**Занятие № 1.**

**Ход занятия.**

**1.Вводное слово.**

Я рада видеть вас в нашем центре. Меня зовут Лариса Анатольевна.

Во время наших встреч мы будем с вами играть, рассуждать, выполнять задания на умение расслабляться и работать в команде.

**2. Входящая диагностика:** графическая методика М.А. Панфиловой «Кактус».

*Цель – выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.*

Для нашего знакомства я попрошу вас нарисовать на своем листе кактус. У каждого он должен получится своим - индивидуальным. **(10 мин.)**

Мы немного с вами посидели, порисовали и теперь я предлагаю вам поиграть.

**2. Игра « Ветер дует на…»** **(5 мин)**

*Цель: знакомство ведущего с группой и установление контакта.*

Ведущий начинает игру словами «Ветер дует на…» . Чтобы участники игры побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» - после этих слов все светловолосые собираются рядом в одном месте. «Ветер дует на того, у кого есть…сестра», «кто любит сладкое» и т. д...

**3. Упражнение «Живая картина» (10 мин.)**

*Цель: развитие выразительности движений, произвольности, коммуникативных навыков.*

Описание игры: Водящий выходит, дети договариваются, создают сюжетную сценку и замирают. Изменить позу они могут лишь после того, как водящий угадает название «картины».

Комментарий: несмотря на то, что основная цель игры — создание «живой картины», акцент в ней делается на развитие умения договариваться, находить общий язык. Эта игра будет особенно полезна детям, испытывающим трудности в общении (конфликтным, агрессивным, застенчивым, замкнутым). Взрослому лучше занимать позицию наблюдателя. Его вмешательство требуется только в случае ссоры детей.

**4. Упражнение «Снежная баба» (2 мин.)**

*Цель: снятие напряжения, расслабление, обучение навыку саморегуляции.*

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращает в лужицу, растекшуюся по земле.

**5. Завершение занятия.** Вы все большие молодцы! Давайте похлопаем друг другу!