотивированное прищуривание глаз. Бурная жестикуляция	
Движения	
Движения замедленные, вялые	
Движения спокойные, слитные, мягкие, как обычно	
Некоторая резкость, порывистость движений. Лишних движений нет	
Движения резкие, несоразмерные, сопровождающиеся излишними усилиями. Движения рук иногда сопровождаются движениями всего тела	
Статистические позы	
Позы неудобные, но не меняющиеся, застывшие статистические положения	
Позы удобные, непринужденные, оправданные обстоятельствами. Позы удобные, но проявляется тенденция к их неоправданной смене	
Позы неудобные, частая их смена	
Речь	

Речь замедленная, вялая, маловыразительная. Тихий	
Обычная речь	
Речь более учащенная, более громкая или более выразительная, чем обычно	
Речь частая. Окончания слов произносятся нечетко. Заметные изменения в интонации голоса	
Вегетативные сдвиги	
Пульс и дыхание обычные или замедленные. Побледнение кожных покровов лица. Легкое недомогание, ощущение вялости, слабости. Мышцы расслаблены больше, чем всегда, трудно напрячь их…	
Пульс и дыхание обычные. Цвет лица без изменений. Тонус мышц обычный	
Пульс несколько учащен (на 5-10 ударов в минуту). Дыхание чаще, чем обычно. Покраснение кожных покровов лица. Тонус мышц обычный или несколько повышен	
Пульс значительно учащен. Дыхание частое, поверхностное. Повышенное потоотделение. Повышенный диурез (мочеиспускание). Резкое покраснение кожи лица и тела. Мышцы напряжены	

В каждой группе признаков шкала оценок строится по принципу нарастания внешнего проявления эмоционального возбуждения. Оценка 2 балла соответствует обычному – фоновому – эмоциональному состоянию, свойственному человеку, находящемуся в спокойной обстановке; оценка 1 балл – недостаточному эмоциональному возбуждению (апатии); оценка 3 балла – повышенному по сравнению с обычным уровню эмоционального возбуждения; оценка 4 балла – чрезмерная интенсивность проявления эмоций.

Результат наблюдения заносится в протокол .

12 баллов – норма в эмоциональном состоянии.

6 – 11 баллов – низкий эмоциональный фон.

13 – 18 баллов – эмоциональное возбуждение.

18 – 24 баллов – чрезмерное проявление эмоций.

Источник: *Практические занятия по психологии / Под ред. А. Ц. Пуни. — М.: Физическая культура и спорт, 1977. — С. 120-121*