**Занятие из программы психологической поддержки родителей и детей «Мы вместе»**

**Тема: «Семейный плакат»**

**Цель:** закрепить навыки взаимодействия взрослого и ребёнка.

**Материал**: ватман, цветные карандаши или краски,

**1.Упражнение: «Наше настроение»  
Цель:** Создание позитивного психологического настроя.

**Материал**: Карандаши цветные, краски, стаканчики с водой, ватман.  
**Инструкция***. «* Проходите, пожалуйста, к столам, сейчас мы будем рисовать.

Только рисовать мы будем необычно! У нас должна получиться одна большая совместная картина, которая будет называться «Наше настроение».

Включаем музыку, начинаем рисование!»

Какая красивая у нас получилась картина!

Молодцы!  
**2.Игра «Волшебное зеркало**

**Цель:** закрепить навыки взаимодействия взрослого и ребёнка, развить воображение, координацию движений, научить ребёнка повторять движения взрослого.

**Инструкция**: «Ну а теперь я предлагаю отправиться в необычный магазин! Это магазин волшебных зеркал!

Когда мы смотримся в зеркало, то видим там своё отражение. В нашем необычном магазине зеркалами будут сначала родители, вы же, ребята, будете в них смотреться. Затем мы поменяемся местами, и в зеркала превратитесь вы, ребята, а родители будут смотреться в зеркала.

«Зеркало» должно полностью повторять движения того, кто в нём отражается!

Волшебное зеркальце!

Внимательно смотри!

И все мои движения

Точно повтори.

Итак, ребята, вы смотритесь в «зеркала» родителей и выполняете разные движения, родители же, являясь зеркалами, будут повторять все движения своих детей!

А теперь мы поменяемся местами. Родители, вы смотритесь в «зеркала» детей и выполняете разные движения, дети же, являясь зеркалами, будут повторять все движения своих родителей!

Молодцы! Замечательно у вас всё получается!»

**3.Упражнение: «Наш семейный плакат»**

**Цель:** эмоциональное сближение членом семьи, усвоение семейных ценностей.

**Инструкция**: «Когда семья собирается вместе, то хочется разделить друг с другом всё то, что близко сердцу. Хочется поговорить, поделиться новостями и планами.

Так давайте вы сделаете Ваш семейный плакат, на котором сможете отобразить все то, что ценно для вас. И который, вы сможете заполнять постепенно, словно семейный дневник.

Придумайте вместе с ребёнком приветствие, которые вы напишете на плакате. Придумайте оформление. Возможно, вы захотите украсить плакат вашими семейными фотографиями. А может вы совместно, что-то нарисуйте. Затем на плакате стоит разместить 3 кармашка: « Расскажи о себе», - «Мои пожелания» и «Тебе на заметку».

В каждой семье есть свои традиции, свой ритм, своя атмосфера. Постарайтесь придумать кармашки, которые будут характеризовать именно вашу семью, чтобы чувствовалось «изюминка».

**4.Упражнение «Кто быстрее?»**

**Цель**: сплочение, координация совместных действий

**Инструкция**:

«Постройте быстро, без слов, используя всех игроков команды, следующие фигуры:

* квадрат;
* треугольник;
* ромб;
* букву;
* птичий косяк.

**5.Упражнение «Яйцо»**

**Цель:** активизация эмоционально-телесных связей, чувства безопасности и доверия.   
**Инструкция:** «Давайте ещё поиграем! Мамы, вы будете играть роль скорлупы, а ваш ребенок — цыпленка. Ребята садитесь на ковер, подожмите колени к груди и обхватите их, голову прижмите к коленям. Мамы садитесь сзади своего ребёнка, обхватите его руками и ногами. Под музыку вы будете выполнять те действия, о которых я буду говорить в своём рассказе.

*«Цыпленку хорошо и уютно в своем домике. Скорлупа защищает его, согревает, дает ему все необходимое. Цыпленок пошевелился, покрутил головкой — нет, еще не пришло время. Так хорошо сидеть тихонько в скорлупе, тепло… Ну вот солнышко стало пригревать сильнее, цыпленочку становится жарко, тесновато… Он поводит плечиками, стараясь освободиться… Скорлупа, не пускает — ей тоже очень приятно, когда внутри нее цыпленок. Она крепко держит, но цыпленок не сдается, он все активнее шевелится, пробует носиком пробить скорлупу, освободиться. Вот уже головка показалась, вот и плечики освободились. Скорлупа уже не сопротивляется — она понимает, что пришло время отпустить своего цыпленочка. Еще чуть-чуть… и вот цыпленок на свободе! Он расправил свои пока еще маленькие крылышки, потянулся и, довольный, устроился в своем гнездышке».*

Очень хорошо! Молодцы!

**6.Рефлексия - упражнение: «Подарки»**

**Цель**: Дать возможность участникам выразить своё отношение к другим, почувствовать, чего не хватает им.

**Инструкция**: Семейная пара дарит другой семье подарок с пожеланиями иметь то, что им нужно данный момент, по их мнению. Используя графическое или словесное послание.

**Обсуждение**:

* Обмен впечатлениями, какой отклик получили от подаренного подарка?
* Понравился ли он Вам?
* Приятнее было получать или дарить?