**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 1 «ШОВДА» Г. ГРОЗНЫЙ»**

**Конспекты индивидуальных занятий педагога-психолога**

**с застенчивыми детьми.**

г. Грозный – 2024 г.

**Октябрь**

 **ЗАНЯТИЕ 1**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительнос­ти;

**◊**развитие эмоционально-выразительных движений; развитие

**◊**коммуникативных способностей; снижение психоэмоционального напряжения.

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Прослушивание сказки «Три подружки».

Психолог читает детям сказку:

«Жили-были три подружки: свинка Хрюша, кошка Мур­ка, утка Крякушка. Однажды в теплый летний день они надели новые платья и пошли гулять. Мамы строго-настро­го наказали малышам не пачкаться и далеко друг от друга не отходить. Но Мурка увидела птичку, подкралась, про­тянула лапки, чтобы схватить ее, а птичка упорхнула. Зацепилась кошечка за пенек и разорвала платье. А тем вре­менем Хрюше захотелось полежать в глубокой луже. Забра­лась она в лужу, а вылезти не может. Утка Крякушка ста­ла помогать ей выбраться на сушу и потеряла при этом шляпу и башмачок.

Вот идут они с прогулки, опустив головы, громко плача. Что-то будет, что скажут мамы? Мамы встретили малышей около дома, очень удивились, расстроились и хо­тели их наказать. Но когда они узнали, что Крякушка вы­ручила Хрюшу, перестали сердиться и похвалили ее».

☻ Инсценировка сказки «Три подружки».

Психолог распределяет роли между детьми, показывая мимику всех персонажей, и предлагает разыграть сказку.

☼ Очень замкнутые дети выступают в роли зрителей.

☻ Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину.

Психолог говорит: «На счет 1,2, 3,4 — делайте глубо­кий вдох носом, на счет 4, 3,2,1 — выдыхайте через рот».

☼ Время выполнения 2—3 минуты.

**ЗАНЯТИЕ 2**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительно­сти;

**◊**развитие способности понимать эмоциональное состояние партнеров по общению;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

 игрушка « Чебурашка »;

магнитофон, кассета с записью «Песни Чебурашки» (сло­ва Э. Успенского, музыка В. Шаинского).

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Этюд «Робкий Чебурашка».

Психолог показывает детям Чебурашку, сажает его на стульчик и говорит:

«В детский сад пришел Чебурашка. Он очень стесняется, не хочет ни с кем разговаривать и играть. Я прочитаю ему стихотворение А. Бродского «Нови­чок». Может быть, это поможет ему стать более смелым.

В детский сад пришел Молчок — очень робкий новичок. Он сначала был не смел, с нами песенок не пел. А потом, глядим, привык: словно зайка — скок да прыг. До чего же осмелел: даже песенку запел!»

☻ Этюд «Смелый Чебурашка».

«Чебурашка» встает со стула, подпрыгивает и поет пе­сенку из мультфильма «Чебурашка» («Я был когда-то стран­ной игрушкой безымянной...»).

☻ Психолог предлагает кому-нибудь из детей взять Чебураш­ку и разыграть оба этюда.

☼ Разыгрывание этюдов повторяется 2—3 раза.

☻ Упражнение «Глубокое дыхание» (см. занятие 1).

**ЗАНЯТИЕ 3**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;.

**◊**развитие эмоционально-выразительных движений;

**◊**развитие умения входить в контакт, воспитание добро­желательного отношения к окружающим;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

мяч («волшебная палочка», сердечко, сшитое из ткани).

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Ласковое имя».

Дети встают в круг и, передавая мяч («волшебную па­лочку» , сердечко, сшитое из ткани), называют друг друга ласковым именем, например: Сереженька, Танюшаит.д.

☻ Игра «Кто это?».

Педагог предлагает детям показать, как двигаются кош­ка, медведь, лиса, заяц, лев. Дети выполняют задание.

Затем каждый из детей, не называя животное, изобра­жает его с помощью выразительных движений. Остальные участники игры угадывают, кого изобразил водящий.

☻ Упражнение «Лифт».

Психолог говорит:

«Положите ладонь на живот. Представьте, что жи­вот — это первый этаж дома. Немного выше находится желудок — это второй этаж дома. Подержите там ладонь. Теперь положите ладонь на грудь и представьте, что это третий этаж дома.

Приготовьтесь, мы начинаем «поездку на лифте»:

Вдохните ртом медленно и глубоко так, чтобы воздух дошел до первого этажа — до живота. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните так, чтобы воздух поднялся на один этаж выше — до желудка. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните — и «поднимите лифт» еще на один этаж — до груди. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Во время выдоха вы ощущаете, что напряжение и вол­нение выходят из тела, словно из дверей лифта».

☼ Упражнение выполняется стоя. Время выполнения 2—3 минуты.

 Дыхание задерживается на 2—3 секунды.

**ЗАНЯТИЕ 4**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительнос­ти;

**◊**формирование эффективных способов общения; развитие межличностного доверия;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки;

коврики (по количеству детей).

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Беседа о речи.

Психолог предлагает детям поговорить о речи. В ходе беседы обсуждаются следующие вопросы:

1. Зачем нужна речь?

2. Почему нужно говорить правильно и красиво?

3. Зачем нужны волшебные слова «пожалуйста» и «спасибо»?

