Сказка про капельку (сказка-медитация)

Капелька была совсем небольшой. Она была такой же как ноготок на твоем мизинце. И жила она в океане. А там было много таких же капелек. Они сливались вместе и становились волнами. Плавно переплывали словно играя с теми, кто жил в океане. А когда ветер становился сильным, волны поднимались высоко, и капелька оказывалась то глубоко внизу, то наверху, иногда даже отрывалась от волны, но потом снова падала вниз и оставалась с остальными. Потом ветер стихал и начинало светить солнце. Те капельки, которые оказывались вверху, иногда куда-то исчезали. Однажды наша капелька оказалась совсем близко к поверхности и почувствовала, что становится очень теплой и легкой и отрывается от всех остальных. Это было совсем новое для нее чувство и ей было очень приятно. Она поднималась все выше и выше и видела вокруг другие такие же легкие и полупрозрачные капельки. И вдруг наша капелька почувствовала, что она уже не в океане, а свободно парит в воздухе вместе с другими своими подружками, которые тоже стали легкими и невесомыми. Так радостно стало капельке в этом свободном полете, так легко и счастливо. И тогда по волшебному закону природы стали капельки собираться вместе, образуя белые пушистые облака, чтобы поделиться друг с другом своей радостью и восторгом. Подул теплый южный ветерок и стал относить облака все дальше и дальше от океана к долине цветов. И опять, удивилась и обрадовалась наша капелька этому невероятному изменению в своей жизни, подумала, что мир так велик, и так многого она еще не видела и не знает. Долго длилось это путешествие, и вот, наконец, наступило утро, забрезжил рассвет. И снова случились удивительное изменение - оказалась наша капелька в виде росинки на лепестках самого красивого цветка в Долине цветов. Вдохнула она пьянящий аромат лугового нектара, посмотрела на чарующие переливы цветов и разных оттенков цвета, искрящихся под лучами восходящего солнца и опять, в который уже раз почувствовала себя счастливой. Но, оказывается, природа так щедра на подарки: засветило солнышко ярче, пригрели солнечные лучи, и над Долиной цветов вспыхнула огромная разноцветная радуга, состоящая из солнца, росы и запаха луговых цветов. А наша капелька была частью этой радуги, опять став легкой и невесомой, искрящейся и ароматной. И знала она теперь, что много еще изменений произойдет с ней в жизни, и каждое это изменение будет приносить все новое удивление, все новые радости, все новые восторги. Потому, что жизнь не идет назад и не повторяет вчерашний день.

После прослушивания сказки воспитатель предлагает детям нарисовать то, что им хочется, говоря о том, что это может быть связано с сюжетом прослушанной сказки. Как правило на первых занятиях дети редко связывают сюжеты своих рисунков со сказкой, а чаще рисуют то, что уже умеют, чему их научили. В этом случае бывает эффективно, если воспитатель тоже участвует в процессе рисования и связывает свой рисунок со сказочным сюжетом.

Когда рисование закончено, все рисунки выкладываются на полу в центре круга. Теперь каждый ребенок рассказывает о своем рисунке, что он хотел изобразить. Воспитатель и все дети задают вопросы по поводу рисунка: «Что здесь изображено?», «Какое настроение на этом рисунке?», «Что было до, и что будет происходить после?» и т.д. Часто случается, что ребенок бывает недоволен своим рисунком и хотел бы изменить его. Тогда ему предоставляется такая возможность и помощь всей группы в случае необходимости.

Завершение занятия. Очень краткое обсуждение того, что сегодня происходило в игровой комнате, что понравилось и что не понравилось, что новое дети узнали за это время.