

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «РОСИНОЧКА»**

КАРТОТЕКА ИГР

**Использование игры в коррекционно-развивающей работе
с агрессивными и гиперактивными детьми 4-5 лет**



**Составила: педагог-психолог
высшей квалификационной категории
Бучнева О.В.
2022**

«Пальцы – звери добрые, пальцы – звери злые» (О. Хухлаева, О. Хухлаев).

Цель: развитие эмоциональной сферы, коммуникативных навыков.

Количество играющих: любое.

Описание игры: дети представляют, что их пальчики – добрые кошечки, злые мышки, добрые волчата, злые зайчата и т.д. 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, поссориться. Если у детей хорошо получается, можно предложить им познакомиться с ручками других детей. Кроме развивающего эффекта игра дает возможность выявить особенности общения детей. Она помогает им ощутить возможности своего тела, найти новые способы налаживания контакта.

«Кенгуру» (Г.А. Широкова).

Цель: развитие координации движений.

Количество играющих: любое.

Описание игры: играющие выстраиваются на одной линии и зажимают мяч между ногами. По сигналу они начинают прыжками двигаться к финишу, который установлен на расстоянии 20-30 м. Если мяч выпадет, его поднимают и продолжают движение.

Комментарий: эта игра-эстафета подходит для детей любого возраста, полезна она и для взрослых. На первый взгляд, игра проста и не требует усилий. Но, несмотря на кажущуюся легкость, она достаточно трудна для детей-дошкольников, требует некоторой тренировки.

«Крокодил в болоте» (Л. Названова).

Цель: развитие двигательной активности и воспитание умения сдерживаться.

Количество играющих: 5-6.

Необходимые приспособления: различные геометрические фигуры, вырезанные из картона - «кочки» на болоте.

Описание игры: по ковру раскладывают «кочки». Дети - «охотники», они ловят крокодила, молча и как можно тише прыгая с кочки на кочку. В роли крокодила лучше всего выступить взрослому, так как он ловит незадачливых «охотников», которые сильно шумят («крокодил» называет имя, и «охотник» должен подойти к нему).

Комментарий: число «крокодилов» может увеличиваться по мере развития игры. Также будет интересно расширить сюжет, ввести какие-то дополнительные ограничения. Например, можно договориться, что когда наступает ночь, прыгать можно только по квадратным «кочкам», а когда день - по круглым. Команды «День!», «Ночь!» взрослый может подавать голосом, а может использовать какой-

нибудь звуковой сигнал, что также будет способствовать развитию навыков регуляции своего поведения.

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

Цель: развитие коммуникативных навыков детей, развитие слухового внимания.

Количество играющих: двое или более.

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».

«Максим подарил Даше конфеты, и она очень обрадовалась».

«Сережа увидел, что Максим подарил Даше конфеты, обиделся, что сам не сделал этого и поэтому поссорился с Максимом».

Комментарий: в конце игры взрослый говорит детям, что обида и злость дружат со ссорой, а ссоры делают человека одиноким, так как с ним никто не хочет разговаривать или играть.

Ситуации можно подбирать из непосредственной жизни детей. Наверняка их будет немало.

Эта игра наглядно демонстрирует эффективность и многофункциональность игровой деятельности вообще, так как в ней можно соединять, казалось бы, разные вещи.

«Раздувайся, пузырь» (Р. Калинина).

Цель: развитие чувства сплоченности, развитие внимания.

Количество играющих: группа.

Описание игры: дети стоят в кругу очень тесно - это «сдутый пузырь». Потом они его надувают: дуют в кулачки, поставленные один на другой, как в дудочку. После каждого выдоха делают шаг назад - «пузырь» увеличивается, сделав несколько вдохов, все берутся за руки и идут по кругу, приговаривая:

Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, Оставайся такой, да не лопайся!

Получается большой круг. Затем воспитатель (или кто-то из детей, выбранный ведущим) говорит: «Хлоп!» - «пузырь» лопается, все сбегаются к центру («пузырь» сдулся) или разбегаются по комнате (разлетелись пузырьки).

Комментарий: взрослому необходимо внимательно следить за тем, чтобы дети правильно выполняли игровые действия. В частности, на каждый вдох делали один шаг. Такие игры-развлечения любят дети любого возраста, так как правила в них предельно просты и легко выполнимы, а сама игра способствует эмоциональной разгрузке.

«Интервью» (О. Хухлаева, О. Хухлаев).

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

Количество играющих: трое и более.

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 в 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».

«Лохматый пес».

Цель: психофизиологическая мобилизация.

Ход игры: Выбирают «пса», который сидит в стороне. Дети медленно идут к нему. Психолог читает:

Вот сидит лохматый пес,
В лапки свои, уткнувши нос.
Тихо, мирно он сидит.
Подойдем к нему, разбудим
И посмотрим, что же будет?!

Дети тихонько подходят и хлопают в ладоши. «Пес» вскакивает и ловит детей. Игра повторяется 3-4 раза.

«Магнит и шарики» (Л. Названова).

Цель: развитие воображения и способности к перевоплощению, расширение кругозора детей.

Количество играющих: группа.

Описание игры: выбирают «магнит», он садится в стороне. Затем ведущий говорит остальным детям: «Я произношу волшебные слова - крибле-крабле-бумс - и превращаю вас в деревянные шарики, которые катаются по полу, прыгают, постукивают». Дети могут бегать, сталкиваясь, они должны сказать: «тук-тук-тук». Они не обращают внимания на «магнит». Затем ведущий говорит: «Крибле-крабле-бумс! Превращаю вас в резиновые шарики!». Дети прыгают на носочках и, сталкиваясь, говорят: «Пум-пум-пум!» — и не обращают внимания на «магнит». Ведущий: «Крибле-крабле-бумс! Превращаю вас в железные шарики!» - дети бегают, при столкновении говоря: «Дон-дон-дон!». Увидев «магнит», они все

устремляются к нему. «Магнит» медленно передвигается, а дети, взявшись за него руками, следуют за ним. Ведущий говорит: «Крибле-крабле-бумс! Превращаю вас в бумажные шарики!». Дети бросают «магнит» и бегают с шипением: «Ш-ш-ш!». В конце игры ведущий говорит: «Крибле-крабле-бумс! Превращаю вас в детей».

Комментарий: важно напомнить детям характерные особенности того или иного материала, чтобы им было легче передать их в движении. Чтобы предотвратить сильные столкновения, можно предупредить детей, что тогда «шарики» «лопаются» или «раскалываются» - выходят из игры.

«Лови-лови!» (Р. Калинина).

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Количество играющих: любое.

Необходимые приспособления: палочка длиной 0,5 м с прикрепленным к ней легким мячиком на яркой ленте.

Описание игры: выбирают ведущего, вручают ему палочку, затем становятся в круг, а ведущий - в центре круга. Ведущий подходит к детям со словами: «Лови-лови!». Задача играющих - поймать мяч, который все время подлетает вверх. Ловить мяч могут сразу несколько участников.

Комментарий: игра сильно возбуждает детей, поэтому ее лучше всего проводить во время прогулки после сна. Ее хорошо использовать, когда необходимо активизировать детей, повысить тонус, снять эмоциональное напряжение, направить их двигательную активность в нужное русло.

«Мышка» (Г.А. Широкова).

Цель: развитие тактильных ощущений, формирование выдержки, терпимого отношения к физическому контакту с другими людьми.

Количество играющих: 3-6.

Необходимые приспособления: мышка, бубен, платок.

Описание игры: двое детей садятся на стулья друг напротив друга. Одному завязывают глаза, а другому в руки дают бубен. Когда второй играющий начинает играть, третий человек принимается водить мышкой по телу первого ребенка. Мышка бежит, кувыркается, карабкается в соответствии с темпом звучания музыки. Первый участник игры сидит спокойно, он не должен пытаться поймать мышку руками, его задача - сконцентрироваться на своих ощущениях.