4. С кем приятно общаться? »

5. Важно ли уметь выслушать другого?

6. Почему говорят, что словом можно ранить?

7. Как сделать речь более выразительной? (О роли ми­мики и жестов.)

☻ Упражнение «Слепой и поводырь».

Психолог расставляет по залу несколько стульев и раз­деляет детей на пары.

Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль слепого, другой — поводыря.

«Слепому» завязывают глаза, «поводырь» берет его за руку и ведет по залу, обходя стулья.

Затем дети меняются ролями.

Остальные дети («зрители») наблюдают за парой

 ☼После того как каждый ребенок побывает в разных ро­лях, выбирается лучший «поводырь».

☻ Упражнение «Порхание бабочки».

Дети ложатся на коврики на спину, руки вытянуты вдоль туловища, ноги выпрямлены, слегка раздвинуты.

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит:

«Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы види­те великолепную бабочку,' порхающую с цветка на цветок. Проследите за движениями ее крыльев. Движения ее крыль­ев легки и грациозны. Теперь пусть каждый вообразит, что он — бабочка, что у него красивые и большие крылья. Почув­ствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плав­ного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем яр­ких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и по­степенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чув­ствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы сади­тесь на мягкую пахучую серединку цветка. Вдохните еще раз его аромат... и откройте глаза. Расскажите о своих ощу­щениях».

Дети поочередно рассказывают о своих ощущениях.

**Ноябрь**

**ЗАНЯТИЕ 1**

 Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**развитие паралингвистических (внеязыковых) средств общения;

**◊**воспитание интереса и внимания к партнерам по общению; снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

магнитофон, кассета с записью произведения «Времена года» (музыка А. Вивальди).

**Ход занятия**

☻ Приветствие;

☻ Беседа «Как можно научиться общаться без слов».

Психолог предлагает детям обсудить.следующие вопросы:

1. Что дает возможность общаться с другими людьми?

2. Как можно с помощью жестов и мимики передать свое эмоциональное состояние?

☻ Упражнение «Иностранец».

 Психолог говорит:

«Представьте, что к нам в гости приехал иностранец, который не знает русского языка, а вы не знаете того язы­ка, на котором говорит он. Попробуйте пообщаться с ним, показать комнату, игрушки, пригласите пообедать. По­мните, что все это нужно сделать, не произнося слов».

☻ Упражнение «Водопад».

Психолог включает музыку и говорит:

«Закройте глаза и представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Небо светло-голубое. Воздух свеж. Вода чистая и прохладная. Она мягко струится по спине, стекает с ног и продолжает свой бег дальше. Постойте не­много под водопадом, позволяя воде омывать вас и уносить­ся прочь».

☼Упражнение выполняется стоя.

**ЗАНЯТИЕ 2**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительнос­ти;

**◊**развитие вербальных и невербальных средств общения;

**◊**формирование способности осознавать и выражать свое эмоциональное состояние;

**◊**развитие умения оказывать положительные знаки внима­ния сверстникам;

**◊**формирование адекватной самооценки, повышение уве­ренности в себе;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

 клубок ниток.

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Через стекло».

Психолог предлагает детям с помощью мимики и жес­тов передать следующие ситуации:

- У меня болит горло.

- Ты забыла надеть шарф, а на улице холодно.

- Я хочу пить, принеси мне стакан воды.

- Ты хочешь со мной порисовать?

☻ Упражнение «Связующая нить».

Все садятся на стульчики, расставленные по кругу. Психолог говорит:

«Сейчас мы будем, передавая друг другу клубок, разма­тывать нить и говорить о том, что мы чувствуем, что хо­тим получить для себя и пожелать другим».

Психолог, удерживая конец нити, рассказывает о своих чувствах, высказывает пожелания и передает клубок сидя­щему рядом ребенку. Упражнение продолжается.

Когда все дети выскажутся и клубок вернется к психо­логу, участники натягивают нить и закрывают глаза.

Психолог просит детей представить, что они составляют одно целое, но каждый из них важен и значим для всех.

☻ Упражнение «Жираф». Психолог говорит:

«Сделайте вдох — выдох и расслабьтесь.

Положите подбородок на грудь. Поверните голову на­право, затем налево. (Повторить три раза.)

Откиньте голову назад, опустите вперед. (Повторить три раза.)

Приподнимите плечи, опустите их. (Повторить три раза.)

Приподнимите правое плечо. (Повторить три раза.)

Приподнимите левое плечо. (Повторить три раза.)

 Сядьте прямо и удобно.

Почувствуйте, как расслаби­лась шея.

 Представьте себя с длинной, как у жирафа, шеей».

**☼** Упражнение выполняется сидя на стульчиках.

**ЗАНЯТИЕ 3**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**развитие паралингвистических средств общения;

**◊**сплочение группы, воспитание способности к согласован­ному взаимодействию;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки.

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Расскажи стихи без слов».

Взрослый читает детям стихотворение Е. Ефимовского:

«Ждет гостей сегодня кошка

Й волнуется немножко:

«Что ж так долго не идут?»

Ну а гости тут как тут...

Все спешат поздравить кошку.

Белка в тележке везет орешки.

Кудрявый барашек с букетом ромашек.

Катит медвежонок меду бочонок.

Тащит петушок проса мешок.

А кот Тимофей принес двух мышей.

Еще один гость принес в зубах кость.

