**Социально-эмоциональное развитие 3г класс**

**Тема «Каждый человек привлекателен» (2 часа)**

Цель: формирование положительного отношения к своей внешности, поддержание адекватной самооценки.

**Занятие 1**

**1. Разминка.**

**Игра «Имя».**Психолог предлагает детям придумать себе имена, которые они хотели бы иметь, или, наоборот, оставить свои. Далее проводится обсуждение: «Почему нам нравятся или не нравятся свои имена? Почему бы они хотели, чтобы их называли по-другому?».  
Игра даёт дополнительную информацию о самооценке ребёнка.

**«Снежный ком»**

Участники по кругу называют своё имя и показывают какой-нибудь выразительный жест. Каждый последующий человек, прежде чем представиться должен повторить все предыдущие имена и жесты. Если группа большая, то можно предложить после «экватора» называть имена людей сидящих через два человека, чередуя их очерёдность или всем участникам одновременно «отзеркаливать» (синхронно повторять, сохраняя мимику и интонацию) имя и жест.

Скажите участникам, чтобы они постарались запомнить как можно больше информации о своих новых товарищах, так как на следующем занятии группе будет предложено упражнение, после которого, будет определён и отмечен самый внимательный участник группы.

**2. Основная часть.**

**Упражнение «Проигрывание ситуаций».**

Психолог предлагает детям ситуации, в которых они должны изобразить самих себя. Примеры ситуаций:  
- Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился. Помоги ему успокоится.  
- Твой друг попросил у тебя поиграть твою любимую игрушку, а отдал её сломанной. Что ты будешь делать?  
- Мама принесла домой три апельсина: тебе и твоему брату или сестре. Как ты поделишь апельсины?  
- Ребята из твоей группы играют в интересную игру. а ты опоздал в детский сад, и игра уже началась. Что ты будешь делать, если они не захотят принять тебя в игру7  
Это задание помогает осваивать эффективные способы поведения и использовать их в реальной жизни.

**3. Заключительная часть.**

**"Искорка"**

Цель игры: формирование чувства общности у детей, формирование доброжелательного отношения друг к другу.

Все присутствующие берутся за руки. Тренер сжимает руку, стоящему рядом. Это "пожатие" передается поочередно и по кругу всем, пока не вернется к тренеру. Можно сказать, что это искорка поддержки нашего круга.

*Рефлексия занятия.*

Вопросы:

1. Какие чувства у тебя возникали сегодня?

2. Ты узнал что то новое о своих одноклассниках? Что именно?

3. Понравилось тебе занятие?

**Занятие 2**

**1. Разминка.**

***Игра «Путанка».***

Дети встают в круг, закрывают глаза и, вытянув вперёд руки, сходятся в центре. Правой рукой каждый берёт за руку любого другого ребёнка. Левая рука оставлена для того, чтобы за неё кто-то взялся. После этого все открывают глаза. Психолог помогает детям в том, чтобы за одну руку взялся только один ребёнок, таким образом, образуется путаница. Задача детей: распутаться, не размыкая рук.  
Эта игра помогает детям почувствовать свою принадлежность к группе, развить умение договариваться.

**«У нас много общего»**

Дети садятся в круг на стульчики и по очереди предлагают выполнить какое-либо действие тем детям, у которых есть что-то общее. Если дети еще не знакомы с игрой, психолог первые несколько раз сам выступает в роли ведущего и дает детям задания.

Примеры:

Пускай постоят на правой ноге все, у кого сегодня хорошее настроение.

Пусть похлопают в ладоши все, у кого серые глаза.

Пусть коснуться кончика носа все, у кого есть что-то розовое в одежде.

Пусть погладят себя по голове все, кто съел весь завтрак.

Пусть улыбнуться все, у кого есть собака.

Пусть скажут «гав» все, кто живет выше пятого этажа.

В конце игры делается вывод о том, что у ребят много общего - такого, о чем они не знали раньше.

**2. Основная часть.**

**«Волшебный стул"**

Цель: Вывести из роли человека, находившегося в центре внимания при выполнении эмоционально сложного упражнения; снять напряжение с группы Метод: работа в круге. Время выполнения: 15 минут.

1. Предложите находившемуся в центре внимания эмоционально сложного упражнения сесть на стул в центре круга. Стул, стоящий в круге, — "Волшебный". Тот, кто садится на него, избавляется от всех недостатков, а у группы, сидящей вокруг, появляется возможность сказать этому человеку искренние и добрые слова.

2. Обсудите с группой и человеком, побывавшем в круге возникшие чувства. Спросите, для чего выполнялось это упражнение.

Рекомендации: Упражнение можно проводить неструктурированно или поочередно. Если выполнение упражнения проходит недостаточно живо, тренерам следует активно включиться, чтобы не терять быстрого темпа.

Не забывайте благодарить всех высказавшихся. В конце упражнения спросите, как чувствует себя тот, кто находился в круге, как те, кто говорил добрые слова.

**3. Заключительная часть.**

**«Ветерок»**

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения, расслабление.

  Ход игры: дети ложатся на животики на ковер и закрывают глаза. Один из детей гладит всех остальных по спинке – он ветерок. Затем дети должны открыть глаза и  угадать, кто был ветерком. Желательно чтобы каждый из детей побывал в роли ветерка.

*Рефлексия занятия.*

Вопросы:

1. Какие чувства у тебя возникали сегодня?

2. Ты узнал еще что то новое о своих одноклассниках? Что именно?

3. Понравилось тебе занятие?