

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка детский сад «Танюша»

Одобрено на заседании ПМПк от 01.09.2023г
Протокол № 1

Утверждаю:
заведующий МБДОУ ЦРР
детский сад «Танюша»
Е.В.Сульманова
«01» сентября 2023г.



**ПРОГРАММА ИГР, НАПРАВЛЕННЫХ
НА СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ 4 – 7 лет**

Воспитатели:
Коленкина А.В.
Токиева Г.К.

**ПРОГРАММА ИГР, НАПРАВЛЕННЫХ
НА СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ 4 – 7 лет**

ЗАНЯТИЕ 1.

Цель: снятие излишнего мышечного напряжения, формирование интереса друг к другу, развитие умения устанавливать контакт с собеседником, развитие умения доверять друг другу.

1. «Дождь»

Цель: снятие мышечного напряжения, формирование интереса друг к другу.

Дети садятся в круг на стулья. Ведущий говорит: «Пошел дождь». Он обходит детей по внешнему кругу и последовательно прикасается рукой к голове каждого ребенка. По этому сигналу каждый участник игры начинает хлопать в ладоши. Перед тем, как начать обход второй раз, ведущий произносит: «Пошел град». Затем он повторяет свои действия.

Теперь дети последовательно, по сигналу, начинают топать. Обойдя детей, ведущий сообщает: «Град заканчивается». Он вновь последовательно дотрагивается до головы каждого участника. Дети по сигналу прекращают топать. Наконец, ведущий говорит: «Дождь заканчивается» и прodelывает аналогичную процедуру. Дети по сигналу ведущего прекращают хлопать.

2. «Паровоз». Цель. Научить детей доверять своему товарищу.

Воспитатель просит детей выстроиться друг за другом и положить руки на плечи стоящего впереди. Впереди стоящий ребенок выполняет роль машиниста локомотива. Он с открытыми глазами, а остальные - с закрытыми. Машинист ведет состав. По команде воспитателя начинается движение, вначале медленно, а потом убыстряется. Педагог сообщает правила игры: «Выполняющий роль машиниста должен провести состав так, чтобы вагончики, остальные участники, не разомкнули сцепку».

Упражнение можно повторять два, три раза, меняя машиниста.

3. "Улыбка".

Цель: Развитие умения устанавливать контакт с собеседником.

Дети сидят в кругу. Они берутся за руки и, глядя соседу в глаза, дарят ему самую дорогую улыбку, какая есть.

4. Заключительная часть. Упражнение «Медуза»

Цель – снятие мышечного напряжения, расслабление.

Исходное положение: лежа на спине, ноги врозь, руки в стороны, поза «медуза». Дети расслабляют руки, потряхивают ногами. Ведущий произносит в это время:

Я лежу на спине,

Как медуза на воде.

Руки расслабляю, в воду опускаю.

Ножками потрясу и усталость сниму.

ЗАНЯТИЕ 2.

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие доверия, способностей к координации своих действий с действиями товарищей; поднятие самооценки

1. «Смена ритмов»

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

Для привлечения внимания детей педагог начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать: раз, два, три, четыре... Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают: раз, два, три, четыре... Постепенно педагог, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

2. «Гусеница»

Цель: Игра учит доверию. Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников.

"Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках.

Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту".

3. "Зайки и слоники"

Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки; развитие умения общаться без слов.

"Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется "Зайки и слоники". Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит.

Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся" и т. д. Дети показывают.

"Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?" Дети разбегаются по группе, прячутся и т. д. "А что делают зайки, если видят волка?.." Педагог играет с детьми в течение нескольких минут.

"А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра..." Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.

После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.

4. Релаксация

Упражнение "Кулачки".

Описание. Руки на коленях. Сожмите пальцы в кулачок, покрепче, чтобы косточки побелели.

Руки на коленях,

Пальцы - в кулачки.

Крепко с напряжением

Сжатые они.

Пальчики сжимаем,

Снова разжимаем.

Девочки и мальчики,

Отдыхают пальчики!

ЗАНЯТИЕ 3

Цель – снятие мышечного напряжения, развитие умения устанавливать контакт друг с другом, поднятие самооценки, улучшение взаимоотношений в группе.

1. Игра «Мы - солдаты»

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие произвольной регуляции.

Ход игры: Ведущий просит ребят представить, что они превратились в солдат, защищающих свою страну, и им нужно четко выполнять команды. По команде «По коням!» - громко топать, «В разведку» - шептать «тсс...», «В атаку» - кричать «ура!», «За пулеметы» - хлопать.

2. Игра «Медведи идут на охоту»

Цель: снятие мышечного напряжения, стимулирование активности ребенка, развитие навыка совместных действий.

Ход игры: Группа делится на две части. Одни дети становятся медведями, другие изображают маленьких лесных зверей.

Взрослый становится ведущим. Сначала медведи сидят в берлоге. Ведущий говорит: «Медведи идут на охоту!» Медведи, взявшись за руки, пытаются окружить («поймать») какую-нибудь зверюшку. Пойманный выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один непойманный зверь.

3. "Комплимент"

Цель: развитие умения устанавливать контакт друг с другом, поднятие самооценки, улучшение взаимоотношений в группе.

Дети становятся в круг и по очереди, глядя в глаза соседу, говорят несколько добрых слов, хвалят его. (Ты всегда делишься, ты веселая, у тебя красивое платье...). Принимающий кивает головой и говорит: "Спасибо, мне очень приятно!"

4. Релаксация

Игра-релаксация «Холодно-жарко»

Цель: Снятие напряжения и расслабление мышц туловища.

