**Занятие для детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью**

**Цель:** обучение детей адекватно проявлять свои эмоции и чувства, произвольно напрягать отдельные группы мышц, выразительно передавать характер эмоций, развить саморегуляцию и самоконтроль, умение переключать внимание, сформировать нравственные качества.

**Материалы к занятию:** зеркала по количеству детей, набор сюжетных картинок конфликтного содержания.

**Зарядка позитивного внушения.**

Психолог. Доброе утро! Дети, я рада вас видеть. У нас сегодня необычное приветствие. Все вместе бежим по кругу вправо. Пожалуйста, не мешайте друг другу, не толкайте своих товарищей. Бежим так быстро, как только вы можете (2-3 мин.)

Как только услышите, что зазвучала музыка, остановитесь. Выберите в зале любое место и ложитесь на ковер на спину, раскинув в стороны ручки и ножки, как звездочка, чтобы вам никто не мешал. Закройте глаза. Сделайте вдох - выдох. Представьте себе, что в жаркую погоду вы лежите на поляне, в мягкой, густой траве. Рядом с вашими ручками и ножками плещутся холодные ручейки. Вы решили освежить свои ручки в одном из них. Делаем вдох и тянем, тянем ручки к воде. Выдох - расслабляем ручки. Вам очень хорошо и приятно. Вам хочется дружить друг с другом, играть вместе, заниматься.

А теперь одновременно ручками тянемся к одному ручейку, а ножками к другому. Все ваше тело растягивается так сильно, что даже чуточку дрожит. Вдох - выдох, расслабились. Считаем до пяти и открываем глаза.

Далее психолог называет имя ребенка, который садится на стул первым. Далее сидящий называет того, с кем бы хотел сидеть рядом. Дети берутся за руки и пропевают: «Добрый день!», при этом пожимая друг другу руки.

**Игра «Послушать тишину».**

Дети сидят на полу. Закрывают глаза и последовательно слушают звуки на улице, в комнате, свое дыхание, биение сердца.

**Игра «Зеркало».**

Детям раздают зеркала. Они изучают мимику своего лица в зависимости от эмоционального состояния:

* улыбнуться, подмигнуть, спросить у детей, что означает это состояние;
* сдвинуть брови, нахмуриться (сержусь);
* брови вверх, глаза расширены, рот раскрыт (испуг):
* брови приподняты и сдвинуты, глаза прищурены, туловище согнуто (боль).

**Упражнение «Цап!»**

Водящий слегка поднимает руку и вытягивает ее вперед. Играющие приставляют указательные пальцы к ладони снизу, а сами движутся по кругу под слова водящего:

Кто под крышей? Кошки, мышки, Зайцы и зайчишки. Папа, мама, жаба: цап! Услышав слово «цап», нужно быстро отдернуть пальцы, иначе водящий схватит палец зазевавшегося.

**Игра - драматизация «Как поступить правильно?»**

Детям для рассматривания предлагается набор сюжетных картинок конфликтного содержания. Дети решают, как поступить правильно:

- все едят конфеты, а один - нет;

- все играют с игрушками, а один - нет;

- все смеются над малышом, который плачет. Ситуация и способы выхода из них разыгрываются с детьми.

**Прощание.**

Психолог. Встаньте в круг, послушайте, как бьется сердце - оно большое и доброе. Его любви хватит всем.