

Рассмотрено и утверждено
на педагогическом совете
№ 1
от « 29 августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий МАДОУ «Центр
развития ребенка - детский сад
№ 50 «Родничок»
Т.Н. Абдульминова
« 29 августа 2022г.

Рабочая программа
дополнительного образования
для детей дошкольного возраста
«Песочная фантазия»

Составитель:

Ковылкина Светлана Анатольевна

педагог-психолог высшей кв. категории

Содержание программы:

1. Пояснительная записка
2. Содержание образовательной деятельности
3. Информационно-методическое обеспечение
4. Диагностика
5. Характеристика детей 4-5 лет
6. Примерный учебно-тематический план для детей 4-5 лет
7. Характеристика детей 5-7 лет
8. Примерный учебно-тематический план для детей 5-7 лет
9. Приложение

1. Пояснительная записка:

В последнее время песочная анимация (рисование песком на стекле) прочно занимает одно из лидирующих мест в развитии творческих способностей у ребенка. Этот удивительный процесс создания картины лишь при помощи песка не оставляет никого равнодушным. Оригинальное исполнение и загадочность в создании рисунка привлекает и детей, и взрослых.

Каковы же особенности такого вида творчества? Во-первых, это простота. Данное занятие посилено даже очень маленьким детям, которые любят рисовать руками. У ребенка, занимающегося песочной анимацией, развивается мелкая моторика, интерес, внимание и усидчивость. Необыкновенное создание образов вызывает у детей желание безудержно творить, как творят настоящие художники. В отличие от рисования на бумаге, тут не нужна резинка или резерв чистой бумаги на случай необходимости исправления ошибок. Достаточно всего лишь разровнять песок – и можно начинать. Песочная анимация подойдет гиперактивным детям. Занимаясь данным видом творчества, ребенок с пользой тратит лишнюю энергию и успокаивается. В рисовании песком участвуют обе руки, поэтому оба полушария мозга работают. Занятия песочной анимацией развивают сенсорные ощущения. Упражнения благоприятно влияют на эмоциональное состояние ребенка. А так как процесс рисования происходит практически в темноте, с

использованием лишь подсветки снизу, создается ореол загадочности, который не оставит равнодушным даже самого капризного малыша.

Заниматься песочной анимацией безумно интересно и увлекательно. Картины создаются из сыпучего материала - песка. На специальном столе с подсветкой песок тонким слоем наносится на стекло и "переливается", открывая новые горизонты его возможностей. Картины плавно сменяют друг друга, сливаясь в единую линию повествования. Песочная анимация обязательно сопровождается музыкой!

Игра с песком как процесс развития самосознания ребенка и его спонтанной «самотерапии» известна с древних времен. Игры в песочнице используются нашим психологом в ходе индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий с детьми дошкольного возраста. Возникающие в играх на песке образы и символы глубоко диагностичны и позволяют выстраивать индивидуальную программу коррекции. Песок несет в себе возможность трансформаций – он очень чуток к движениям рук. Малейшее прикосновение к песчинкам – и вот уже просто волнистые линии превратились в порывы морского ветра, а потом и в бурное море на котором руки сами рисуют кораблик и солнышко. Начинают приходить образы, которые сильно эмоционально заряжены, они значимы для ребенка, это его история. Невербальная экспрессия, выраженная в продуктах творческой деятельности детей, как правило, несет в себе отпечаток тех травмирующих моментов, которые становятся причиной поведенческих, психологических, соматических проблем. Рисование песком – занятие не просто увлекательное, для ребенка это открытие нового волшебного мира песочных «замков». Под чутким руководством педагога он учится создавать как отдельные самостоятельные картины, так и целые фильмы, что станет мощным развивающим фактором для его художественно-эстетического восприятия. И как было сказано выше, учитывая технику рисования, задействующую мелкую моторику рук, а также координацию, пластику и прочие факторы, эта техника, безусловно, является сильнейшим стимулом для общего развития ребенка.