Можно использовать несколько инструментов, под звуки которых мышка двигается по-разному: под гармошку она ползет, а под бой барабана - прыгает; или под звуки бубна она ходит по рукам, а под дудочку - взбирается на шею и т. д.

Комментарий: с детьми можно провести беседу о том, что звуки тоже, как и люди, имеют свой характер, свое настроение. В зависимости от темпа музыки меняются движения, поэтому под одни звуки хочется двигаться плавно и медленно, а под другие хочется попрыгать.

После игры с первым участником нужно поговорить о его ощущениях, что ему понравилось, когда было приятно, а когда нет. Это поможет лучшему осознанию ребенком его чувств и переживаний.

«Час тишины и час «можно» (Н. Кряжева).

Цель: развитие произвольности поведения.

Количество играющих: любое.

Описание игры: взрослый договаривается с детьми о том, что у них теперь будет час тишины и час «можно». Это значит, что в час тишины дети будут вести себя тихо и заниматься спокойными делами - рисованием, лепкой и т. д. Зато в час «можно» они смогут делать все, что захочется - бегать, прыгать, кричать, петь и т. д. При этом желательно заранее предупредить, что даже в час «можно» нельзя драться, ругаться, обижать кого-либо и т. д.

Комментарий: эти часы можно чередовать в течение дня или играть в них в разные дни, но они должны стать привычными в группе детского сада или дома, тогда взрослому будет проще контролировать поведение детей в любой момент. Например, когда нужно, чтобы разгоряченные дети успокоились, им предлагается поиграть в час тишины, а во время прогулки можно предложить час «можно».

В эту игру можно играть с детьми в возрасте от 2-х лет.

«Говори!» (Е. Лютова, Г. Моница).

Цель: развитие внимания и произвольности.

Количество играющих: взрослый + один ребенок (группа детей).

Необходимые приспособления: мячик.

Описание игры: взрослый предлагает детям сыграть в игру в вопросы и ответы, но предупреждает, что отвечать на вопросы можно только после слова «Говори!». После вопроса бросить мяч, обязательно сделать паузу и лишь потом сказать «Говори!». Вопросы могут быть любыми, например:

«Какие времена года вы знаете?» ... «Говори!»

«Какое сейчас время года?» ... «Говори!»

«Какой сегодня день недели?» ... «Говори!»

«Какой сейчас месяц?» ... «Говори!»

«Сколько дней в неделе?» ... «Говори!»

«Сколько дней в году?» ... «Говори!»

«Какого цвета платье у Маши?» ... «Говори!»

«Какого цвета столы в группе?» ... «Говори!» - и т. д.

Комментарий: включение в игру мячика усложняет ее, но и делает более интересной. В связи с тем, что импульсивность преобладает в поведении детей-дошкольников, им трудно, поймав мячик, не ответить сразу.

«Будь внимателен!» (М. Чистякова).

Цель игры: стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.

Описание игры: дети шагают под «Марш» С. Прокофьева. Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети должны начать прыгать, на слово «лошадки» - как бы ударять «копытом» об пол, «раки» - пятиться, «птицы» - бегать, раскинув руки в стороны, «аист» - стоять на одной ноге.

«Слушай хлопки» (М. Чистякова).

Цель: развитие внимания, произвольности поведения.

Количество играющих: любое.

Описание игры: дети свободно передвигаются по комнате, но по хлопку ведущего они должны остановиться и превратиться в аиста: поднять одну ногу, руки в стороны), на два хлопка они должны отреагировать превращением в лягушку (присесть, пятки вместе, носки врозь, между носками руки). Три хлопка разрешают снова двигаться свободно.

Комментарий: игра помогает в развитии произвольного внимания, умения быстро переключаться с одного вида действий на другой.

«Канон для малышей» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие внимания.

Описание игры: играющие стоят по кругу. Под хороводную песню «Селезенюшка» дети по очереди делают следующие движения: один приседает и встает, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встает и т. д.

«Запомни свое место» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие моторно-слуховой памяти.

Описание игры: дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку И. Дунаевского «Галоп» все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

«Запомни свою позу» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие моторно-слуховой памяти.

Описание игры: дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый ребенок должен встать в какую-нибудь позу и запомнить ее. Когда зазвучит музыка, все дети разбегаются, с ее окончанием они должны вернуться на свои места и встать в ту же позу. Музыкальное сопровождение: С. Бодренков «Игра в горелки».

«Флажок» (М. Чистякова).

Цель игры: преодоление двигательного автоматизма.

Описание игры: играющие ходят по залу под «Болгарскую песню» (обработка Т. Ломовой). Когда ведущий поднимет флажок вверх, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

«Это я! Это мое!» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие выразительности жеста.

Описание игры: ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?». И т. п. Мальчик отвечает жестом.

Выразительные движения. Рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!»; прижатая к груди кисть: «Моё, принадлежит мне!»

«Тише!» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие выразительности жеста.

Описание игры: два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» Этюд выполняется под музыку Б. Берлина «Спящий котенок».

Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, указательный палец приставить к сжатым губам, брови поднять вверх.

«Сосулька» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры

У нас под крышей
Белый гвоздь висит,
Солнце взойдет,
Гвоздь упадет.

(В. Селиверстов)

Первая и вторая строчки: руки над головой. Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

«Шалтай-болтай» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры

Шалтай-болтай
Сидел на стене.
Шалтай-болтай
Свалился во сне.

(Перевод С. Маршака)

Ребенок поворачивает туловище вправо-влево, руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклонить корпус тела вниз.

«Петрушка прыгает» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры: играющий изображает Петрушку, который мягко и легко прыгает. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими, расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой.

Выразительные движения. Ноги согнуть в коленях, корпус тела слегка наклонить вперед, руки вдоль тела, голову опустить вниз.

Этюд сопровождается музыкой Д. Кабалевского «Клоуны».

«Кукушонок кланяется» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры:

Кукушка кукушонку

купила капюшон.

Кукушкин кукушонок

В капюшоне смешон.

Этюд сопровождается детской песенкой «Кукушка кукушонку». Во время этюда ребенок наклоняется вперед - вниз без всякого напряжения, затем выпрямляется.

«Спать хочется» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры: мальчик попросил родителей, чтобы ему разрешили вместе со взрослыми встретить Новый год. Ему разрешили, но, чем ближе к ночи, тем больше ему хочется спать. Он долго борется со сном, но, в конце концов, засыпает.

Этюд сопровождается музыкой В. Дублянского «Тихая ночь».

Выразительные движения. Зевота, верхние веки опущены, брови приподняты, голова клонится вниз, руки опущены.

«Спящий котенок» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры: ребенок исполняет роль котенка, который ложится на коврик и засыпает. У котенка мерно поднимается и опускается животик.

Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «День растает, ночь настанет» (колыбельная).

«Лисичка подслушивает» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (интерес, внимание).

Описание игры: лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Выразительные движения: голову наклонить в сторону (слушать, подставляя ухо), взгляд направить в другую сторону, рот полуоткрыть.

Поза: ногу выставить вперед, корпус тела слегка наклонить кпереди.

«Кузнечик» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (интерес, внимание, сосредоточение).

Описание игры: девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала она к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг - и вот уже стрекошет совсем в другом месте. Звучит музыка Ан. Александрова «Кузнечик».

Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, пристальный взгляд, туловище слегка наклонить вперед, ступать на пальцы.

«Удивление» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удивление).

Описание игры: мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

«Золотые капельки» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым.

Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь.

Во время этюда звучит музыка Д. Христова «Золотые капельки».

Выразительные движения: голову запрокинуть, рот полуоткрыть, глаза закрыть, мышцы лица расслабить, плечи опустить.

«Цветок» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок

на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

Выразительные движения. Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем. Мимика. Глаза полузакрыты: улыбка, мышцы лица расслаблены.

