Домашние задания к курсу «Познаю себя».

***Занятие 1***.

Дата: 14.01.2023г.

Тема урока: «Кто я?»

Домашнее задание: закончить рисунок «Мой портрет в лучах солнца» и принести на следующий урок (21.01.2023г.) визитную карточку, которую ребёнок оформит сам (любое творческое оформление: рисунок, коллаж и т.д., любой формат А4, размер визитной карточки)

***Занятие 2.***

Дата: 21.01.2023г.

Тема урока: «Моё имя»

Домашнее задание: принести на следующий урок (28.01.2023г.) законченный рисунок своего имени, который ребёнок дорисует и оформит сам (любое творческое оформление).

При выполнении задания поговорить с ребёнком о значении его имени (например, значение имени Софья - мудрая), ведь имя не просто набор звуков, каждое из имен имеет свое значение. Рассказать ребенку почему было выбрано именно это имя? В честь кого назвали, кто выбрал ему (ей) это имя, какие были варианты: т.е. поговорить об истории имени вашего ребёнка. Поговорить так же и о знаменитых тёзках (в области политики, эстрады, кино, спорта и т.п.). Это тоже можно творчески оформить (по желанию).

***Занятие 3.***

Дата: 28.01.2023г.

Тема урока: «Что такое настроение?»

Домашнее задание: ребятам в течении недели понаблюдать за своим настроением, отметить каким оно чаще всего бывает. Если настроение станет плохим, попытаться исправить его с помощью «правила - секрета», которое узнали на занятии: наше настроение зависит от наших мыслей. Хорошее настроение создают мысли:

* У меня все получится
* Я справлюсь
* Я научусь
* Все будет хорошо

На следующее занятие (01.02.2020г.) придумать и нарисовать свои знаки, изображающие три настроения («хорошее», «блестящее», «темное»). Подумать и написать: какие еще мысли создают хорошее настроение и помогают справиться с плохим.

***Занятие 4.***

Дата: 04.02.2023г.

Тема урока: «Моё настроение».

Домашнее задание: ребятам снова в течении недели последить за своим настроением, отметить каким оно чаще всего бывает. Если настроение станет плохим, попытаться исправить его с помощью «правила - секрета», которое узнали на занятии: наше настроение зависит от наших мыслей. Хорошее настроение создают мысли:

* У меня все получится
* Я справлюсь
* Я научусь
* Все будет хорошо

На следующее занятие (11.02.2023г.): подумать и нарисовать 3 рисунка или сделать коллажи:

«Это – я, когда…»

* Вспомни, как ты себя чувствовал(а), когда у тебя было хорошее, спокойное настроение, что тогда происходило. Нарисуй себя в хорошем настроении.
* Вспомни, как ты себя чувствовал(а), когда у тебя было прекрасное настроение, что тогда происходило. Нарисуй себя в прекрасном настроении.
* А вспоминаешь ли ты себя грустным(ой)? Что тогда тебя расстроило? Нарисуй себя грустным.

***Занятие 5.***

Дата: 11.02.2023г.

Тема урока: «Мои чувства».

Домашнее задание: на занятие (25.02.2023г.) принести законченные рисунки кнопок - чувств, которые начали на уроке.

На уроке начали игру «Заколдованный ребёнок». Ребята представили, что ведущий их «заколдовал» и они не могут разговаривать. Поэтому дома ***нужно нарисовать (сделать коллаж и т.д.) того, что ребёнок больше всего любит делать***. На следующем уроке ребята будут рассматривать работы друг друга, пытаясь по ним узнать, угадать, чем их сверстники любят больше всего заниматься.

***Занятие 6.***

Дата: 18.02.2023г.

Тема урока: мониторинг

На уроке начали игру «Заколдованный ребёнок». Ребята представили, что ведущий их «заколдовал» и они не могут разговаривать. Поэтому дома ***нужно нарисовать (сделать коллаж и т.д.) того, что ребёнок больше всего любит делать***. На следующем уроке ребята будут рассматривать работы друг друга, пытаясь по ним узнать, угадать, чем их сверстники любят больше всего заниматься.

***Занятие 7.***

Дата: 25.02.2023г.

Тема урока: «Что такое доброта?».

Домашнее задание: на следующее занятие (04.03.2023г.) принести законченный рисунок «Моя чашка доброты», который начали на уроке.

На занятии говорили о доброте и пришли к тому, что чем больше отдаешь и делишься своей добротой с другими – тем больше доброты получаешь обратно.

Попытайтесь дома вместе с ребенком ответить на вопросы: как узнать доброго человека, что он делает? Можем ли мы сами стать добрее? Как это сделать? Какие мысли нам в этом помогают?

*На следующий урок принести творческую работу «Что такое доброта?»* (Рисунок, коллаж, фотография и т.д.)

***Занятие 8.***

Дата: 04.03.2023г.

Тема урока: «Успех».

Домашнее задание: на следующее занятие (*11.03.2023г.*) принести законченный рисунок «Звезда успеха», который начали на уроке, выбрать свой символ успеха по ассоциации (это может быть медаль, пьедестал и т.д.) и нарисовать его.

На занятии говорили об успехе. Что нам нужно для того, чтобы у нас все получалось? Вместе с ребятами пришли к выводу: чтобы добиться чего-то нужно верить в успех, в себя, но не только. Надо еще и добиваться этого добрыми делами, усилиями и тренировкой.

***Занятие 9.***

Дата: 11.03.2023г.

Тема урока: «Моя удача – это я».

Домашнее задание: на следующее занятие (18.03.2023г.) принести законченный рисунок «Моя мечта», который начали на уроке или принести работу «Это - я», используя все предыдущие творческие работы.

На занятии говорили о мечте и о том, что каждый может сделать для её осуществления, опираясь на свои сильные стороны. И начали переносить эти мысли на бумагу, создавая работу «Моя мечта».

Дома попробовать применить полученные знания: поставить перед собой задачу и постараться добиться успеха с помощью создания «Моей мечты».

***Занятие 10.***

Дата: 18.03.2023г.

Домашнее задание: закончить задания, которые выполняли на уроке (лист с упражнениями).

***Занятие 11.***

Дата: 25.03.2023г.

Домашнее задание: закончить задания, которые выполняли на уроке (лист с упражнениями).

***Занятие 12.***

Дата: 01.04.2023г.

Домашнее задание: закончить задания, которые выполняли на уроке (лист с упражнениями).

***Занятие 13.***

Дата: 08.04.2023г.

Домашнее задание: закончить задания, которые выполняли на уроке (лист с упражнениями).

***Занятие 14.***

Дата: 15.04.2023г.

Домашнее задание: закончить задания, которые выполняли на уроке (лист с упражнениями).

***Занятие 15.***

Дата: 22.04.2023г.

Домашнее задание: закончить задания, которые выполняли на уроке (лист с упражнениями).