2. Содержание образовательной деятельности:

Цель программы: Стимулирование самостоятельности и творчества детей в изобразительной деятельности с помощью техники рисования песком.

Задачи:

- развитие познавательных процессов (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение);
- развитие творческого потенциала, раскрытие своих уникальных способностей, формирование коммуникативных навыков;
- тренировка мелкой моторики рук, координации движения, пластики, которая стимулирует мыслительные процессы, улучшает память, развивает речь (логопедия);
- равноценное развитие и работа левого (мышление, логика) и правого (творчество, интуиция) полушарий головного мозга - развитие межполушарное взаимодействие, ребёнок создаёт рисунки двумя руками;
- гармонизация эмоционального состояния, умение расслабляться, получение ресурса (снятие эмоционального напряжения у тревожных, агрессивных и гиперактивных детей).

Тематическое планирование занятий включает в себя:

- Историю возникновения песочной анимации.
- Знакомство с материалом, показ работ знаменитых песочных аниматоров.
- Основы композиции, значения музыки в анимации.
- Основы анатомии людей, животных.
- Разработка сюжета и сценария для песочной анимации.
- Основные приёмы песочной анимации.
- Рассказ о разных стилях песочной анимации, создание импровизированной совместной творческой работы.
- Создание собственной «живой» песочной анимации.

Метод рисования песком позволит детям:

- Научиться осознавать себя и выражать собственные чувства.
- Улучшить прогресс в личностной коррекции. Усилить ощущение собственной личностной ценности.
- Развить чувство внутреннего контроля, прогнозирования.
- Раскрыть ресурсы и сделать их инструментом в жизни.

- Повысить мотивацию в деятельности.
- Проработать внутренние и межличностные конфликты, сложные ситуации, принять решение.

Организация работы кружка:

Программа рассчитана на 1 года обучения для детей 4-5 и 5-7 лет. Занятия проводятся 1 раза в неделю по 25-30 минут. Для обучения детей созданы необходимые условия: занятия проводятся в отдельном кабинете, который оборудован столами-планшетами со стеклянной поверхностью и подсветкой. Используется речной песок, заранее просеянный, промытый и прокаленный. Обновляется песок 1 раз в год, прокаливается 1 раз в три месяца.

Методы и приёмы:

- беседы;
- практические методы (показ);
- игровые;
- использование ИКТ;
- наглядный.

Технические приёмы рисования песком:

- рисование кулаком, ладонью, ребром большого пальца, щепотью, мизинцами,
- несколькими пальцами одновременно,
- симметрично двумя руками,
- насыпая песок из кулачка и отсечением лишнего,
- скользя ладонями по поверхности песка, выполнять зигзагообразные и круговые движения;
- выполнять зигзагообразные и круговые движения, поставив ладонь на ребро;
- создавать отпечатками ладоней, кулачков, костяшек кистей рук, рёбрами ладоней всевозможные узоры.

3. Информационно-методическое обеспечение:

1. Васильченко Л. «Песочная терапия как средство развития деятельности ребёнка»
2. Грабенко Т.М. «Игры с песком или, песочная терапия»
3. Зейц Мариэлла «Пишем и рисуем на песке»
4. Зинкевич – Евстигнеева Т.М., Грабенко Т.М. «Чудеса на песке, или песочная терапия»
5. Сакович Н. «Достоинства песочной терапии»

4. Диагностика:

Диагностика развития творческого мышления, воображения.

Что это может быть? (зрительно)

Детям предлагаются картинки, на которых изображены разнообразные фигуры. Они должны придумать названия к картинкам и объяснить их.

Как можно использовать этот предмет?

Детям предлагается назвать как можно больше способов использования какого-либо предмета.

Рисование «Чего на свете не бывает?»

Детям предлагается нарисовать то, чего не бывает, например рыба плышет по воздуху.

«Что не дорисовано?»

На предлагаемых картинках дети определяют, что художник забыл дорисовать, оценка целого восприятия.