Всем подаркам кошка рада,

С одного не сводит взгляда,

Догадайтесь поскорей:

Чей подарок всех милей?»

☻ Инсценировка стихотворения «Ждет гостей сегодня кошка...».

Психолог распределяет роли между детьми. Под повтор­ное чтение текста дети разыгрывают сюжет.

☻ Упражнение «Цветок».

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит:

«Сядьте на корточки, опустите голову и руки.

Представьте, что вы семечки, из которых вырастут прекрасные цветы.

Вот теплый луч солнца достиг земли и согрел в ней се­мечко.

Из семечка проклюнулся росток.

 Из ростка вырос прекрасный цветок.

Встаньте, поднимите и разведите руки в стороны.

Нежится цветок на солнышке.

Подставляет теплу и свету каждый лепесток, поворачивая головку вслед за солн­цем.

Приподнимите подбородок, представьте, что вы смот­рите на солнышко из-под опущенных век, улыбнитесь, мед­ленно поворачивайте голову вправо — влево.

А теперь расскажите о том, что вы чувствовали, ког­да были цветами».

**ЗАНЯТИЕ 4**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

два листа бумаги, простой карандаш, ластик и набор цвет­ных карандашей (для каждого ребенка);

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки;

коврики (по количеству детей).

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Рисуем себя».

Психолог раздает детям листы бумаги, карандаши и предлагает нарисовать два рисунка:

«Каким я был, когда начал заниматься в группе»,

«Каким я представляю себя сейчас».

**☼** После выполнения задания с каждым из детей прово­дится

индивидуальная беседа по рисункам.

☻ Упражнение «Необычная радуга».

Психолог включает спокойную расслабляющую музы­ку и говорит:

«Лягте удобно, расслабьтесь, дышите ровно и глубоко.

Закройте глаза. Представьте, что перед ваши­ми глазами необычная радуга.

Первый цвет — голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает глаз в жару, он освежает тебя, как купание в озе­ре. Ощутите эту свежесть.

Следующий — желтый цвет. Желтый приносит нам радость, он согревает нас, как солнышко, он напоминает нам нежного пушистого цыпленка, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение.

Зеленый — цвет мягкой лужайки, листьев и теплого лета. Если нам не по себе, и мы чувствуем себя неуверенно, зеленый цвет поможет чувствовать себя лучше.

Откройте глаза. Что вы чувствовали и ощущали, ког­да представляли себе, что смотрите на голубой, желтый и зеленый цвет? Возьмите с собой эти ощущения на весь день».

**Декабрь**

ЗАНЯТИЕ 1

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊развитие паралингвистических средств общения;

◊формирование адекватной самооценки, повышение уве­ренности в себе;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию:*

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Незнайка».

Психолог говорит:

«Представьте, что каждый из вас — Незнайка. Я буду задавать вопросы, а вы только пожимайте плечами и раз­водите руками».

Примерные вопросы:

— Вы сегодня завтракали в детском саду?

— На улице холодно (тепло)?

— У вас есть теплая одежда?

— Какого цвета небо?

— Вам нравятся рыбки в аквариуме?

— Вы сегодня пойдете гулять? И т.д.

☻ Игра «Змейка».

Выбирается ведущий. Дети встают за ним в колонну, кладут руки на плечи впереди стоящих. В таком положении им нужно преодолевать различные препятствия:

подняться на пуфик и сойти с него;

проползти под столом;

обогнуть воображаемое озеро и т.д.

Игра повторяется.

☼ Каждый из детей должен побывать в роли ведущего.

☻ Упражнение «Цветок» (см. занятие 3, ноябрь).

ЗАНЯТИЕ 2

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊формирование адекватной самооценки, повышение уве­ренности в себе;

◊развитие паралингвистических средств общения;

◊воспитание способности к согласованному взаимодей­ствию;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Дракон ловит свой хвост».

Дети стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего. Первый ребенок — это «голова дракона», после­дний — «кончик хвоста». Первый играющий (водящий) пы­тается схватить последнего — «дракон ловит свой хвост». Остальные дети цепко держатся друг за друга.

Когда «дракон поймает свой хвост», водящий меняет­ся, игра повторяется.

В роли водящего должен побывать каждый ребенок.

☻ Этюд «Два клоуна».

Психолог делит детей на пары и предлагает каждой паре разыграть следующий этюд:

«Два веселых клоуна, не замечая друг друга, жонглиру­ют воображаемыми цветными кольцами. Вдруг они сталкиваются спинами и падают, им смешно. Они сидят и гром­ко хохочут. Затем клоуны встают и бросают кольца друг другу».

Пары поочередно выполняют задание.

 ☻ Упражнение «Марионетка». Психолог говорит:

«Представьте, что вы превратились в кукол, которые выполняют те движения, которые нужны кукловодам — так называют актеров кукольного театра.

Встаньте прямо и замрите в позе куклы. Ваше тело стало твердым, как у Буратино.

Напрягите плечи, руки, пальцы, представьте, что они деревянные.

Напрягите ноги и колени, пройдитесь так. Ваше тело словно деревянное.

Напрягите лицо и шею. Наморщите лоб, сожмите че­люсти.

А теперь скажите себе: «Расслабься и размякни». Мышцы расслабляются. Напряжение уходит. Можно помассиро­вать одной рукой другую, затем кончиками пальцев погла­дить лицо».

