


Муниципальное дошкольное образовательное
автономное учреждение «Детский сад № 160» г. Оренбурга



**Кейс игровых ситуаций
и терапевтических сказок
для дошкольников**

Подготовила:
воспитатель
высшей категории
Шкиря Галина Владимировна

2022 г.

Целью деятельности МДОАУ № 160 является обеспечение полноценного и радостного проживания детьми периода детства, как уникального периода развития и формирования личности ребенка, через поддержку естественных процессов развития, воспитания и обучения.

Исходя из этого, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях, формируется общая цель воспитания в МДОАУ № 160 - создание условий для самоопределения и социализации детей дошкольного возраста на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья.

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

Предлагаемые в кейсе игровые упражнения, терапевтические сказки позволяют решать проблему психопрофилактики психологического состояния здоровых детей-дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях, снизить риск отрицательно влияющих факторов (социально-психологических, социально-культурных и социально-экономических) на психологическое здоровье ребенка.

Данный материал позволит познакомить детей с социально приемлемыми способами самоутверждения и самовыражения, развить навыки общения, воспитать положительное восприятие себя и адекватное поведение в соответствии с окружающими условиями и событиями, способствует поддержанию положительного эмоционального фона, оптимистического настроения, воспитать доброжелательное отношение к окружающим, развить способность к эмоциональному сопереживанию.

Предлагаемый нами материал включает много полуфункциональных упражнений, учитывающих возрастные особенности дошкольников и гендерные различия. Терапевтические сказки и игровые упражнения можно включать в образовательную деятельность или использовать в совместной деятельности педагога и детей в режимные моменты.

Игровые упражнения для детей 3 – 4 лет

«Ласковое имя»

Цель. Воспитание у детей чувства собственного достоинства, умения уважительно относиться к окружающим людям, способствуя созданию доброжелательного психологического климата в группе.

Содержание. Педагог спрашивает имя ребёнка, затем просит детей хором назвать его ласково. Если дети не могут придумать, психолог помогает.

«Если он ... (медведь), назови его ласково»

Цель. Формирование у детей социально приемлемых способов самоутверждения и самовыражения через выполнение ими ролевых действий, создание доброжелательного психологического климата в группе.

Содержание. Педагог дотрагивается волшебной палочкой до ребёнка, превращая его в какое – либо животное. Ребёнок старается изобразить это животное, а остальные придумывают, как можно назвать его – ласково (например: мишенька, мишутка, медвежонок и т.п.).

«Я – мама зайчиха» (лисица, волчица и т.д.)

Цель. Формирование доброжелательного отношения к окружающим, умения полноценно общаться в соответствии с возрастными нормами.

Содержание. Дети вслед за ведущим превращаются в зайчат, лисят, волчат – в детей своей мамы. Педагог показывает, как любит своих детей.

«Здравствуй, я котик»

Цель. Формирование у детей социально приемлемых способов самоутверждения и самовыражения через выполнение ими ролевых действий, и доброжелательного отношения к окружающим.

Содержание. Педагог предлагает детям по очереди поздороваться с котёнком (кукла). Каждый ребенок жмёт котёнку лапку и представляется, называя себя ласковым именем.

«Котик ласкает»

Цель. Формирование у детей социально приемлемых способов самоутверждения и самовыражения через выполнение ими ролевых действий и закрепление навыков доброжелательного отношения к окружающим.

Содержание. Педагог в роли котёнка по очереди ласкает каждого ребёнка (лапками гладит каждого ребёнка по головке) со словами «Хороший(ая)

Сашенька». Затем дети по очереди надевают на руку котёнка и ласкают друг друга. Педагог помогает им произносить фразу: «Хороший Сашенька».

«Раз, два, три, зайцы – замри».

Цель. Развитие умения детей выполнять ролевые действия, включая усложнения (голос, походку).

Содержание. По команде ведущего дети замирают в позах, которые он показывает: зайцев, петушков, котят и т.п. Педагог может спросить детей, не боятся ли они превратится в волка, медведя, и после этого замереть в позах этого животного.

«У птички болит крылышко – пожалей птичку»

Цель. Формирование способности к эмоциональному сопереживанию, состраданию, стремлению помочь другим.

Содержание. Один из детей превращается в птичку, у которой болит крылышко. Старается показать, что он грустит. Ведущий предлагает ребятам пожалеть птичку. Первым жалеет сам педагог, затем другие дети «Птичка Саша хорошая».

«Лисичка весёлая - грустная»

Цель. Закрепление знаний о ролевых действиях грустного и весёлого персонажа игры. Развитие умения детей вести себя, мыслить и чувствовать, адекватно окружающим условиям и событиям.

Содержание. Ведущий просит теперь всех детей превратится в лисичек, а затем показать весёлых лисичек, когда они играют. После этого грустных лисичек, скучающих по маме. И наконец, снова весёлых лисичек, когда им купили новую игрушку.

«Зайчик позвонил по телефону»

Цель. Развитие умения детей вести диалог, мыслить и чувствовать, адекватно окружающим условиям и событиям, рассказывая об испытываемых чувствах. (для игры нужны 2 телефонные трубки).

Содержание. Педагог в роли зайчика предлагает кому-то из детей поговорить с ним по телефону. Зайчик сначала здоровается с ребёнком, а потом спрашивает его: «Ты сегодня весёлый или грустный – почему?»

«Зайчик отправился в лес»

Цель. Закрепление ролевых действий детей при изображении весёлых и грустных зверей и формирование умения дополнять их голосом и мимикой.

Содержание. Педагог говорит детям, что зайчик пошёл погулять по лесу и встретил там разных животных: весёлых и грустных. Предлагает детям показать лицом и голосом, каких животных встретил зайчик (лягушат весёлых и грустных, волчат, воронят и др.). Зайчик всех грустных пожалел и сказал им добрые слова (педагог гладит всех детей по очереди), и все животные и птицы развеселились. Дети показывают, как им весело.

«Петя в зоопарке»

Цель. Расширение диапазона игровых действий детей через формирование культуры общения, поведения; этических представлений; выражения эмоциональных состояний.

Содержание. Для игры нужны два стульчика, которые ставятся друг на друга так, чтобы было похоже на клетку. Дети по очереди заходят в клетку и превращаются в различных животных. Ведущий может им предложить показать, как они веселятся, когда их покормили, как они грустят, когда хотят есть, и т.п.

«Превратись в пластилинчик».

Цель. Развитие воображения, снятие напряжения, создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Педагог выбирает одного ребёнка, предлагает представить, что он кусочек пластилина и из него можно что-либо вылепить. Но сначала его надо размять. Педагог разминает, растирает ребёнка – пластилинчика и «лепит» из него какое – либо животное. Остальные ребята угадывают, какое животное было вылеплено.

«Страшный – весёлый стульчик»

Цель. Расширение диапазона игровых действий детей с использованием социально приемлемых способов самовыражения в проявлении разных эмоциональных состояний.

Содержание. В центр группы ставятся два стульчика. Ребёнок в роли какого-либо животного поочередно садится то на один стульчик, то на другой, изображая то страшное, то весёлое животное.

«Ау»

Цель. Формирование способности к эмоциональному сопереживанию, состраданию, стремлению помочь другим; уважительного к ним отношения.

Содержание. Один ребёнок поворачивается спиной к группе – он потерялся в лесу. Другие по очереди кричат ему: «Ау». Ведущему необходимо догадаться, кто его позвал, кто о нём позаботился.

«Помяукай и похрюкай»

Цель. Закрепление ролевых действий детей при изображении разных зверей в разных эмоциональных состояниях и формирование умения дополнять их голосом и мимикой.

Содержание. Педагог предлагает детям помяукать радостно, испуганно, грустно. Затем так же похрюкать, полаять и т. п.

«Угадай чувство»

Цель. Формирование умения узнавать разные эмоциональные состояния на картинках и изображать их; снятие напряжения; поддержание положительного эмоционального фона.

Содержание. Педагог показывает детям картинки с изображением злости, страха, радости. Дети угадывают чувство и пытаются сами изобразить его.

«Как выглядят чувства»

Цель. Развитие умения узнавать разные эмоциональные состояния на картинках и изображать их; снятие напряжения; поддержание положительного эмоционального фона.

Содержание. Педагог показывает детям поочерёдно картинки с изображением ребёнка, который злится, радуется, боится. Просит детей угадать чувство ребёнка (если дети не могут этого сделать, то он помогает им), а затем изобразить это чувство (при этом сам ведущий тоже изображает его).

«Кто в домике живёт?»

Цель. Формирование навыков коммуникабельности, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, развитие умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Дети «забираются» в домики, то есть каждый над своей головой смыкает руки уголком в виде крыши. Педагог стучится в каждый домик со словами: «Кто, кто в домике живёт?» Ребёнок называет своё имя, потом отвечает на вопросы ведущего: «Что ты любишь больше всего?», «В чём ты самый – самый?» и т. п.

«Походи как...»

Цель. Расширение диапазона игровых действий детей, развитие умения распознавать разные эмоциональные состояния и передавать их; создание

положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Дети встают и ходят по кругу как зайки радостные, испуганные, злые, затем как медведи радостные, злые, испуганные.

«Кто самый похожий?»

Цель. Расширение диапазона игровых действий детей; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Детям предлагается показать, как спит кошечка, собачка, волк, медведь, и выбрать самую похожую фигуру.

«Кто лучше разбудит?»

Цель. Формирование навыков коммуникабельности, умения использовать весь репертуар игровых действий, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Один ребёнок ложится на коврик в центре группы – он уснул. Педагог просит детей по очереди будить «спящую кошечку» по – разному (словами и прикосновением), но ласково. В конце упражнения дети все вместе решают, кому удалось разбудить наиболее ласково.

«Что чувствует кошечка?»

Цель. Закрепление умения детей с помощью ролевых действий (голоса) проявлять способность самовыражаться, адекватно окружающим условиям и событиям, выражать свои мысли, чувства.