Ход игры: Детям предлагается превратиться в маленьких медвежат и представить, что мама-медведица ушла, медвежата остались одни в берлоге. Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замерзли. Они сжались в маленькие клубочки чтобы согреться. Медвежата согрелись, им стало жарко, они развернулись. Опять продул ветер и они замерзли.

Так повторяется несколько раз.

ЗАНЯТИЕ 4.

Цель: создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом, снятие излишнего мышечного напряжения.

1. «Слепой танец»

Цель: развитие произвольной мышечной регуляции, снятие напряжения, развитие доверия.

Разбейтесь на пары.

Один из вас получает повязку на глаза, он будет "слепой". Другой останется "зрячим" и сможет водить "слепого". Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом под легкую музыку (1-2 минуты). Теперь поменяйтесь ролями. Помогите партнеру завязать повязку".

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, 1- 2 минуты. Потом дети меняются ролями. Если тревожный ребенок отказывается закрыть глаза, успокойте его и не настаивайте. Пусть танцует с открытыми глазами.

2. Игра «Горячая картошка»

Цель: создание дружеской атмосферы доверия и взаимопомощи, доброжелательности, развитие сострадания, позитивного восприятия неудачи

Инструкция детям. Сядьте на пол в круг. У меня для нашей игры приготовлена картофелина. Но она - особенная. Теперь вам надо представить, что эта картофелина очень горячая. Поэтому мы должны передавать ее друг другу очень-очень быстро. Если она у кого-то в руках задержится, то мы все представим, что он обжег пальцы. И что тогда? Еще у нас в игре есть стоп-часы. Это ребенок, который сядет за кругом к нам спиной и время от времени будет кричать: «Стоп!», когда захочет. Если мы услышали «Стоп!», картошку передавать нельзя, она остается у кого-то в руках, и он «обжигается». (Интервал для стоп-часов должен быть от 30 до 60 секунд.)

Ай-яй-яй! Для него это настоящая беда. Но, к счастью, мы можем его утешить. Те, кто сидит рядом, обнимут его за плечи и мягко покачают пару раз из стороны в сторону, пока ребенок с картошкой не скажет: «Дальше». И снова быстро-быстро передаем картошку из рук в руки, пока стоп-часы снова не закричат «Стоп!». (Позаботьтесь о том, чтобы роль стоп- часов исполняли несколько детей, сменяя друг друга.)

3. Этюды по сказке

Цель: развитие умения общаться без слов (мимика, пантомимика)

Этюды по сказке «Три поросенка»: "Поросенок", "Испуганный поросенок". "Веселый поросенок"

Этюды: "Волк", "Веселый волк", "Испуганный волк".

4. Релаксация.

ЗАНЯТИЕ 5.

Цель: овладение навыками диафрагмального дыхания, формирование интереса друг к другу и закрепление навыков взаимодействия.

1. «Кто как дышит»

Цель: овладение навыками диафрагмального дыхания. Дети встают в круг. Ведущий спрашивает, знают ли они, как дышат собаки в жаркий летний день, и просит показать это. Он сам демонстрирует и называет «поверхностное дыхание», предлагая попробовать подышать, как собачка всем участникам. Затем ведущий сообщает детям, что постоянно так дышать для людей вредно, потому что «наш организм при таком дыхании получает мало воздуха».

Ведущий просит детей показать, как они вдыхают приятный аромат цветов, свежий лесной воздух. Он предлагает детям положить руку на грудь, чтобы почувствовать «грудное дыхание». Ведущий обращает внимание детей на то, что так дышать гораздо приятнее.

Ведущий просит детей представить большого толстого медведя. «Медведь так сладко спит в своей берлоге, что его живот вздымается, как гора». Ведущий спрашивает, умеют ли дети дышать, как этот медведь, «животом», т.е. так, чтобы живот поднимался и опускался. Он предлагает всем положить руку на свой живот и подышать.

2. «Мартышка и зеркало».

Цель: способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитию креативности и рефлексии в общении.

Участники разбиваются на пары и встают напротив друг друга. Один из партнеров играет роль «зеркала», а второй — «веселой мартышки». Ведущий предлагает показать, как «мартышка» удивилась, увидев себя в зеркале, как она разглядывает себя, красуется, прихорашивается, кривляется. «Зеркало» повторяет все движения «мартышки».

3. "Царевна - Несмеяна"

Цель: закрепление навыков взаимодействия, развитие эмпатии.

Дети пытаются развеселить одного ребенка разными способами: издают звуки, рассказывают веселую историю, танцуют, кривляются и т.д.

4. Релаксация.

ЗАНЯТИЕ 6.

Цель: произвольная регуляция напряжения и расслабления, закрепление навыков взаимодействия, повышение самооценки, развитие эмпатии.

1. «Капитан». Цель: произвольная регуляция напряжения и расслабления, развитие уверенности в себе.

Дети свободно распределяются по залу или встают в круг. Ведущий включает аудиозапись звуков морского прибоя и предлагает детям отправиться в морское путешествие на большом корабле. Каждый участник при этом становится «капитаном».

Ведущий говорит: «Море волнуется, но капитаны стоят на палубе прямо, ноги у них на ширине плеч, руки свободно лежат вдоль тела, грудь расправлена, широкие плечи. Капитаны смело смотрят перед собой так, что нос у них не задирается вверх и не опущен вниз. Смелые, сильные гордые капитаны смотрят вперед и глубоко вдыхают свежий морской воздух, дышат «полной грудью»».

Ведущий обращает внимание детей, что напрягаться при этом не надо: «капитаны чувствуют себя спокойно и уверенно на своих больших кораблях».

Он просит участников положить правую руку себе на низ груди, чтобы почувствовать диафрагмальное дыхание.

2. «Каравай»

Цель: способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, развитие самооценки.

