**Цель:** формирование позитивной самооценки; повышение чувства личностной значимости; развитие умения осознавать свои положительные черты; снятие эмоционального напряжения; воспитание желания заботиться о других.

**Материалы и оборудование:** аудиозаписи спокойной музыки, песни «Буги-вуги»; карточки разного цвета с изображением зеркала и человека; смайлики; мольберт; магниты.

## Ход занятия

***Приветствие «Круг друзей»***

Цель: установление положительного эмоционального контакта.

**Педагог-психолог.**

Станем вместе мы в круг,

Сколько друзей - глянь вокруг,

Слева друг, и справа друг.

Возьми левого за руку,

Возьми правого за руку,

Хороший получился круг.

***Игра «Котик»***

Цель: снятие эмоционального, мышечного напряжения, установка положительного эмоционального настроя в группе.

Дети находятся на коврике. Под спокойную музыку они придумывают сказку о котике, который:

- нежится на солнышке (лежит на коврике);

- потягивается;

- умывается;

- царапает коготками коврик и т.д.;

- когда увидел своих друзей;

- когда остался один дома.

**Упражнение «Комплименты»**

Цель: установление положительного эмоционального контакта.

Стоя в кругу, каждый из участников должен, глядя в глаза соседу справа, сказать ему несколько добрых слов. Ребёнок, принимающий комплимент, кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!»

***Упражнение «Хвастунишки»***

Цель: формирование адекватной самооценки, умения оценивать себя.

Дошкольнику предлагается расхвалить себя, свои знания, свои умения, свою внешность, свои поступки, и т.д. Например: «Я красивая», «Я умная», «Я добрая», «Я помогаю взрослым» и т.д. В конце игры выбирается самый лучший «хвастун».

***Упражнение «За что меня любят друзья?»***

Цель: повышение значимости каждого ребенка, осознание своих положительных черт.

Дети сидят по кругу. Каждый ребенок по очереди говорит соседу, за что его любят друзья. Если возникают трудности, другие дети могут помочь. Подвести детей к выводу о том, что нужно внимательно относиться к окружающим.

***Физкультминутка «Буги-вуги»***

Под слова песни участники выполняют движения в соответствии с текстом.

***Игра «Волшебное зеркало»***

Цель: развитие способности оценивать себя и своих сверстников. умения открыться, почувствовать себя более свободно, раскованно.

Дети вытягивают карточки разного цвета с изображением зеркала и человека. Затем пары в соответствии с цветом становятся друг напротив друга. Ребенок смотрится в «зеркало», которое повторяет все его движения, жесты, мимику.

***Рефлексия***

Цель: формирование у детей умения анализировать свои успехи, достижения, эмоции и впечатления.

[Педагог-психолог](http://psichologvsadu.ru/) предлагает детям подумать и рассказать о своих успехах, достижениях (что получилось лучше), эмоциях и впечатлениях (что больше понравилось) на занятии. Высказывается каждый ребенок.

***Ритуал прощания «Обниму я крепко друга»***

Цель: закрепление эмоционального состояния, положительный выход из [занятия](https://psichologvsadu.ru/rabota-psichologa-s-detmi/zanyatiya-psichologa-s-detmi).

Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

**Педагог-психолог.** А сейчас, ребята, выберите на столе тот смайлик, который соответствует вашему настроению, и прикрепите к мольберту.

## [Педагог-психолог](http://psichologvsadu.ru/) комментирует результаты рефлексии.