

Уважаемые родители!!! Данные упражнения направлены на
повышения самооценки ребенка и вы можете выполнять
их всей семьей.

«Я!»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: выбирается «именинник» (по очереди). Ему задается вопрос от группы: «Какие в тебе есть хорошие качества? Ответы ребенка записываются. Далее именинник залезает на стул. Его просят каждый раз, когда он услышит свое хорошее качество, громко выкрикнуть: «Я!». Ведущий зачитывает записанные качества. А группа хором повторяет.

«Что мне нравится в тебе?»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Проводят в парах или в круге. О каждом из участников группа (по очереди) высказывается: «Мне нравится в тебе, (имя ребенка), ... » В парах участники называют качества друг друга, которые им нравятся (несколько характеристик).

«Что я умею делать хорошего?»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Каждого из участников просят рассказать о том, что он умеет делать хорошего. При затруднениях группа дополняет ответ участника.

«Главная роль»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: В условиях театрализации ребенку с низкой самооценкой дается роль победителя, героя. Можно поставить любую сценку, подходящую детям по возрасту.

Рисование на тему «Я победитель!»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Детям дается все необходимое для рисования и предлагается нарисовать себя в роли победителя.

«Пожелания»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Каждый из участников высказывает, что бы он пожелал другим от чистого сердца.

«Мой подарок для тебя!»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Ведущий распределяет детей на пары и говорит: «Возьмите за руки партнера. Подумайте, что бы вы подарили друг другу. Почему именно этот подарок? Нарисуйте свой подарок и подарите».

«Мой хороший поступок»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Каждый по очереди рассказывает о своем хорошем поступке.

«Именинник».

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Выбирается именинник, который рассказывает о своем хорошем поступке. Затем распределяются роли и проигрывается ситуация, изложенная именинником; далее он делится своими впечатлениями. В итоге участники группы подходят к имениннику, жмут ему руку и, глядя в глаза, говорят: «Молодец!»

«Ромашка успеха».

Цель: повышение самооценки ребенка.

Содержание: Сердцевиной ромашки становится фотография улыбающегося ребенка. Желательно, чтобы фотография ассоциировалась с каким-либо ярким, богатым впечатлениями моментом из жизни (детский праздник, рыбалка с папой ...). Вокруг сердцевины нужно расположить семь крупных лепестков разного цвета. Каждый лепесток - это день недели, и он имеет свой цвет. На лепестках отмечаются успехи, которых ребенок достиг в течение дня. В выходные родители могут торжественно зачитать список достижений ребенка за неделю.