Дети встают в круг и берутся за руки. В центр выходит водящий — «именинник». Участники водят хоровод, напевая слова: «Как на Петины (имя водящего) именины испекли мы каравай...» Водящий выбирает следующего «именинника» и игра продолжается.

3. "Волшебный магазин"

Цель: развитие эмпатии, умения сопровождать свою роль словами, развитие креативности в контакте.

Взрослый предлагает детям купить что-нибудь своим друзьям, родным в волшебном магазине, затем уточняет, для чего.

4. Релаксация.

ЗАНЯТИЕ 7.

Цель: произвольная регуляция напряжения и расслабления, повышение самооценки, закрепление навыков взаимодействия.

1. "Театр масок"

Цель: расслабить мышцы лица, снять мышечное напряжение, усталость; повышение самооценки.

"Ребята! Мы с вами посетим "Театр Масок". Вы все будете артистами, а я - фотографом. Я буду просить вас изобразить выражение лица различных героев. Например: покажите, как выглядит злая Баба Яга". Дети с помощью мимики и несложных жестов или только с помощью мимики изображают Бабу Ягу. "Хорошо! Здорово! А теперь замрите, фотографирую. Молодцы! Некоторым даже смешно стало. Смеяться можно, но только после того, как кадр отснят.

А теперь изобразите Ворону (из басни "Ворона и Лисица") в тот момент, когда она сжимает в клюве сыр". Дети плотно сжимают челюсти, одновременно вытягивая губы, изображают клюв. "Внимание! Замрите! Снимаю! Спасибо! Молодцы!

А теперь покажите, как испугалась бабушка из сказки "Красная шапочка", когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с Серым Волком". Дети могут широко раскрыть глаза, поднять брови, приоткрыть рот. "Замрите! Спасибо!

А как хитро улыбалась Лиса, когда хотела понравиться колобку? Замрите! Снимаю! Молодцы! Замечательно! Хорошо потрудились!"

Далее педагог, на свое усмотрение, могут похвалить особо тревожных детей, например так: "Все работали хорошо, особенно страшной была маска Вити, когда я посмотрела на Сашу, то сама испугалась, а Машенька была очень похожа на хитрую лисицу. Все постарались, молодцы!"

"Рабочий день актера закончен. Мы с вами устали. Давайте отдохнем. Давайте посидим так молча, расслабимся и отдохнем. Всем спасибо!"

2. «Почта»

Цель: способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия.

Дети встают в круг и берутся за руки. Водящий нажатием руки соседа справа или слева «отправляет письмо» кому-то из участников, проговаривая при этом: «Отправляю письмо Пете (называет имя адресата)». Игрок, почувствовавший пожатие, передает его следующему участнику и т. д., пока адресат не «получит письмо». Почувствовав пожатие руки, адресат должен сказать: «Письмо получил». Затем он отправляет письмо любому другому участнику.

3. Игра «Светофор»

Цель: закрепление навыков взаимодействия, развитие сплоченности, командного духа.

Для участия в этой игре дети делятся на две команды с равным количеством участников и выстраиваются полукругом, одна слева, другая справа от педагога. У него в руках — светофор — два картонных кружка, одна сторона которых желтого цвета, вторая сторона у кружков разная (красная и зеленая). Взрослый напоминает ребятам о том, как важно соблюдать правила движения на улице, переходить ее только в установленных местах, где надпись «переход», сначала посмотреть налево, потом направо, чтобы убедиться, что нет близко машин, а там, где установлен светофор, внимательно следить за ним. Педагог читает стихи С. Михалкова. Недостающие слова дети подсказывают хором.

Если свет зажегся красный, значит двигаться ... (опасно). Свет зеленый говорит: «Проходите, путь ... (открыт)». Желтый свет — предупреждение — Жди сигнала для... (движенья). Правила игры таковы: когда взрослый показывает зеленый сигнал светофора, все маршируют на месте, когда желтый — хлопают в ладоши, а когда красный — стоят неподвижно. Тот, кто перепутает сигнал, делает шаг назад (выбывает из игры).

Сигналы должны меняться неожиданно, через разные промежутки времени. Выигрывает команда, у которой к концу игры останется на месте больше участников.

4. Релаксация

ЗАНЯТИЕ 8.

Цель — произвольная регуляция напряжения и расслабления, закрепление навыков взаимодействия, развитие креативности в контакте.

1. Игра "Скульптура"

Цель — научить владеть мышцами лица, рук, ног и снимать мышечное напряжение, формирование навыков взаимодействия, развитие креативности в контакте.

Дети разбиваются на пары. Один из них — скульптор, другой — скульптура. По заданию взрослого (или ведущего-ребенка) скульптор лепит из "глины" скульптуру:

- ребенка, который ничего не боится;
- ребенка, который всем доволен;
- ребенка, который выполнил сложное задание и т.д.

Темы для скульптур может предлагать взрослый, а могут — сами дети.

Играющие обычно меняются ролями. Возможен вариант групповой скульптуры. После проведения игры целесообразно обсудить с детьми, что они чувствовали в роли скульптора, скульптуры, какую фигуру приятно было изображать, какую — нет.

2. Игра «Зоопарк» (первый вариант)

Дети воображают себя животными — жителями зоопарка. По команде педагога дети с помощью мимики, пантомимики, жестов, интонации изображают того или иного животного. Команды можно повторять и давать с различным временным интервалом. Среди изображаемых животных, например:

Зайчики — дети прыгают

Лошадки — дети ударяют ногой об пол

Раки — дети пятятся спиной назад

Птицы — дети бегают, раскинув руки в стороны

Аисты — дети стоят на одной ноге, поджав другую

Лягушка — дети скачут вприсядку

Куры — дети ходят, высоко поднимая согнутые в коленях ноги.