Содержание. Педагог на ушко загадывает ребёнку одно из изученных чувств (радость, страх, грусть). Он изображает его при помощи мяуканья. Остальным необходимо догадаться, какое чувство было загадано. В итоге делается вывод, что чувство можно узнать по голосу.

«Посудный магазин»

Цель. Формирование в игре произвольности, умения действовать по правилу.

Содержание. Педагог говорит детям, что он пришёл в магазин посуды и хочет купить очень красивую ложку, вилку, ножик. И просит ребят превратиться в ложки (руки полукругом вверх), вилку (руки вверх уголком), ножи (руки вверх сомкнуты). Ведущий рассматривает ложки, вилки, ножи и говорит, что они все такие замечательные, что лучшие и не выберешь, поэтому он ничего не будет покупать.

«Кто пришёл к нам в гости?»

Цель. Развитие воображения, умения детей самоутверждаться и самовыражаться воспитание доброжелательного отношения к сверстникам, закрепление умения определять эмоциональное состояние по выражению лица.

Содержание. Педагог отводит в сторону двух – трёх детей и договаривается, кто какое животное, пришедшее к ребятам в гости, будет изображать. Гости по очереди входят в круг, ведущий активизирует доброжелательное отношение к ним со словами: «Посмотрите, какой замечательный зверь к нам пришёл, какие у него глазки и т.п.» Детям необходимо догадаться, какие звери к ним пришли, а потом, что чувствовали эти звери (радость). Затем ведущий спрашивает: «Как вы догадались, что звери радостные, ведь они молчали?» Делается вывод, что чувство можно узнать по выражению лица.

«Что подарили гости»

Цель. Развитие тактильных ощущений и восприятий, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог раскладывает на полу 3 - 4 большие игрушки. Одному ребёнку завязывают глаза. Он должен догадаться, какие игрушки ему принесли в подарок гости, ощупывая их рукой.

«Семья собачек»

Цель. Закрепление умения использовать весь диапазон игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, развитие умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Педагог просит детей превратиться в собачек и показать, как собачки радуются, как собачки скулят, когда их обидели; как они лают, когда жалеют кого-то, как они рычат, когда злятся, как они поют.

«Мягкий мишка и твёрдый солдатик»

Цель. Ознакомление с приёмами достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, создание положительный эмоциональный фон, оптимистичный настрой.

Содержание. Педагог даёт детям потрогать мягкую игрушку, а затем твёрдого солдатика. После этого ведущий показывает поочередно то мягкую игрушку, то твёрдого солдатика, просит детей тоже стать напряжёнными как солдатика, то расслабится, как мягкие игрушки.

«Карандашик – кисточка»

Цель. Ознакомление с приёмами достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог показывает детям, как изображать карандашик – напряжённая, вытянутая вперёд рука. А кисточка – мягкая изогнутая рука. По сигналу ведущего «Карандашик» дети напрягаются, по сигналу «Кисточка» расслабляются. Через некоторое время в упражнение можно включить другую руку.

«Игрушечный магазин»

Цель. Закрепление умения использовать весь диапазон игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, развитие умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Педагог выбирает несколько детей и «превращает» их в игрушки (на ушко шепчет, кто в какую игрушку превращается). Ребята изображают свои игрушки. А остальные угадывают. В продвинутой группе можно предложить выполнить какие – либо действия с этими игрушками.

«Поехали, поехали...»

Цель. Закрепление умения использовать весь диапазон игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, развитие умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Педагог предлагает ребятам отправиться в путешествие: на поезде, самолёте, пароходе, велосипеде, пешком. Все вместе дети показывают и озвучивают самолёт, поезд и т.д.

«Кто медленнее»

Цель. Формирование в игре произвольности, доброжелательного отношения к окружающим, умение действовать по правилам.

Содержание. Дети «превращаются» в черепахи и делятся на две группы. Проводится соревнование, какая команда доползёт до противоположной стены медленнее.

«Мы – солдаты»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, развитие умения ребенка содержательно взаимодействовать с другими детьми и взрослыми.

Содержание. Педагог просит ребят представить, что они превратились в солдат, защищающих свою страну, и им нужно чётко выполнять команды. По команде «По коням!» - громко топать, «В разведку» - шептать «тсс...», «В атаку!» - ...

«Хоровод»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, умения использовать весь диапазон игровых действий детей при изображении обиды.

Содержание. Дети встают в хоровод и идут по кругу со словами: «Были ребятки, а стали зверятки». Затем ведущий выбирает одного ребёнка, который изображает какое-либо обиженное животное. Детям необходимо его по-разному пожалеть.

«Добрые – злые»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, развитие умения ребенка содержательно взаимодействовать с другими детьми и взрослыми; формирование у ребенка представлений о добре и зле.

Содержание. Дети делятся на две группы. Одна группа показывает, злых животных, другая – добрых. Затем группы меняются, в конце все вместе изображают добрых.

«Утро – вечер»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Дети «превращаются» в цветы. Когда педагог говорит: «Пришёл вечер, цветочки закрылись и заснули», - дети кладут руки на колени и опускают головы. А когда педагог говорит: «Но вот пришло утро, цветочки проснулись и потянулись к солнышку», дети поднимают голову и тянут руки вверх. Так повторяется несколько раз.

«Если «да» - похлопай, если «нет» - потопай»

Цель. Формирование первичных представлений о выработанных обществом нормах и правилах поведения; воспитание доброжелательного отношения к окружающим.

Содержание. Детям предлагается угадать, какое из высказываний ведущего – верное, и в этом случае похлопать, а в случае неверного высказывания – потопать.

Саша увидел Лизу, обрадовался ей и поссорился.

Петя подошёл к Даше, разозлился на неё за то, что она отняла у него игрушку и поссорился с ним.

Лена так любила Свету, что поссорилась с ней.

Люда обиделась на Дениса и поссорилась с ним.

В конце делается вывод, что обида и злость дружат со ссорой.

«Пусть встанет тот, на кого я смотрю»

Цель. Формирование в игре произвольности, умения действовать по правилам.

Содержание. Педагог обводит взглядом детей, потом на ком-то останавливает взгляд. Этому ребёнку нужно поймать взгляд и быстро встать.

«Покажи голосом»

Цель. Закрепление умения использовать весь диапазон игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, развитие умения детей самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Детям нужно показать голосом котят грустных, весёлых, злых, обиженных, испуганных (затем мышат, щенят и поросят).

«Ну-ка, игрушки, поменяйтесь местами»

Цель. Развитие быстроты реакции, умения действовать по правилам, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог даёт двум участникам по игрушке. Этим детям нужно быстро поменяться местами.

«Дай мне игрушку»

Цель. Закрепление умения использовать весь диапазон игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, развитие умения детей самоутверждаться и самовыражаться. способствовать самоутверждению и самовыражению детей.

Содержание. Детям нужно произнести фразу «Дай мне игрушку» испуганно, со злостью, обиженно, радостно.

«Самолёт летит, самолёт отдыхает»

Цель. Ознакомление с приёмами достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети поднимают руки как крылья самолёта, напрягают их (потому что нужны очень сильные крылья, чтобы самолёт летел). Затем опускают их вниз расслабленными – самолёт прилетел, крылья устали и хотят отдохнуть.

«Танец мира»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способностей к эмоциональному сопереживанию, к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети становятся в круг и берутся друг за друга мизинчиками. Затем начинают двигаться по кругу сначала медленно, потом быстрее и быстрее, стараясь, что бы круг не разорвался.

«Чувство, замри!»

Цель. Закрепление умения использовать весь диапазон игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, умения самоутверждаться и самовыражаться.

Содержание. Педагог говорит слова: «Раз, два, три, радость (страх, обида, злость) замри!» Дети с помощью мимики изображают названное ведущим чувство.

«Имя шепчет ветерок»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способностей к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию, воспитание уважения друг к другу.

Содержание. Педагог просит детей представить, что с ребятами хочет подружиться... ветерок. И он зовёт их по имени. Дети все вместе проговаривают имя каждого ребёнка, как если бы его позвал ветерок, то есть тихонечко: «Ваня- я шур – шур – шур». Потом дети придумывают, как их может позвать дождик или камешки на дороге.

«Чувства в природе»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с

другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию.

Содержание. Для выполнения этого упражнения необходимы аудиозаписи из серии «Расслабьтесь вместе с природой»: Стихающая гроза, лесная капель, и т.д. Педагог говорит детям о том, что природа тоже умеет чувствовать, например, в грозу она явно злится, пугает, в дождик – грустит, в солнечный день – радуется. Затем дети закрывают глаза, слушают отрывки из аудиозаписей и определяют чувство природы, которое они слушали.

«Ветер, ветерок, ураган»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию, воспитание уважения друг к другу.

Содержание. Дети поднимают руки вверх и изображают по команде ведущего ветер, ветерок, ураган в различном порядке, затем присваивают им те или иные чувства (спокойствие, радость, любовь, злость).

«Капелька, льдинка, снежинка»

Цель. Ознакомление с приемами достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. С помощью педагога дети изображают капельку (руки вверх полукругом, свободные), льдинки (руки сомкнуты вверху, напряжены), снежинки (руки в стороны, свободные, очень мягкие).

«Волшебный мешочек»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию.

Содержание. Для игры необходимо иметь несколько картинок с изображением природных объектов (дерево, цветок, море, горы и т.п.), которые кладутся в непрозрачный мешочек. Педагог по одной достаёт картинки из мешочка, детям необходимо быстро «превратиться» в показанный природный объект.

Игровые упражнения для детей 4 – 5 лет

«Интервью»

Цель. Формирование навыков коммуникабельности, представления о социальных ролях в обществе, самосознания детей через принятие самого себя, своего прошлого, настоящего и будущего; воспитание культуры речи: умения говорить четко, разборчиво, владеть голосом.

Дети по очереди залезают на стульчик, входя в роль взрослого человека.

