**«Гномики в саду»**

**Задачи:**

* развитие самопроизвольности и самоконтроля;
* развитие внимания и воображения;
* развитие координации движений;
* снятие психоэмоционального напряжения;
* развитие и совершенствование коммуникативных навыков;

**Материалы к занятию:** *муляж яблоко , шарф, мешочек, 8 мелких предметов(овощи и фрукты).*

1. Упражнение «Йоговская гимнастика».

Дети ходят по кругу друг за другом и гудят, как паровозики: « Ту-ту-у-у-у».

Останавливаются, встают в круг.

« Заводят будильник» – сжимают ладонь в кулачок, выполняют круговые движения у солнечного сплетения: «Джик-джик-джик».

«Будильник зазвонил»: « З-з-з». Мы его остановим - дети слегка ударяют ладошкой по голове.

« Лепят личико»- проводят руками по краю лица.

«Лепят волосики»- нажимают подушечками пальцев на корни волос.

«Лепят бровки»- проводят кончиками пальцев по бровям.

«Лепят глазки»- трогают кончиками пальцев веки, проводят указательным пальцем вокруг глаз. Марают глазами.

«Лепят носики»- проводят указательным пальцем от переносицы по крыльям носа вниз.

«Лепят ушки»- пощипывают мочки ушей, поглаживают уши.

«Лепят подбородок.

«Рисуют носиком солнышко»- крутят головой, рисуют носиком лучики - выполняют соответствующие движения головой снизу вверх: « Жжик-жжик-жжик».

Произносят хором: « Я хороший, добрый, красивый», гладят себя по голове, лицу и обнимают себя обеими руками.

1. **Игра «Изобрази явление».**

Психолог и дети перечисляют предметы осени: дует ветер, падают листья, идет дождь, образуются лужи.

Психолог показывает движения, которые соответствуют этим явлениям:

* «Дует ветер»- дует, вытянув губы.
* «Падают листья» - выполняет плавные движения руками сверху вниз.
* «Идет дождь»- выполняет движение руками сверху вниз.
* «Появляются лужи»- смыкает руки в кольцо перед собой.

Когда дети запомнят показанные движения, объясняются правила игры: пока звучит музыка, дети бегают, танцуют, как только музыка прекращается, дети останавливаются и слушают, какое явление назовет психолог. Дети должны выполнить движения, которые соответствуют данному явлению.

**3. Игра «Передай яблоко».**

Дети встают в круг и передают друг другу мяч за спиной. Тот у кого мяч падает. Выбывает из игры.

**4. Упражнение «Насос и мяч»**.

Психолог предлагает детям разделиться на пары. Один из детей изображает мяч, другой насос. Каждый ребенок выполняет движения в соответствии с полученной ролью.

«Мяч сдутый» - ребенок сидит на корточках.

«Насос надувает мяч» – ребенок делает соответствующие движения руками, сопровождая их звуками «С – с – с…».

«Мяч становится все больше» – ребенок постепенно встает, надувает щеки, поднимает руки вверх.

«Насос прекращает работу» - ребенок делает вид, что выдергивает шланг.

«Мяч снова сдулся» – ребенок медленно садится, выпускает воздух из щек, опускает руки.

Упражнение повторяется несколько раз, затем дети меняются местами.

5. Упражнение «Бип».

Дети сидят на стульчиках. Водящий с закрытыми глазами ходит по кругу, садится по очереди на колени к детям и угадывает, на ком сидит. Если он правильно угадал, то тот, кого назвал, говорит: «Бип».

**6. Упражнение «Волшебный мешочек».**

Дети рассматривают 8 мелких игрушек (овощи и фрукты). Психолог незаметно для детей кладет одну из игрушек в матерчатый мешочек и говорит:

Потрогайте мешочек и догадайтесь, что в нем лежит.

Дети поочередно ощупывают игрушку, находящуюся в мешочке, и высказывают свои предположения. Психолог вынимает игрушку и показывает детям. Игра проводится несколько раз.

8.Релаксация. «В саду».

Лягте поудобнее и закройте глаза. Три раза глубоко вздохните и слушайте мой голос.

Представьте себе, что вы идете по саду. В саду надо навести порядок: сгрести старые листья, сухие ветки, отцветшие цветки. Вы берете грабли и другой инструмент, который может понадобиться при уборке сада. Вы срезаете старые сухие ветки, выдергиваете сорняки, сажаете новые растения. Теперь сад выглядит намного ярче. Это все вы сделали сами.

Вы слышите чудесные звуки в этом саду: жужжание шмелей, пение птиц.

В этом саду вы могли бы провести еще много времени, но нам пора возвращаться обратно. Вздохните глубоко и попрощайтесь с садом Вы знаете, что вы всегда сможете туда вернуться. Потянитесь и откройте глаза.

9.Заключительный этап «Прощание».