Игра «Зоопарк» оказывает релаксирующее воздействие. Дети с агрессивным, импульсивным и демонстративным поведением получают возможность проявить себя в активных и разнообразных действиях, реализовать в разумно заданных рамках накопившуюся энергию. Застенчивые дети, если сразу и не принимают непосредственного участия в игре, все равно не являются только пассивными созерцателями. Они испытывают те же «положительные эмоции», что и игроки. Постепенно, заражаясь общим настроением, застенчивые дети активно включаются в общую игру.

3. «Зоопарк» (второй вариант).

Цель: способствовать развитию у детей интереса друг к другу, формированию и закреплению навыков взаимодействия, креативности в контакте.

Дети садятся в круг. Каждый выбирает, каким животным в зоопарке он будет, и придумывает какой-либо жест, который может сопровождаться звуками, для изображения этого животного. При этом важно, чтобы жесты и звуки были простыми и их легко можно было бы запомнить и повторить. Вначале игроки тренируются: каждый по очереди называет свое животное и изображает его, а все остальные участники повторяют. Участник, начинающий игру, показывает свое животное, а затем любое другое из имеющихся в «зоопарке». Тот ребенок, чье животное изобразили, поступает так же и игра продолжается.

4. Релаксация

ЗАНЯТИЕ 9

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие интереса друг к другу, сплочение группы, развитие командного духа

1. «Сердитые человечки»

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие произвольной регуляции напряжения и расслабления

Дети встают в круг. Педагог говорит: «Представьте себе, что мы попали во враждебную сказочную страну и нас окружают очень сердитые, задиристые человечки. Представьте, как они выглядят: у них сердитые глаза, сдвинуты брови, сжаты зубы, руки сжаты в кулаки, напряжены спина и ноги (все это ведущий показывает, провоцируя детей)». «Что же происходит» — сообщает педагог, — «мы стали похожи на этих человечков, а ведь никаких человечков нет, мы сами их придумали.

Посмотрите вокруг и улыбнитесь друзьям».

2. «Принцесса, воин и дракон»

Цель: способствовать сплочению группы, развитию у детей интереса друг к другу, развитие командного духа.

Игроки делятся на две команды. Ведущий показывает им три роли, которым соответствуют определенные действия: «принцесса» — берется за подол воображаемого платья и делает реверанс, «воин» — поднимает вверх руку с воображаемым мечом, а «дракон» — «показывает когти» (полусогнутые руки с напряженно выставленными пальцами поставлены перед грудью) и рычит. Дети вместе с ведущим повторяют эти движения. Участники каждой из команд договариваются, кем они будут. По сигналу ведущего команды, стоящие напротив друг друга, одновременно показывают «свою роль», стараясь предвидеть действия других и победить. Условия: «принцесса» побеждает «воина» (т. к. он ее любит), «воин» побеждает «дракона», «дракон» побеждает «принцессу». Ведущий должен помогать участникам команд договариваться.

Игра может повторяться 4—5 раз.

3. Этюды по сказке «Теремок»

Цель: развитие умения общаться без слов (мимика, пантомимика)

В этой игре задача детей не разыграть известный сюжет, а лишь создать образы персонажей. Каждому ребенку дается задание обыграть какого-то животного. Воспитатель должен рассказать ребенку о характере и стиле поведения персонажа. Например, Медведь — молчаливый, неповоротливый; Заяц — трусливый; Лягушка — шустрая, непослушная; Муха — назойливая, непоседливая; Волк — злой, драчливый; Лиса — недотрога, лукавая притворщица; Козел — упрямый, сердитый; Мышка — капризная, обидчивая и др. Далее ведущий говорит, что пришло время всем познакомиться с жителями теремка, и дети по очереди их изображают.

ЗАНЯТИЕ 10.

Цель: развитие навыков взаимодействия, креативности в контакте, развитие умения самим вступать в процесс общения.

1. Игра «Лисонька, где ты?»

Цель: Снятие мышечного напряжения, стимулирование активности ребенка

Ход игры: Дети образуют круг, В центре круга - ведущий. Дети поворачиваются к ведущему спиной и закрывают глаза. Ведущий выбирает Лисоньку, молча дотрагиваясь до плеча одного ребенка. Остальные дети - зайцы. По сигналу ведущего все открывают глаза и поворачиваются лицом в круг, но никто не знает, кто же лиса. Дети вместе с ведущим зовут: «Лисонька, где ты?». Лиса не должна выдавать себя ни словом, ни движением, ни мимикой. Также зовут во второй раз, а в третий - лиса отвечает: «Я здесь!», и бросается ловить зайцев. Зайца, присевшего на корточки, ловить нельзя. Пойманные зайцы выходят из игры.

2. Игра «Иван да Марья»

Цель: укрепление навыков взаимодействия, развитие креативности в контакте.

Материалы: длинная веревка и две повязки на глаза.

Инструкция детям. Станьте все, пожалуйста, в круг и возьмите в руки веревку. Внутри круга - большой темный лес. В лес отправятся два ребенка - Иван да Марья. Оба получают повязки на глаза. В этом большом темном лесу они должны найти друг друга. Они не могут разговаривать, только звать друг друга, издавая еле слышные звуки: жужжать, гудеть и так далее. Когда один ребенок издает звук, другой должен ответить своим звуком. Звуки помогают им найтись. Если они друг друга нашли, то могут обрадоваться и обнять друг друга. Кто хочет стать первыми Иваном и Марьей?

(Следите за тем, чтобы звуки действительно были тихими, но все же слышными. Вы можете сказать, например, что дети потерялись, они боятся воров, разбойников и зверей, поэтому издают лишь совсем тихие звуки, чтобы не привлекать их.)