«Ласка» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о его руки. Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котенок»

«Вкусные конфеты» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: У девочки в руках воображаемый кулек (коробка) с конфетами. Она протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и берут конфеты в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное.

Этюд сопровождается музыкой Т. Кассерна «Медовые конфетки».

Мимика: Жевательные движения, улыбка.

«Медвежата выздоровели» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Заболели медвежата Тим и Том. К ним пришел доктор. Он вылечил медвежат. И стало очень хорошо. Не болят больше животы у Тима и Тома.

Выразительные движения. Положение сидя, ноги раздвинуть, тело отклонить назад, подбородок слег приподняты, улыбка.

«Первый снег» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Много дней шел мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу.

Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдет гулять. Он подошел к окну и замер от приятного изумления. Все покрыто белым-белым снегом.

Утром глянул я чуть свет:
Двор по-зимнему одет.
Распахнул я настежь двери,
В сад гляжу, глазам не верю.
Эй! Смотрите, чудеса –
Опустились небеса!
Было облако над нами,
Оказалось под ногами.
(А. Гунули)

В саду стало чисто, просторно и красиво. Можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться!

Выразительные движения. Откинуть назад голову, Приподнять брови, улыбнуться.

«Любящие родители» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: звучит латышская народная песня «Колыбельная медвежонку».

Мама-медведица и папа-медведь укачивают своего любимого сыночка. Сначала мама-медведица качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а папа-медведь с доброй улыбкой смотрит на маму и сына и сам тоже тихонько покачивается. Мама-медведица передает медвежонка медведю. Теперь папа-медведь качает малыша, а мама-медведица глядит на обоих ласково, с любовью.

Выразительные движения. Сложить перед собой руки, обхватывая пальцами локоть другой руки, мерно покачиваться под музыку вправо-влево, на лице улыбка.

«Стрекоза замерзла» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страдание, печаль).

Описание игры: Пришла зима, а Стрекоза не приготовила себе домик, не запасла еды впрок. Стрекоза дрожит от холода:

Холодно, холодно,
Ой-ёй-ёй-ёй!
Голодно, голодно,
Жутко зимой!
Мне некуда деться,
Сугробов не счесть.
Пустите погреться,
И дайте поесть.

Звучит музыка В. Герчика «Песня Стрекозы» (из детской одноактной оперы «Стрекоза»).

Мимика. Приподнять и сдвинуть брови; стучать зубами.

«Ой, ой, живот болит» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страдание, печаль).

Описание игры:

Два медвежонка Тим и Том съели вкусные, но немые яблоки. У них разболелись животы. Медвежата жалуются:

Ой, ой, живот болит!

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем, Том и Тим!

Жалоба медвежат сопровождается музыкой М. Красева «Жалобная песенка» (из музыкальной сказки «Тим и Том»).

Выразительные движения. Брови приподнять и сдвинуть, глаза прищурить; туловище согнуть, живот втянуть; руки прижать к животу.

«Сердитый дедушка» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выразить основные чувства (гнев).

Описание игры: К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, что Петя ушел за калитку. А если из леса придет волк, что будет с Петей?

Мимика. Нахмуренные брови.

Во время этюда звучит музыка С. Прокофьева из симфонической сказки «Петя и Волк», тема дедушки.

«Король Боровик не в духе» (М. Чистякова)

Цель игры: развитие умения выразить основные чувства (гнев).

Описание игры: Ведущий читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком

И стучал каблуком.

Был король Боровик не в духе;

Короля покусали мухи.

(В. Приходько)

«Два сердитых мальчика» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (гнев).

Описание игры:

Мальчики поссорились. Они очень сердиты, сдвинули брови, размахивают руками, наступают друг на друга, вот-вот подерутся...

Этюд выполняется под музыку Е. Ботлярова «Драчун».

«Лисенок боится» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страх).

Описание игры:

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко. Выразительные движения. Поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

«Собака лает и хватается за пятки» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страх).

Описание игры:

Ребенок гуляет. Мимо на поводке идет собака. Она лает на мальчика и пытается, натягивая поводок, достать мордой до его ног.

Во время этюда звучит музыка Г. Фрида «Появление большой собаки».

«Гроза» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страх).

Описание игры:

За окном гроза. Хлещет дождь. Сверкают молнии. Грозно гремит гром.

Ребенок один дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно.

Звучит музыка М. Раухвергера «Гром».

Выразительные движения. Голова запрокинута и втянута в плечи; глаза широко раскрыты; рот открыт; ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище.

«Провинившийся» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (вина, стыд).

Описание игры:

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину. Этюд выполняется под музыку В. Дорохина «В углу».

Выразительные движения. Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты; руки висят вдоль тела. Мимика. Брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

«Ваське стыдно» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выразить основные чувства (вина, стыд).

Описание игры:

Жила-была девочка Галя. У нее была кукла Таня. Галя играла с куклой, кормила ее, спать укладывала.

Один раз положила свою куклу спать на кроватку. Забрался туда кот Васька и уронил куклу на пол.

Пришла Галя домой, увидела, что ее кукла лежит на полу, подняла куклу и стала ругать Ваську: «Зачем ты, Васька, мою куклу уронил?» А Васька стоит, голову опустил: стыдно ему.

Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было коту Ваське.

«Стыдно» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выразить основные чувства (вина, стыд).

Описание игры:

Мальчик Коля случайно сломал переключатель у телевизора. Он испугался, что мама его накажет. Коля сказал, что переключатель крутил его маленький брат. Брата наказали. Старшему брату стало очень стыдно.

Выразительные движения. Голова наклонена вперед, брови подняты и сдвинуты, углы рта опущены.

«Обзывалки» (Н. Кряжева).

Цель: развитие коммуникативных навыков, снятие отрицательных эмоций.

Количество играющих: не менее двух.

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» (Е. Карпова, Е. Лютова).

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Количество играющих: не менее 4-х.

Необходимые приспособления: маленькая игрушка (тигр).

Описание игры: дети встают в круг, водящий отворачивается к стене и громко считает до 10-ти. Пока водящий считает, дети передают друг другу игрушку. Когда ведущий заканчивает считать, ребенок, у которого оказалась игрушка, закрывает тигра ладонками 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.

«Ладонь в ладонь» (Н. Ключева, Ю. Касаткина).

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

Возраст: любой.

Количество играющих: двое или больше.

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.

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.

«Падающая башня» (Н. Кряжева).

Цель: отреагирование негативных эмоций, развитие целеустремленности, снятие агрессивности.

Количество играющих: два и более, до 5-ти.

Необходимые приспособления: подушки.

Описание игры: дети из подушек строят высокую башню, а затем пытаются взять ее штурмом, взбираясь на самый верх. Победитель — тот, кто первым взберется на башню, не разрушив ее.

Комментарий: важно обезопасить детей от травм, заранее убрать опасные предметы.

Строительство башни доставляет детям не меньшее удовольствие, чем ее покорение. Тем более, что это будет оказывать еще и терапевтический эффект, даст

возможность ощутить не только радость освобождения от негативных эмоций, но и радость созидания.

«Высвобождение гнева» (К. Рудестам).

Цель: отреагирование негативных эмоций. Нарушение: СДВГ, агрессивность, застенчивость/тревожность.

Возраст: любой.

Количество играющих: один или более.

Необходимые приспособления: мягкий стул или куча подушек.

Описание игры: подушки, на которые будет вымещаться агрессия, складывают перед ребенком, а он должен сильно ударять по ним — пластмассовой выбивалкой, бадминтонной ракеткой, просто расслабленной рукой. При ударе можно выкрикивать любые слова, выражающие чувство гнева.

Комментарий: при ударе из подушки обычно летит пыль, поэтому лучше "делать это на улице, а ребенку объяснить, что, выместив свой гнев на подушке, он еще и взрослым помог очистить помещение от пыли.

