**ЗАНЯТИЕ № 14**

**«МЫ ВМЕСТЕ»**

**Задачи:** развивать у участников тренинга сплоченность, снятие напряжения; формирование доброжелательной атмосферы внутри семьи; развитие умения действовать сообща, в команде; развивать воображение, образное мышление.

**1. Упражнение «Знакомство» "Упражнение «Зоопарк»**

Участники разбиваются по парам. Ведущий рассказывает о посещении

зоопарка.

1. **В зоопарке утро. Служащий зоопарка чистит граблями дорожки** (при помощи пальцев делать по спине движения сверху вниз; справа налево).

2. **Затем он открывает ворота зоопарка** (ребрами ладоней проводить направо и налево от позвоночника).

3. **Приходят первые посетители** (при помощи кончиков пальцев «сбегать» вниз по спине)

4. **Они идут к вольеру с жирафами и смотрят, как они радостно прыгают** (короткие, но сильные хлопки по спине крест накрест).

5. **Рядом загон со львами. Сейчас раздают корм, и львы с жадностью едят мясо** (двумя руками мять шею и лопатки),

6. **Затем посетители идут к пингвинам, которые весело скользят в воду** (медленно провести ладонями вниз по спине рядом с позвоночником, но не по позвоночнику).

7. **Слышатся дикие прыжки кенгуру** («топать» кончиками пальцев по спине)

8. **Рядом находится вольер со слонами** (медленно и сильно нажимать кулаками на спину).

9. **А сейчас посетители идут в террариум со змеями. Змеи медленно ползают по песку** (делать ладонями движения, похожие на змеиные)

10. **Вот крокодилразевает пасть и хватает еду** (коротко и сильно щипать руки и ноги).

11.**А здесь колибри прилетела в гнездо и устраивается поудобнее** (запустить пальцы в волосы и слегка подергать ).

12. **Сейчас посетители идут к выходу и садятся на скамейку** (кончиками пальцев пробежать по спине и положить обе руки на плечи почувствовать дыхание партнера).

**2. Упражнение «Ты у меня самая (самый )...**

Участники работают в парах (семейных диадах), пространство комнатЫ должно быть организовано так, чтобы никто никому не мешал. Ребенок и взрослый по очереди называют положительные качества друг друга, начиная каждое предложение словами: «Ты у меня самая (самый) ... ».

**3. Упражнение «Тропинка»**

Участники берутся за руки, образуя круг, и под музыку идут, вправо.

Как только музыка смолкает, они останавливаются и выполняют задания, которые дает ведущий:

**«Тропинка!»** - дети кладут руки на плечи впереди стоящему; «Копна!» - дети соединяют руки в центре своего круга; «Кочки!» - все приседают, обхватив голову руками,

Ведущий дает команды в любом порядке.

**4. Продуктивная деятельность «Превращение ладошки».**

Родители и дети, получив четверостишие, при помощи красок изображают его на листе бумаги. После того, как все закончат, представление работ.

**5. Телесно-ориентированное упражнение «Снеговик».**

Психолог: предлагает детям представить себя снеговиками. Дети встают.

Разводят напряженные руки в стороны. Надувают щеки и в течении 10 секунд удерживают заданную позу.

А теперь, - говорит психолог, - выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять.

Дети постоянно расслабляются, опускают руки, «обмякивают» и приседают на корточки.

Упражнение повторяется несколько раз.

**6. «Клубок чувств».**

Упражнение должно способствовать групповому сплочению. Каждый участники по очереди передавая клубок и одновременно разматывая его, говорит о том, что ему понравилось на занятии, запомнилось, было неожиданным и т. д.

**7. Подведение итогов.**

*Стихи для рисования*

1. Динозаврик-малышок

Улыбается спросонок:

Мама рядом, папа рядом –

Что еще для счастья надо?

1. На полянке есть пенек,

Он не низок не высок.

Посмотрите-ка ребятки,

Что растет на нем? Опятки?

1. Присмотритесь-ка получше.

Это кактус. Он колючий.

А когда дожди пойдут,

Все колючки расцветут.

1. Золотые перышки,

Ярко красный гребешок

На шальной головушке.

Громко, звонко голосил,

Крылья раскрывая,

На рассвете всех будил,

Новый день встречая.

1. Рыбки плавают в пруду

И играют в чехарду.

Тёплым днём резвятся,

Дружно веселятся.

1. Ах, какой ЖИРАФ прекрасный,   
   Необычного окраса.   
   Длинношеий, длинноногий,   
   Сверху смотрит на всех строго.   
   Жить ему совсем непросто,   
   Очень уж большого роста.   
   Чтоб травою угоститься,   
   Надо сильно наклониться.
2. Не будильник и не мама  
   Поднимает утром рано.  
   Будит Петя-петушок -  
   Самый звонкий голосок:  
   Чтобы солнышко встречали,  
   Вместе с солнышком вставали.
3. Хвост раскрылся сам собой,  
   Словно веер расписной.  
   У хвоста есть властелин,  
   А зовут его павлин  
   И спесив он, и хвастлив,  
   Потому что хвост красив.  
   Им любуется он сам  
   И показывает нам