

Консультация для педагогов

Упражнения, направленные на повышение самоуважения ребенка, развитие спонтанности с 5 лет

1. «Мимическая гимнастика»

Цель • способствовать развитию спонтанности детей.

Дети по очереди изображаютте или иные чувства: страх, гнев, обиду, злость, любовь и т. п. При этом они как будто смотрятся в зеркало. Роль «зеркала» играет вся остальная группа. Дети повторяют («отзеркаливают») изображенное ребенком чувство.

2. «Я очень хороший»

Цель • способствовать повышению самооценки детей.

Ведущий предлагает детям повторить вслед за ним несколько слов. Каждый раз ведущий произносит слово с разной громкостью: шепотом, громко, очень громко. Таким образом, все дети прошептывают, затем проговаривают, затем кричат слово «Я», затем — слово «очень», потом — слово «хороший».

3. «Скажи Мишке добрые слова»

Цель • способствовать повышению самооценки детей.

Дети перебрасываются мячиком и вспоминают, какие хорошие качества бывают у людей. Затем ведущий «приглашает» на занятие игрушечного мишку. Дети придумывает для него хорошие слова, заканчивая предложение «Ты —... (добрый, старательный, веселый)». Затем каждый по очереди «превращается в мишку» (при этом берет его в руки), а остальные дети говорят ребенку в роли мишки добрые слова.

4. «Непослушные подушки»

Цель • предоставить ребенку возможность «легального» проявления непослушания.

Взрослый рассказывает детям о том, что у них в комнате для занятий появились непослушные подушки. Когда ими кидает друг в друга, они произносят «непослушные» слова, например: «Не хочу учиться... не буду есть...» и т. п. Затем ведущий предлагает детям поиграть в такие подушки. Игра происходит следующим образом: играет пара — взрослый и ребенок, остальные наблюдают за происходящим. Играют все дети по очереди.

Очень важно, чтобы «непослушные» слова произносились не только ребенком, но и взрослым.

Источник: Хухлаева О. В. «Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет»

Подготовила педагог-психолог Е.О. Багирова