3. «День рождения».

Цель: развитие навыков взаимодействия, повышение самооценки, развитие рефлексии, развитие умения самим вступать в процесс общения; развитие умения действовать совместно, координировать свои действия с действиями товарищей, развитие умения сопровождать свои действия речью.

Выбирается «именинник» и «гости». «Гости» несут символические подарки. В это время именинник» готовит символическое угощение. «Гости» приходят. Они поздравляют «именинника», желают ему здоровья, счастья, хороших друзей, успехов и т. д. и дарят по очереди свои подарки. «Именинник» благодарит их и угощает. Затем игра повторяется с новым «именинником». Желательно, чтобы все дети побывали в этой роли. (Можно ускорить процесс игры, если назначить сразу двух «именинников».)

4. Релаксация

Кинолента (автор — М.Сигимова)

Цель: развитие невербальных средств общения, развитие памяти.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: группа (6-7 человек).

Описание игры: дети садятся в круг и создают кино «с первого слова». Первый ребенок придумывает слово, второй должен повторить его и добавить одно свое слово, третий — повторить первые два слова и сказать свое, четвертый — повторить первые три слова и сказать четвертое и т. д. Когда все дети проговорят желаемое, они должны показать фильм с помощью пластики и мимики. Комментарий: вместо показа кино игра может закончиться сочинением сказки или рассказа с использованием предложенных слов. Если же взрослый ставит задачу мышечного раскрепощения детей, развития способности передавать свои чувства и переживания невербально (мимикой и пантомимой), тогда лучше использовать первый вариант окончания игры.

Пальцы — звери добрые, пальцы — звери злые (автор — О. Хухлаев, О.Хухлаева)

Цель: развитие эмоциональной сферы, коммуникативных навыков.

Возраст: 3-4 года.

Количество играющих: любое.

Описание игры: дети представляют, что их пальчики — добрые кошечки, злые мышки, добрые волчата, злые зайчата и т. д.

Комментарий: взрослый предлагает детям превратить свои пальчики, например, на правой руке — в добрых волчат, а на левой — в злых зайчат. Им надо поговорить друг с другом, познакомиться, поиграть, может быть, поспорить. Если у детей хорошо получается, можно предложить им познакомиться с ручками других детей. Кроме развивающего эффекта игра дает возможность выявить особенности общения детей.

Игра полезна гиперактивным, агрессивным и аутичным детям. Она помогает им ощутить возможности своего тела, найти новые способы налаживания контакта, преодолеть боязнь физического контакта.

Если «да» — похлопай, если «нет» — потопай (авторы — О. Хухлаев, О.Хухлаева)

Цель: развитие коммуникативных навыков детей, развитие слухового внимания.

Возраст: 3-4 года.

Количество играющих: 2 или более человек.

Описание игры: взрослый называет предложения, а дети должны оценить их и показать свое отношение, похлопав в ладоши, если они согласны, или потопав ногами, если утверждение неверно.

«Рома навестил бабушку и так обрадовался, что обиделся на нее».

«Саша отнял игрушку у Пети и побил его, Петя поссорился с ним».

«Лене очень нравился Сережа, поэтому она его побила».

Интервью (авторы — О. Хухлаев, О. Хухлаева)

Цель: развитие коммуникативных навыков, активного словаря, умения вступать в диалог.

Возраст: 4-5 лет.

Количество играющих: 3 и более человек.

Необходимые приспособления: стул.

Описание игры: дети выбирают ведущего, а затем, представляя, что они — взрослые люди, по очереди становятся на стульчик и отвечают на вопросы, которые им будет задавать ведущий. Ведущий просит ребенка представиться по имени-отчеству, рассказать о том, где и кем он работает, есть ли у него дети, какие имеет увлечения и т. д.

Комментарий: на первых этапах игры дети часто затрудняются подборе вопросов. В этом случае взрослый роль ведущего берет на себя, предлагая детям образец диалога. Вопросы могут касаться чего угодно, но необходимо помнить, что разговор должен быть «взрослым».

Эта игра помогает познакомиться с детьми, которые только что пришли в группу, а также вовлечь в общение стеснительных детей. Если же дети еще совсем плохо знакомы, правило можно немного изменить: ребенок, поймавший мяч, называет имя предыдущего игрока, затем свое, а далее (если знает) имя ребенка, которому будет кидать мяч.

На мостике

Цель: развитие коммуникативных навыков, моторной ловкости.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: 2 команды.

Описание игры: взрослый предлагает детям пройти по мостику через пропасть. Для этого на полу или на земле чертится мостик — полоска шириной 30-40 см. По условию, по «мостику» должны с двух сторон навстречу друг другу идти одновременно два человека, иначе он перевернется. Также важно не переступать черту, иначе играющий считается свалившимся в пропасть и выбывает из игры. Вместе с ним выбывает и второй игрок (потому что, когда он остался один, мостик перевернулся). Пока два ребенка идут по «мостику», остальные за них активно «болеют».

Комментарий: приступив к игре, дети должны договориться о темпе движения, следить за синхронностью, а при встрече на середине мостика — аккуратно поменяться местами и дойти до конца.

Обзывалки (автор — Н. Кряжева)

Цель: развитие коммуникативных навыков, снятие отрицательных эмоций.

Возраст: 4-5 лет.

Количество играющих: не менее двух человек.

Необходимые приспособления: мячик.

Описание игры: детям предлагается, передавая друг другу мячик, обзывать друг друга неблизкими словами, например названиями овощей или фруктов, при этом обязательно называть имя того, кому передается мячик: «А ты, Лешка — картошка», «А ты, Иришка — редиска», «А ты, Вовка — морковка» и т. д. Обязательно предупредить детей, что на эти обзывалки нельзя обижаться, ведь это игра. Завершать игру обязательно хорошими словами: «А ты, Маринка — картинка», «А ты, Антошка — солнышко» и т. д.

