**Конспект занятия с детьми старшей группы «Подводный песочный мир»**

**Цель**: мышечно-эмоциональная релаксация детского организма.

**Задачи**:

- снятие мышечного и эмоционального напряжения,

- тренировка мелкой моторики обеих рук,

- активизация межполушарного взаимодействия,

- закрепление понятий «право-лево», «верх-низ».

**Оборудование:**

- столы для рисования песком,

- емкости для мытья рук,

- музыка моря,

- музыкальный центр.

**Продолжительность: 25-30 минут.**

**Ход занятия**

Дети входят в кабинет и встают за столами с песком. В кабинете включена музыка.

Психолог: Здравствуйте дети. Сегодня мы вновь в гостях у Мишки, короля Песочного царства. Давайте вспомним правила поведения в этом царстве».

Дети отвечают: «Нельзя брать песок в рот, бросать его на пол, работать грязными руками, кричать, бегать по царству, нужно вымыть руки после работы и вытереть обувь о коврик».

Психолог: «Молодцы ребятки. Мишка рад, что вы помните все правила поведения и с удовольствием разрешает вам погостить у него. Давайте сейчас прогоним с наших ручек всех микробов и подготовим пальчики к работе».

Психолог каждому обрабатывает руки обеззараживающим средством. При этом проводится пальчиковая гимнастика (движения выполняются обеими руками):

|  |  |
| --- | --- |
| Скачет белочка по веткам,а за ней бельчата детки:этот – усатенький,этот – полосатенький,этот – рыженький,этот – пушистенький,ну а самый маленький отстали за мамой поскакал,свою мамочку догнал и быстрей ее обнял | *Пальцы разжимаются и сжимаются в кулачок.**Пальцы собраны в кулачок.**Выпрямляется большой палец,**Выпрямляется указательный палец,**Выпрямляется средний палец,**Выпрямляется безымянный палец,**Все пальцы собираются в кулачок, а мизинец выпрямляется,**Мизинец сгибается и разгибается,**Мизинчик присоединяется ко всем пальчикам в кулачок* |

Психолог: «Итак, ручки мы обработали нашими капельками. Начинаем работать (психолог работает за большим столом, изображение с которого передается на экран телевизора, дети смотрят, как делает психолог, и воспроизводят у себя на столах. Психолог помогает при необходимости и следит, чтобы дети использовали в работе обе руки и рисовали определенными пальцами).

Итак, для начала очищаем наши столы от песка. Собираем песок в кучку в центре стола. Работаем обеими руками. Молодцы. Сейчас устроим с вами непогоду в царстве: песочный дождь (песок берется в кулаки, руки поднимаются над столом, песок сквозь пальцы «вытекает» подобно струям дождя). Делаем дождь сначала правой рукой, затем – левой, затем – обеими руками сразу. Справились? Молодцы!

Сейчас отодвигаем песок в сторону. И засыпаем поверхность стола ы один слой, чтобы можно было рисовать. Сейчас мы погружаемся в подводный мир. Делаем волны: тремя пальцами рисуем волны слева-направо, по всей поверхности стола. Молодцы. На дне моря у нас лежат камни: круглые, гладкие. Давайте нарисуем их: большими пальчиками обеих рук рисуем камни. Хорошо. Итак, камни нарисовали. Ребята, а как называются подводные растения?»

Дети: «Водоросли».

Психолог: «Правильно, водоросли. Давайте их нарисуем. Итак, большим пальцем правой руки в правой стороне стола, начиная с низу, от камней, мы ведем к верху стола дорожку, но не прямую, и извилистую. Затем тоже самое делаем большим пальцем левой руки в левой части стола. Итак, вот у нас получились замечательные водоросли. Подводный мир становится все красивее и красивее. Молодцы! Сейчас подошла очередь заселить наш подводный мир. Ребята, а кто живет под водой?»

Дети: «Рыбки, медузы, осьминоги, улитки, черепашки».

Психолог: «Правильно, вы много знаете о подводном мире. Итак, давайте заселять его жителями. Рисуем рыбку: указательным пальцем рисуем петельку, «выдвигаем губки», сверху и снизу рыбки рисуем плавники, сзади рисуем хвостик. Умнички. А скажите, чем покрыта рыбка? Человек покрыт кожей, а рыбка - …..?»

Дети: «Чешуей».

Психолог: «Правильно! Рыбка покрыта чешуей. И именно чешуя делает рыбок блестящими. Давайте ка и нашей рыбке нарисуем чешую: средними пальцами рисуем кружки, не просто рисуем, а начиная с точки расчищаем песок, пока не получится кружок. И такой «чешуей» нам нужно покрыть все тело рыбки. Работаем пальчика и правой и левой руки, по очереди. Рисуем. Нарисовали? Молодцы. Сейчас давайте нарисуем пузырьки воздуха от рыбки вверх: мизинчиками расчищаем небольшие кружочки. Получается? Молодцы. Хорошо! Чтобы нашей рыбке было не скучно, давайте нарисуем ей друга – черепашку! Итак, на камнях рисуем фигуру, похожую на шляпку гриба. Это панцирь черепашки. Сейчас большим пальчиком «отодвигаем» песок от панциря в бок, чтобы получилась голова черепашки. Получается? Молодцы! Рисуем ножки черепашки, панцирь украшаем узорами. Так, рисуем. Я иду смотреть – что у вас получилось».

Психолог подходит к каждому из детей, смотрит что получилось, помогает при необходимости.

Психолог: «Молодцы ребята. Сегодня мы потрудились на славу, каждый из нас нарисовал свой собственный подводный мир! Вам понравилось наше занятие? Сейчас отряхиваем ручки, идем их мыть. Не забываем вытирать обувь, чтобы не поскользнуться. Скажем Мишке до свидания!»