ЗАНЯТИЕ 3

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности; развитие коммуникативных навыков;

◊воспитание способности к согласованному взаимодей­ствию;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляю­щей музыки;

коврики (по количеству детей).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Разыгрываем сказку».

Психолог делит детей на две команды и предлагает каж­дой команде подготовить и показать с помощью выразитель­ных движений отрывок известной сказки (фрагмент мульт­фильма).

Команды проводят репетицию, а затем поочередно по­казывают пантомимические сценки. Следя за выступлени­ем «артистов», «зрители» (участники другой команды) дол­жны догадаться, какая сказка (какой мультфильм) разыг­рывается и кто какую роль исполняет.

☻ Упражнение «Волшебный сон».

Психолог включает спокойную расслабляющую музы­ку и говорит:

«Лягте удобно, закройте глаза. Внимательно слушай­те и повторяйте про себя мои слова. «Волшебный сон» за­кончится, когда я скажу: «Всем открыть глаза и встать»

Мы спокойно отдыхаем,

Мы спокойно отдыхаем.

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают,

Наши руки отдыхают,

Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена и расслаблена.

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляются,

Все чудесно расслабляются,

Дышится легко, ровно, глубоко.

Хорошо нам отдыхать

Но пришла пора вставать

(Музыка выключается.)

Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем. Потянуться. Улыбнуться. Всем открыть глаза и встать!»

ЗАНЯТИЕ 4

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊сплочение группы, воспитание интереса и внимания к партнерам по общению;

◊развитие вербальных и невербальных средств общения;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

 магнитофон, кассета с записью веселой мелодии, кассета с записью спокойной, расслабляющей музыки;

мяч.

коврики (по количеству детей).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Веселый мячик».

Психолог включает аудиозапись любой танцевальной мелодии.

Дети встают в круг и передают мяч друг другу со слова­ми: «Ты катись, веселый мячик, быстро-быстро по рукам, чтоб не скучно было нам».

Ребенок, получивший мяч при последнем слове, выхо­дит в центр круга и танцует под музыку.

☻ Этюд «Встреча с другом».

Психолог делит детей на пары и предлагает каждой паре с помощью выразительных движений разыграть следую­щий этюд: «Друзья встретились после разлуки. Как же они обрадовались друг другу!»

Пары поочередно выполняют задание.

☻ Упражнение «Полет высоко в небе».

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Лягте в удобное положение. Закройте, глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представь­те, что вы находитесь на ароматном летнем лугу. Над вами теплое летнее солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуе­те себя абсолютно спокойными и счастливыми. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями.

Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает кры­льями. Вы слышите звук крыльев, энергично рассекающих воздух.

Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он — пти­ца. Представьте, что это вы медленно парите, плывете в воздухе и ваши крылья распростерты, в стороны, ваши кры­лья рассекают воздух. Наслаждайтесь свободой и прекрас­ным ощущением парения в воздухе.

А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближай­тесь к земле.

Вот вы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и пре­красное ощущение полета, которое сохранится на весь день».

Январь

ЗАНЯТИЕ 1

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊развитие способности определять эмоциональное состо­яние по схематическим изображениям;

◊развитие самосознания и индивидуальности;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

наборы карточек со схематическим изображением лиц в разных эмоциональных состояниях (радость, грусть, злость, удивление, обида, спокойствие);

листы бумаги, наборы цветных карандашей или краски и кисточки (по количеству детей).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Угадай эмоцию».

Психолог дает каждому ребенку набор карточек со схе­матическим изображением лиц в разных эмоциональных состояниях (радость, грусть, злость, удивление, обида, спо­койствие) и говорит:

«Попробуйте определить, какое настроение у каждого из нарисованных человечков».

После того как задание будет выполнено, психолог пред­лагает каждому из детей выбрать то изображение, которое соответствует его настроению.

☻ Беседа «Способы повышения настроения».

Психолог предлагает детям обсудить, как можно улуч­шить свое настроение.

☼ При возникновении затруднений психолог подсказыва­ет способы повышения настроения (подумать о чем-ни­будь приятном, послушатьлюбимую сказку, потанце­вать под музыку и т.д.).

☻ Упражнение «Рисуем свое настроение».

Психолог раздает детям листы бумаги, цветные каран­даши (краски) и предлагает нарисовать свое настроение.

☼ после выполнения задания с каждым из детей прово­дится

индивидуальная беседа по рисунку.

ЗАНЯТИЕ 2

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки;

◊развитие социальных эмоций, коммуникативных способ­ностей;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Незаконченные предложения».

Психолог предлагает детям закончить следующие пред­ложения:

— Я люблю, когда...

— Меня беспокоит...

— Мне плохо, когда...

— Я не могу...

— Я хорошо умею.»

После выполнения задания детей просят дать пояснения к ответу. Дети составляют мини-рассказ.

Психолог обсуждает с детьми способы разрешения про­блемных ситуаций.

☼ Некоторые ситуации рекомендуется инсценировать.

☻ Упражнение «Воздушный шарик».

Дети сидят на стульчиках.

Психолог говорит: «Откиньтесь на спинку стула, спи­на прямая и расслабленная, руки сложены на груди так, чтобы пальцы сходились.

Глубоко вдохните воздух носом, представьте, что ваш живот — это воздушный шарик. Чем глубже вдыхаешь, тем больше шарик. А теперь выдыхайте ртом, чтобы воздух уле­тел из шарика.

