**КГУ «Запорожская средняя школа»**

**Тренинговое занятие**

**«Это Я - такой...!»**



**Составила:**

**Педагог – психолог : Мокряк Т.А.**

**.**

**2020г.**

**Занятия с элементами тренинга** **«Это я такой....»**

**Цель:** повышение активности и самооценки учащихся.

**1.Упражнение «Браво»**

**Цель:**создать атмосферу взаимного принятия и хорошего настроения, повысить самооценку детей.

Инструкция: Кто из вас бывал в театре или в цирке и видел, как публика восторженно рукоплещет артистам в конце представления? Кто из вас, хотя бы в своих мечтах, хотел оказаться на сцене и заслужить восторженные аплодисменты зрительного зала? Я считаю, что время от времени каждый из нас заслуживает аплодисментов.

(Поставьте стул в центре класса и попросите всех плотно окружить его со всех сторон). Каждый из детей получает гром аплодисментов.

Обсуждение: Понравилось ли тебе получать аплодисменты? Понравилось ли хлопать в ладоши?

1. **Упражнение «Красивое имя (контур)**

**Цель:** игра может повысить у ребенка уровень самовосприятия

Написать свое имя на листе бумаги ярким фломастером.

Затем предлагается разрисовать , украсить, раскрасить свое имя так, чтобы получилось очень ярко и красиво. (можно использовать контур фигуры мальчика или девочки, соответствующий полу ребенка) или рисунок **«Мое ожившее имя»** Предлагается представить, что их имя оджило и превратилось в животное и нарисовать это животное.

Обсуждение: Понравилось ли тебе рисовать? Нравится ли тебе твое имя?

**3.Игра « Жил был один мальчик.... Жила была одна девочка...»»**

**Цель:** дать детям возможность рассказать что-нибудь о себе без стеснения , отмечая свои положительные качества и не скрывая отрицательных.

Инструкция: Я хотел (а) бы, чтобы мы лучше узнали друг друга. Для этого я хочу предложить вам следующую игру. Я начну рассказывать вам сказку, вы внимательно слушаете, а затем я кому то из вас предложу продолжить эту сказку. Иногда я буду вставлять различные проблемные ситуации, а вы должны будете ее продолжить.

Начало сказки: Жил был мальчик, его звали Родион, о одет в белую футболку и черные шорты. , затем я предлагаю ребенку пормочь мне и продолжить сказку. (если ребенок будет говорить « и пошел мальчик гулять . Он гулял, гулял ...-психолог может тут же добавить «Как вдруг наступила ....Дальше должен продолжить ребенок»

Обсуждение: Трудно ли было продолжить сказку? Мешало ли вам мое вмешивание с проблемной ситуацией?

**Ритуал прощания**

«Я -это я и это замечательно!

Я такой ,какой я есть и я счастлив быть здесь»