

Индивидуальные занятия с детьми, стоящими на профилактическом учете.

1. «Кто я такой»

Цель: способствовать развитию адекватной самооценки, рефлексии.

Мини-лекция: «Что такое самооценка», упражнение «что в имени тебе моем», рефлексия.

2. «Мои эмоции»

Цель: выявить и дать знания о характере эмоций, основы эмоциональных ощущений. Учить выражать эмоции социально приемлемыми способами.

Мини-лекция «что такое чувства», упражнение «эмоции в мимике», игра «угадай эмоции», игра «изобрази эмоции», рефлексия.

3. «Я и мое здоровье»

Цель: дать знания о различии физического и психического здоровья, научить методам выхода из стрессовой ситуации, сформировать навыки уверенного поведения в момент стресса.

Мини-лекция «здоровье и его признаки», «что такое стресс», «релаксационное упражнение».

График занятий:

Дата	Тема занятия	ФИ
26.03	«Кто я такой»	Карпенко И., Максименко А., Исаков И.
2.04	«Мои эмоции»	Карпенко И., Максименко А., Исаков И.
9.04	«Я и мое здоровье»	Карпенко И., Максименко А., Исаков И.



Смирнов

Олександрович С.В.