Диагностика мелкой моторики рук.

Тест «Пальчик, пальчик, где ты был?»

Педагог садится за стол напротив ребенка и просит протянуть его одну руку. Закрывает от него ладонь и пальцы руки своей рукой. Другой рукой дотрагивается до пальцев протянутой руки ребенка и просит его вытянуть на другой руке тот палец, который педагог в этот момент трогает.

Тест «Силуэты»

Педагог просит детей узнать, что изображено на предлагаемом рисунке. Затем они обводят предметы по контуру и раскрашивают карандашами.

Тест «Дорисуй предметы»

Детям предлагают посмотреть на рисунки и перечислить, какие предметы он видит. Нужно назвать эти предметы и дорисовать.

Показатели для ребенка: 12- высокий уровень, 8-9- средний уровень, 5- низкий уровень.

5. Характеристика детей 4-5 лет.

Обнаруживается разница в предпочтениях, связанных с художественной деятельностью у мальчиков и девочек.

К 4 годам круг изображаемых предметов довольно широк. Замысел детского рисунка может меняться по ходу изображения. Дети владеют простейшими техническими умениями и навыками. Начинает носить характер продуктивной деятельности: дети замысливают будущую картину и осуществляют поиск способов её исполнения. Могут изготавливать поделки из бумаги, природного материала. Начинают овладевать техникой работы с ножницами. Составляют композиции из готовых и самостоятельно вырезанных простых форм.

6. Примерный календарно-тематический план на 4-5 лет

№ занятий	Тема	Задачи	Кол-во часов
1	«Песочная сказка»	1.Правила техники безопасности рисования песком. 2.Знакомство с песком.	30 мин
2	«Картинки на песке»	1.Знакомство детей с техникой рисования на песке. 2.Формировать умение принять и реализовать творческую задачу.	30 мин
3	«Лес, точно терем расписной»	1.Формировать умение создавать образы различных деревьев, кустов. 2.Поощрять оригинальные способы создания кроны деревьев.	30 мин

		3.Формировать композиционные умения (составление целостного образа из отдельных частей).	
4	«Едем, едем, едем в далекие края»	1.Учить моделировать необычные виды транспорта путем дополнения деталями готовой формы. 2.Развивать воображение, чувство формы.	30 мин
5	« Смотрим мы в окно»	1.Поощрять объединение сюжетов.	30 мин
6	«Дремлет лес под сказку сна»	1.Поддерживать поиск оригинальных способов рисования заснеженных деревьев. 2.Поощрять детей в воплощении своих представлений о природе, эстетических переживаний и чувств.	30 мин
7	«Зимние превращения»	1.Экспериментирование с рисунком (трансформация образа в соответствии с предложенным изменением сюжета). 2.Развитие образного мышления и творческого воображения.	30 мин
8	«Бабушкины сказки»	1.Учить передавать движения и характер взаимодействий сказочных персонажей. 2.Развивать способности к сюжетосложению. 3.Развивать умение передавать характер персонажей.	30 мин
9	«На дне морском»	1.Поддерживать стремление создать образ подводного мира. 2.Обогащать и уточнять зрительные ощущения. 3.Развивать представления об обитателях подводного мира. 4.Учить договариваться и планировать коллективную работу.	30 мин

