«Где прячется злость?»

Цель: развитие способностей к сосредоточению, осознание своего **поведения или состояния**.

Ребенок с **агрессивным поведением**, а также другие дети, принимающие участие в игре, закрывают глаза; руку с вытянутым указательным пальцем поднимают вверх. Не открывая глаз, игроки должны словом или жестом ответить на вопрос: «Где у вас прячется злость? В коленях, в руках, в голове, в животе? А гнев? А раздражение? А грусть? А радость?».

«Передай сигнал»

Цель: сплочение группы, развитие способностей к сосредоточению и чувства ответственности.

Участники становятся в круг, держась за руки. Ведущий просит всех закрыть глаза и передать какой-нибудь сигнал( 2 раза пожать руку, поднять руку вверх и т. д.). Получив справа или слева сигнал должен передать его следующему по цепочке. Игра окончена. Когда ведущий получает переданный им сигнал. В игре используется принцип «испорченного телефона»

Повторяется несколько раз.

«Зеркало наоборот»

Цель: эмоциональное осознание своего **поведения**, снижение напряжения,

произвольный контроль, преодоление неуверенности.

Дети свободно располагаются в пространстве лицом к ведущему. Задача игроков выполнять действия противоположные тем, что показывает ведущий. Например, ведущий молчит, дети - кричат; ведущий сжимает руки в кулаки, дети - раскрывают **ладошки**; ведущий топает ногами, дети - хлопают в ладоши: ведущий раскидывает руки в стороны, дети - скрещивают руки на груди и т. д.

«Волшебный шарик»

Цель: снижение напряжения, **агрессивности**, развитие умения выразить свое эмоциональное состояние.

Дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладошек «лодочку». Затем он вкладывает каждому ребенку в **ладошки** стеклянный шарик и дает инструкцию: «Возьмите шарик в **ладошки**, согрейте его, сложите **ладошки вместе**, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и теперь по очереди расскажите о чувствах, которые возникли у вас во время выполнения упражнения».

«Ласковые слова»

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других, развитие навыков общения.

«Давайте, ребята, встанем в круг и будем передавать друг другу вот этот красивый шарик. Пока шарик у вас в руках, вы можете придумать ласковое слово и вместе с шариком передать его своему соседу, а он - своему и так - по кругу». Спросите детей, что приятнее получать - обидные или ласковые слова.

«Ласковые лапки»

Цель: снижение напряжения, **агрессивности**.

Взрослый кладет на стол 6-7 мелких предметов: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату. Ребенок закатывает рукава по локоть. Взрослый объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ребенка ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке, - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Можно поменяться с ребенком ролями.

«Волшебные клубочки»

Цель: снятие накопившегося внутреннего напряжения, невротических состояний.

«Ребята, смотрите, как много у нас разноцветных клубочков, какие они все красивые. Это волшебные клубочки, они тоже помогут избавиться нам от гнева. Каждый берет в руки по клубочку, распускает кончик нитки, чем гнев сильнее, тем кончик длиннее, и начинает быстро сматывать клубок. Молодцы!»

«Котик»

Цель: развитие умения выразить свое эмоциональное состояние, развитие способности к самовыражению, сплочение группы.

Дети находятся на ковре. Под спокойную музыку дети придумывают сказку про котика, который:

- нежится на солнышке (лежит на коврике)

-потягивается

- умывается

-царапает лапками с коготками коврик и т. д.

В качестве музыкального сопровождения можно воспользоваться записями аудиокассеты.

«Липучка»

Цель: эмоциональное осознание своего **поведения**, снижение напряжения,

произвольный контроль, развитие навыков общения.

Все дети двигаются, бегают по комнате, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстника. При этом они приговаривают: «Я липучка - приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «липучки» берут за руки, присоединяя его к своей компании. Затем они вместе ловят в свои «сети» других. Когда они все станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

«Дождик»

Цель: создание условий, которые помогают выходу энергии ребенка.

Ребенок вместе со взрослым хлопает в ладоши во все убыстряющемся темпе.

Ведущий «Набежали тучки и пошел дождик… Сначала редкие капли застучали по крыше. Но вот дождик стал сильнее, капли падают чаще, чаще. Настоящий ливень! Хорошо!