Содержание. Педагог берёт у них интервью, просит представиться по имени, отчеству, рассказать, где и кем работает, есть ли дети и т.п.

«Девочки и мальчики умеют»

Цель. Формирование представлений о социальных ролях в обществе, потребности в саморазвитии, развитие рефлексивных умений.

Содержание. Педагог берёт два мяча разного цвета (или по размеру) и поочередно бросает их детям. Дети, которые получают первый мяч, называют то, что умеют мальчики, поймавшие второй мяч – то, что умеют девочки.

«Я люблю»

Цель. Формирование представлений о разных социальных ролях девочки и мальчика в обществе, о своей гендерной принадлежности.

Содержание. В центре круга ставятся два стула. Каждый ребёнок садится сначала на первый стул и заканчивает предложение «Если я девочка, я люблю...», а затем на второй стульчик и заканчивает предложение «Если я мальчик, я люблю...»

«Я – мама»

Цель. Формирование представлений о социальных ролях в обществе, о распределении ролей в семье, ценностного отношения к семье.

Содержание. Дети по очереди загадывают и изображают одну из семейных ролей (маму, папу, бабушку, дедушку, брата), остальные стараются отгадать.

«Какие девочки – какие мальчики»

Цель. Формирование представлений о разных социальных ролях девочки и мальчика в обществе, о своей гендерной принадлежности, закрепление знаний о качествах, присущих девочкам и мальчикам.

Содержание. Педагог бросает детям мячик, называя поочередно то качество девочки (красивая, хозяйственная и т. п.), то качество мальчика (храбрый, сильный и т. п.).

«Что любят мальчики, что любят девочки»

Цель. Закреплять знания о социальных ролях девочки и мальчика через анализ любимых занятий.

Содержание. Педагог бросает детям мячик, называя любимые занятия девочек и любимые занятия мальчиков. Если ребёнок считает, что названо любимое занятие девочек, он должен отбросить мяч ведущему, если мальчиков – откатить.

«Танцы для пальцев»

Цель. Ознакомление детей с элементами пальчиковой драматизации (разыгрывание небольших сюжетов только пальцами).

Содержание. Дети представляют, что их пальцы пришли на праздник. На своих коленях они танцуют вприсядку, по парам (палец одной руки с пальцем другой), вокруг елочки и т. п.

«Хозяин своих чувств»

Цель. Закрепление в повседневной жизни группы понятия «Хозяин своих чувств»; развитие умения заботиться о своих чувствах и принимать их; развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способностей к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию, уважения друг к другу.

Содержание. Дети вспоминают понятие «хозяин своих чувств». Далее выбирается пара: хозяин и его чувство. Хозяину завязывают глаза. А чувство мимикой и позой изображает то или иное состояние. Хозяин ощупывает и пытается узнать своё чувство. Узнав, обнимает со словами: «Я люблю тебя мой страх, злость, радость и т. п.».

«Стоп, кулак!»

Цель. Закрепление в повседневной жизни группы правила «Стоп, кулак!», учить оставаться расслабленным, развитие произвольности, умения управлять собой; воспитание доброжелательного отношения друг к другу.

Содержание. Выбирается пара детей. Один ребёнок, понарошку, говорит другому дразнильные слова, как бы пытается спровоцировать драку. Другому нужно продолжать улыбаться и мысленно говорить «стоп» своим кулакам. Педагог обращает внимание на то, чтобы руки у обижаемого оставались расслабленными, не сжимались в кулаки.

«Обзывалки, стоп!»

Цель. Закрепление в повседневной жизни группы правила «Стоп, обзывалкам!»; развитие произвольности, умения управлять собой; воспитание доброжелательного отношения друг к другу.

Содержание. Проводится аналогично «Стоп, кулак!» Один ребёнок понарошку обзывает другого, последнему нужно улыбнуться и найти конструктивный ответ.

«Оживи картинку»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию, воспитание уважения друг к другу.

Содержание. Педагог предлагает детям внимательно рассмотреть фотографию или картинку с интересным для них сюжетом. Затем, один ребёнок «строит» такую же из остальных детей. Для некоторых элементов картинки, например для дома, он может использовать несколько человек.

«Акулы – рыбки»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию, проигрывая сюжеты психодрамы для преодоления чувства страха в игре; воспитание уважения друг к другу.

Содержание. Дети делятся на две группы: акул и рыбок. Посредине группы кладётся верёвочка. Акулы становятся по одну сторону верёвочки, щёлкают зубами, хотят съесть рыбок. Рыбки по другую сторону верёвочки очень боятся. Затем дети меняются ролями.

«Волк-волчишко, пусти переночевать»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, умения преодолевать чувство страха, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию.

Содержание. В угол комнаты ставят стульчик, на него садится ребёнок, играющий роль волка. Остальные дети встают со своих стульев и подходят к волку со словами: «Волк-волчишко, пусти переночевать». Волк отвечает: «Хорошо, пушу, а ночью съем». Дети усаживаются вокруг волка, а ведущий

говорит: «День, день, вечер, поздний вечер, ночь!» При слове «ночь» детям необходимо быстро подняться и добежать до своих стульчиков – домиков. Волк тоже встаёт и ловит детей. Тот ребёнок, которого поймет волк, в следующем туре играет роль волка.

«Простучи обиду на барабане»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию, к самоутверждению и самовыражению детей.

Содержание. Детям предлагается придумать (пофантазировать), что они на кого-то из присутствующих обиделись. Когда «обидевшийся» «простучит» обиду на барабане, дети начинают угадывать, на кого он обиделся.

«Чтоб не обижаться, надо расслабляться»

Цель. Закрепление навыков активной нервно – мышечной релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления.

Содержание. Педагог в режимных моментах и в свободной деятельности повторяет с детьми правило «Чтоб не обижаться, надо расслабляться. Покажите обиженного зайку напрячьтесь, нахмурьтесь, а теперь расслабьтесь, станьте мягкими, и обида проходит.

«Мягкий мишка и твёрдый солдатик»

Цель. Ознакомление с приёмами достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог даёт детям потрогать мягкую игрушку, а затем твёрдого солдатика. После этого ведущий показывает поочерёдно то мягкую игрушку, то твёрдого солдатика, просит детей тоже стать напряжёнными как солдатика, то расслабиться, как мягкие игрушки.

«Карандашик – кисточка»

Цель. Ознакомление с приёмами достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог показывает детям, как изображать карандашик – напряжённая, вытянутая вперёд рука. А кисточка – мягкая изогнутая рука. По

сигналу ведущего «Карандашик» дети напрягаются, по сигналу «Кисточка» расслабляются. Через некоторое время в упражнение можно включить другую руку.

«Я страшилок не боюсь, в кого хочешь – превращусь».

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, умения преодолевать чувство страха через принятие роли, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, способности к эмоциональному сопереживанию.

Содержание. Дети идут по кругу, держась за руки, и проговаривают хором эти слова. Когда водящий (первоначально им может быть педагог) называет какого – либо страшного персонажа (Кощея, Человека –Паука и т.п.), детям нужно быстро «превратиться» в него и замереть. Педагог выбирает самого страшного Кощея, он становится водящим и продолжает игру.

«Тёмная комнатка»

Цель. Формирование способности детей преодолевать чувство страха, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, способности доброжелательно относиться друг к другу, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Из трёх стульев, накрытых тканью, строится тёмная комнатка. Затем один из детей по желанию играет роль смелого ребёнка. Ему завязывают глаза. А в это время другой ребёнок залезает в тёмную комнатку. Смелого ребёнка подводят к тёмной комнатке, помогают туда забраться. Ему необходимо на ощупь определить, с кем из детей он встретился в темноте.

«Грустная Темнота»

Цель. Закрепление умения преодолевать чувство страха методами психодрамы и разыгрывания пугающей истории; развитие творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог рассказывает детям о грустной тётеньке Темноте, у которой совсем нет друзей. Ведь ночью все спят, а кто не спит, тот боится Темноты, норовит поскорее прогнать её, свет включить. Далее дети по очереди укутываются тёмной тканью, принимая роль Темноты. Тётенька Темнота просит детей с ней подружиться, при этом она не умеет говорить словами (ведь ей не с кем было разговаривать!), а объясняется только

звуками. Дети по желанию подходят к Темноте, гладят её и говорят добрые слова.

«Фу, убирай»

Цель. Развитие быстроты реакции, произвольного внимания, умения соблюдать правила.

Содержание. Дети собираются вместе и ставят кулачки «столбиком», то есть один кулачок поверх другого. Ведущий произносит слова: «Ветром дунет, огнём сожжёт – фу, убирай!» Дети должны быстро убрать кулачки и сесть на свои места.

«Сказка по кругу»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети сочиняют сказку по кругу, добавляя каждый по 1 – 2 предложения.

«Как Злую Чёрную Руку превратить в Добрую Белую Руку»

Цель. Закрепление приёмов достижения состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела, навыка управлять своим настроением и поведением; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. По команде педагога «Злая, злая, злая...» каждый ребёнок своей рукой изображает Злую Чёрную Руку. По команде «Добрая рука» быстро снимают напряжение и изображают добрую, ласковую руку.

«Подыши как...»

Цель. Закрепление знаний детей о возможности снятия чувства тревоги, страха, злости с помощью глубокого дыхания.

Содержание. Педагог просит детей подышать, как дышит спокойный человек, разозлившийся, испуганный, человек перед сном.

«Волшебное животное»

Цель. Формирование навыков выполнения релаксационных упражнений с помощью дыхательной гимнастики; чувства сплочённости и доверия друг к другу; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети становятся в тесный круг, берутся за руки, представляют, что они все вместе – это одно большое сильное животное. Педагог просит их

послушать дыхание друг друга и постараться создать одного дыхания, как у большого сильного животного.

«Погода на спине»

Цель. Закрепление знаний о разных состояниях погоды через метафору и умения изобразить это состояние в движении рук; умения взаимодействовать и доставлять радость другу, контролируя свои движения; развитие моторики.