Мячик передавать нужно быстро, нельзя долго задумываться.

Комментарий: перед началом игры можно провести с детьми беседу об обидных словах, о том, после чего люди обычно обижаются и начинают обзываться.

Охота на тигров (авторы — Е. Карпова, Е. Лютова)

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Возраст: 4-5 лет.

Количество играющих: не менее 4 человек.

Необходимые приспособления: маленькая игрушка (тигр).

Описание игры: дети встают в круг, водящий отворачивается к стене и громко считает до 10. Пока водящий считает, дети передают друг другу игрушку. Когда ведущий заканчивает считать, ребенок, у которого оказалась игрушка, закрывает тигра ладошками и вытягивает вперед руки. Остальные дети делают точно так же. Водящий должен найти тигра. Если он угадал, то водящим становится тот, у кого была игрушка.

Комментарий: трудности могут возникнуть во время игры у аутичных детей, потому им можно разрешить сначала присмотреться к тому, как играют другие дети.

Можно потренировать детей в умении сдерживать эмоции, не проявлять их внешне. Это достаточно трудно для детей-дошкольников. Но в игровой форме этому можно научить (игры, подобные «Море волнуется ...», «Царевна-Несмеяна »).

Сиямские близнецы (автор — К. Фопель)

Цель: развитие коммуникативных навыков, умения согласовывать свои действия, развитие графических навыков.

Возраст: 6-7 лет.

Количество играющих: кратное двум.

Необходимые приспособления: перевязочный бинт, большой лист бумаги, восковые мелки.

Описание игры: дети разбиваются на пары, садятся за стол очень близко друг к другу, затем связывают правую руку одного ребенка и левую — другого от локтя до кисти. Каждому в руку дают мелок. Мелки должны быть разного цвета. До начала рисования дети могут договориться между собой, что они будут рисовать. Время рисования — 5-

6 минут. Чтобы усложнить задание, одному из игроков можно завязать глаза, тогда «зрячий» игрок должен руководить движениями «незрячего».

Комментарий: на первых этапах игры временные ограничения можно снять, чтобы игроки могли получить опыт взаимодействия в паре без посторонних помех.

В процессе игры взрослый может сопровождать действия участников комментариями по поводу необходимости договора в паре для достижения лучшего результата. После игры с детьми проводится беседа об их ощущениях, возникших в процессе рисования, было ли им комфортно, что им мешало, а что помогало.

Давай поговорим (автор — Е. Лютова)

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Возраст: любой.

Количество играющих: 2 или больше человек.

Описание игры: играют взрослый и ребенок (или дети). Взрослый начинает игровыми словами: «Давай поговорим. Я бы хотел стать ... (волшебником, волком, маленьким).

Как ты думаешь, почему?». Ребенок высказывает предположение и завязывается беседа.

В конце можно спросить, кем бы хотел стать ребенок, но нельзя давать оценок его желанию и нельзя настаивать на ответе, если он не хочет по каким-либо причинам признаться.

Комментарий: эта игра полезна для замкнутых и застенчивых, так как в игровой форме учит ребенка не бояться общения, ставит в ситуацию необходимости вступления в контакт.

На начальных этапах дети могут отказываться задавать вопросы или вступать в игру. Тогда инициативу на себя должен взять взрослый.

Важный момент! В игре взрослый должен находиться на одном уровне с ребенком, а в случае трудностей — ниже него.

Клубочек

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Возраст: от 4 лет.

Количество играющих: группа детей.

Необходимые приспособления: клубок ниток.

Описание игры: дети садятся в полукруг. Взрослый становится в центре и, намотав на палец нитку, бросает ребенку клубочек, спрашивая при этом о чем-нибудь (как тебя зовут, что ты любишь, чего ты боишься). Ребенок ловит клубочек, наматывает нитку на палец, отвечает на вопрос и задает вопрос, передавая клубок следующему игроку. Если ребенок затрудняется с ответом, он возвращает клубок ведущему.

Комментарий: эта игра помогает детям увидеть общие связи между ними, а взрослому помогает определить, у кого из детей есть трудности в общении. Она будет полезна малообщительным детям, также ее можно использовать в группах малознакомых участников.

Ведущим может быть выбран и ребенок.

Когда все участники соединились ниточкой, взрослый должен зафиксировать их внимание на том, что все люди чем-то похожи и это сходство найти достаточно легко. И всегда веселее, когда есть друзья.

Зеркала

Цель: развитие наблюдательности и коммуникативных навыков.

Возраст: 4-5 лет.

Количество играющих: группа детей.

Описание игры: выбирается ведущий. Он становится в центре, дети обступают его полукругом.

Ведущий может показывать любые движения, играющие должны повторить их. Если ребенок ошибается, он выбывает. Победивший ребенок становится ведущим.

Комментарий: необходимо напомнить детям, что они — «зеркало» ведущего, т. е. должны выполнять движения той же рукой (ногой), что и он.

Поварята (автор — Н. Кряжева)

Цель: развитие коммуникативных навыков, чувства принадлежности к группе.

Возраст: старше 4 лет.

Количество играющих: группа детей.

Описание игры: все дети встают в круг — это «кастрюля» или «миска». Затем дети договариваются, что они будут «готовить» — суп, компот, салат и т. д. Каждый придумывает, чем он будет: картошкой, мясом, морковкой или чем-нибудь еще. Ведущий — взрослый, он выкрикивает названия ингредиентов. Названный прыгает в круг, следующий компонент берет за руку его и т. д. Когда все дети окажутся снова в одном круге, игра заканчивается, можно приступить к приготовлению нового «блюда».

