

## Давай поиграем?!

Одной из основных задач является помощь ребенку чувствовать себя уверенно и эмоционально стабильно. Решению этой задачи и формированию чувства уверенности в окружающем способствует:

1. Сближение детей между собой.
2. Установление доверительных, открытых отношений между воспитателями и детьми.

Игра №1 «Дождь в лесу».

Релаксация, развитие чувства эмпатии.

Дети становятся в круг, друг за другом – они «превращаются» в деревья в лесу. Взрослый читает текст, дети выполняют действия. «В лесу светило солнышко, и все деревья потянули к нему свои веточки. Высоко-высоко тянутся, чтобы каждый листочек согрелся (дети поднимаются на носки, высоко поднимают руки, перебирая пальцами).

Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются (дети раскачиваются в стороны, напрягая мышцы ног). Ветер принес дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя (дети легкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди товарища). Дождик стучит все сильнее и сильнее (дети усиливают движения пальцев). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями (дети проводят ладошками по спинам товарищей). Но вот вновь появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхнули с ветвей лишние капли дождя, оставили только необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни».

Игра №2 «Подснежник».

В лесу под сугробом спрятался нежный цветок. Он крепко сложил свои лепестки, чтобы не погибнуть от холода. Уснул до весны (дети садятся на корточки, обнимая руками плечи, прижимая голову).

Солнышко стало пригревать сильнее. Лучики солнца постепенно пробуждают цветок. Он медленно растет, пробираясь сквозь снежный сугроб (дети медленно приподнимаются и встают).

Кругом лежит снег. Ласковое солнышко так далеко, а цветочку очень хочется почувствовать тепло (дети тянут руки вверх, напрягая пальцы, поднимаясь на носки).

Но вот подснежник вырос, окреп (дети опускаются на ступни). Лепестки стали раскрываться, наслаждаясь весенним теплом. Цветок радуется, гордится своей красотой (дети медленно опускают руки, плечи, улыбаются). «Это я – первый весенний цветок и зовут меня подснежник», - кивает он всем головой.

Но весенняя погода капризна. Подул ветерок, и стал подснежник раскачиваться в разные стороны (дети раскачиваются). Цветочек склонялся все ниже и ниже и совсем лег на проталину (дети ложатся на ковер).

Побежали ручьи, вода подхватила и унесла подснежник в длительное сказочное путешествие. Он плывет и удивляется чудесным весенним превращениям (звучит природная музыка, дети лежат на ковре и «путешествуют» с закрытыми глазами). Когда цветок напутешествует, он приплывет в сказочную страну (дети поднимаются и рассказывают, что видели, чему удивлялись и радовались).

Игра №3 «Воробьиные драки».

Снятие физической агрессии.

Дети выбирают себе пару и «превращаются» в драчливых воробьев (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры («лечат крылышки и лапки у доктора Айболита»). «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого.

Игра №4 «Минута шалости».

Психологическая разгрузка.

Ведущий по сигналу (удар в бубен и т.п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется – прыгает, бегаёт, кувыркается и т.п. Повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты объявляет конец шалостям.

Игра №5 «Упрямый, капризный ребенок».

Преодоление упрямства и негативизма.

Дети, входящие в круг (в обруч), по очереди показывают капризного ребенка. Все помогают словами: «Сильнее, сильнее, сильнее...». Затем дети разбиваются на пары «родитель» и «ребенок»: ребенок капризничает, родитель его уговаривает и успокаивает. Каждый играющий должен побывать в роли капризного ребенка и уговаривающего родителя.

Игра №6 «Упрямая подушка».

Снятие общей агрессии, негативизма, упрямства.

Взрослые подготавливают «волшебную, упрямую подушку» (подушка с темной наволочкой) и вводят ребенка в игру-сказку: «Волшебница-фея (или другой любимый сказочный персонаж) подарила нам подушку. Эта подушка не простая, а волшебная. Внутри нее живут детские упрямки. Это они заставляют вас капризничать и упрямиться. Давайте, прогоним упрямки».

Ребенок бьет кулаками в подушку изо всех сил, а взрослый приговаривает: «Сильнее, сильнее, сильнее!» (снимается стереотип и эмоциональный зажим).

Когда движения ребенка становятся медленнее, игра постепенно останавливается (время определяется индивидуально – от нескольких секунд до 2-3 минут).

Взрослый предлагает послушать «упрямки» в подушке: «Все ли упрямки вылезли и что они делают?» Ребенок прикладывает ухо к подушке и слушает. Некоторые дети говорят, что «упрямки шепчутся», другие ничего не слышат. «Упрямки испугались и молчат в подушке», - отвечает взрослый (этот прием успокаивает ребенка после возбуждения).

Игра №7 «Клоуны ругаются».

Снятие вербальной агрессии.

«Клоуны показывали детям представление, веселили их, а потом стали учить детей ругаться. Да, да. Сердито ругаться друг на друг «овощами и фруктами». Например: «Ты, - говорит клоун, - капуста!» А ребенок отвечает... (пауза для того, чтобы ребенок придумал ответ). «А ты, - продолжает клоун, - клубника!» Другой ребенок отвечает (ругает взрослого). Обращается внимание на адекватное, сердитое интонирование. Дети могут выбрать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди, «ругать» всех детей. Взрослый руководит игрой, сигналом объявляет начало и конец игры, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия.

Затем игра продолжается, изменяется эмоциональный настрой детей. «Когда клоуны научили детей ругаться, родителям это не понравилось». Клоуны, продолжая игру, учат детей не только ругать овощами и фруктами, но и ласково называть друг друга цветами. Например: «Ты – колокольчик...» (ребенок ласково называет взрослого). Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т.п. и ласково называют друг друга цветами.