

Игры из раздела: «Я и Я»

1. «Кто Я?»

Цель:

Игра дает детям возможность взглянуть на себя с разных сторон, расширить представления о себе.

Дети по очереди стараются назвать как можно больше ответов на вопрос: «Кто Я?» Для описания себя используются характеристики, черты, интересы и чувства, и каждое предложение начинается с местоимения «Я». Например: «Я – девочка», «Я – хороший друг» и т.п. Воспитатель следит за тем, чтобы дети не повторяли то, что говорили предыдущие ребята, а описывали именно себя.

2. «Слушаем себя»

Цель:

Упражнение развивает концентрацию внимания, способствует обращению его на себя, на свои чувства.

Воспитатель обращается к ребенку: «Давай сядем поудобнее, расслабимся и закроем глазки. Послушаем, что происходит вокруг и внутри тебя.

Внимательно прислушайся к своим ощущениям... Что ты сейчас чувствуешь, что хочешь? Что ты услышал?» Ребенок делится своими впечатлениями.

3. «Составь рассказ»

Ребенку предлагается составить рассказ на какую-нибудь тему, которую ему может предложить взрослый, или он выбирает ее сам. Темы могут быть такими: «Я люблю, когда...», «Меня беспокоит...», «Когда я злой...», «Когда мне плохо...», «Когда меня обижают...».

Важно, чтобы ребенок давал не односложный ответ, а полный развернутый рассказ. Затем эти рассказы проиграть, причем в главной роли должен быть сам рассказчик. Вместе с детьми продумать пути выхода из этих ситуаций и тоже проиграть их.

4. «Рисуем себя»

Цель: Упражнение направлено на осознание себя как индивидуальности, осознание различных своих сторон, полезно для определения того, что

изменилось в ребенке по сравнению с прошлым и что еще хотелось бы изменить.

Ребенку предлагается цветными карандашами нарисовать себя сейчас и себя в прошлом. Обсудите с ним детали рисунка, в чем они различаются. Спросите ребенка, что ему нравится и не нравится в себе.

Методические рекомендации:

Описанные игры и упражнения способствуют усилению внимания ребенка к себе, к своим чувствам и переживаниям, а также развивают уверенность в себе. Они учат детей с пониманием относиться к индивидуальным особенностям и различиям между людьми.