Комментарий: хорошо, если ведущий будет выполнять какие-либо действия с «продуктами»: резать, крошить, солить, поливать и т. д. Можно имитировать закипание, перемешивание.

Эта игра помогает снять мышечные зажимы, скованность через легкий имитационный массаж.

Газета (автор — Н. Кряжева)

Цель: развитие коммуникативных навыков, преодоление тактильных барьеров.

Возраст: 4-5 лет.

Количество играющих: четверо, или кратное четырем.

Необходимые приспособления: газета.

Описание игры: на пол кладут развернутую газету, на которую встают четыре ребенка. Затем газету складывают пополам, все дети должны снова встать на нее. Газету складывают до тех пор, пока кто-то из участников не сможет встать на газету. В процессе игры дети должны понять, что для победы им нужно обняться — тогда расстояние между ними максимально сократится.

Комментарий: эта игра помогает детям преодолеть робость перед телесным контактом, снимает «мышечный панцирь», делает их более открытыми. Особенно это важно для замкнутых и робких детей, а также для детей, перенесших какие-то травмы.

Игра будет проходить интереснее, если дети будут действовать по команде. Другими словами, на газету они должны стать после определенного сигнала, а между ними они могут свободно двигаться по комнате. После того как дети станут на газету, взрослый должен зафиксировать их расположение, дать детям возможность почувствовать поддержку соседа.

Живая картина (авторы — Ю. Шевченко, М. Шевченко)

Цель: развитие выразительности движений, произвольности, коммуникативных навыков.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: любое.

Описание игры: дети создают сюжетную сценку и замирают. Изменить позу они могут лишь после того, как водящий угадает название «картины».

Комментарий: несмотря на то, что основная цель игры — создание «живой картины», акцент в ней делается на развитие умения договариваться, находить общий язык. Эта игра будет особенно полезна детям, испытывающим трудности в общении (конфликтным, агрессивным, застенчивым, замкнутым). Взрослому лучше занимать позицию наблюдателя. Его вмешательство требуется только в случае ссоры детей.

Ладонь в ладонь (авторы — Н. Ключева, Ю. Касаткина)

Цель: развитие коммуникативных навыков, получение опыта взаимодействия в парах, преодоление боязни тактильного контакта.

Возраст: любой.

Количество играющих: 2 или больше человек.

Необходимые приспособления: стол, стулья и т. д.

Описание игры: дети становятся попарно, прижимая правую ладонь к левой ладони и левую ладонь к правой ладони друга. Соединенные таким образом, они должны передвигаться по комнате, обходя различные препятствия: стол, стулья, кровать, гору (в виде кучи подушек), реку (в виде разложенного полотенца или детской железной дороги) и т. д.

Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста

Комментарий: в этой игре пару могут составлять взрослый и ребенок. Усложнить игру можно, если дать задание передвигаться прыжками, бегом, на корточках и т. д. Играющим необходимо напомнить, что ладони разжимать нельзя.

Игра будет полезна детям, испытывающим трудности в процессе общения.

Сотворение чуда

Цель: развитие коммуникативных навыков, эмпатийных способностей.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: любое четное.

Необходимые приспособления: «волшебные палочки» — карандаши, веточки или любой другой предмет.

Описание игры: дети разбиваются на пары, у одного из них в руках «волшебная палочка». Дотрагиваясь до партнера, он спрашивает его: «Чем я могу тебе помочь? Что я могу для тебя сделать?» Тот отвечает: «Спой (станцуй, Расскажи что-нибудь смешное, попрыгай на скакалке)» или предлагает что-нибудь хорошее сделать позже (оговаривается время и место).

Комментарий: эгоцентризм — одна из характерологических особенностей детей-дошкольников. Им несвойственно сильно переживать по поводу чувств другого. Поэтому развитие эмпатии и децентрации, умения понять чувства другого, посочувствовать ему — одна из основных задач в воспитании дошкольников.

Войди в круг — выйди из круга (автор — К. Фопель)

Цель: развитие эмпатии, отработка способов поведения в одиночестве, совершенствование навыков межличностной коммуникации.

Возраст: 6-7 лет.

Количество играющих: не больше 10 человек.

Описание игры: дети выбирают водящего и становятся в круг, очень тесно прижимаясь друг к другу (ногами, туловищами, плечами) и обхватывая друг друга за талию. Водящий остается за кругом. Он всеми силами пытается пробраться в круг — уговаривает, толкается, старается разорвать цепь. Если водящему удастся пробиться в центр круга, все его поздравляют, а пропустивший становится водящим.

Комментарий: взрослый следит, чтобы детине проявляли агрессию, помогает водящему, если ему приходится совсем туго. В такой игре ребенок получает бесценный опыт общения с разными людьми, когда нужно в одной ситуации проявить уступчивость, попытаться уговорить человека, а в другой, наоборот, проявить твердость и настоять на своем.

Зоопарк (автор — Н. Кряжева)

Цель: развитие коммуникативных способностей, умение распознавать язык мимики и жестов, снятие телесных зажимов.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: две команды.

Описание игры: интереснее играть командами. Одна команда изображает разных животных, копируя их повадки, позы, походку. Вторая команда — зрители — они гуляют по «зверинцу», «фотографируют» животных, хвалят их и угадывают название. Когда все животные будут угаданы, команды меняются ролями. Комментарий: нужно стимулировать детей к тому, чтобы они передавали повадки того или иного животного, а также по своему желанию наделяли его какими-либо чертами характера.

Старенькая бабушка (автор — Н. Кряжева)

Цель: развитие коммуникативных навыков, доверия, эмпатии, развитие моторной ловкости.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: 8-10 человек.