Не торопитесь, повторите. Дышите и представляйте себе, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше.

Медленно выдыхайте ртом, как будто воздух выходит из шарика.

Сделайте паузу, сосчитайте до пяти.

Снова вдохните и наполните легкие воздухом.

Выдохните, почувствуйте, как воздух выходит через легкие, горло, рот.

Дышите и чувствуйте, как вы наполняетесь энергией и хорошим настроением».

ЗАНЯТИЕ 3

*Задачи:*

преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки;

развитие социальных эмоций, коммуникативных способ­ностей;

снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию:*

магнитофон, кассета с записью бодрой энергичной музыки.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Расскажи о том, что тебе нравится в себе ».

Психолог предлагает детям поочередно рассказать о том, что они любят, ценят и принимают в себе, о том, что дает им чувство уверенности.

☼ При возникновении затруднений психолог сам отме­чает положительные качества, присущие ребенку.

☻Этюд «Встреча с другом» (см. выше).

☻ Упражнение «Веселая зарядка».

Дети сидят с закрытыми глазами на ковре или на стуль­чиках.

Психолог говорит:

«Тело устает за день, и ему нужен отдых — сон. Спя­щий человек похож на выключенную машину. Но впереди новый день, очень много интересных дел и приключении. Надо подготовить себя к ним. Для того чтобы машина заработала, нужно завести мотор. (Психолог включает аудиозапись бодрой, энергичной музыки.) Давайте дружно попрыгаем! Теперь представьте, что вы — проснувшиеся кошечки. Неторопливо вытяните передние лапки, а те­перь — задние лапки.

Давайте изобразим божьих коровок, которые лежат на спине. Удастся ли им встать на лапки без посторонней по­мощи?

Вздохнем поглубже и превратимся в воздушные шари­ки. Мы стали такими легкими, что кажется, еще чуть-чуть — и полетим.

Чтобы подрасти, потянемся вверх, как жирафы.

Чтобы стать ловкими и сильными, попрыгаем, как кенгуру.

Сейчас будем изображать маятник часов. Покачаемся из стороны в сторону.

А ну-ка, запустим самолет. Крутим пропеллер изо всех сил.

Мы получили заряд бодрости и уверенности в себе на весь день. Молодцы!»

ЗАНЯТИЕ 4

*Задачи:*

◊ преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊ развитие вербальных и невербальных средств общения;

◊ воспитание интереса и внимания к партнерам по общению;

◊ снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

шарф;

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляю­щей музыки;

коврики (по количеству детей).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Заколдованный ребенок».

Психолог предлагает детям поочередно сыграть роль за­колдованного ребенка, который потерял способность гово­рить и может объясняться только с помощью мимики и же­стов.

Психолог задает водящему (« заколдованному ребенку») различные вопросы, тот, используя выразительные движе­ния, отвечает на них.

Остальные дети стараются понять и «перевести» ответы водящего.

☻ Игра «Жмурки».

С помощью считалки выбирается водящий. Психолог завязывает ему глаза шарфом. Задача водящего — поймать кого-нибудь из игроков. Пойманный ребенок становится но­вым водящим, игра продолжается.

☼ В роли водящего должен побывать каждый ребенок. Если игрок «попался» во второй раз, ему предлагают сесть на стульчик, а нового водящего выбирает психо­лог.

☻ Упражнение «Отдых на море».

Психолог включает спокойную расслабляющую музы­ку и говорит: «Лягте в удобное положение, закройте глаза и слушайте мой голос.

Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, солнце теплое. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть морской воды.

Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен.

Приятное ощущение свежести и бодрости охватыва­ет лицо, шею, плечи, спину, живот, руки и ноги. Вы чувству­ете, как тело становится легким, сильным и послушным.

Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться.

Открываем глаза. Мы полны сил и энергии. Постарай­тесь сохранить эти ощущения на весь день».

Февраль

**ЗАНЯТИЕ 1**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**сплочение группы, воспитание способности к согласован­ному взаимодействию;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

«билеты» (по количеству детей);

наборы для конструирования;

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки.

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Игра «Путешествие». Психолог говорит:

«Давайте представим., что мы сели в поезд и отправи­лись путешествовать. В пути поезд будет делать останов­ки на станциях «Лесная», «Театральная», «Конструктор­ская», «Игровая». Название станции подскажет, чем мы будем заниматься во время остановки. Например, на стан­ции «Лесная» мы прогуляемся по воображаемому лесу, послу­шаем пение птиц, полюбуемся цветами и деревьями, посо­бираем грибы и ягоды, посмотрим на лесных обитателей».

Психолог раздает подготовленные заранее «билеты».

Дети садятся на стоящие в ряд стульчики — «поезд от­правляется в путь».

**☼**На станции «Театральная» детям предлается рассказать стихи, спеть песни, потанцевать; на станции «Конструк­торская» даются любые задания по конструированию; на станции «Игровая» проводится совместная подвиж­ная игра. Название станций и соответственно вид дея­тельности детей можно менять по желанию педагога.

☻ Упражнение «Тихое озеро».

Педагог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит:

«Внимание! Мы прибыли на станцию, которая называ­ется «Тихое озеро». Выйдите из поезда, лягте на ковер. Зак­ройте глаза и слушайте меня.

Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находи­тесь возле тихого, прекрасного озера. Слышно лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставля­ет вас чувствовать себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите щебет птиц и стрекотанье кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаж­дается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете...

А теперь открываем глаза. Мы снова в детском саду, мы хорошо отдохнули, у нас бодрое настроение, и приятные ощущения не покинут нас в течение всего дня».

**ЗАНЯТИЕ 2**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки;

**◊**развитие социальных эмоций, коммуникативных способ­ностей;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

лепестки разного цвета (по количеству детей); коробка;

магнитофон, кассета с записью веселой музыки.

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Игра «Лети, лети, лепесток».

Психолог дает каждому ребенку бумажный лепесток.

Детям предлагается загадать желание, запомнить цвет своего лепестка и опустить его в коробку. После того как со­браны все лепестки, психолог начинает доставать их по од­ному из коробки. Тот, кому принадлежит лепесток, подки­дывает его и произносит слова:

«Лети, лети, лепесток. Через запад на восток, Через север, через юг. Возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли, Быть по-моему вели!»

Рассказав рифмовку ребенок называет свое желание.

**☼**В конце упражнения рекомендуется обсудить, какие желания понравились большинству детей и почему.

☻ Игра «Ах, какой я молодец!».

Дети движутся по кругу подскоками.

Психолог называет любые числа. Когда прозвучит чис­ло «пять», дети останавливаются, хлопают в ладоши и про­износят: «Ах, какой я молодец!»

Игра продолжается.

**☼** Можно использовать музыкальное сопровождение.

☻ Упражнение «Насос и мяч».

Психолог предлагает детям разделиться на пары. Один из детей изображает мяч, другой — насос. Каждый ребенок выполняет движения в соответствии с полученной ролью.

«Мяч сдутый» — ребенок сидит на корточках.

«Насос надувает мяч» — ребенок делает соответству­ющие движения руками, сопровождая их звуками «С-с-с...».

«Мяч становится все больше» — ребенок постепенно встает, надувает щеки, поднимает руки вверх.

«Насос прекращает работу» — ребенок делает вид, что выдергивает шланг.

«Мяч вновь сдувается» — ребенок медленно садится, выпускает воздух из щек, опускает руки.

Упражнение повторяется несколько раз, затем дети ме­няются ролями.

**ЗАНЯТИЕ 3**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**развитие умения оказывать положительные знаки вни­мания сверстникам;

**◊**развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы к занятию:

 мяч.

**Ход занятия**

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Комплименты».

Дети встают в круг. Психолог, отдавая мяч одному из детей, говорит ему комплимент. Ребенок должен сказать «спасибо» и передать мяч соседу, произнося при этом ласко­вые слова в его адрес. Тот, кто принял мяч, говорит «спаси­бо» и передает его следующему ребенку.

Дети, говоря комплименты и слова благодарности, пе­редают мяч сначала в одну, потом в другую сторону.

☻ Упражнение «Закончи предложение».

Психолог предлагает детям поочередно закончить сле­дующие предложения:

— Я умею...

— Я смогу...

После того как ребенок произнесет окончание фразы, все хлопают в ладоши.

☻ Упражнение «Самолет».

Психолог говорит:

«Самолеты готовятся к взлету. Займите позицию го­товности, встаньте прямо и разведите руки в стороны.

Теперь каждый из вас представит, что его самолет раз­гоняется и, взлетев, набирает высоту.

Крылья рассекают воздух. Мотор гудит ровно и мощ­но. Самолет уверенно летит над облаками. Запомните ощу­щение полета.

Самолет заходит на посадку и плавно приземляется.

Если вы когда-нибудь почувствуете нерешительность, представьте, что вы летите вперед и вверх!»

**ЗАНЯТИЕ 4**

Задачи:

**◊**преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

**◊**сплочение группы, воспитание способности к согласован­ному взаимодействию;

**◊**развитие интереса и внимания к партнерам по общению;

**◊**развитие самосознания и индивидуальности;

**◊**снижение психоэмоционального напряжения.

**Ход занятия**

☻Приветствие.

☻ Игра «Строители».

Психолог предлагает каждому ребенку построить себе дом, используя предметы, находящиеся в игровой комнате. После выполнения задания задаются вопросы:

— Удобно ли тебе будет жить в этом доме?

— Где ты разместишь приехавших к тебе гостей?

— Кто будет жить в этом доме кроме тебя? И т.д.

По окончании беседы детям предлагается построить об­щий дом.

☻ Упражнение «Робот».

Психолог предлагает детям разделиться на пары. Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль изобрета­теля, другой — робота.

«Робот», ища спрятанный предмет, движется по указа­нию «изобретателя» прямо, влево и т.д.

 Потом дети меняются ролями. Упражнение повторяется.

**☼** После того как каждый ребенок побы вает в разн ых ро­лях, психолог спрашивает: «Кем больше понравилось быть — изобретателем или роботом? Почему?»

☻ Упражнение «Лифт» (см. выше).

 Март

ЗАНЯТИЕ 1

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊развитие вербальных и невербальных средств общения;

◊развитие интереса и внимания к партнерам по общению;

◊сплочение группы, воспитание способности к согласован­ному взаимодействию;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию:*

магнитофон, кассета с записью произведения «Времена года» (музыка А. Вивальди).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Упражнение «Зеркало».

