**Занятие для детей старшего дошкольного возраста с элементами телесноориентированной и песочной терапии**

**Цель**: развитие эмоциональной сферы через формирование бережного отношения к себе и к тому, что нас окружает посредством песочной и телесноориентированной терапии

**Задачи:**

* развитие навыков межличностного отношения
* активизировать внимание и память детей
* воспитывать образное мышление
* развитие общей и мелкой моторики, тактильно-кинестетической чувствительности
* развитие равновесия, умения владеть своим телом, координации движений
* закреплять знания и представления детей о характерных признаках весны
* уточнять знания о живой и не живой природе

**Ход занятия:**

Вводная часть:

*Дорогие ребята, вот и наступила долгожданная весна. Природа постепенно пробуждается ото сна. Абсолютно всё, от камешка на берегу речки, до бурого медведя чувствуют на себе дыхание весны. И я сегодня получила послание от Песочной Феи, которая вновь приглашает вас в свою песочную страну, чтобы воотчию увидеть и прочувствовать всем телом и кожей явления пробуждающейся природы. Вы готовы отправиться в путешествие? В пути нам поможет плечо друга, на которое можно опереться в трудную минуту. Давайте все вместе ощутим эту поддержку –* ***встанем в круг и положим руки на плечи друг другу****. Как здорово ощущать поддержку друзей! А чтобы путешествие было удачным –* ***пожмём друг другу руки****! Чтобы никого не пропустить – сделаем это это кругу. Во всём должен быть порядок!* (Коммуникативные игры).

Основная часть:

*А теперь в путь! Путеводный клубок подаренный феей укажет нам путь. Посмотрите вокруг, клубок привёл нас на лесную поляну, сама природа ждала нас в гости.*

 *А вы, получив поддержку друг друга, хорошее настроение и желание открывать всё новые тайны природы, как-будто воспрянули ото сна.*

 ***А кто мне скажет, что ещё вокруг просыпается ото сна?*** (*деревья, трава, насекомые). Правильно, а как это можно назвать одним словом? (Природа)*

*Да, природа просыпается после зимней спячки, после долгого состояния покоя, просыпается она медленно, неторопливо. Давайте и мы также неторопливо попробуем изобразить явление пробуждения природы*.

1. Для этого мы возьмём мешочки с песком, положим их на голову и походим по комнате в любом направлении, стараясь удержать мешочек на голове. Ходите осторожно, прислушивайтесь к своим ощущениям, бережно относитесь друг к другу, старайтесь не мешать друг другу, у кого мешочек упал, можете поднять и попробовать ещё раз. (Упражнение на координацию с мешочками)
2. *Пока мы вместе с природой пробуждались ото сна, незаметно для нас самих, мы оказались в песочной стране и Песочная Фея зовёт вас в гости посмотреть что происходит у неё в стране ранней весной. Правила поведения в песочной стране все помнят? (Песок не покидает границ своей страны, в стране должен быть мир и покой)*

*Посмотрите внимательно на песок. Что вы видите? (Следы). Да, в песочной стране тоже наступает весна. Медведь вылез из берлоги после зимней спячки и оставил свои следы на талом снегу. Рядом проскакал заяц и хитрая лиса прошла, так и не сумев замести свои следы хвостом. Как вы думаете почему? (Правильно, потому что снег начал таять и покрылся корочкой).*

*Давайте мы изобразим их следы:* (взаимодействие в песочнице упражнение «Следы на песке»)

Медведь – отпечатки кулачков

Лиса – все пальцы собраны вместе, в щепотку

Заяц – два пальца (указательный и средний)

*А чьи следы мы ещё можем показать? Хотя время насекомых ещё не пришло – давайте изобразим сороконожку и змею. Какие они оставили бы следы?*

Сороконожка – все пять пальцев поочерёдно перебирают песок

Змея – отпечаток ребра ладони.

1. *Погода ранней весной переменчивая. Только что светило солнце и вновь небо нахмурилось и началась метель – все следы снегом занесло. Давайте возьмем трубочки и аккуратно подуем на следы – сделаем поверхность песка ровной.*

Упражнение «Песочный ветер»

1. *Весна уже вступила в свои права, а зима не хочет отступать*

Давайте в парах изобразим противостояние двух времён года: встаньте друг против друга, соедините ладони обеих рук и попытайтесь вывести друг друга из равновесия – это противостояние зимы и весны, никто не хочет уступать. (Упражнение на равновесие, развитие навыков межличностного взаимодействия)

1. *Подул сильный ветер, дерево раскачивается на ветру, гнутся в разные стороны ветки:*

Стоя на одной ноге вращайте руками одной вперёд другой назад. (Упражнение на равновесие «Цапля машет крыльями)

1. *Но вновь выглянуло солнце, пригрело своими лучами последний снег и, и он растаял. Давайте изобразим как тает снег: сначала мы стоим ровно, затем постепенно расслабляем шею, плечи, руки, тело, ноги и мягко опускаемся на пол*. (Упражнение на расслабление «Снег тает»)

*Заключительная часть* (упражнение на релаксацию):

*Сегодня мы с вами погрузились в мир природы: мы изображали пробуждение природы, изучали следы на песке, побывали в роли зимы и весны – зима противостояла весне, изображали деревья, качающиеся на ветру*.(рефлексия) *Сила природы взяла свое, весна вступила в свои права, солнце согрело всю землю, оно всех любит и всех греет! Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте что наше сердце – это маленькое солнышко. Мысленно направляем к нему лучик, который несет любовь. Солнышко увеличилось. Направляем лучик с добром – оно стало еще больше. Мы направляем лучики, которые несут радость, надежду, здоровье, ласку и добро. Теперь наше солнышко стало еще больше и светит всем вокруг. Давайте поделимся этим светом друг с другом, возьмемся за руки, пожмем их и скажем «спасибо»!*

*А теперь пришла пора попрощаться с вами и я говорю вам «спасибо!»*