**Общие цели:**

* усиление сплоченности группы,
* развитие умения работать в группе,
* снятие эмоционального напряжения,
* развитие невербальных и вербальных средств общения.

***Занятие 1***

**Цели:**

* преодоление застенчивости,
* снятие эмоционального напряжения,
* развитие невербальных и вербальных средств общения,
* развитие умения представлять себя,
* обучение установлению контакта при общении.

**Приветствие**

1. **Ритуальное приветствие** (2 минуты)

**Процедура:** Сначала фразу «Здравствуй, я рад тебя видеть!» повторяют дети, стоящие справа от психолога, затем – слева. Потом фраза повторяется всеми детьми хором.

1. **«Поздоровайся телом»** (5 минут)

**Процедура:** - Ребята, как вы приветствуете друг друга, когда приходите утром в детский сад? (ответы детей).

Давайте поздороваемся со своими товарищами не словами, а телом. Когда я хлопну 1 раз в ладоши - вы пожмете руку товарищу. Когда я хлопну 2 раза в ладоши - вы дотронетесь друг до друга локтями. Когда я хлопну 3 раз в ладоши - вы дотронетесь друг до друга спинами.

**Основная часть**

1. **«Поздоровайся с Мишкой»** (1 минута)

**Процедура:** - Ребята, в гости к нам прищел Мишка из сказочного леса. Давайте с ним поздороваемся! (дети хором здороваются) - «Здравствуй, Мишка!»

1. **«Назови себя и расскажи о себе все, что хочешь»** (7 минут)

**Процедура:** - Мишка любит находить новых друзей. Каждый из вас должен назвать ему свое имя и то, что хочет рассказать о себе (сколько лет, есть ли братья и сестры, во что любят играть и т.д.). Работаем по цепочке.

1. **«Мишка большой – Мишка маленький» (5 минут)**

**Процедура:** Один из детей показывает, как ходит большой мишка, все остальные повторяют, затем, как ходит маленький мишка, тоже повторяют. Затем ребенок показывает движение, остальные смотрят и угадывают, перед ними большой или маленький мишка.

1. **«Комплимент»** (7 минут)

**Процедура:** - Ребята, вы многое рассказали Мишке о себе. А теперь расскажите Мишке что-то хорошее о своем соседе. Работаем по цепочке.

**Рефлексия:**

Ребята, было ли вам трудно выполнять упражнения? Что понравилось? Почему? Что запомнилось?

**Ритуал прощания**

1. **«До свидания, Мишка»** (1 минута)

**Процедура:** - Ребята, Мишке понравилось с вами, и он придет к Вам еще. А сейчас ему пора в свой сказочный лес. Давайте попрощаемся с ним. Произнесем хором «До свидания, Мишка».

1. **«Приятного дня»** (2 минуты)

**Процедура:** Теперь давайте пожелаем друг другу «Приятного дня» (хором).

***Занятие 2 (на улице)***

**Цели:**

* снятие эмоционального напряжения,
* усиление сплоченности группы,
* развитие внимания,
* расширение тактик взаимодействия.

**Приветствие**

1. **Приветствие «Привет»** (3 - 5 минут)

**Процедура:** каждый должен бросить мяч одному из участников группы и сказать ему «Привет… (имя)». Повторяться нельзя.

**Основная часть**

1. **Игра «В чудесном королевстве…»** (20 минут)

**Процедура:** игра основывается на упражнении **«Змейка» -** дети встают в колонну за психологом и кладут руки на плечи впереди стоящих, и в таком положении им нужно будет преодолевать различные препятствия.

**Установка:** когда вы стоите в колонне, следует думать не только о себе, но и о других. Старайтесь не разорвать колонну. Кто разрывает колонну, попадет в плен к волшебной королеве и не сможет продолжить движение вместе со всеми.

Когда в плен попадает 5 детей, остальные должны спасти их, выполнив задания.

* + 1. Ребята, вы должны встать в колонну и передать мяч над своими головами, не уронив его.
    2. Стоя в колонне, передаем мяч между ногами.
    3. Из участников вашей группы вы должны построить квадрат.
    4. Из участников вашей группы вы должны построить треугольник.
    5. Спеть песню об осени.

Когда задания выполнены, пленники спасены. (Можно повторить игру при необходимости).

1. **«Запрещенное движение»** (5 минут)

**Процедура:** Дети, идя по кругу, повторяют все движения за психологом, кроме одного, например: «Руки вверх!». Тот, кто выполняет «запрещенное» движение, становится в конец колонны. Таким образом, более внимательные дети окажутся в начале колонны, и они считаются победителями.