Игру полезно проводить систематически, так как негативные эмоции постоянно требуют выхода, и лучше, если ребенок выплеснет свой гнев на подушках, чем на окружающих.

Игра полезна взрослым не менее (а иногда и более), чем детям.

«Пожалуйста» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие произвольности, слухового внимания.

Количество играющих: группа.

Описание игры: Все дети становятся в круг и выбирают ведущего. Ведущий показывает им разнообразные движения, а остальные дети должны их повторить, но только если ведущий скажет волшебное слово - «Пожалуйста!». Ошибшийся выбывает из игры.

«Радость и грусть» (И. Климина).

Цель: развитие эмоциональной сферы, умения дифференцировать эмоции и чувства других людей.

Количество играющих: любое.

Необходимые приспособления: рисунки.

Описание игры: дети внимательно рассматривают рисунки, а потом раскладывают их в два ряда - радость и грусть - в зависимости от цветовой гаммы.

Комментарий: основная задача взрослого - помочь детям рассказать о своих чувствах, возникших по поводу того или иного рисунка, объяснить, почему один рисунок они считают веселым, а другой - грустным.

«Растущие цветы» (Г.А. Широкова).

Цель: укрепление уверенности в себе, стимулирование стремления к лидерству, развитие наблюдательности.

Количество играющих: группа.

Необходимые приспособления: музыкальные инструменты, 2-3 больших бумажных цветка.

Описание игры: один ребенок играет на музыкальном инструменте, остальные слушают. Одновременно взрослый, спрятавшись за высоким предметом мебели, начинает поднимать цветок. Когда музыка стихает, цветок перестает расти, при быстрой и громкой музыке он растет быстрее. Если цветок не может уже расти дальше, все начинают танцевать вокруг него или изображать его увядание. Если одновременно играет два инструмента, можно использовать два цветка.

Комментарий: когда детям станет ясна суть игры, взрослого может заменить ребенок.

После игры с детьми проводится беседа. У ребенка-цветка можно спросить, под какие звуки ему хотелось расти, а под какие - нет. У ребенка-музыканта можно спросить, хотелось ли ему, чтобы цветок рос, если нет, то почему.

В процессе игры взрослый должен пытаться комментировать темп роста цветка, предлагать те или иные версии поворота сюжета. Например: если цветок долго не растет, взрослый должен обратить внимание детей на звуки, а затем на то, что, вероятно, ему они не нравятся или что ему грустно. Можно попросить всех детей вместе с музыкантом помочь цветку подрасти.

Игра стимулирует детей к пониманию чувств другого человека, развивает чувство эмпатии, желание помочь при необходимости.

«Дотронься...» (Г.А. Широкова).

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

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.

«Пес Барбос» (Г.А. Широкова).

Цель: развитие произвольности, самоконтроля.

Количество играющих: 6-8 человек.

Необходимые приспособления: платок.

Описание игры: выбирается ребенок, который будет «собакой». Он завязывает глаза и уши платком, сворачивается в клубок и делает вид, что спит. Остальные дети должны тихонько проходить мимо него. Неожиданно «собака» просыпается и с лаем ловит побеспокоивших ее детей. Пойманный становится «собакой».

Комментарий: игра проходит шумно и интересно. Взрослому не стоит сдерживать эмоциональные порывы детей, дайте им повеселиться вдоволь. Такой выплеск поможет детям через полчаса сосредоточиться на занятиях.

«Динозаврики» (Н. Кряжева).

Цель: снятие негативных переживаний, снятие телесных зажимов.

Количество играющих: 6-7.

Описание игры: дети, представляя себя «динозавриками», делают страшные мордочки, высоко подпрыгивая, бегают по залу и издают душераздирающие крики.

Комментарий: игра интересна предоставляемой детям свободой, благодаря которой у них появляется возможность дать выход накопившимся страхам, противоречиям и обидам. Ведь даже у детей сейчас редко появляется возможность делать то, что хочется.

«Сотворение чуда» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие коммуникативных навыков, эмпатийных способностей.

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 не свойственно сильно переживать по поводу чувств другого. Поэтому развитие эмпатии и децентрации, умения понять чувства другого, посочувствовать ему - одна из основных задач в воспитании дошкольников.

«Газета» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие коммуникативных навыков, преодоление тактильных барьеров.

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.

«Зеркала» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие наблюдательности и коммуникативных навыков.

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» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие коммуникативных навыков, чувства принадлежности к группе.

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 название ингредиентов. Названный впрыгивает 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.

«Разговор с руками» (И. Шевцова).

Цель: отреагирование эмоций, развитие позитивного самовосприятия.

Количество играющих: взрослый и ребенок.

Необходимые приспособления: карандаши, лист бумаги.

Описание игры: в эту игру играют, если ребенок склонен к дракам или разрушению. Взрослый предлагает ребенку обвести контур ладошек, а затем «оживить» их: нарисовать им лица (глазки, ротик, носик и т. д.), можно раскрасить пальчики цветными карандашами. Затем взрослый начинает разговор с пальчиками, спрашивая их об их привычках и привязанностях, о том, что они любят и чего не любят. Отвечать может ребенок, но если он молчит, то взрослый сам отвечает за пальчики, рассказывая о том, какие они хорошие, как много они умеют. Потом взрослый говорит: «Но пальчики иногда не слушаются своего хозяина», - и предлагает заключить с непослушными пальчиками «договор», что они в течение 2-3 дней не будут никому причинять боль и не будут ничего ломать, будут делать только хорошее: здороваться, мастерить, играть, помогать хозяину одеваться и раздеваться. Для гиперактивных детей назначают меньший срок - 1-2 дня или даже несколько часов. Если ребенок вступает в эту игру, то через оговоренный промежуток времени можно повторить рисование с ним, похвалив пальчики и их хозяина, а также предложив больший срок действия «договора».

Комментарий: игра может не получиться с первого раза, так как расторможенные дети с трудом переносят приобретенные навыки в повседневную жизнь, испытывают трудности в контроле за своими порывами. В процессе самой игры взрослый косвенно должен убедить ребенка в том, что он подружится со своими пальчиками, сделает их добрыми. Так, с одной стороны, у ребенка развивается позитивное самовосприятие, а с другой стороны, он задумывается над проблемой.

«Ходим в шляпах».

Цель: тренировка вестибулярного аппарата, развитие моторной ловкости.

Количество играющих: любое.

Необходимые приспособления: мешочки с песком весом до 500 г.

Описание игры: каждому ребенку на голову кладут мешочек с песком - «шляпу». Ведущий (взрослый) проверяет, правильная ли осанка у детей, а затем дает сигнал к ходьбе. Дети ходят, стараясь не уронить «шляпу». Выигрывает тот, кто за определенное время ни разу не уронил «шляпу».

Комментарий: игру можно усложнить, разложив на пути детей различные предметы, через которые надо переступить; а также предложив станцевать или пройти по канату. Эта игра особо рекомендуется расторможенным детям, у которых способность к концентрации и самоконтролю развита слабо. Само игровое правило стимулирует к сосредоточению на своих достижениях, контролю над ними.

Следует обратить внимание и на то, что у таких детей плохо развита мотивация к достижениям, они редко доводят что-либо начатое до конца. Поэтому

на первых этапах игры можно предложить детям походить «в шляпах» какое-либо фиксированное время, постепенно его увеличивая. Также можно подобрать индивидуальные способы развития целеустремленности.

«Броуновское движение» (Ю. Шевченко).

Цель: развитие внимания, моторной ловкости.

Количество играющих: не менее двух.

Необходимые приспособления: теннисные мячики.

Описание игры: правила игры: теннисные мячики вбрасываются в круг, образуемый детьми, с этого момента они не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно подталкивать руками и ногами. Дети встают в круг, ведущий вбрасывает мячики. Если хоть один мячик остановился, игру прекращают. Дети довольно быстро приспосабливаются и строго следят за движением мячей, поэтому можно предложить им разделиться на две команды и соревноваться, увеличивая количество мячей в круге. Побеждает команда, которая сможет контролировать движение большего количества мячиков.