Содержание. Педагог говорит о погоде (сильный дождь, лёгкий ветерок, гром, метель и т.д.), дети изображают погоду на спинах друг у друга при этом контролируя свои движения, чтобы не навредить другу...

«Я очень хорошая киска»

Цель. Развитие способности и творческого потенциала каждого ребенка, способности к самоутверждению и самовыражению детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Детям необходимо изобразить фразу «Я очень хороший», «становясь» то кошкой, то собакой, то волком, то воробьём и т.п.

«Угадай, кто зарычал»

Цель. Развивать способности и творческий потенциал каждого ребенка, умение определять ребенка по голосу, способствовать позитивному взаимодействию детей друг с другом.

Содержание. Один ребёнок (водящий) поворачивается спиной к группе, остальные по выбору ведущего по очереди рычат. Водящему необходимо догадаться, кто из детей зарычал.

«Погодный массаж»

Цель. Ознакомление детей со способами самомассажа.

Содержание. Детям необходимо на своём теле (ногах, животе, руках, плечах) показать дождик (постукивающие движения), снег (короткие отрывистые поглаживания), солнце (плавные поглаживания).

Ехал Грека...

Цель. Развитие быстроты реакции детей, интереса к малоподвижным играм, умения сочетать движения со словами, способности к позитивному взаимодействию детей друг с другом и со взрослыми.

Содержание. Дети сидят в кругу, руки держат вытянутыми за спиной. Педагог идёт по внешнему кругу и один или вместе с детьми проговаривает: «Ехал Грека через реку, видит Грек – в реке рак, сунул Грека руку в реку. Рак за руку Греку...» Когда произносится слово «цап» дети быстро убирают руки

вперёд, ведущий должен успеть схватить руки какого – либо ребёнка, который становится водящим.

«Кидаемся словами»

Цель. Развитие коммуникативных способностей, доброжелательного отношения детей друг к другу.

Содержание. Дети кидают друг другу мячик, сопровождая броски какими-нибудь добрыми словами (любовь, подарок, праздник, солнце и т.д.)

«Хочу – не хочу»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, умения пантомимой изображать желания, способности к самоутверждению и самовыражению детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети по команде ведущего показывают без слов «Хочу играть – не хочу играть, хочу спать – не хочу спать, хочу есть – не хочу есть и т. д.»

«Руки – волны»

Цель. Создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения, закрепление приёмов самомассажа, умения напрягаться и расслабляться.

Содержание. На спине у соседа дети изображают руками сначала спокойное море (мягкие ласковые руки), затем шторм (твёрдые, напряжённые руки) и снова спокойное море.

«Имя моей мамы похоже...»

Цель. Развитие фантазии, коммуникативных навыков, инициативности, творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения; воспитание доброжелательного отношения к окружающим.

Содержание. Один из детей рассказывает группе, на какой цветок, по его мнению, похоже имя его мамы, остальные пытаются определить её имя. Продолжает тот, кто угадал.

«Разговор частей тела»

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, умения пантомимой и разными частями тела изображать желания, способности к самоутверждению и самовыражению детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог просит детей руками сказать: «Дай мне», лбом: «Я думаю», плечами: «Не знаю», головой: «Не согласен» и т.п.

«Бинарная гимнастика»

Цель. Расширение диапазона игровых действий детей, с использованием социально приемлемых способов самовыражения в проявлении разных эмоциональных состояний; формирование умения изображать разные эмоциональные состояния, умения снятия напряжения, поддержания положительного эмоционального фона.

Содержание. Детям необходимо показать зайку: грустного – весёлого, смелого – трусливого.

«Звериное пианино»

Цель. Расширение диапазона игровых действий детей с использованием социально приемлемых способов самовыражения; формирование умения изображать разные эмоциональные состояния, умения снятия напряжения, поддержания положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети садятся на корточки в одну линию. Они – клавиши пианино, которые звучат голосами разных животных. Педагог раздаёт клавишам их голоса (кошка, свинка, лягушка и т.п.). Далее педагог то быстро, то медленно дотрагивается до головок детей – нажимает на клавиши. Клавишам нужно звучать полученными от ведущего голосами. При повторном выполнении можно задание усложнить. Если ведущий едва дотрагивается до головки ребёнка, «клавиша» звучит очень тихо, если просто дотрагивается – громко, если сильно давит – очень громко.

«Я знаю пять имён своих друзей»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Один из детей кидает пять раз мячом об пол со словами «Я знаю пять имён моих друзей: Ваня – раз, Лена – два... и т.п.», затем передаёт мяч другому ребёнку. Мяч должен обойти всю группу.

«Твоё имя, похоже...»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, стремления проявить свои знания перед сверстниками, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Выбирается водящий, остальные дети придумывают, на какой цветок похоже его имя. Ребёнок, назвавший цветок, который больше всего понравился водящему, становится следующим водящим.

«Кто сильнее любит?»

Цель. Формирование умения действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах команды; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Выбирается водящий, остальные дети делятся на две группы. Водящий отходит в сторону, а группы по очереди громко кричат: «Мы любим... (имя водящего)». Водящий определяет, какая группа кричала громче, считается, что она и выиграла.

«Поругаемся руками»

Цель. Закрепление умения детей в разыгрывании небольших сюжетов только пальцами, развитие мышления, моторики.

Содержание. Детям нужно показать, как руки говорят друг другу хорошие слова, затем ссорятся и ругаются друг с другом, затем опять мирятся и говорят друг другу добрые слова.

«Большой круг – маленький круг»

Цель. Формирование умения действовать сообща, подчиняться правилам, добиваться цели, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах группы, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети становятся в круг и берутся за руки. Им необходимо, не разрывая рук, сделать самый большой круг, потом самый маленький и так повторить несколько раз.

«Бабочки»

Цель. Развитие умения действовать в соответствии с речевой инструкцией, нести ответственность за свои поступки, проявлять свои лучшие качества; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог просит детей «превратиться» в бабочек и показывать жизнь бабочек в соответствии с его рассказом: «Светит яркое солнышко. Бабочка только что проснулась. Она расправляет плечи, потягивается, проверяет свои ножки. Ей радостно. Она начинает махать крылышками медленно, потом всё быстрее и быстрее, а затем взлетает. Она летит в тёплом – тёплом радостном воздухе. Жаркое солнце греет её крылышки. От радости она смеётся: «Какой чудный день!» Вот она увидела цветок, села, сложила крылышки и вдыхает его аромат: как вкусно он пахнет! Наверное, цветку тоже радостно. Темнеет. Бабочка садится, складывает крылышки и засыпает. Вокруг становится темно – темно. Тёмная ночь. Ничего не видно. Бабочке холодно, она дрожит. Ей снится страшный – страшный, ужасный сон. Но вот

наступает утро. Лучик солнца прикасается к её глазам. Бабочка просыпается, открывает глаза, встаёт... Далее продолжается то же самое... Бабочка сидит рядом с цветком, ей очень весело. Сейчас я ласково прикасаюсь к вашим головам, и вы превращаетесь в детей».

«Портрет в рамочке»

Цель. Развитие способности и творческого потенциала каждого ребенка, способности к самоутверждению и самовыражению детей в умении изображать чувства и эмоции, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети руками изображают рамочку вокруг своей головы, затем «рисуют» портрет себя весёлого, сердитого, обиженного, счастливого и т. п.

«Крылья»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, фантазии, творческого потенциала каждого ребенка, способности к самоутверждению и самовыражению детей в умении изображать чувства и эмоции; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Ведущий просит детей представить, что у них появились крылья, они теперь умеют летать. Дети закрывают глаза и руками изображают крылья. Куда они полетят? С кем? Что увидят? Дети, не открывая глаз, придумывают, а затем открывают глаза и рассказывают свои фантазии группе.

«Счастливый сон»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, фантазии, творческого потенциала каждого ребенка, способности к самоутверждению и самовыражению детей, умения поддерживать друзей; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети закрывают глаза и вспоминают свой самый счастливый сон или придумывают, если счастливый сон им еще не приснился. Затем рассказывают его группе.

Игровые упражнения для детей 5 – 6 лет

«Волшебник»

Цель. Развитие способности запоминать и узнавать своих друзей; создание оптимистичного настроения, положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети становятся в круг, кладут друг другу руки на плечи. Затем одному из них завязывают глаза и переводят на другое место в кругу. Ему необходимо представить себя волшебником и, почувствовав плечи друзей, угадать, кто стоит рядом с ним.

«Помоги другу» или «Самая дружная пара»

Цель. Развитие способности поставить себя на место другого, чувства ответственности за своего друга, умения взаимодействовать в паре и доверять другу, умения соблюдать правила.

Содержание. Дети делятся на пары. Одному из пары завязывают глаза. На полу между двумя стульями раскладывают крупные игрушки. Второму ребёнку из пары необходимо провести партнёра от одного стула к другому так, чтобы ни одна игрушка не была сбита. В конце игры с детьми проводится рефлексия. Варианты заключительных фраз педагога зависят от ответов детей.

«Пересядьте все, кто...»

Цель. Развитие чувства эмпатии, умения видеть похожие качества в других детях; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Ведущий говорит, что мы все очень разные и в тоже время чем-то похожи друг на друга. Предлагает убедиться в этом. Затем он говорит: «Пересядьте все, кто любит мороженное, плавать в реке, ложится спать вовремя, убирать игрушки и т.д.» Дети сначала просто играют, а затем делают вывод, что действительно у них есть много общего.

«Паровозик»

Цель. Развитие дружелюбия и уважительного отношения друг к другу; формирование понятия важности каждого ребенка в группе.

Содержание. Ведущий выбирает одного из детей на роль паровозика. Дети вагоны становятся в круг. Паровозик подъезжает, здоровается с каждым: «Здравствуй (имя), ты мне очень нужен, чтобы везти (что). Так паровозик подходит к каждому. Объявляет: «Загружаемся, поехали...» Затем: «Приехали...» Обращаясь к каждому по имени, говорит: «Спасибо, тебе за

то, что помог отвезти». Затем дети становятся в круг и хором повторяют слова: «Когда нас много, мы сильные и многое можем. Мы – это дети».