10	«Волшебные превращения»	1.Развивать воображение детей. 2.Вызывать интерес к созданию коллективных композиций. 3.Способствовать развитию мимических мышц.	30 мин
11	«День Защитника Отечества»	1.Учить детей рисовать мужской портрет, передавая эмоциональное состояние образа. 2.Формировать коммуникативные навыки.	30 мин
12	«В далеком космосе».	1.Развивать чувство композиции. 2.Уточнять представления о космосе. 3.Направить активность детей на самостоятельный поиск способов создания фант-их образов.	30 мин
13	«Весенние цветы»	1.Учить детей рисовать цветы разной формы и размера, составляя цветочные композиции. 2. Экспериментирование с рисунком.	30 мин
14	«Весенний пейзаж»	1.Поддерживать поиск оригинальных способов рисования деревьев весной. 2.Поощрять детей в воплощении своих представлений о природе, эстетических переживаний и чувств.	30 мин
15	«Бабочки»	1.Учить рисовать образы бабочек, используя песок для тушёвки. 2. Развивать творческое воображение. 3. Вызывать интерес к созданию коллективных композиций	30 мин
16	«Песочное шоу».	Содействовать формированию установки на положительное отношение к себе в ходе демонстрации приобретенных навыков и умений.	30 мин
17	«Музыка леса»	Создание образа под музыку, развивать творческое воображение	30 мин

18	«Сказочные птицы»	Учить рисовать пальцами синхронно	30 мин
19	«Зимний лес»	Учить рисовать тыльной стороной руки	30 мин
20	«Цветы тоже бывают разными»	Закреплять навык рисования завитков	30 мин
21	«Поющая тишина морских глубин»	Побуждать к творческим замыслам и решениям	30 мин
22	«Веселый зоопарк»	Закрепить прием насыпания песка	30 мин

23	«Два зонтика»	Развивать фантазию, закреплять знакомые приемы	30 мин
24	«Сказочные герои»	Учить творчески выражать свой замысел, закреплять способы рисования	30 мин
25	«Радуга над городом»	Развивать чувство композиции, чувство фактурности	30 мин
26	«Город сновидений»	Развивать умение передавать форму и размер предметов	30 мин
27	«На другой планете»	Развивать тактильную чувствительность и моторику пальцев	30 мин
28	«Разноцветная сказка»	Развивать композиционные умения при изображении групп предметов	30 мин
29	«Прекрасное рядом»	Закрепление знакомых техник рисования, развитие воображения	30 мин
30	Морские водоросли»	Закрепить умение выполнять движения синхронно	30 мин
31	«Ураган»	Закрепить технические навыки и умения	30 мин
32	«Звуки природы»	Учит выражать свои эмоции в рисунке через восприятие музыки	30 мин
33	«В стране эльфов»	Развивать творческую самостоятельность через песок	30 мин

34	«Мои фантазии»	Развивать творческую самостоятельность через песок	30 мин
35	Сказка «Золотая рыбка»	Отработка навыков	30 мин
36	Сказка «Колобок»	Отработка навыков	30 мин
37	«Свободная тема»	Использование всех приемов, отработка навыков	30 мин

7. Характеристика детей 5-7 лет

В продуктивной деятельности дети знают, что они хотят изобразить и могут целенаправленно следовать к своей цели, преодолевая препятствия и не отказываясь от своего замысла, который теперь становится опережающим. Способны изображать все, что вызывает у них интерес. Созданные изображения становятся похожи на реальный предмет. Совершенствуется и усложняется техника рисования. Дети могут передавать характерные признаки предмета. Проявляют интерес к коллективным работам и могут договариваться между собой, хотя помощь воспитателя им все еще нужна.

Ребенок начинает ставить себя на место другого человека: смотреть на происходящее с позиций других и понимать мотивы их действий; самостоятельно строить образ будущего результата продуктивного действия. В отличие от ребенка раннего возраста, который способен лишь к элементарному различению таких сфер действительности, как природный и рукотворный мир, "другие люди" и "Я сам", к концу дошкольного возраста формируются представления о различных сторонах каждой из этих сфер. Зарождается оценка и самооценка. К 7 годам формируются предпосылки для успешного перехода на следующую ступень образования.