1. **«Кто знает больше?»** (5 минут)

**Процедура:** Игроки встают напротив и, бросая друг другу мячик, по очереди перечисляют наименования игрушек (животных, растений, предметов бытовой техники и пр.).

**Рефлексия:**

Ребята, было ли вам трудно выполнять упражнения? Что понравилось? Почему? Что запомнилось?

**Ритуал прощания**

1. **«Приятного дня»** (2 минуты)

**Процедура:** Теперь давайте пожелаем друг другу «Приятного дня» (хором).

***Занятие 3***

**Цели:**

* снятие эмоционального напряжения,
* преодоление застенчивости,
* овладение методами невербального общения,
* развитие вербальной импровизации,
* усиление сплоченности группы.

**Приветствие**

1. **Ритуальное приветствие** (3 минуты)

**Процедура:** Сначала фразу «Здравствуй, я рад тебя видеть!» повторяют дети, стоящие справа от психолога, затем – слева. Потом фраза повторяется всеми детьми хором.

Появляется Мишка, здороваемся с ним хором – **«Здравствуй, Мишка!»**

**Основная часть**

1. **«Пчелы»** (5 минут)

**Процедура:** сейчас мы с вами поиграем в одну игру.

Вы, наверное, знаете, что когда пчелы летают и собирают мед, они жужжат. Давайте вместе пожужжим. Если появляется крыса, они начинают жужжать сильнее, чтобы его погнать. Потому что крыса хитрая. Она может обидеть пчел – сломать улей и отнять мед. Давайте вместе пожужжим громко. Когда пчелы видят медведя, они замолкают, чтобы медведь не смог найти мед.

Представьте, что вы пчелки. Будьте внимательны. Если я хлопну в ладоши 1 раз, вы должны жужжать не очень громко, летать и собирать мед. Если появляется крыса – надо жужжать громче, если идет медведь, вы замолкаете и сидите тихо-тихо. (Повторяем правила, чтобы дети запомнили) Приготовились, начинаем!

1. **«Продолжи рассказ»** (10 минут)

**Процедура:** Начинаем рассказ от лица Мишки – «Однажды я пришел в замечательный детский сад…». Продолжает рассказ следующий участник. Работаем по кругу.

**Рефлексия:** Понравился ли рассказ? Чем? Сложно ли было продолжать рассказ?

1. **«Друзья Мишки»** (10 минут)

**Процедура: -** У Мишки много друзей. Как вы думаете, с кем дружит Мишка? (ответы детей). Ребенок, который называет животное встает. Просим его изобразить животное. Затем остальные повторяют.

**Рефлексия:**

Ребята, было ли вам трудно выполнять упражнения? Что понравилось? Почему? Что запомнилось?

**Ритуал прощания**

1. **«До свидания, Мишка»** (2 минуты)

**Процедура:** - Ребята, Мишке уже пора в свой сказочный лес. Давайте попрощаемся с ним. Произнесем хором «До свидания, Мишка».

1. **«Приятного дня»** (2 минуты)

**Процедура:** Теперь давайте пожелаем друг другу «Приятного дня» (хором).

***Занятие 4***

**Цели:**

* снятие эмоционального напряжения,
* овладение методами невербального общения,
* усиление сплоченности группы,
* развитие выразительных движений.

**Приветствие**

1. **Ритуальное приветствие** (3 минуты)

**Процедура:** Сначала фразу «Здравствуй, я рад тебя видеть!» повторяют дети, стоящие справа от психолога, затем – слева. Потом фраза повторяется всеми детьми хором.

Появляется Мишка, здороваемся с ним хором.

**Основная часть**

1. **«Через стекло»** (5 минут)

**Процедура:** ребята, сейчас мы попробуем без слов, с помощью жестов передать такие ситуации:

* у меня болит горло,
* я замерз,
* я хочу пить, принеси мне воды,
* давай вместе порисуем,
* помоги мне застегнуть куртку,
* я очень рада тебя видеть,
* мы вместе – это целое, мы – группа.

1. **«Пересядут все, у кого…»** (10 минут)

**Процедура:** Психолог произносит слова «Пусть встанут все те, у кого….» и называет какой-либо признак. Теперь все, кто встал, поменяйтесь друг с другом местами.

* все мальчики,
* есть собака,
* есть красный цвет в одежде,
* кто живет на 2м этаже,
* все девочки,
* у кого чистые руки,
* у кого есть домашнее животное,
* кто сегодня причесался сам,
* кто сегодня послушный,
* у кого хорошее настроение.

1. **«Рисунок на спине»** (10 минут)

**Процедура:** Все становятся в колонну, спиной к соседу. Первый рисует на бумаге рисунок, затем рисует то же самое на спине соседа, рисунок передается по кругу, в конце сверяем то ли пришло.

