**Занятие 1**

Цель: формирование чувства единения с семьей. Эмоциональное оживление всех членов семьи.

1. **Гимнастика для лица**

Родители предлагает сесть поудобнее: ноги твердо поставить на пол, выпрямить спину.

- Начинаем гимнастику, но не простую, а мимическую. Мы будем выполнять упражнения для лица.

*Упражнение 1.* Поднять брови вверх, сморщить лоб (удивиться); на­хмурить брови (выразить недовольство). 3 раза.

*Упражнение 2.* Наморщить нос, расслабить. 5 раз.

*Упражнение 3.* Раздуть ноздри, расслабить их. 5 раз.

*Упражнение 4 «Хоботок».* Вытянуть губы «хоботком» (как при про­изнесении звука [у]), выдержать положение 2—3 секунды, расслабить губы. 5 раз.

*Упражнение 5 «Рот на замочке».* Поджать губы так, чтобы их со­всем не было видно, и сильно-сильно сжать (закрыть рот на замочек). Расслабить губы. 3 раза.

*Упражнение 6 «Лягушки».* Растянуть губы (как при произнесении звука [и]). Расслабить губы. 3 раза.

*Упражнение 7 «Орешек».* Представить, что нужно разгрызть твер­дый орешек. Крепко сжать зубы, напрячь челюсти. Разжать челюсти, немного приоткрыть рот. 3 раза.

**2. Упражнение «Цвет нашего настроения»**

Имя ребенка, давай представим, что наше настроение цветное. Мы дадим настроению имя, какого он цвета. Найдите на палитре подходящий цвет и нанесите его (цвет) на бумагу.

Ребенок вместе с родителем заносит цвет своего настроения в альбом. Затем каждый проговаривает, какого цвета у него настроение.

**7. Игра «Есть или нет?»**

Если ребенок согласен с утверждением, то поднимает руки вверх и кричит: «Да», если не согласен нет, топает ногами и кричит: «Нет!»

Есть ли в поле светлячки?  
Есть ли в море рыбки?  
Есть ли крылья у теленка?  
Есть ли клюв у поросенка?  
Есть ли гребень у горы?  
Есть ли двери у норы?  
Есть ли хвост у петуха?  
Есть ли ключ у скрипки?  
Есть ли рифма у стиха?

**8. Упражнение «Портрет»**

Предлагается обвести контур тела ребенка на старых обоях. Когда контур готов. Предложить украсить силуэт любыми деталями (прорисовать лицо, волосы одежду и т.д.). Готовый силуэт необходимо разукрасить красками или фломастерами. Совестное творчество очень нравится детям и сближает их с родителями.

**Занятие 2**

Цель: Продолжить формирование чувства единения с семьей. Эмоциональное оживление всех членов семьи.

**Данное занятие лучше проводить всей семьей.**

1. **Упражнение «Пропоем свое имя»**

*Цель: гармонизация осознания имени.*

«Представим себе, что мы разучились разговаривать и умеем только петь, а еще нам с вами нужно познакомиться. Давайте поиграем в такое знакомство. По - очереди каждый из нас «споет» свое имя, а следом за каждым из вас ваше имя хором споем все. После каждого упражнения очень важно хвалить каждого из ребенка.

**2.Упражнение «Волшебный мешочек»**

Один из родителей показывает детям (ребенку) «волшебный мешочек».

«Сейчас вы по очереди опустите руку внутрь мешочка и, не заглядывая туда, на ощупь определите, что в нем лежит. Кто потрогал и догадался, хранит свой секрет, пока мешочек не окажется у меня в руках. Затем задается вопрос, кто догадался, что лежит в мешочке?». Да, это воздушный шарик.

**2. Упражнение «Воздушный шарик»**

«Представьте, что мы с вами проглотили шарик, он находится у нас в животе, и мы его должны надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас не надут. Теперь набираем в него воздух, надуваем живот, будто он большой воздушный шар. Почувствуйте рукой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуем животик…Отлично! Давайте повторим еще раз. Вдох – выдох…»

3. **Упражнение «Ладошка»**

*Цель: гармонизация притязания на признание.*

Ребенку предлагается положить левую ладошку на лист бумаги, раздвинув пальцы. Затем обвести ее контуры карандашом и на каждом пальце написать (проговорить), родитель записывает, что-либо хорошее о себе от первого лица (например, я – смелый, я – добрый …Затем упражнение обсуждается.

4. ***Релаксационное упражнение «Солнышко и дождик»***

Все сидят или стоят в кругу, делают одновременно поворот вправо. Тот, кто сидит или стоит сзади будет рисовать на спине у впереди стоящего картинки, какие я скажу. А тот, у кого на спине картинку рисуют, будет представлять, как эта картинка выглядит.

Представьте себе, что мы все приехали на море. Мы дышим прекрасным свежим воздухом, наблюдаем, как встаёт солнце над водой. Начинайте рисовать большое солнце на спине того, кто перед вами. Нарисуйте большой красивый круг, лучи солнца, идущие от него во все стороны.

А теперь представьте, что мы идём вдоль пляжа и там много-много песчинок. Указательным пальцем нарисуйте на спине много-много маленьких песчинок…

А теперь посмотрите на море. Какая красота!.. Положите обе ладони на спину партнёра и поводите ими медленно из стороны в сторону.

А теперь представьте, что начинает моросить дождик. Пусть ваши пальчики станут маленькими капельками дождя, их очень много, они падают с неба: кончиками пальцев очень нежно барабаньте по плечам того, кто стоит перед вами… Дождик усиливается, и капли дождя стали больше и тяжелее6 сильнее барабаньте кончиками пальцев по плечам. Если вы прислушаетесь, то услышите шум дождя…

Представьте, что дождик стал ещё сильнее: быстро постукивайте плоскими ладошками по плечам… Дождь постепенно утихает: барабаньте кончиками пальцев… Дождик совсем закончился, и наши ручки и ножки отдыхают.

Вытяните руки вверх над головой и представьте, что руками вы маните и зовёте солнышко, которое уже появилось из-за туч и облаков. Нарисуйте солнышко и его лучики на спинке… Потянитесь…Опустите руки.