8. Примерный календарно-тематический план на 5-7 лет

№ занятия	Тема	Задачи	Кол-во часов
-----------	------	--------	--------------

1	«Песочные превращения»	1.Закрепить правила техники безопасности рисования песком. 2.Формировать умение принять и реализовать творческую задачу.	30 мин
2	«Зоопарк»	1.Закреплять умение рисовать песком по трафарету. 2.Формировать умение дорисовывать композицию.	30 мин
3	«Осенний лес»	1.Формировать умение создавать образы различных деревьев, кустов. 2.Поощрять оригинальные способы создания кроны деревьев. 3.Формировать композиционные умения (составление целостного образа из отдельных частей).	30 мин
4	«Транспорт нашего города»	1.Учить моделировать необычные виды транспорта путем дополнения деталями готовой формы. Придумывать и рисовать сюжетную композицию. 2.Развивать воображение, чувство формы.	30 мин
5	« Волшебные превращения ладошки»	1.Учить рисовать различные образы из отпечатка ладошки, дополняя композицию по замыслу. 2. Развивать фантазию, чувство формы.	30 мин
6	«Зимний лес»	1.Поддерживать поиск оригинальных способов рисования заснеженных деревьев. 2.Поощрять детей в воплощении своих представлений о природе, эстетических переживаний и чувств.	30 мин
7	«Песни метели»»	1.Экспериментирование с рисунком (трансформация образа в соответствии с предложенным изменением сюжета). 2.Развитие образного мышления и творческого воображения.	30 мин

8	«Мои любимые герои сказок»»	1.Учить передавать движения и характер взаимодействий сказочных персонажей. 2.Развивать способности к сюжетосложению. 3.Формировать умение менять движение героя (мультфильм).	30 мин
9	«Аквариум»	1. Учить рисовать рыбок в аквариуме. Учить создавать оттенки песком. 2.Обогащать и уточнять зрительные ощущения. 3.Учить договариваться и планировать коллективную работу.	30 мин
10	«Волшебные превращения»	1.Развивать воображение детей. 2.Вызывать интерес к созданию коллективных композиций. 3.Способствовать развитию мимических мышц.	30 мин
11	«Моя семья»	1.Учить детей рисовать семейный портрет, передавая характер, эмоциональное состояние образа. 2.Развивать композиционные умения при изображении групп объектов..	30 мин
12	«Сказочные замки».	1.Учить рисовать сказочные замки, прорисовывая мелкие части (окна, фактуру стен и т.д.) 2.Формировать.умение соблюдать пропорции частей. 3.Направить активность детей на самостоятельный поиск способов создания сказочных образов.	30 мин
13	«Весенние цветы»	1.Учить детей рисовать цветы разной формы и размера, составляя цветочные композиции. Трансформация образов. 2. Развитие художественно-эстетического вкуса.	30 мин
14	«Весна идет»	1.Поддерживать поиск оригинальных способов рисования деревьев весной. 2.Поощрять детей в воплощении своих представлений о природе, эстетических переживаний и чувств.	30 мин

15	«Скоро лето»	1. Учить рисовать летние пейзажи. 2. Развивать творческое воображение, композиционные умения. 3. Вызывать положительные эмоции при рисовании песком.	30 мин
16	«Песочное шоу».	Содействовать формированию установки на положительное отношение к себе в ходе демонстрации приобретенных навыков и умений.	30 мин
17	«Путешествие на паровозике»	Знакомство с новой техникой «насыпание»	30 мин
18	«Пироги пекла лиса»	Развитие художественно-эстетического вкуса.	30 мин
19	«Город веселых музыкантов»	Знакомство с техникой «закрашивание»	30 мин
20	«Путешествие золотой рыбки»	Работа с плавными переходами	30 мин
21	«Грамматика в Песочной стране»	Закрепление техники «насыпание»	30 мин
22	«Путешествие к гномам в горы»	Направить активность детей на самостоятельный поиск способов создания сказочных образов.	30 мин
23	«Городок игрушек»	Развивать воображение детей	30 мин
24	«Портрет друга»	Вызывать положительные эмоции при рисовании песком.	30 мин
25	«Человечек»	Формировать умение принять и реализовать творческую задачу	30 мин
26	«Музыка леса»	Учить создавать образы под музыку, развивать творческое воображение	30 мин
27	«Город сновидений»	Закрепить умение передавать форму и размер предметов	30 мин
28	«Космос»	Работа с базовыми элементами	30 мин