«Кого укусил комарик» (упражнение на расслабление)

Цель. Развитие волевых качеств, умения соблюдать правила.

Содержание. Дети садятся кругом. Ведущий проходит по внешней стороне круга, гладит детей по спинам, одного из них незаметно щиплет. Ребёнок, кого укусил комарик, должен напрячь спинку и плечи. Другие внимательно разглядывают друг друга и догадываются, кого укусил комарик.

«Маша – настоящий друг, потому что...»

Цель. Развитие быстроты реакции, коммуникативных качеств; формирование у детей представлений о добре и дружбе, умения видеть и называть в друге хорошие качества; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. В центр круга выходит один ребёнок. Ему необходимо пригласить в круг своего настоящего друга из группы и закончить предложение «Имя – настоящий друг, потому что...» Далее в круг приглашается другой ребёнок.

«Я хочу с тобой подружиться»

Цель. Развитие коммуникативных качеств; формирование у детей представлений о добре и дружбе, умения видеть и называть в друге хорошие качества; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Выбирается водящий, который произносит слова «Я хочу подружиться с ...», а дальше описывает внешность одного из детей. Ребёнку нужно себя узнать, быстро подбежать к водящему, пожать руку. Далее водит он.

«Я не хочу подружиться с ...»

Цель. Закрепление коммуникативных навыков; формирование у детей представлений о добре и дружбе, умения видеть и называть в друге хорошие качества; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Педагог поочерёдно показывает ребятам картинки, на которых изображены дети, испытывающие разные чувства. Он просит сначала отгадать чувства, а затем сказать, с каким из изображённых на картинке детей им не хочется дружить и почему.

«Цветок дружбы»

Цель. Развитие способности выполнять ролевые действия, творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному

взаимодействию ребенка с другими детьми, способности к эмоциональному сопереживанию, способности к самоутверждению и самовыражению детей; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Педагог предлагает детям превратиться в красивые цветы, с которыми хочется дружить. Каждый ребёнок выбирает себе цветок, в который он хотел бы превратиться. Затем психолог работает поочередно со всеми детьми. Сначала он «сажает семечко» - ребёнок поджимает ноги, садится на стульчик, опускает головку – он семечко». Педагог поглаживает его – «закапывает в ямку». Затем из пипетки слегка капает на головку водой – поливает. «Семечко начинает расти» - ребёнок тихонько встаёт, поднимая вверх руки. Педагог помогает ему, поддерживая за пальцы. Когда «цветок вырастает», дети хором кричат ему: «Какой красивый цветок! Мы хотим дружить с тобой».

«Коровы, собаки, кошки»

Цель. Развитие способности выполнять ролевые действия, творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, способности к эмоциональному сопереживанию, способности детей к самоутверждению и самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети делятся на три группы, каждая из которых становится каким-либо животным. Затем детям завязывают глаза, и они несколько минут, «разговаривая на языке» этого животного, ходят по группе. После этого по команде они начинают, прислушиваясь к мычанию, лаянию и мяуканью, искать своих «родственников, говорящих на том же языке».

«Подари подарок другу»

Цель. Развитие творческого потенциала каждого ребенка, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, способности к эмоциональному сопереживанию, способности детей к самоутверждению и самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети бросают друг другу мячик и называют подарки, которые они подарили бы, если бы были волшебниками, например: «Я дарю тебе всё голубое небо» и т.п.

«Весёлые обезьянки»

Цель. Развитие творческого потенциала каждого ребенка, расширение диапазона игровых действий детей, способности к содержательному

взаимодействию ребенка с другими детьми, способности к эмоциональному сопереживанию, к самоутверждению и самовыражению детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог предполагает, что может быть, в группе ещё остались грустные ребята и тогда их нужно развеселить. Предлагает для этого провести «экскурсию в обезьянник». Дети встают в круг, психолог изображает обезьянок (подражая мимике, жестам, движениям тела), дети повторяют за ним. Детям сообщается, что обезьянки любят спать вместе, прижавшись, друг к другу. Предлагается попробовать «лечь спать, как обезьянки», при этом не толкнуть и не обидеть друг друга.

«Конкурс «боюсек»

Цель. Развитие умения детей вербально обозначать чувство своего страха, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, способности к эмоциональному сопереживанию, к самоутверждению и самовыражению детей; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети по кругу в быстром темпе придумывают самые разные страхи людей. Тот, кто затрудняется назвать свой страх, выбывает из игры.

«Я страшилок не боюсь, если надо превращусь»

Цель. Развитие творческого потенциала каждого ребенка, умения преодолевать страх через принятие роли, способности к содержательному взаимодействию ребенка с другими детьми, способности к эмоциональному сопереживанию, к самоутверждению и самовыражению детей; расширение диапазона игровых действий детей, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети идут по кругу, держась за руки, и проговаривают хором эти слова. Когда водящий (первоначально им может быть педагог) называет какого-либо страшного персонажа (Кощея, Человека –Паука и т.п.), детям нужно быстро «превратиться» в него и замереть. Педагог выбирает самого страшного Кощея, он становится водящим и продолжает игру.

«Репка в стране «Наоборот»

Цель. Формирование коммуникабельности, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила, действовать в заданных условиях; развитие творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и

самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Выбираются дети на роли героев сказки «Репка», затем с помощью ведущего действия сказки инсценируются в обратном порядке (воткнули репку, убежала мышка, кошка ...)

«Хочукалки»

Цель. Развитие умения проявлять волевые качества, умения соблюдать правила игры.

Содержание. Педагог кончиком карандаша медленно рисует в воздухе какую-либо известную детям букву. Детям необходимо угадать букву, но не кричать тут же правильный ответ, а преодолев своё «хочу выкрикнуть», дождаться команды ведущего и ответ прошептать.

«Якалки»

Цель. Развитие умения проявлять волевые качества, умения соблюдать правила игры; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог предлагает ребятам отгадать несколько простых загадок. После каждой загадки он спрашивает: «Кто догадался?» Детям необходимо не выкрикнуть ответ с места, а немного потерпеть и по сигналу ведущего прошептать его хором.

«Кто последний встанет»

Цель. Развитие внимательности, умений проявлять волевые качества, соблюдать правила игры; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог говорит: «Встаньте те, у кого есть цвет голубой (зелёный и т.д.)». Детям необходимо проследить за встающими и постараться встать последним, но не засиживаться долго.

«Смехунчик»

Цель. Закрепление умений проявлять волевые качества, соблюдать правила игры; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог просит детей представить, что они, очень серьёзные, сидят на каком-нибудь занятии, а в группу прибежал Смехунчик и пытается всех рассмешить, занятию помешать. Выбирается водящий – Смехунчик, который пытается различными способами рассмешить группу. Если хотя бы

один ребёнок рассмеётся, значит, победил Смехунчик, а рассмеявшийся ребёнок теперь играет его роль.

«Раз, два, три, фигура чувства замри»

Цель. Закрепление умений: использовать весь диапазон игровых действий детей, проявлять волевые качества, показывать чувства мимикой; развитие способности к самоутверждению и самовыражению детей; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети свободно ходят по кругу, ведущий «заказывает» чувство, дети замирают, изображая его. Когда ведущий подходит к ребёнку, они обмениваются репликами, обыгрывая ситуацию (На кого ты обижен? Чему ты радуешься?)

«Моем стёкла»

Цель. Закрепление умений: использовать весь диапазон игровых действий детей, проявлять волевые качества, способности детей к самоутверждению и самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети сидят на стульчиках. Педагог говорит: «Ответьте на вопрос, где живут люди, звери? Да, в доме. А что в доме есть, из чего он состоит? (двери, крыша, окна и т.д.) Показываем каждое. А теперь давайте посмотрим друг на друга через окна. НО! Если пройдёт время, станет плохо видно наших друзей. Почему? Потому что окна стали грязными. Давайте помоем их! Встаньте со стульчиков».

Далее дети изображают, как они моют стёкла сначала одной рукой, потом другой, затем двумя вместе в одну сторону, затем в разные.

«Сложи картинку»

Цель. Развитие двигательных и мыслительных способностей детей, творческого потенциала каждого ребенка; способности детей к самоутверждению и самовыражению, способности поставить себя на место другого как проявление личностной зрелости и преодоление детского эгоизма, способности действовать в интересах команды; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Для выполнения этого упражнения необходимы несколько картинок животных, разрезанных на 3 - 4 части (голова, ноги, тело, хвост). Дети делятся на группы из 3 - 4 человек. Каждый из членов группы получает свой кусочек картинки. Группе необходимо «сложить» картинку, то есть каждому изобразить телесно свой кусочек, чтобы получилось целое животное.

«Сложи картинку»

Цель. Развитие двигательных и мыслительных способностей детей, творческого потенциала каждого ребенка; способности к самоутверждению и самовыражению детей, способности поставить себя на место другого как проявление личностной зрелости и преодоление детского эгоизма, способности действовать в интересах команды; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Для выполнения этого упражнения необходимо несколько картинок транспортных средств, разрезанных на 3 - 4 части. Дети делятся на группы из 3 - 4 человек. Каждый из членов группы получает кусочек своей картинке. Группе необходимо «сложить» картинку, то есть каждому изобразить телесно свой кусочек, чтобы получилось целое транспортное средство. Потом можно предложить транспортным средствам поехать по группе и при этом не рассыпаться.

«Какое слово лишнее?»

Цель. Развитие творческого потенциала каждого ребенка, умения детей классифицировать предметы по группам; способности к самоутверждению и самовыражению детей; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог раздаёт четырём детям по картинке (например, гусь, курица, индюк, воробей), которые им нужно изобразить без слов, а остальным догадаться, какая картинка будет лишняя. Затем картинку получает следующая четвёрка детей.