Комментарий: дети должны стоять в кругу, не нарушать его, иначе игра превратится в хаотичное движение самих детей. Мячи лучше вбрасывать постепенно, следя за тем, чтобы дети потренировались с одним, затем с двумя и т. д. мячами.

«Горячий мяч» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие внимания, скорости реакций, моторной ловкости.

Количество играющих: группа детей до 10 человек.

Необходимые приспособления: мячик с колокольчиком внутри.

Описание игры: дети становятся в круг, очень близко друг к другу. Они передают мяч друг другу быстро, стараясь не уронить его. Тот, кто упустил мячик, выбывает из игры. Побеждают последние два оставшихся ребенка.

Комментарий: другие варианты игры строятся на изменении расположения детей.

Можно построить детей в колонну, а мяч передавать либо через голову вверху, либо, наклонившись, через ноги. Также можно построить детей зигзагом.

«Коршун и наседка» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие моторной ловкости.

Количество играющих: не более 10-12-ти.

Необходимые приспособления: колокольчик, веревка (скакалка).

Описание игры: выбирают двух водящих - «коршуна» и «наседку», все остальные дети - «цыплята». «Наседка» становится первой, за ней, держась за веревочку, «цыплята», на протяжении всей игры они не должны выпускать из рук веревку. «Коршун» надевает колокольчик и становится лицом к «наседке» на

расстоянии 1,5-2 м. По сигналу «коршун» должен поймать последнего «цыпленка», а «наседка» мешает ему, но ей нельзя хватать «коршуна» за руки. «Цыпленок» считается пойманным, если «коршун» коснулся его рукой. Игра длится в течение минуты, а затем выбирают новых «коршуна» и «наседку», независимо от того, был ли пойман «цыпленок».

Комментарий: взрослый должен следить за четким выполнением правил: не хватать «коршуна» за руки, «цыплятам» - не отпускать веревку.

«Зоопарк» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие творческих способностей, воображения, выразительности движений.

Количество играющих: 4-20.

Описание игры: дети становятся в круг, и каждый по очереди показывает движения, которые совершают задуманные животные. Остальные играющие должны угадать, что это за животное.

Можно разбить играющих на группы по 3-4 человека. Ведущий тихонько говорит им, какое животное нужно изобразить. Все стараются, как могут, каждый - в меру своих представлений о привычках этого зверя. Задача остальных - угадать, что это за животное.

Комментарий: этой игре должна предшествовать определенная работа: чтение книги, рассматривание иллюстраций и т. д. Тогда детям легче будет передать повадки того или иного животного.

«Зеркало» (И. Томашпольская).

Цель: развитие внимания, скорости реакции, моторики.

Количество играющих: не менее 3-х.

Описание игры: дети выбирают ведущего, он становится в центр, а остальные дети — полукругом вокруг ведущего, который показывает разнообразные позы, демонстрирует разные выражения лица. Дети должны повторить их.

Комментарий: смена поз и мимических этюдов должна быть быстрой. За темпом и правильностью должен следить взрослый.

«Танец шляпы» (Широкова Г.А.).

Цель: развитие внимания, моторной координации. *Нарушение:* СДВГ, агрессивность, застенчивость/тревожность.

Количество играющих: 4-8.

Необходимые приспособления: шляпа, аудиокассета с записью музыкального произведения.

Описание игры: дети садятся в круг, при первых же звуках музыки они начинают передавать шляпу, надевая ее на голову соседа. Когда музыка прервется,

участник, на голове которого оказалась шляпа, должен показать какое-нибудь движение, а все остальные дети - повторить его. Затем игра продолжается.

Комментарий: в этой игре шляпа по сути является «отвлекающим маневром», так как дети с удовольствием стараются нарядить соседа, забывая про музыку. Если дети стесняются по одному выполнять движения, можно предложить ребенку, на котором остановилась музыка, выбрать себе партнера и станцевать с ним.

«Слепые фотографы» (М. Сигимова).

Цель: развитие внимания, памяти, тактильной чувствительности .

Количество играющих: трое или более.

Описание игры: детям предлагают запомнить («сфотографировать») несколько предметов и их расположение, а после этого завязывают им глаза и перемешивают предметы. Играющие должны на ощупь определить предметы и расставить их так же, как они лежали.

«Как общаться с королем (королевой)» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: учить детей различать эмоциональные состояния друг друга.

Описание игры. Один из участников игры – король или королева – сидит на высоком стуле. Все остальные участники – жители страны – проходят мимо него (неё) в одном направлении несколько раз. Если король сидит с серьезным лицом, все делают серьезные лица, маршируют и отдают честь, как солдаты. Если король улыбается, все жители страны, проходя мимо него, улыбаются и машут ему рукой. Король меняет выражение лица несколько раз, после чего он выбирает на престол любого жителя города, который достойно общался с ним.

Примечание: игру можно проводить под маршевую музыку.

«Закружилась карусель» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: учить детей взаимодействию друг с другом.

Описание игры. Дети сидят на стульях в кругу, каждый, кроме одного ребенка, держит в руках мягкую или резиновую игрушку. Один ребенок сидит без игрушки. Ведущий стоит в кругу или за кругом (на его усмотрение) и дает команду: «Закружилась карусель!» - и все дети начинают передавать игрушки своим соседям слева, как бы катая их на карусели. Как только ведущий скажет: «Стоп!», дети перестают передавать игрушки – карусель остановилась. Ребенок без игрушки становится ведущим, а ведущий занимает его место, и игра продолжается по прежней схеме.

«Это я, узнай меня!» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель: развитие эмпатии, снятие агрессивности.

Описание игры. Один ребенок поворачивается спиной к остальным сидящим. Дети по очереди подходят к нему, гладят его по спинке и называют ласковым именем. Водящий пробует угадать, кто его погладил и назвал.

«Маленькое привидение» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель: научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

Описание игры. Ведущий: «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение: (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!».

«Тух-тиби-дух!» (Фопель К.).

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

Описание игры. Ведущий: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

Комментарий: в этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

«Шумный оркестр» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: предоставить детям возможность выплеснуть гнев или накопившиеся отрицательные эмоции в приемлемой форме.

Описание игры. Каждый ребенок, участвующий в игре, получает какой-либо детский музыкальный инструмент (барабан, тамбурин, трещотку, погремушку, тарелки, ложки и т.д.). Взрослый играет роль дирижера. Он включает энергичную музыку и размахивает руками в любых направлениях, а дети «играют» на своих инструментах, при этом разрешается издавать звуки любой громкости. Как только дирижер перестанет дирижировать (опустит руки вниз, а затем сразу же выключит

музыку), оркестр должен замолчать. Затем дирижер снова включает музыку, начинает дирижировать, и оркестранты продолжают играть. На роль дирижера можно пригласить ребенка. Как только ребенок-дирижер опустит руки, взрослый выключает музыку, и оркестр замолкает.

В конце игры взрослый предлагает детям в течении одной минуты послушать тишину.

«Ха-ха-ха-ха-ха!» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: помочь детям получить заряд положительных эмоций.

Описание игры. Все стоят в кругу. Каждый участник соединяет кисти рук в замок, смотрит на ведущего и повторяет вместе с ним движения и слова. Ведущий (на первых этапах – взрослый, позднее – кто-то из детей) показывает и делает следующее:

- 5 раз прикасается к левому плечу, при каждом прикосновении произнося «ха»;
- 5 раз прикасается к правому плечу, при каждом прикосновении произнося «хо»;
- 5 раз прикасается к левому колену, при каждом прикосновении произнося «хи»;
- 5 раз прикасается к правому колену, при каждом прикосновении произнося «хе».