29	«Мы рисуем что хотим»	Содействовать формированию установки на положительное отношение к себе в ходе демонстрации приобретенных навыков и умений	30 мин
30	«Рябина»	Развитие художественно-эстетического вкуса.	30 мин
31	«Необыкновенные следы»	Развивать тактильную чувствительность, воображение. Развивать мелкую моторику, координацию движений.	30 мин
32	«Песочные струйки»	Закрепить свойство сухого песка: сыпучесть. Развивать умение наблюдать, сосредотачиваться, сравнивать, высказываться. Расширять словарный запас	30 мин
33	«Что спрятано?»	Развивать тактильную чувствительность, воображение.	30 мин
34	«Подготовка собственной сказки»	Развивать фантазию, закреплять знакомые приемы	30 мин
35	«Подготовка собственной сказки»	Развивать фантазию, закреплять знакомые приемы	30 мин
36	«Показ собственной сказки»	Отработка навыков	30 мин
37	«Показ коллективной сказки»	Отработка навыков	30 мин

9. Приложение

Упражнения для развития мелкой моторики

"Гроза"

Дети выполняют движения пальцами рук в соответствии с текстом:

Капли первые упали, *(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по*

столу)

Пауков перепугали. *(внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и, перебирая ими, следует показать, как разбегаются пауки)*

Дождик застучал сильней. *(постучать по столу всеми пальцами обеих рук)*

Птички скрылись среди ветвей. *(скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами, сжатыми вместе)*

Дождь полил как из ведра, *(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук)*

Разбежалась детвора. *(указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу, изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони)*

В небе молния сверкает,

Гром все небо разрывает. *(нарисовать пальцем в воздухе молнию)*

(барабанить кулаками, а затем похлопать в ладоши)

А потом из тучи солнце *(поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)*

Вновь посмотрит нам в оконце!

"Цветочки"

Дети выполняют движения пальцами рук в соответствии с текстом:

В нашей группе на окне, *(сжимают и разжимают кулачки)*

Во зеленой во стране, *(показывают ладошками "горшочки")*

В расписных горшочках *(поднимают ладошки вверх вертикально)*

Подросли цветочки.

Вот розан, герань, толстянка,

Колких кактусов семья. *(загибают пальчики на обеих руках, начиная с большого)*

Их польем мы спозаранку, *(поливают из воображаемой лейки)* *(складывают ладони обеих рук)*

Я и все мои друзья!

"Колокольчик"

Дети выполняют движения пальцами рук в соответствии с текстом:

- Дон-дон-дон, -

Колокольчик звенит. *(пошевелить пальчиками обеих рук)*

- Ля-ля-ля, -

Что-то он говорит. *(поднести указательные пальцы обеих рук ко рту)*

Динь-динь-динь, -

Наклоняет головку. (*опустить ладошки вниз*)

Бом-бом-бом, -

Растрепал всю прическу. (*провести ладошками по волосам*)

Дзынь-дзынь-дзынь, -

Солнцу он улыбнулся. (*улыбнуться и похлопать в ладоши*)

Наконец-то проснулся. (*постучать пальцами одной руки о пальцы другой*)

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.

"Кулак - ребро - ладонь"

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжата в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении упражнения педагог предлагает ребенку помогать себе командами ("кулак - ребро - ладонь"), произносимыми вслух или про себя.

"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

"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.

"Медвежья

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. В конце упражнения дети мягко падают на пол и лежат.

"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.

"Часики"

Дети выполняют свободные движения глаз из стороны в сторону, вращения.

"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.

Упражнения для развития обоих полушарий мозга.