«Слушаем хлопки»

Цель. Развитие произвольного внимания, быстроты реакции, стремления проявить свои лучшие качества перед сверстниками; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Выучивается заданное правило: на один хлопок показываем аиста, на два хлопка — лягушку, на три — крокодила. Под музыку дети двигаются, на хлопки показывают соответствующую фигуру.

«Когда мне удалось быть сильным»

Цель. Формирование коммуникативных навыков, творческого потенциал каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения,

Содержание. Дети вспоминают случаи, когда им удалось проявить силу воли, рассказывают их группе, а затем рисуют.

Игровые упражнения для детей 6 – 7 лет

«Двигательный диктант»

Цель. Развитие произвольного внимания, стремления стать победителем, создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети держат руки на ширине плеч на уровне груди. По команде педагога они руками «пишут» двигательный диктант, например по команде: Одна клеточка вверх - одно движение, две клеточки - два движения. Дети повторяют за педагогом.

«Чудо-дерево».

Цель. Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению; формирование чувства эмпатии, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правил; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Ведущий просит детей закрыть глаза и представить, что они находятся в волшебной стране, долго бродят по ней и, наконец, встречаются с Чудо-деревом. У него можно попросить все, что угодно, но взамен ему следует подарить что-нибудь очень ценное для себя, ведь Чудо-дереву нужно пополнять свои запасы. Далее дети открывают глаза и рассказывают, что ценное они могли бы отдать и что хотелось бы попросить.

«Школьные принадлежности»

Цель. Развитие кругозора детей, способности к самовыражению; формирование позитивного образа учителя, школы.

Содержание. Педагог просит детей вспомнить, какие школьные принадлежности они знают, а затем изобразить их. Один ребёнок показывает, а остальные дети угадывают, что было изображено.

«Школьные чувства»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, умения сопоставлять чувства с ситуациями их возникновения, способности детей к самовыражению; формирование позитивного образа учителя, школы; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Педагог показывает детям картинки с изображением чувств (радости, страха, гнева, обиды, интереса). Детям необходимо придумать такие ситуации в школе, в которых ученик может испытывать эти чувства.

«Самое-самое в школе»

Цель. Развитие коммуникативных навыков, творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению детей; формирование позитивного образа учителя, школы; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети придумывают, что, по их мнению, в школе самое-самое интересное, самое-самое трудное, самое-самое скучное, самое-самое радостное и т.п.

«Учитель делает»

Цель. Развитие творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению; формирование позитивного образа учителя, школы; создание положительного эмоционального фона.

Содержание. Дети задумывают и невербально изображают те или иные действия учителя (как учитель пишет на доске, объясняет т.п.). Остальные отгадывают, что было изображено.

«Сложи картинку»

Цель. Развитие двигательных и мыслительных способностей детей, творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению, способности поставить себя на место другого как проявление личностной зрелости и преодоление детского эгоизма; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Для выполнения этого упражнения необходимы несколько картинок транспортных средств, разрезанных на 3-4 части. Дети делятся на группы из 3-4 человек. Каждый из членов группы получает кусочек своей картинки. Группе необходимо «сложить картинку», то есть каждому изобразить телесно свой кусочек, чтобы получилось целое транспортное средство. Потом можно предложить транспортным средствам поехать по группе и при этом не рассыпаться.

«Ученик делает»

Цель. Развитие творческого потенциала каждого ребенка, способности к самоутверждению и самовыражению детей; формирование позитивного образа школы; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети задумывают и невербально изображают те или иные действия ученика (как пишет в тетради, читает учебник, отвечает учителю, подсказывает и т.п.) Остальные отгадывают, что было изображено.

«Урок – перемена»

Цель. Развитие способности детей к самоутверждению и самовыражению; формирование позитивного образа школы; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. По команде ведущего «Урок!» дети садятся на стульчики, по команде «Перемена!»- начинают бегать по комнате и т. п.

«Ваню в школу провожать – надо нам поколдовать»

Цель. Развитие навыков коммуникабельности, творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Один ребёнок садится на корточки в центр круга. Остальные обращают к нему свои ладошки и проговаривают: «(Имя ребёнка) в школу провожать – надо нам поколдовать». Далее каждый из них сообщает, что наколдovывает этому ребёнку: хорошо учиться, справляться с трудностями, добрую учительницу, весёлого соседа по парте и т. п. Такое колдовство повторяется с каждым участником.

«Рисование себя в школе»

Цель. Развитие навыков коммуникабельности, творческого потенциала каждого ребенка, способности детей к самоутверждению и самовыражению; формирование позитивного образа школы; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети выполняют рисунки на эту тему, а затем рассказывают о них группе.

«Я преодолел эти горы»

Цель. Развитие умения анализировать свои поступки в группе, в различных ситуациях; формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: коммуникабельности, ответственности, сотрудничества, умения соблюдать правила; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Дети рисуют свой путь через три сказочные горы и обязательно себя, попавшего в страну Знаний.

Терапевтические сказки и упражнения для дошкольников

«Тихий час для мышат» (упражнение для детей 3 – 4 лет)

Цель. Формирование умения использовать весь диапазон игровых действий детей, приёмов достижения состояния релаксации, способности детей к самоутверждению и самовыражению; создание положительного эмоционального фона, оптимистичного настроения.

Содержание. Ведущий предлагает детям превратиться в мышат. Показать, как они откусывают кусочки сыра — обедают. Гладят свои животики — наелись. Показывают сонным писком, что хотят спать. Затем дети-мышата укладываются на коврик «спать». Включается музыка для релаксации.

«Ручеек радости» (упражнение для детей 4 – 5 лет)

Цель. Формирование положительного эмоционального фона, способности к самоутверждению и самовыражению детей, умения уважительно относиться к окружающим.

Содержание. Дети берутся за руки, закрывают глаза и мысленно передают друг другу радость.

«Театр» (упражнение для детей 4 – 5 лет)

Цель. Формирование положительного эмоционального фона, способности детей к самоутверждению и самовыражению, умения уважительно относиться к окружающим.

Содержание. Дети с помощью педагога инсценируют стихотворение Э. Мошковской «Нос, умойся!»

Кран, откройся!
Нос, умойся!
Мойтись сразу,
Оба глаза!
Мойтись, уши,
Мойся, шейка!
Шейка, мойся
Хорошенько!
Мойся, мойся, обливайся!
Грязь, смывайся!
Грязь, смывайся!!!

«Театр» (упражнение для детей 4 – 5 лет)

Цель. Формирование положительного эмоционального фона, способности детей к самоутверждению и самовыражению, умения уважительно относиться к окружающим.

Содержание. Дети с помощью педагога инсценируют стихотворение И. Мазнина «Почему киты молчат»

Почему, почему
Говорят, коровы — МУ,
Кошки — МЯУ,
ГАВ — собаки,
Овцы — БЕ,
Козы — МЕ,
А киты — ни БЕ, ни МЕ?
Почему киты молчат,
Ничего не говорят,
Если рот у всех китов —
Будь здоров?..
Потому, что киты
В рот набрали воды!

«Театр» (упражнение для детей 4 – 5 лет)

Цель. Формирование положительного эмоционального фона, способности детей к самоутверждению и самовыражению детей, умения уважительно и ласково относиться к окружающим.

Содержание. Дети с помощью педагога инсценируют стихотворение Г. Кружкова «Грозная хозяйка»

«Хозяйка сегодня грозна. Не к добру!» —
Почувствовал ПЕС и полез в конуру.
«Подальше, мой милый, держись от собак!» —
Сказал себе КОТ и махнул на чердак.
«Коты — это скверно, пора уходить!» —
Подумала МЫШЬ и сквозь щелочку — фить!
— Ой! Мышка! Спасите меня! Караул! —
Вскричала ХОЗЯЙКА и влезла на стул.

Работа со сказкой (для детей 4 – 5 лет)

Как зайчик обиделся на свою маму (О. Хухлаева)

(Дети слушают, отвечают на вопрос «Можно ли обидеться на маму?», придумывают окончание сказки, а затем инсценируют сказку)

В уютном домике на лесной опушке жил Зайчик. Как-то раз захотелось ему поиграть с друзьями на солнечной поляне.

— Мама, можно я пойду погулять с друзьями! — спросил он.

— Конечно, можно, — сказала мама, — только не опоздай к обеду. Когда кукушка прокукует три раза, возвращайся домой, а то я буду волноваться.

— Я обязательно приду вовремя, — сказал Зайчик и побежал гулять.

На лесной поляне ярко светило солнышко, и зверята весело играли то в прятки, то в салочки, то в чехарду... Кукушка прокуковала и три раза, и четыре, и пять раз. Но Зайчик так увлекся игрой, что и не услышал ее. И только когда наступил вечер, и зверята стали расходиться по домам, Зайчик тоже весело побежал домой к маме.

Но мама его была очень сердита на него за то, что он опоздал. Она отругала Зайчика и в наказание запретила ему выходить из дома. Зайчик обиделся на маму: он ведь не хотел ее огорчить, просто заигрался с друзьями и совсем забыл о времени, а его так несправедливо наказали. «Мама меня совсем не любит, — подумал Зайчик.

— Если бы она меня любила, то не стала бы наказывать».

И Зайчик убежал из дому в лес, нашел норку и решил остаться там жить. Ночью пошел дождь, стало холодно и неудобно. Зайчик чувствовал себя очень одиноким, ему хотелось домой к маме, но он не мог простить ее за то, что она его наказала.

Утром Зайчика разбудила болтовня сорок, которые сидели на соседнем дереве. «Бедная Зайчиха, — говорила одна сорока другой. — Вчера ее Зайчонок убежал из дома, она всю ночь искала его в лесу под дождем, а теперь она тяжело заболела от огорчения и беспокойства».