Затем все те же движения повторяются в более быстром темпе и по четыре раза («ха-ха-ха-ха», «хо-хо-хо-хо», «хи-хи-хи-хи», «хе-хе-хе-хе»). Затем темп ещё ускоряется, а число прикосновений последовательно уменьшается до трех раз, до двух и до одного. Последний раунд снова проходит медленно. Произнося последнее «хе», взрослый предлагает детям выплеснуть всю усталость, всю обиду, всю злость, которые накопились у них в теле. В процессе игры разрешается кричать, произносить слоги разными голосами, пританцовывать.

«Злые мыльные пузыри» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: учить детей контролировать гнев с помощью одной из дыхательных техник.

Описание игры. Дети сидят в кругу на стульях. Взрослый просит детей назвать такие ситуации, когда они злятся на кого-то. После того, как каждый ребенок выскажется, взрослый продолжает: «Сейчас я научу вас, как справляться со своим гневом и злостью. Закройте глаза и представьте, что у вас в руках трубочка для мыльных пузырей. (Дети подносят ладони к губам, имитируя соломинку). Медленно выдыхайте, чтобы образовался мыльный пузырь, который наполнен злостью. Сделайте большой злой пузырь. Вот он образовался и полетел вверх, выше и выше.

Он становится меньше и меньше и вот совсем исчез. Теперь сделайте другой злой пузырь и подождите, когда он исчезнет в воздухе или лопнет. Пускайте пузыри до тех пор, пока вся злость не выйдет из вашего тела. Затем можно открыть глаза. Когда все дети откроют глаза, взрослый продолжает: «А сейчас подул прохладный ветерок и унёс остатки всех злых пузырей, которые были в нашей группе».

«Танец волшебных лепестков» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель: учить детей неагрессивным способам взаимодействия.

Описание игры. Взрослый собирает все платки в одну руку и говорит детям, что это большой волшебный цветок, который цвел все лето. Но вот наступила осень, лепестки разлетелись по ветру. С этими словами взрослый раздает каждому ребенку по платку, включает спокойную, негромкую музыку и предлагает детям пофантазировать, как летали волшебные лепестки: вверх, вниз, в стороны. Дети также могут подбрасывать платки и ловить их, передвигаться с платками по комнате, кружиться и т.д. Перед окончанием музыки взрослый говорит детям, что ветер стихает и лепестки ложатся на землю. Дети садятся либо на стулья, либо на пол, опускают платки, расслабляют мышцы тела и замирают.

«Танцующие птицы» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: учить детей расслаблять мышцы верхней части тела.

Описание игры. Дети сидят на полу или на стульях на расстоянии двух вытянутых рук друг от друга. Взрослый говорит: «Сейчас мы будем изображать птиц, которые танцуют всегда, когда слышат музыку, а когда музыки нет, они сразу же засыпают. Танец птиц очень необычный, они сидят на скале и размахивают крыльями. (Взрослый демонстрирует, как танцуют птицы, причем движения могут быть любыми, но руки обязательно должны двигаться от плеча, как крылья, а сами движения должны быть плавными и свободными). Затем взрослый включает медленную и спокойную музыку, и птицы танцуют. Через несколько секунд взрослый выключает музыку и тихим голосом говорит: «Птицы устали и уснули». Дети опускают руки на колени, наклоняют корпус вперед, опускают голову и закрывают глаза. После того, как все дети расслабят мышцы верхней части тела, взрослый снова включает музыку. Игра повторяется несколько раз.

«Тающая снежная баба» (Лютова-Робертс Е., Моница Г.).

Цель игры: учить детей расслаблять мышцы тела.

Описание игры. Дети должны встать на расстоянии друг от друга. Затем взрослый говорит: «Представьте, что вы все снежные бабы. На улице мороз, и вас просто невозможно разрушить. Замрите в любой позе, в какой может стоять снежная баба. А теперь представьте, что выглянуло солнце, и вы начинаете таять. Постепенно расслабляйте свои мышцы и представьте, как тает снежная баба.

Солнце печет все ярче и ярче... и вот уже совсем трудно стоять снежной бабе. (Дети опускаются на корточки, на колени и ложатся на пол). Снежная баба растаяла».

«Режиссер-актер» (И.В. Самойленко).

Цель игры: снятие мышечного напряжения, повышение уверенности в себе.

Описание игры: дети делятся по двое, один – режиссер, другой – актер. Ведущий дает задание, что должен изобразить актер. Режиссер же создает из актера то, что нужно. Задания могут быть разными. Например, показать сердитого ребенка, счастливого, доброго, жадного, злого и т.д. Дети и сами могут предложить те задания, которые нужно воплотить в жизнь. Через некоторое время дети меняются местами. В конце игры взрослый спрашивает у игроков, какую фигуру и почему им было показывать интереснее, приятнее.

«Зайки и львы» (И.В. Самойленко).

Цель игры: снятие мышечного напряжения, повышение уверенности в себе.

Описание игры: ведущий предлагает игрокам представить, что они зайки на лужайке. Он спрашивает, как дети могут описать зайцев, их определяющее качество. Зайки всего боятся, они трусишки. Взрослый дает задание превратиться в зайчиков, показать, как у них трясутся ушки от страха, как поджимаются хвостики, какое выражение на их мордочках, как они реагируют на громкие звуки или когда видят злого волка. Дети могут делать все, что им вздумается: прятаться, убегать, дрожать, плакать.

Затем ведущий предлагает детям представить, что они львята: храбрые, сильные, смелые и т.д. Они должны показать, что делают львы, когда видят опасность. В конце игры ведущий спрашивает у ребят, кем им понравилось быть больше – зайчиками или львятами. Дети объясняют свой ответ.

ТЕХНИКИ ИГРЫ С ПЕСКОМ

«Волшебные ладошки» (И. Дронь).

Цель игры: повышение самооценки, установление доверительного контакта.

Инвентарь: песочница с песком.

Алгоритм работы.

Знакомство с песочком: «пройдитесь» по поверхности песка поочередно каждым пальцем сначала одной, потом другой руки, затем указательными, большими, средними, безымянными, мизинцами обеих рук одновременно. «Поскользите» ладонями по поверхности песка, делая зигзагообразные и круговые движения (как машинка, санки, змейки и т.д.). «Поиграйте» на поверхности песка, как на клавиатуре пианино, сравните с ощущениями от тех же движений по твердой поверхности. Порисуйте на песке палочками. Пофантазируйте. Поищите сходство песочных узоров с объектами окружающего мира. Возьмите одного героя и расскажите, какой он. В конце разровняйте песочек и сделайте на поверхности отпечатки ладошек. Возьмите карандаш и обведите их, а затем выложите красивыми камешками (бусинками и т.д.). Затем посмотрите на свои ладошки. На наших ладошках есть разные линии. Слегка проведите карандашом по своим линиям на ладошке, а затем перенесите их на песочную ладошку. Можно дать ей имя. Попрощайтесь с песочком и поблагодарите его.

«Пальчиковые походы» (Е. Тарарина).

Цель: развитие произвольности психических процессов.

Инвентарь: лист бумаги А4, бусинка или маленькая игрушка, повязка для глаз.

Алгоритм работы.

Берем лист бумаги, завязываем ребенку глаза. Размещаем бусинку в пределах листа бумаги. Ребенок должен найти бусинку касательными движениями одного пальца руки. Шажки должны быть очень маленькими, за один ход палец нельзя перемещать с одного края листа на другой. В следующей попытке ребенок может сменить руку или использовать другой палец. Чтобы разнообразить тактильные ощущения ребенка, в работе можно использовать бумагу для рукоделия разной фактуры или на лист обычной бумаги можно насыпать манку. Также бусинку можно искать и в песочнице.

Гиперактивные дети учатся концентрировать внимание и правильно его распределять, усваивают понятие границы.

«Песочный дождик» (Е. Тарарина).

Цель: снизить напряжение, сформировать интерес к песку.