* 1. этапа: сначала рисуем геометрическую фигуру – круг, затем елочка.

**Рефлексия:**

Ребята, было ли вам трудно выполнять упражнения? Что понравилось? Почему? Что запомнилось?

**Ритуал прощания**

1. **«До свидания, Мишка»** (2 минуты)

**Процедура:** - Ребята, Мишке уже пора в свой сказочный лес. Давайте попрощаемся с ним. Произнесем хором «До свидания, Мишка».

1. **«Приятного дня»** (2 минуты)

**Процедура:** Теперь давайте пожелаем друг другу «Приятного дня» (хором).

***Занятие 5***

**Цели:**

* снятие эмоционального напряжения,
* развитие умения работать в группе,
* усиление сплоченности группы,
* выявление межличностных отношений членов группы с помощью реализации игрового задания.

**Приветствие**

Группа делится на 3 команды.

1. **Ритуальное приветствие** (3 минуты)

**Процедура:** Сначала фразу «Здравствуйте, мы рады вас видеть!» говорит первый стол, затем второй, потом третий. Потом фраза повторяется всеми детьми хором.

Появляется Мишка, здороваемся с ним хором.

**Основная часть**

Мишка посидит, а мы с вами поиграем.

1. **«Пазлы»** (10 минут)

**Процедура:** каждой команде раздается Пазлы, собираем всей командой на время.

**Делаем акцент на то, что команда** - это единое целое, работать надо всем вместе, сообща.

1. **«Звездное небо»** (15 минут)

**Процедура:** Сначала рассказывается сказка:

Ребята, а сейчас вы посидите тихо-тихо и послушаете меня. Я расскажу вам сказку о нашем Мишке.

*Однажды маленький Мишка сидел у окна и смотрел на звезды. Они подмигивали ему, и от этого ему было весело. Вообще-то, уже было поздно, и Мишке пора было спать. Но он не смог уснуть из-за жары и решил посмотреть в окно.*

*Звезды светили ярко, но было понятно, что они очень далеко, а Мишке хотелось увидеть их поближе. «Вот бы мне полететь, как птице!» - подумал он. В ту же минуту окно растворилось, в окно ворвался ветер, подхватил Мишку и поднял в воздух. «Я лечу!» - подумал Мишка и вылетел в окно.*

*На улице оказалось совсем не так жарко, как в комнате, а летать было весело и удивительно. И Мишка полетел вверх, к звездам. Когда он к ним подлетел, увидел, что они не только светят, но еще улыбаются и болтают. Одни звезды разговаривали быстро, так что ничего нельзя было понять. Другие хохотали при каждом слове. А некоторые звездочки пели друг другу песни.*

*«Как здесь удивительно!» - подумал Мишка. Он летал он одной звезды к другой, и с каждой вежливо здоровался. Звезды улыбались ему и продолжали свою веселую болтовню. Мишка тоже смеялся, слушал песни, а потом он устал. Тело его стало тяжелым, и он понял, что очень хочет спать. Он закрыл глаза и уснул, и сразу же очутился в своей постельке. С тех пор каждый раз, когда ему не спится, он подходит к окну и летит к звездам.*

Далее предлагаем детям нарисовать свою звезду. Дети выполняют задание, затем все звезды приклеиваем на ватман.

- Ребята, вам понравилась сказка? Чем? Давайте теперь нарисуем каждый свою звезду, такую какую он хочет сам. Она может быть и большой, и маленькой, и чем-то украшенной, и с глазками, и с улыбкой. Она должна быть похожа на вас (выполняют).

А теперь каждый из вас по очереди подойдет к нашему звездному небу и приклеит туда свою звезду.

Теперь посмотрите на наше звездное небо. Каждый из вас – это звездочка, но все вместе – это созвездие, одно целое, вы группа. Если вдруг вам станет грустно и одиноко, вы вспомните это небо. Оно состоит из множества звезд – людей, которые вас окружают и готовы вам помочь.

**Рефлексия:**

Ребята, сложно ли было сегодня выполнять упражнения? Что понравилось? Почему? Что запомнилось?

Сегодня последнее занятие. Может кто-то хочет что-то сказать? Понравилось вам или нет? Чему научились и что узнали нового?

**Ритуал прощания**

1. **«До свидания, Мишка»** (2 минуты)

**Процедура:** - Ребята, Мишка уходит в свой сказочный лес. Давайте попрощаемся с ним. Произнесем хором «До свидания, Мишка».

1. **«Приятного дня»** (2 минуты)

**Процедура:** Теперь давайте пожелаем друг другу «Приятного дня» (хором).