Необходимые приспособления: платки для завязывания глаз.

Описание игры: дети разбиваются на две команды — бабушки (дедушки) и внуки (внучки). «Старичкам» завязывают глаза — они очень старенькие, поэтому ничего не видят и не слышат и их надо непременно отвести к врачу. Идти придется через улицу с сильным движением. Проводить бабушек и дедушек должны их внуки (внучки) постаравшись, чтобы их не сбила машина.

Затем мелом рисуют улицу, а несколько детей становятся «машинами», бегая по «улице» туда-сюда. Задача внуков — не только перевести «старичков» через дорогу, но и показать доктору (его роль играет кто-то из детей), и купить лекарство в аптеке, а затем привести домой.

Комментарий: перед началом игры можно побеседовать с детьми о необходимости оказания помощи пожилым людям, бабушкам и дедушкам. Нужно потренироваться в принятии характерной позы.

В процессе игры взрослый регулирует взаимоотношения между играющими. «Бабушки (дедушки)» должны довериться внукам, «машины» должны соблюдать правила.

Найди отличие (авторы — Е. Лютова, Г. Моница)

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Возраст: 3-4 года.

Количество играющих: взрослый и ребенок (группа детей).

Необходимые приспособления: лист бумаги, карандаши).

Описание игры: ребенок рисует все, что ему захочется, затем передает листок взрослому. Взрослый добавляет одну или несколько деталей и возвращает рисунок ребенку, который должен найти изменения. Затем взрослый рисует, а ребенок вносит изменения — они меняются ролями.

Комментарий: если в игре принимают участие несколько детей, их можно расположить по кругу и предложить меняться рисунками, пустив их по кругу, пока листок не вернется к хозяину.

В зависимости от особенностей детей игра может проходить как в быстром, так и в медленном темпе.

После завершения игры рисунки раскладываются на столе или на полу. Взрослый предлагает поговорить о них. Важно спросить ребенка, нравится ли ему рисунок, что именно нравится (или не нравится), что бы он хотел убрать (добавить) и т. д.

Дотронься...

Цель: развитие навыков общения, умения просить, снятие телесных зажимов.

Возраст: 4-5 лет.

Количество играющих: 6-8 человек.

Необходимые приспособления: игрушки.

Описание игры: дети становятся в круг, в центр складывают игрушки. Ведущий произносит: «Дотронься до ... (глаза, колеса, правой ноги, хвоста и т. д.)». Кто не нашел необходимого предмета, водит.

Комментарий: игрушек должно быть меньше, чем детей. Если у детей коммуникативные навыки развиты плохо, на начальных этапах игры могут развиваться конфликты. Но в дальнейшем, при систематическом проведении бесед и обсуждении проблемных ситуаций с нравственным содержанием с включением этой и подобных игр, дети научатся делиться, находить общий язык.

Ау! (авторы — О. Хухлаев, О. Хухлаева)

Цель: развитие интереса к сверстникам, слухового восприятия.

Возраст: 3-4 года.

Количество играющих: 5-6 человек.

Описание игры: один ребенок стоит спиной ко всем остальным, он потерялся в лесу. Кто-то из детей кричит ему: «Ау!» — и «потерявшийся» должен угадать, кто его звал.

Комментарий: игра косвенно стимулирует интерес детей друг к другу через игровое правило. Эту игру хорошо использовать в процессе знакомства детей друг с другом. Ребенку, стоящему спиной ко всем остальным, легче преодолеть барьер в общении, побороть тревогу при знакомстве.

Тропинка

Цель: развитие умения действовать сообща, в команде.

Возраст: 6-7 лет.

Количество играющих: четное.

Необходимые приспособления: аудиозапись с русской народной песней «Кума».

Описание игры: дети делятся на две команды, число игроков в которых равно. Дети каждой команды берутся за руки, образуя круги, и под музыку идут вправо. Как только музыка смолкает, они останавливаются и выполняют задания, которые дает ведущий:

«Тропинка!» — дети кладут руки на плечи впереди-стоящему, приседают и наклоняют головы вниз;

«Копна!» — дети соединяют руки в центре своего круга;

«Кочки!» — все приседают, обхватив руками голову.

Ведущий дает команды в любом порядке, как ему захочется. Команда, все игроки которой первыми справились с заданием, получает очко. Выигрывает команда, у которой наберется наибольшее количество очков.

Комментарий: игра направлена на развитие у детей способности действовать совместно друг с другом, умения добиваться результата, согласовывая свои действия в соответствии с правилами. Она будет полезна как конфликтным детям, так и замкнутым.

Небоскреб (автор — К. Фопель)

Цель: развитие умения договариваться, работать в команде.

Возраст: 6-7 лет.

Количество играющих: 5-6 человек.

Необходимые приспособления: складной метр; 2-3 деревянных кубика (можно разного размера) на каждого ребенка.

Описание игры: дети садятся в круг, а в центре круга им необходимо построить небоскреб. Дети по очереди кладут свои кубики (по одному за ход). При этом они могут обсуждать, куда лучше положить кубик, чтобы небоскреб не упал. Если упадет хоть один кубик, строительство начинается сначала. Взрослый, наблюдающий за ходом строительства, периодически измеряет высоту постройки.

Комментарий: взрослый в данной игре занимает место стороннего наблюдателя. Он может вмешаться в ход игры только в случае возникновения неконструктивного конфликта. Дети должны самостоятельно попытаться найти общий язык, преследуя игровую цель: построить как можно более высокую башню, более или менее устойчивую.

В конце игры взрослый может провести аналогию между башней и командной работой, поясняя детям, что дружба и умение приходить к единому решению — это та основа, которая может удерживать башню от падения, а группу — от развала.

Источник: «Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста». Г.А. Широкова