Ход упражнения.

Взрослый: «В песочной стране может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождь и ветер. Смотрите, как это происходит».

1. Ребенок (или взрослый) медленно или быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу или на ладонь взрослого (на свою ладонь).

2. Ребенок (или взрослый) закрывает глаза и кладёт на песок ладонь с растопыренными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец, а ребенок называет этот палец. Затем они меняются ролями.

«Остров настроения».

Цель: научить распознавать эмоции, настроения, выражать свое впечатление от увиденного.

Алгоритм работы.

Данная техника предполагает создание арт-инсталляции «Острова настроения». Дети заселяют его миниатюрными сказочными персонажами (из киндер-сюрпризов) и украшают его различными материалами: камешками, бусинками, ракушками, кусочками ткани и др., стремясь отразить различные настроения, состояния («Остров Радости», «Остров Грусти», «Остров удивления», «Остров страха», «Остров злости»).

В завершение ребенок придумывает короткую историю про жителей острова. В процессе рассмотрения инсталляций других, дети выражают общее впечатление от увиденного, определяют настроение, вызванное увиденным.

В ситуации создания острова негативных эмоций рекомендуется предложить на острове что-то изменить, чтобы остров заселили противоположные позитивные эмоции: Радость, Смелость, Доброта.

Остров можно сфотографировать, фотографии распечатать и создать картину, которая может стать элементом декора.

«Песочная мандала» (Л. Стреж).

Цель: создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищенно, проявляя творческую активность.

Инвентарь: пластиковый таз с мокрым песком, камни, бусины, пуговицы.

Инструкция.

Техника выполняется в парах. Дети взаимодействуют с песком поочередно, делясь своими ощущениями, переживаниями. После чего создают общую мандалу, начиная с середины, дополняя деталями (бусины, камешки и т.д.).

После этого взрослый задает *вопросы*:

1. Если бы это была картина, как бы вы её назвали? (Дети, договорившись между собой, называют свою работу).

2. Как вам было играть с песком в парах?

3. Что вы чувствовали, когда создавали картину в группе?

4. Какое у вас сейчас настроение?

«Путешествие в сказочный мир» (Л. Стреж).

Цель: коррекция и развитие эмоциональной сферы ребенка с нарушением поведения и межличностным общении.

Инвентарь: две песочницы (сухой и мокрый песок), поднос с разноцветным гравием, волшебная палочка, коллекция миниатюрных игрушек и другого материала.

Инструкция.

Под спокойную мелодию ребенку вручается волшебная палочка и предлагается представить себя волшебником: «Представь себе, что ты – волшебник, который долго путешествовал и искал место, где ещё никто никогда не жил. И наконец ты пришел в сказочное место, где увидел с одной стороны – пустыню (песочница с сухим песком), с другой стороны – берег моря (песочница с мокрым песком), а с третьей – берег океана (гравий разнофактурный). И задумал волшебник построить сказочную страну.

Где ты хочешь построить свою сказочную страну: в пустыне, на морском берегу или каменном берегу океана?

Чтобы оживить твою сказочную страну, надо заселить её различными существами. Для этого я тебе даю корзину, из которой ты можешь выбрать, всё, что тебе необходимо для построения твоей страны».

После выбора всего необходимого материала ребенок молча, без комментариев, строит свою сказочную страну.

Вопросы:

- Закончил ли ты строить свою сказочную страну?
- Хочешь ли ты что-то изменить в своей сказочной стране или оставишь всё так, как есть?
- Как называется твоя сказочная страна?

Ребенку предлагается подробно рассказать о своей стране (кто самый грустный, кто самый веселый, кто самый злой и т.д., что нужно сделать, чтобы все были счастливы). Задаются вопросы о каждом персонаже, который живет в стране.

- Что нужно сделать или кого из персонажей добавить, чтобы всех помирить?
- Можно сфотографировать твою страну?
- Хочешь ли ты убрать или оставить свою страну? (Если ребенок хочет оставить и не убирать, обязательно надо спросить разрешения убрать позже для того, чтобы в следующий раз пришёл снова Волшебник и ещё раз построил новую сказочную страну.

Комментарий: техника позволяет наладить эмоциональный контакт с ребенком, диагностировать его эмоциональное состояние, наличие поведенческих и коммуникативных проблем. Помогает снизить агрессивные импульсы, тревогу, снижает эмоциональное и мышечное напряжение.

ПСИХОГИМНАСТИЧЕСКИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ (М. ЧИСТЯКОВА)

«Будь внимателен!» (М. Чистякова).

Цель игры: стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.

Описание игры: дети шагают под «Марш» С. Прокофьева. Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети должны начать прыгать, на слово «лошадки» - как бы ударять «копытом» об пол, «раки» - пятиться, «птицы» - бегать, раскинув руки в стороны, «аист» - стоять на одной ноге.

«Слушай хлопки» (М. Чистякова).

Цель: развитие внимания, произвольности поведения.

Количество играющих: любое.

Описание игры: дети свободно передвигаются по комнате, но по хлопку ведущего они должны остановиться и превратиться в аиста: поднять одну ногу, руки в стороны), на два хлопка они должны отреагировать превращением в лягушку (присесть, пятки вместе, носки врозь, между носками руки). Три хлопка разрешают снова двигаться свободно.

Комментарий: игра помогает в развитии произвольного внимания, умения быстро переключаться с одного вида действий на другой.

«Канон для малышей» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие внимания.

Описание игры: играющие стоят по кругу. Под хороводную песню «Селезенюшка» дети по очереди делают следующие движения: один приседает и встает, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встает и т. д.

«Запомни свое место» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие моторно-слуховой памяти.

Описание игры: дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку И. Дунаевского «Галоп» все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

«Запомни свою позу» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие моторно-слуховой памяти.

Описание игры: дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый ребенок должен встать в какую-нибудь позу и запомнить ее. Когда зазвучит музыка, все дети разбегаются, с ее окончанием они должны вернуться на свои места и встать в ту же позу. Музыкальное сопровождение: С. Бодренков «Игра в горелки».

«Флажок» (М. Чистякова).

Цель игры: преодоление двигательного автоматизма.

Описание игры: играющие ходят по залу под «Болгарскую песню» (обработка Т. Ломовой). Когда ведущий поднимет флажок вверх, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

«Это я! Это мое!» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие выразительности жеста.

Описание игры: ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего-то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?». И т. п. Мальчик отвечает жестом.

Выразительные движения. Рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!»; прижатая к груди кисть: «Моё, принадлежит мне!»

«Тише!» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие выразительности жеста.

Описание игры: два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» Этюд выполняется под музыку Б. Берлина «Спящий котенок».

Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, указательный палец приставить к сжатым губам, брови поднять вверх.

«Сосулька» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет.

(В. Селиверстов)

Первая и вторая строчки: руки над головой. Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

«Шалтай-болтай» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры

Шалтай-болтай

Сидел на стене.

Шалтай-болтай

Свалился во сне.

(Перевод С. Маршака)

Ребенок поворачивает туловище вправо-влево, руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклонить корпус тела вниз.

«Петрушка прыгает» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры: играющий изображает Петрушку, который мягко и легко прыгает. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими, расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой.

Выразительные движения. Ноги согнуть в коленях, корпус тела слегка наклонить вперед, руки вдоль тела, голову опустить вниз.

Этюд сопровождается музыкой Д. Кабалевского «Клоуны».

«Кукушонок кланяется» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры:

Кукушка кукушонку

купила капюшон.

Кукушкин кукушонок

В капюшоне смешон.

Этюд сопровождается детской песенкой «Кукушка кукушонку». Во время этюда ребенок наклоняется вперед - вниз без всякого напряжения, затем выпрямляется.