Услышав эти слова, Зайчик подумал: «Раз мама волнуется из-за меня, значит, она меня, наверное, любит. Она заболела, потому что я убежал, и ей теперь очень плохо. Я должен простить ее и вернуться домой, ведь я тоже ее люблю». И Зайчик помчался домой.

Как только мама увидела его, она сразу выздоровела, встала с кровати и ласково обняла своего Зайчонка.

— Как я рада, что ты вернулся, мой хороший, — сказала мама.

— Мне было очень плохо без тебя, ведь я так сильно тебя люблю.

— Я тоже тебя люблю, мамочка, — сказал Зайчик.

С тех пор Зайчик и его мама жили дружно и не обижались друг на друга. Зайчик понял, что мама его любит и будет любить всегда, что бы ни случилось.

Вопросы для обсуждения

За что Зайчик обиделся на маму? Обиделся бы ты на его месте?

Почему Зайчик вернулся к маме?

Что понял Зайчик из этой истории?

Работа со сказкой (для детей 4 – 5 лет)
Сказка о букашке Сашке (О. Хухлаева)

Букашка Сашка очень любил свою маму и хотел, чтобы мама тоже всегда его любила. Но ему казалось, что иногда мама не любила его. Например, когда он в детском саду дрался, а воспитательница маме жаловалась, она его дома в угол ставила и кричала, что откажется от него, такого нехорошего. А когда букашка Сашка сам одеваться не хотел, спать не хотел ложиться или как-нибудь по-другому не слушался, она говорила, что дяди милиционеры непослушных мальчиков собирают в специальные домики и там учат их послушанию.

Букашка Сашка очень хотел, чтобы мама его любила, и часто спрашивал: «Мама, а ты любишь меня?» И она всегда отвечала одинаково: «Люблю, когда ты себя хорошо ведешь». «Значит, когда я плохо себя веду, она меня совсем не любит», — решил Сашка.

И вот случилось с Сашкой в детском саду сразу три «плохо»: букашке Наташке синяк на лбу поставил, в лужу упал и штаны измазал, а в группе коляску кукольную сломал. «Теперь уж мама меня совсем не будет любить, — решил Сашка, — а может быть, даже в специальный детский домик для непослушных букашек отдаст. Лучше убегу я в Америку». Тихонечко выскочил он из сада на улицу и остановился. Где Америка находится, он и не знает. И начал он по улицам бродить, у взрослых спрашивать, а те только смеются. А тем временем...

А тем временем пришла за Сашкой в детский сад мама. А Сашки-то нету! Бросились все искать его. Воспитательница ищет, заведующая ищет, и даже медсестра ищет. А мама сидит на маленьком детском стульчике и плачет: «Где мой Сашка?» —

«Он, наверное, боялся, что вы его разлюбите, у меня тоже такое бывает», — прошептала ей из-за угла букашка Наташка. А мама тогда еще громче заплакала: «Как же я могу разлюбить своего сына! Мама любит своего ребенка всякого: беленького и черненького, чистенького и грязненького, послушного и озорника. Где мой Сашка?»

А Сашка тем временем устал искать Америку, ноги промокли и есть захотелось. И хорошо, что не успел он далеко от своего сада уйти. Вернулся Сашка в детский сад. А там мама. Нашлепала мама Сашку за то, что потерялся. Поцеловала за то, что нашелся. И повела домой кормить. А Сашка крепко держал ее за руку и думал: «Как хорошо, что мамы всегда любят своих детей».

Работа со сказкой (для детей 5 – 6 лет)
Незабудка не смогла подружиться (Гавриченко О.)

(Ведущий рассказывает детям сказку о цветке, которому никак не удавалось подружиться, просит детей подумать, почему это произошло, а затем объяснить, как незабудка все-таки сумела сделать это.)

Недалеко от большого города был лес, а в лесу была поляна, на которой росли разные лесные цветы. В хорошую погоду, когда солнце ласково пригревало, на поляну прилетали бабочки, а в траве запевали свои звонкие песни кузнечики. Легкий ветерок, пролетая над лесом, раскачивал цветы, траву и деревья, принося с собой приятную прохладу.

Цветы на этой поляне были разнообразные, и они умели разговаривать. Каждый из цветов рассказывал другому лесные новости или играл в мячик из капелек росы. Всем цветам было весело и интересно жить на этой лесной поляне.

Однажды утром на поляне появился новый цветок на тоненьком стебельке с маленькими листиками и очень маленьким нераскрывшимся зеленым бутоном.

- Ты похож на обыкновенную траву, — сказали большие красные цветы Мака, — ведь ты такой зеленый.

- Нет, — ответил новый цветок, — я цветок Незабудка.

- Да какой же ты цветок, если твой бутон не раскрылся! — сказали Ромашки, покачиваясь на тонких ножках. — Вот мы, Ромашки, на этой поляне уже давно и цветов по имени Незабудка не знаем.

- Таких цветов не бывает, — зазвенел Колокольчик, — нас много живет на этой поляне, мы не знаем цветов по имени Незабудка.

И все цветы на поляне сказали:

— Нет такого цветка, ты не наш, мы не будем дружить с тобой.

Маленькая тоненькая зеленая Незабудка посмотрела на себя: «Да. Я вся зеленая, и бутон мой не раскрылся, никто и говорить со мной не хочет, и играть тоже...» От этой мысли она почувствовала себя очень одинокой и всеми покинутой. Ей сделалось так грустно, что она стала увядать: и без того тоненький стебелек стал еще тоньше, листочки опустились, и нераспустившийся бутон наклонился к земле... Незабудка уже совсем завяла, как вдруг пошел дождик, который напоил Незабудку спасительной влагой. Незабудка ожила и снова услышала голос Ромашки:

- Смотрите, какой у меня большой цветок с желтой серединкой и белыми лепестками. Я похожа на солнце.

- А мы, - зазвенели колокольчики, — самые звонкие на всей поляне! Мы знаем много песен и лесных историй.

А маленькой тонкой Незабудке опять нечего было сказать, да ее никто и не слушал, ведь она была не похожа на цветок.

«Надо собрать все свои силы, чтобы мой бутон распустился, и они увидели,

что я тоже цветок», — так думала Незабудка.

Вдруг на поляну пришли люди, и Незабудка испугалась, что на нее наступят и уже никто никогда ее не увидит, ведь она такая же зеленая и тонкая, как трава. Но этого не случилось.

На следующий день Незабудка так сильно постаралась, так сильно напрягла свои силы, что из бутона появился цветок — очень красивый, голубой с белым, по форме своей непохожий ни на один цветок на поляне.

На радостные голоса цветов прилетели птицы, которые стали щебетать: — Летая по всему лесу, мы нигде не встречали такого прекрасного и необычного цветка.

Цветы устроили бал в честь Незабудки, где она танцевала и пела лучше всех и рассказала самую интересную лесную историю. Бал в ее честь продолжался целый месяц. Ее выбрали Королевой бала цветов, и на ее венчике засверкала корона. Незабудка на королевском троне испытала большое счастье и радость, ведь она сама смогла найти в себе силы для того, чтобы ее бутон раскрылся и все увидели, что она Незабудка — прекрасный цветок.

Работа со сказкой (для детей 5 – 6 лет)

Сказка о храбрых зайчатах, которые думали, что они трусливые

(О. Хухлаева)

(Дети слушают и обсуждают сказку)

На берегу тихой, спокойной, светлой реки в зеленом лесу жили зайчата Прыг и Скок со своими папой и мамой. Замечательные зайчата! Красивые, веселые, умные, добрые, но немного трусливые. Идут с мамой по лесу. Закричит птица — трясутся от страха, гром загремит — со всех ног домой бегут. А однажды ночью пошли в лес цветы собирать. Это есть такие специальные цветы, их ночью собирают. А потом ими лечатся. Так вот пошли они ночью в лес, а там филин закричал, и наши зайчата от страха потерялись — до утра их мама искала. Родители очень горевали: «Такие славные дети, а всего боятся». Зайчата тоже огорчались. Но ничего с собой поделывать не могли. Как-то раз ушли мама с папой в лес за травкой на обед. А тут волки пожаловали. Испугались зайчата, залезли под кровать, дрожат от страха. Но вдруг такая страшная мысль к ним пришла: «А как же мама с папой? Они вот-вот вернуться, а волки их и съедят». Что делать? И тогда Прыг и Скок опрокинули шкаф с посудой. Шум! Гром! Испугались волки и убежали.

Вскоре и мама с папой пришли, встревоженные — соседи волка видели. А дети им все рассказали. Так вот мама и папа узнали, что дети их на самом

деле храбрецы. А зайчата потом все время повторяли: «Страх за других всегда свой страх побеждает».

Работа со сказкой (для детей 5 – 6 лет)

Смелый Бобердулик (И. Орлова)

(Дети слушают и обсуждают сказку о Бобердулике)

В один прекрасный день в лесу появилось странное существо. Маленькое, с очень необычным хвостом и огромными зубами. Как оно попало в этот лес, никто не знал, и было ему очень одиноко, потому что он никого не знал и, судя по всему, просто заблудился.

Существо шло по дорожке и вдруг услышало с ветки: «Хи-хи, посмотрите, какой странный, какой-то урод!». Оно подняло голову и стало присматриваться. Это были белки, они прыгали с ветки на ветку и громко смеялись:

— Эй! Тебя как зовут?

— Бобердулик, — ответило существо.

— Как-как?

— Бо-бер-дулик.

— И имя у него какое-то дурацкое, — сказали белки, — А ты кто?

— Не знаю, — ответило существо. — А можно мне с вами поиграть?

— Нет, — ответили белки и убежали.

Бобердулику стало грустно, и он пошел дальше. Вдруг зашевелились кусты, и из кустов вышел зайчонок. Увидев Бобердулика, он закричал:

— Мама, мама, тут кто-то очень страшный!

— Я не страшный, — сказал Бобердулик. — Я никого не обижаю и не делаю ничего плохого. Почему надо мной смеются или меня боятся?

— А ты посмотри на себя, — сказал зайчонок. И ускакал прочь.