Психолог предлагает детям разделиться на пары. Один из детей, входящих в пару, будет исполнять роль зеркала. Зада­ча «зеркала» — повторять все движения и жесты, которые будет показывать ребенок. Потом дети меняются ролями. Л После того как каждый ребенок побывает в разных ролях, психолог спрашивает: «Кем больше понрави­лось быть — ребенком или зеркалом? Почему?»

☻ Игра «Путешествие».

Психолог приглашает детей отправиться в воображае­мое путешествие. Дети по инструкции психолога имитируют различные движения и разыгрывают мини-ситуации: изображают деревья в лесу, зайчиков, убегающих от лисы, путешественников, плывущих на лодке, взбирающихся на вершину горы, переходящих горный ручей по узкому мос­тику, и т.п.

☻ Упражнение «Водопад» (см. выше).

ЗАНЯТИЕ 2

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊сплочение группы, воспитание доброжелательного отно­шения к окружающим;

◊развитие коммуникативных способностей;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию:*

мяч («волшебная палочка», сердечко, сшитое из ткани);

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки;

коврики (по количеству детей).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Смелые мышки».

С помощью считалки или по желанию выбирается водя­щий — «кот», который сидит и наблюдает за остальными детьми — «мышками».

«Мышки» начинают подходить к «коту» с началом сти­хотворного текста:

«Вышли мыши как-то раз

Поглядеть, который час.

Раз-два-три-четыре,

Мыши дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон!

Убежали мышки вон».

Услышав последнее слово стихотворения, «мышки» раз­бегаются, а «кот» их ловит. Пойманный ребенок становится водящим, игра продолжается.

☼ В роли водящего должен побывать каждый ребенок. Если игрок «попался» во второй раз, ему предлагают сесть на стульчик, а нового водящего выбирает пси­холог.

☻ Упражнение «Ласковое имя» (см. выше).

☻ Упражнение «Путешествие в волшебный лес».

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Лягте удобно и закройте глаза. Представьте себе, что вы в лесу, где много деревьев, кустарников и всевоз­можных цветов. В самой чаще стоит белая каменная ска­мейка, присядем на нее.

Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: пахнет влажная зем­ля, ветер доносит запасе сосен. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путеше­ствия. Пусть они будут с вами весь день».

ЗАНЯТИЕ 3

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊воспитание интереса и внимания к партнерам по общению;

◊развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

шарф.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Улиточка».

С помощью считалки или по желанию выбирается водя­щий — «улиточка».

Дети встают в круг, водящий — в центр круга, ему завя­зывают глаза.

Игрок, на которого указал психолог, изменяя голос, про­износит:

«Улиточка, улиточка.

Высунь-ка рога.

Дам тебе я сахару,

Кусочек пирога.

Угадай, кто я?»

Тот ребенок, чей голос угадал водящий, становится «улиточкой», игра продолжается.

☼В роли водящего должен побывать каждый ребенок.

☻ Беседа «Наши имена».

Психолог предлагает детям поговорить об именах. В ходе беседы обсуждаются следующие вопросы:

1. Нравятся ли вам свои имена? Почему?

2. Если бы вам предложили выбрать себе новые имена, вы бы согласились? Почему?

☼После ответов на вопросы рекомендуется рассказать о знаменитых людях, которые носили или носят те же имена, что и дети в группе.

☻Упражнение «Расскажи о том, что тебе нравится в себе» (см. выше).

☻Упражнение «Глубокое дыхание» (см. выше).

ЗАНЯТИЕ 4

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊развитие самосознания, формирование адекватной само­оценки, повышение уверенности в себе;

◊развитие вербальных и невербальных средств общения.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Беседа «Как мы боремся с трудностями».

Психолог говорит:

«Нужно ли бояться ошибок и неудач? Конечно же, нет! Каждый день мы. учимся делать что-то новое. А когда дела­ешь что-нибудь новое, сложно обойтись без ошибок и неудач. Трудности, с которыми мы справляемся, делают нас силь­нее, умнее, увереннее в себе. Главное — не расстраиваться, не опускать руки, не обвинять себя и окружающих в том, что не повезло. Нужно терпеливо исправлять ошибки, пре­одолевать трудности.

Многие из вас слышали слова «на ошибках учатся». Так и есть — наши ошибки помогают нам понять, что было сделано не так, и в следующий раз поступать правильно и добиваться успеха. А что делать, если вы попали в слож­ную ситуацию и одному справиться с ней трудно? Конечно, нужно попросить помощи у тех, кто находится рядом — у взрослых и у друзей».

Детям предлагается обсудить способы преодоления труд­ностей, вспомнить и привести примеры различных жизнен­ных ситуаций.

☻ Упражнение «Разыгрывание ситуаций».

Психолог предлагает детям разыграть следующие ситу­ации:

— В группе появился новый мальчик (девочка), и ты остался с ним наедине. Что ты будешь делать?

— Обидели твоего товарища, а ты оказался рядом. Что ты будешь делать?

— У тебя потерялась игрушка в детском саду. Как ты поступишь?

Выбор ситуаций для разыгрывания определяется хо­дом предыдущей беседы.

☻ Упражнение «Закончи предложение».

Дети поочередно заканчивают следующие предложения:

— Я хочу...

— Я умею...

— Я смогу...

— Я добьюсь...

После того как ребенок произнесет окончание фразы, все хлопают в ладоши.

