

## Декабрь.

### **Упражнения, направленные на повышение самоуважения ребенка, развитие спонтанности.**

#### **1. «Превратись в пластилинчик»**

Цель: способствовать развитию спонтанности детей.

Ведущий выбирает одного ребенка, предлагает ему представить, что он кусочек пластилина и из него можно что-то вылепить. Но для того, чтобы сделать, пластилинчик нужно размять. Ведущий разминает, растирает, ребенка «пластилинчика» и лепит из него какое-либо животное. Остальные ребята угадывают, какое животное было вылеплено.

#### **2. «Кто в домике живет»**

Цель: способствовать развитию самоуважения.

Дети забираются в «домики»-для этого каждый ребенок смыкает руки углом над своей головой в виде крыши. Ведущий «стучится в каждый дом» со словами: «Кто-кто в домике живет?» Ребенок называет свое имя. Затем ведущий спрашивает каждого ребенка: «Что ты любишь больше всего?»

«В чем ты самый лучший» т.п., а ребенок отвечает на вопросы.

#### **3. «Вырази чувства глазами»**

Цель: способствовать самовыражению детей.

Ребенок и взрослый по очереди задумывают какое-либо чувство и стараются выразить его только глазами. Другие дети пытаются угадать, какое чувство выражает тот или иной ребенок. Остальную часть лица надо чем-нибудь прикрыть, например, маской с прорезью для глаз.

#### **4. «Счастливый сон»**

Цель: способствовать самовыражению и развитию оптимизма.

Дети закрывают глаза и вспоминают свой самый счастливый сон или придумывают его, если такой сон еще не приснился. Затем рассказывают его группе и рисуют.

### **Упражнения, направленные на снижение у детей агрессивности и страхов.**

#### **5. «Почему подрались мальчики»**

Цель: развивать у детей рефлекссию (способность анализировать причины и следствия) своего агрессивного поведения.

Ведущий заранее готовит рисунок, на котором изображены дерущиеся мальчики. Показывает рисунок и предлагает придумать, почему подрались мальчики, чем закончится драка, будут ли они жалеть о том, что подрались, и как можно было бы поступить по-другому.

Можно использовать другие рисунки, задавая те же вопросы.

#### **6. «Я могу защитить....»**

Цель: формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях.

Дети и ведущий перебрасываются мячиком. Тот, у кого в руках мячик, заканчивает фразу «Я могу защитить...» или «Я могу защитить...., потому что....»