**ИГРЫ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ САМООЦЕНКИ И САМОУВАЖЕНИЯ РЕБЕНКА**

**Игра «Копилка хороших поступков»**

*Материалы:* у каждого ребенка — карандаш (ручка) и лист бумаги.

Дети, как и взрослые, зачастую не ценят своих успехов и достижений. Вместо этого они предпочитают помнить о своих ошибках и промахах. Поэтому предложите ученикам одну важную игру.

*Инструкция.*
Учитель. Возьмите лист бумаги. Мысленно вспомните все хорошее, что вы сделали в течение этой недели. Например, выполнили очень сложное домашнее задание, выучили наизусть длинное-предлинное стихотворение и т.д. Выберите из этого перечня три поступка, которыми вы особенно гордитесь, и запишите их на листе бумаги. Убедитесь, что выбрали именно три пункта. После того как вы их запишите, похвалите себя одним спокойным предложением за все три события. Например: «Ира, ты на самом деле отлично написала слоги, решила задачу с трубами и вычистила туфли до блеска».

**Игра «Интервью в день рождения»**

День рождения—это удобный случай для повышения самооценки и чувства собственного достоинства ребенка. Сделайте так, чтобы на некоторое время именинник оказался в центре всеобщего внимания и получил возможность поддержать позитивное представление о себе.
Подберите вопросы в соответствии с возрастом ребенка и такого со¬держания, чтобы он мог раскрыть себя с лучшей стороны.
*Инструкция.*
Учитель. Саша, сегодня у тебя день рождения. Я хочу поздравить тебя и взять у тебя интервью. Для всех нас это приятная возможность узнать о тебе больше.

* Какое самое смешное событие произошло с тобой в этот год?
* С кем ты в этом году познакомился?
* Какая ситуация в прошлом году потребовала от тебя наибольшего мужества?
* Какой цели ты хотел бы достичь в следующем году?
* Представь себе, что ты можешь выбрать любого человека в мире, чтобы в течение недели учиться у него. Кто бы это мог быть?

**Игра «Волшебная корзина»**

Эта игра не только позволит детям почувствовать себя увереннее через воспоминания о приятных событиях своей жизни, но также расширить словарный запас.
*Инструкция.*
Учитель. Каждый из вас на листке бумаги должен написать нежные, теплые слова, которые он слышал в свой адрес. Подписывать свои записки не надо. Затем я пройду по классу и соберу их в «волшебную корзину». А потом я буду по очереди читать записки. Ваша задача — постараться отгадать, в какой ситуации были сказаны эти добрые и ласковые слова.

**Игра «Теплый, как солнце, легкий, как дуновение ветерка»**

Часто детям кажется, будто то, что они делают, неправильно, что они всем мешают. Эта игра — прекрасное средство, которое поможет детям обрести полноту ощущений и почувствовать себя более уверенно.

*Инструкция.*
Учитель. Сядь поудобнее и закрой глаза. Три раза глубоко вздохни.

Представь себе, что сейчас чудесный день, над тобой проплывает белое облачко, на которое ты можешь сложить все свои горести и заботы. Дай своим печалям просто улететь с ним.
Представь, что небо над тобой ярко-голубое, лучи солнца согревают тебя. Ты чувствуешь себя надежно защищенным — так мирно и спокойно вокруг.
Нежное дуновение ветерка коснулось твоей головы, и ты чувствуешь себя легким, как маленькое перышко. Ты думаешь, что ты сегодня такой же замечательный, как небо, такой же теплый, как солнце, и такой же лег-кий, как дуновение ветерка.

Представь, что при вдохе твое тело наполняется золотым светом—от макушки до кончиков пальцев ног. А когда ты выдыхаешь, все ненужные чувства покидают тебя. Ты вдыхаешь золотой свет, а выдыхаешь неприятные чувства. Ты, как маленькое перышко, которое несет легкий ветер, ты, как луч солнца, падающий на Землю. Дай еще больше расслабиться своему телу. Представь себе, что ты радуга, которая украсила собой ярко-голубое небо. Нет никого на свете, кто думал и чувствовал бы так же, как ты. Это просто замечательно, что ты можешь быть здесь, среди нас. Ты можешь чувствовать себя радугой и радовать других и себя.

Не спеша возвращайся назад. Ощути свою голову, руки, ноги. Вздохни глубоко и легко. Медленно открывай глаза. Когда ты откроешь глаза, ты увидишь вокруг себя другие пестрые радуги.