1. Наберите песок из кучки в обе руки, таким образом, чтобы свободно сыпалась из кулачков, и нарисуйте одновременно два одинаковых круга. Следите за тем, чтобы обе руки двигались синхронно.
2. Двумя руками соберите песок в кучку. Снова наберите песок в кулачки и нарисуйте два одинаковых глаза.
3. Посмотрите в глаза соседа или партнёра и нарисуйте двумя руками одновременно его глаза.
4. Нарисуйте два одинаковых цветка. Следите, чтобы узоры были чёткие. Если песок закончился в кулачках, можно набирать ещё и дорисовывать. Затем двумя безымянными пальцами одновременно прорисуйте контур цветка, чтобы он обозначился.
5. Нарисуйте два разных цветка двумя руками одновременно и прорисуйте контур двумя средними пальцами.

6. Двумя руками одновременно нарисуйте картину на тему "Дом, в котором мне хорошо", затем большими пальцами прорисуйте контур дома.

Упражнение «Отпечатки наших рук»

Это упражнение учит оценивать ощущения. Ученик и психолог поочередно делают отпечатки ладоней на песке. Ладонь вдавлена и слегка погружена в песок. Первым свои ощущения рассказывает психолог. Он говорит о том, какой песок мягкий или шершавый, какие мелкие песчинки он ощущает кожей. Затем о песке рассказывает ученик.

Упражнение «Дождик из песка»

Это упражнение снимает мышечное напряжение и агрессию.

Психолог объявляет, что сегодня в песочнице начался дождик из песка. Ученику дают возможность почувствовать, как струится песок из кулачка на ладошку, в песочницу, на ладонь психолога. Затем психолог делает дождь ученику на ладошку.

Упражнение «Следы на песке»

Упражнение проводится в форме игры. Психолог предлагает на песке показать, как ходят разные животные. Сначала идут медведи: ребенок кулачками делает ямки в песке.

Затем прыгают зайчики: кончики пальцев легко стучат по поверхности песка.

А теперь ползут змейки: пальцы ребенка делают волнистый рисунок на поверхности песка.

Бегут жучки-паучки: пальцы растопырены, ребенок имитирует лапки насекомых. Можно погружать пальцы в песок.

Упражнение «Археолог»

Цель: развитие мелкой моторики, развитие тактильных ощущений.

Психолог прячет в песке несколько предметов разной величины, формы, фактуры и цвета. Ученику предлагают сыграть в археологов, устроить раскопки и найти все спрятанные в песке сокровища, только делать это нужно аккуратно, не просыпая песок из лотка.

Упражнение «Узоры на песке»

Цель: закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.

Психолог пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры (в соответствии возрастными нормами освоения), простые/сложные узоры (прямые и волнистые дорожки,

заборчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке, либо продолжить узор психолога. Как вариант подобной игры – психолог рисует на доске, дает устную инструкцию нарисовать на песке определенный узор.

Те же узоры на песке изготавливаются путем выкладывания в заданной последовательности предметов, например камешков, желудей, больших пуговиц и т.д.

Упражнение «Мы волшебники – мы создаем мир»

Цель: развитие и расширение представлений ребенка об окружающем его мире живой и неживой природы, о рукотворном мире человека.

Психолог показывает способы построения в песочнице разнообразных живых и неживых сообществ – город, деревня, лес, река, озеро, остров, и т.д., а затем в игровой форме побуждает ученика строить самостоятельно и по инструкции разнообразные природные и рукотворные сообщества.

Упражнение «Графический диктант»

Цель: развитие пространственных представлений.

Психолог в игровой форме знакомит/закрепляет знания ребенка о пространственных представлениях: «вверх-вниз», «право-лево», «над -под», «из-за – из-под», «центр, угол». Ученик по словесной инструкции психолога пальчиками рисует фигуры по песку.

Упражнение «Рисунки на песке»

Цель: развитие воображения, творческого мышления, тактильных ощущений.

Ребенок оставляет отпечатки своих ладоней на песке и дорисовывает их до целого образа. Например, представляет, что ладошки - это слон и подрисовывает соответствующие детали, или ладошки это букет осенних листьев, цветов, осьминожки и т.д.