Апрель

ЗАНЯТИЕ 1

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительнос­ти; >

◊сплочение группы, воспитание способности к согласован­ному взаимодействию;

◊формирование адекватной самооценки, повышение уве­ренности в себе;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

наборы конструкторов (строительного материала).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Паровозик».

С помощью считалки или по желанию выбирается водя­щий — «паровозик». Остальным детям отводится роль ва­гончиков. «Паровозик» поочередно «подъезжает» к каждо­му из «вагончиков» и знакомится с ним. При назывании име­ни необходимо добавить к нему «хорошее» слово, например:

— Я смелый паровозик Саша, а ты кто?

— Я красивый вагончик Ира.

☻ Игра «Строители»,

Психолог предлагает детям, используя наборы конст­рукторов, коллективно построить «Волшебный город».

☻ Упражнение «Скала». Психолог говорит:

«Встаньте прямо, поставьте ступни ног параллельно, на небольшом расстоянии друг от друга. Голова, шея, пле­чи — выпрямлены, но не напряжены. Покачайтесь с носка на пятку, плавно прижимая пятки к полу.

Напрягите мышцы ног, живота и груди. Ощутите себя плотными и неподвижными, как скала.

Я подойду к каждому из вас и попытаюсь слегка толк­нуть в плечо. Напрягись, сопротивляясь толчку.

Расслабьтесь и пройдитесь. Вы чувствуете уверенность в своих силах, большую устойчивость».

ЗАНЯТИЕ 2

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊развитие умения оказывать положительные знаки вни­мания сверстникам;

◊формирование адекватной самооценки, развитие уверен­ности в себе;

◊развитие вербальных и невербальных средств общения;

◊ снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

 мяч;

магнитофон, кассета с записью веселой музыки.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «Ладошки».

Психолог предлагает детям разделиться на пары. Дети, входящие в пару, поворачиваются друг к другу лицом, со­единяют ладошки и движутся под Музыку, преодолевая раз­ные препятствия — огибают пуфики, стулья, пролезают сквозь обруч, идут по узкому «мостику» и т.д.

☻ Упражнение «Я знаю».

Дети встают в круг и передают друг другу мяч со слова­ми одобрения:

«Я знаю, ты. можешь ... (хорошо дружить, быстро бе­гать и т.п.)»

☼ При возникновении затруднений, психолог предлагает свою помощь.

☻ Ролевая гимнастика.

Психолог предлагает детям:

а) улыбнуться, как ласковое солнышко;

б) изобразить кота, греющегося под солнечными лучами;

в) нахмуриться, как осенняя туча;

г) изобразить разъяренного льва, готового к прыжку;

д) попрыгать, как кузнечик, как кенгуру;

е) изобразить походку уверенного в себе человека.

☻ Упражнение «Глубокое дыхание» (см. выше).

ЗАНЯТИЕ 3

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительнос­ти;

◊сплочение группы, воспитание способности к согласован­ному взаимодействию;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

большой лист плотной бумаги;

наборы цветных карандашей или мелков (по количеству детей);

магнитофон, кассета с записью спокойной расслабляющей музыки.

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Коллективный рисунок «Волшебная страна».

Психолог предлагает детям придумать волшебную стра­ну, дать ей название и. изобразить ее на большом листе плот­ной бумаги.

После обсуждения каждый ребенок рисует на своей час­ти картины то, что хочет.

По окончании рисования дети поочередно показывают свои работы и рассказывают о них.

☻Упражнение «Придуманная страна».

Психолог включает спокойную расслабляющую музы­ку и говорит:

«Сядьте (лягте) удобно, закройте глаза. Представь? те, что вы находитесь в той стране, которую только что нарисовали. Вам хорошо и спокойно. Вы можете делать все, что вам хочется».

Далее психолог описывает объекты, изображенные на картине. Например:

«Вы видите чистый берег и воду. Поплавайте в море. Ощутите приятную свежесть морской воды».

Психолог предлагает детям открыть глаза, рассказать о своих чувствах, ощущениях и запомнить их.

ЗАНЯТИЕ 4

*Задачи:*

◊преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;

◊воспитание интереса к партнерам по общению;

◊развитие самосознания и индивидуальности;

◊снижение психоэмоционального напряжения.

*Материалы к занятию*:

листы бумаги, простые карандаши, ластики, наборы цвет­ных карандашей (по количеству детей);

мяч («волшебная палочка», сердечко, сшитое из ткани).

Ход занятия

☻ Приветствие.

☻ Игра «На кого я похож».

Все садятся в круг. С помощью считалки или по жела­нию выбирается водящий, который выходит в центр круга, а остальные игроки отвечают на вопросы психолога:

— На какое животное он похож?

— На какую птицу?

— На какое дерево?

— На какой цветок? И т.д.

☼ Водящий тоже дает свои варианты ответов. В роли во­дящего должен побывать каждый ребенок.

☻ Упражнение «Рисуем себя» (см. выше).

☻ Упражнение «Пожелания».

Дети садятся в круг и передавая мяч («волшебную па­лочку», сердечко, сшитое из ткани), высказывают друг дру­гу пожелания, например:

— Желаю тебе хорошего настроения.

— Всегда будь таким, же смелым (добрым, красивым...), как сейчас. И т.п.

☻ Упражнение «Самолет» (см. выше).