«Спать хочется» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры: мальчик попросил родителей, чтобы ему разрешили вместе со взрослыми встретить Новый год. Ему разрешили, но, чем ближе к ночи, тем больше ему хочется спать. Он долго борется со сном, но, в конце концов, засыпает.

Этюд сопровождается музыкой В. Дублянского «Тихая ночь».

Выразительные движения. Зевота, верхние веки опущены, брови приподняты, голова клонится вниз, руки опущены.

«Спящий котенок» (М. Чистякова).

Цель игры: расслабление мышц.

Описание игры: ребенок исполняет роль котенка, который ложится на коврик и засыпает. У котенка мерно поднимается и опускается животик.

Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «День растает, ночь настанет» (колыбельная).

«Лисичка подслушивает» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (интерес, внимание).

Описание игры: лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Выразительные движения: голову наклонить в сторону (слушать, подставляя ухо), взгляд направить в другую сторону, рот полуоткрыть.

Поза: ногу выставить вперед, корпус тела слегка наклонить кпереди.

«Кузнечик» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (интерес, внимание, сосредоточение).

Описание игры: девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала она к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы прикрыть его ладошками, а он прыг - и вот уже стрекочет совсем в другом месте. Звучит музыка Ан. Александрова «Кузнечик».

Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, пристальный взгляд, туловище слегка наклонить вперед, ступать на пальцы.

«Удивление» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удивление).

Описание игры: мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

«Золотые капельки» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым.

Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь.

Во время этюда звучит музыка Д. Христова «Золотые капельки».

Выразительные движения: голову запрокинуть, рот полуоткрыть, глаза закрыть, мышцы лица расслабить, плечи опустить.

«Цветок» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

Выразительные движения. Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем. Мимика. Глаза полузакрыты: улыбка, мышцы лица расслаблены.

«Ласка» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о его руки. Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котенок»

«Вкусные конфеты» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: У девочки в руках воображаемый кулек (коробка) с конфетами. Она протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и берут конфеты в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное.

Этюд сопровождается музыкой Т. Кассерна «Медовые конфетки».

Мимика: Жевательные движения, улыбка.

«Медвежата выздоровели» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Заболели медвежата Тим и Том. К ним пришел доктор. Он вылечил медвежат. И стало очень хорошо. Не болят больше животы у Тима и Тома.

Выразительные движения. Положение сидя, ноги раздвинуть, тело отклонить назад, подбородок слег приподняты, улыбка.

«Первый снег» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: Много дней шел мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу.

Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдет гулять. Он подошел к окну и замер от приятного изумления. Все покрыто белым-белым снегом.

Утром глянул я чуть свет:

Двор по-зимнему одет.

Распахнул я настежь двери,

В сад гляжу, глазам не верю.

Эй! Смотрите, чудеса –

Опустились небеса!

Было облако над нами,

Оказалось под ногами.

(А. Гунули)

В саду стало чисто, просторно и красиво. Можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться!

Выразительные движения. Откинуть назад голову, Приподнять брови, улыбнуться.

«Любящие родители» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (удовольствие, радость).

Описание игры: звучит латышская народная песня «Колыбельная медвежонку».

Мама-медведица и папа-медведь укачивают своего любимого сыночка. Сначала мама-медведица качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а папа-медведь с доброй улыбкой смотрит на маму и сына и сам тоже тихонько покачивается. Мама-медведица передает медвежонка медведю. Теперь папа-медведь качает малыша, а мама-медведица глядит на обоих ласково, с любовью.

Выразительные движения. Сложить перед собой руки, обхватывая пальцами локоть другой руки, мерно покачиваться под музыку вправо-влево, на лице улыбка.

«Стрекоза замерзла» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страдание, печаль).

Описание игры: Пришла зима, а Стрекоза не приготовила себе домик, не запасла еды впрок. Стрекоза дрожит от холода:

Холодно, холодно,

Ой-ёй-ёй-ёй!

Голодно, голодно,

Жутко зимой!

Мне некуда деться,

Сугробов не счесть.

Пустите погреться,

И дайте поесть.

Звучит музыка В. Герчика «Песня Стрекозы» (из детской одноактной оперы «Стрекоза»).

Мимика. Приподнять и сдвинуть брови; стучать зубами.

«Ой, ой, живот болит» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страдание, печаль).

Описание игры:

Два медвежонка Тим и Том съели вкусные, но невымытые яблоки. У них разболелись животы. Медвежата жалуются:

Ой, ой, живот болит!

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем, Том и Тим!

Жалоба медвежат сопровождается музыкой М. Красева «Жалобная песенка» (из музыкальной сказки «Тим и Том»).

Выразительные движения. Брови приподнять и сдвинуть, глаза прищурить; туловище согнуть, живот втянуть; руки прижать к животу.

«Сердитый дедушка» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (гнев).

Описание игры: К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, что Петя ушел за калитку. А если из леса придет волк, что будет с Петей?

Мимика. Нахмуренные брови.

Во время этюда звучит музыка С. Прокофьева из симфонической сказки «Петя и Волк», тема дедушки.

«Король Боровик не в духе» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (гнев).

Описание игры: Ведущий читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком

И стучал каблуком.

Был король Боровик не в духе;

Короля покусали мухи.

(В. Приходько)

«Два сердитых мальчика» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (гнев).

Описание игры:

Мальчики поссорились. Они очень сердиты, сдвинули брови, размахивают руками, наступают друг на друга, вот-вот подерутся...

Этюд выполняется под музыку Е. Ботлярова «Драчун».

«Лисенок боится» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страх).

Описание игры:

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко. Выразительные движения. Поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

«Собака лает и хватается за пятки» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страх).

Описание игры:

Ребенок гуляет. Мимо на поводке идет собака. Она лает на мальчика и пытается, натягивая поводок, достать мордой до его ног.

Во время этюда звучит музыка Г. Фрида «Появление большой собаки».

«Гроза» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (страх).

Описание игры:

За окном гроза. Хлещет дождь. Сверкают молнии. Грозно гремит гром.

Ребенок один дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно.

Звучит музыка М. Раухвергера «Гром».

Выразительные движения. Голова запрокинута и втянута в плечи; глаза широко раскрыты; рот открыт; ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище.

«Провинившийся» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (вина, стыд).

Описание игры:

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину. Этюд выполняется под музыку В. Дорохина «В углу».

Выразительные движения. Голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты; руки висят вдоль тела. Мимика. Брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

«Ваське стыдно» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (вина, стыд).

Описание игры:

Жила-была девочка Галя. У нее была кукла Таня. Галя играла с куклой, кормила ее, спать укладывала.

Один раз положила свою куклу спать на кроватку. Забрался туда кот Васька и уронил куклу на пол.

Пришла Галя домой, увидела, что ее кукла лежит на полу, подняла куклу и стала ругать Ваську: «Зачем ты, Васька, мою куклу уронил?» А Васька стоит, голову опустил: стыдно ему.

Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было коту Ваське.

«Стыдно» (М. Чистякова).

Цель игры: развитие умения выражать основные чувства (вина, стыд).

Описание игры:

Мальчик Коля случайно сломал переключатель у телевизора. Он испугался, что мама его накажет. Коля сказал, что переключатель крутил его маленький брат. Брата наказали. Старшему брату стало очень стыдно.

Выразительные движения. Голова наклонена вперед, брови подняты и сдвинуты, углы рта опущены.

Список использованных источников

1. Лютова-Робертс Е., Моница Г. Игры на управление гневом. СПб.: Речь, 2011.
2. Самойленко И.В. Как победить детские страхи. Тренинг для родителей и педагогов. Ростов н/Д.: Феникс, 2012.
3. Тарарина Е. Песочная терапия: практический старт. М.: Вариант, 2018.
4. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И. Буянова. 2-е изд. М.: Просвещение, Владос, 1995.
5. Широкова Г.А. Практикум для детского психолога. Изд. 5-е. Ростов н/Д.: Феникс, 2007.