Грустно стало Бобердулику, и он заплакал. Он шел и плакал, и не заметил, как вышел к реке, возле которой росло высокое дерево. Сел Бобердулик под дерево и так просидел до темноты, а потом заснул. Проснулся он от шума и странного запаха, которого раньше никогда не знал. Оказалось, что в лесу случился пожар, и звери выбежали к реке, но пламя подбиралось очень быстро, и единственным спасением было быстро перебраться через реку. Но все маленькие зверюшки не умели плавать. А наш Бобердулик был очень добрым. И поэтому ему захотелось помочь зверюшкам, хотя он тоже испугался огня и хотел убежать. Он стал грызть дерево, под которым спал ночью, и так быстро и ловко это у него получилось, что через несколько минут дерево уже упало и все звери перебежали на безопасный берег. Когда все успокоились, белки и зайчонок извинились перед Бобердуликом:

— Извини, мы не знали, что ты такой смелый.

И тут все вдруг услышали:

— Кар-кар!

Бобердулик поднял голову и увидел ворону.

— Что тут сидишь?! — спросила ворона. — Твои родители ищут тебя.

И тут же из леса вышла семья бобров. И сразу все поняли, что странный и непонятный зверь оказался обыкновенным бобром, только маленьким. Родителям Бобердулика рассказали, что случилось с их сыном, и как он всех спас. Они очень порадовались за малыша, поблагодарили ворону и пошли домой. Уходя, Бобердулик сказал зверюшкам, что будет обязательно приходить в гости. — Мы будем тебя ждать! — ответили ему белочки и зайчонок.

Работа со сказкой (для детей 6 – 7 лет)

Сказка о котенке Маше (О. Хухлаева)

(После чтения педагог спрашивает детей, догадались ли они о чем эта сказка (о школе). Затем просит придумать свои ситуации, в которых им было трудно, скучно или же ничего не получалось. В конце придумываются ситуации о том, как это исправить.)

Жил-был на белом свете котенок Маша. Вы скажете, что так не бывает, что котят называют Васьками или Мурзиками, но нашего котенка звали именно Маша. И был он самый обычный котенок: любил играть, бегать, смотреть мультики и не любил ложиться спать, убирать игрушки и доедать суп до конца. Как и все малыши, он постепенно рос, умнел и вырос таким умным, что захотелось ему многое узнать. Узнать, почему дует ветер, узнать, как работает телефон, узнать, отчего звезды не гаснут и куда солнышко спать ложится. И тогда решила Маша уйти из своего теплого уютного дома, чтобы бродить по белу свету и искать Знание.

Долго ли, коротко ли бродил котенок по полям, по лесам, но дошел он до избушки на курьих ножках. И встретила его там бабуля — то ли Яга, а то ли не Яга. Да это и не очень важно. Важно то, что есть она его не стала, а указала ему путь-дорогу к Знанию, да еще и о трудностях этого пути предупредила. И вот что ему рассказала.

— Начало у этой дороги гладкое, ровное и праздничное. Цветы, подарки вдоль нее уложены. Вступаешь на нее и радуешься, что весь путь к Знанию можно легко, весело, быстро пробежать. Но не знаешь, что скоро начнутся скалистые и льдистые горы, на которые карабкаться изо всех сил придется. Гор тех много, но есть среди них три самые главные, самые крутые.

Первая гора называется «Трудно». И действительно, очень трудно по ней подниматься, и хочется все бросить. Так же трудно, как трудно буквы писать или же читать учиться. И кажется, что никогда ничего не получится. Но ты помни мою подсказку: «Если трудно — смелей и старайся сильнее», шепотом ее проговаривай и тогда одолеешь ты эту гору, научишься справляться с трудностями и подойдешь ко второй горе.

Она называется «Скучно». И вроде бы легко по ней подниматься, но так

же скучно, как, например, буквы по строчке аккуратно писать. И так хочется вскочить с места, побежать, поиграть с кем-нибудь, так хочется все бросить, но ты не бросай, а выучи мою подсказку: «Работу ты закончи поскорей, чтобы со скукой справиться быстрее».

И тогда научишься ты справляться со скукой и подойдешь к третьей, самой крутой горе. Очень тяжело по ней подниматься и больно падать. Называется она «Неудача». Вроде бы все получается, но ошибки в пути постоянно закрадываются, и неверные тропы сами собой выбираются.

И все вокруг, даже ветры, ругают тебя за ошибки. А солнце так сердится, что грозитя зайти за тучу. А деревья вокруг тропы будто «двойки» выстраиваются и шепчут: «Поделом тебе за ошибки твои». Но ты заучи мою подсказку: «Коль ошибка приключится, буду я на ней учиться, буду я на ней учиться, не расстраиваться». И тогда преодолеешь ты и эту гору и станешь Ученым Котом, ученым котом-пятерочником.

Поблагодарил Котенок добрую бабушку и уверенно зашагал по дороге к Знанию и Мудрости. Знал он теперь, что путь ему предстоит долгий и не всегда легкий. Но он обязательно пройдет его до конца и поможет другим котяткам, мышатам, слонятам и всем ребятам, которых встретит на пути. И будут тогда его звать не котенком, а Котом, который многое знает. И будет ему жить тогда радостно и интересно, потому что очень интересно много знать и очень радостно знать, как помогать людям.

Вопросы для обсуждения

Зачем котенку Маше понадобилось Знание?

Перечисли горы, про которые рассказывала Яга. В чем смысл каждой из них?

Тебе приходилось с ними встречаться?

Перечисли все подсказки. Что значит каждая из них? Как их можно использовать в жизни? Как ты думаешь, что дальше случилось с котенком?

Согласен ли ты с тем, что интересно и радостно много знать? Если да, то почему?

Работа со сказкой (для детей 6 – 7 лет)

Сказка про большого воробья Иришку (О. Хухлаева)

(Дети слушают, обсуждают и рисуют сказку.)

Жил-был маленький воробушек. Звали его Иришка. И вот рос, рос воробушек Иришка и стал, как ему казалось, Большим Воробьем, хотя мама с папой считали его маленьким. И пришла пора идти Большому Воробью Иришке учиться. И тогда родители отвели его в птичью школу к мудрой Сове, чтобы она научила его уму-разуму. И стал Большой Воробей Иришка учиться. Учился он прилежно. Очень ему нравились те умные вещи, которые

говорила ему мудрая Сова, и примеры он решал хорошо, и писал правильно, хотя и коряво.

Но вот пришла пора задачек. Он и не подозревал, что так трудно решать задачки. Мудрая Сова все ему объяснила. И Большой Воробей вроде бы все понял, но как только стал дома решать — ничего не получается. Не знает он, то ли «+» ставить, то ли «—», а может быть, вообще ничего не надо ставить? Решал-решал и совсем запутался. Тогда пошел Большой Воробей Иришка к маме воробьихе: мама умная, она поможет. Стала мама объяснять, как решать задачки. И все было понятно Воробью, но сам он опять ничего не смог решить. Мама все объясняла и объясняла, однако все равно ничего не получалось. И тогда в дело решил вмешаться папа. Он тоже все объяснил, но задачка все равно не выходила. И тогда у папы кончилось терпение, и Большому Воробью влетело по первое число. Заплакал Большой Воробей Иришка — а как же: маму огорчил, папу разозлил, сам расстроился. Но что же он мог сделать?

Так и пошел Воробей Иришка в школу с несделанными уроками. Мудрая Сова улыбнулась Иришке и сказала:

- Терпение, мой друг! Терпение! И у тебя все получится!
- А где же взять это терпение? — поинтересовался воробьишка.
- Есть три главных секрета терпения. — Ответила Мудрая сова.

- 1) Дыхание. Когда уже не осталось сил для спокойствия, можно начать глубоко дышать, представляя светящийся шарик перед глазами. На вдохе он поднимается, на выдохе опускается до живота.
- 2) Упражнения «Волшебные точки». Помассируем волшебные точки на висках, под ключицей, на запястьях. И сразу станет легче.
- 3) «Хорошие воспоминания». Нужно вспомнить как у тебя уже что-то получалось сделать и как ты был этому рад. Например, когда научился читать, считать или кататься на велосипеде.

Воробьишка Иришка поблагодарил учителя. Последовал трем советам-секретам. И не пошел он теперь ни к маме, ни к папе, а решил сам попробовать подольше с задачками повозиться. Пыхтел-пыхтел, сопел-сопел и вдруг понял, как надо решать, где «+», а где «—» ставить. Радостный, он побежал в школу, показал задачку мудрой Сове. Та похвалила его, погладила по голове, почесала своим клювом его шейку. **Большой ВОРОБЕЙ БЫЛ ВНЕ СЕБЯ ОТ СЧАСТЬЯ.** Он прыгал, описывал в воздухе головокружительные виражи. Вот ведь как бывает. Решал, решал, тренировался, тренировался и понял, как решать задачки. Главное — это иметь терпение и не отступать перед трудностями. И теперь Большому Воробью Иришке еще больше нравится учиться: он знает, что ему все по плечу, что он все может сделать, если будет терпеливым и упорным.

Список литературы

1. Аллан Дж. Ландшафт детской души. СПб.; Минск, 1997.
2. Андерсон Дж. Думай, пытайся, развивайся. М., 1996.
3. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [текст] / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2009. – 400 с.
4. Бойко Т.В. Формирование коммуникативного и социального опыта у детей с ЗПР. - Волгоград: Учитель, 2021.
5. Выготская И.Г., Пеллингер Е.Л., Успенская Л.П. Устранение заикания в игровых ситуациях. М., 1993. Джинот Х. Дж. Групповая психотерапия с детьми. М., 2001.
6. Джебс К. Способность быть счастливым — это и состояние и черта характера // Дошкольное воспитание. 1995. № 7. С. 97 — 99.
7. Дыбина О.В. Игровая технология формирования у старших дошкольников направленности на мир семьи. «Центр педагогического образования», 2014.
8. Касаткина Е.И. Игра в жизни дошкольника. – М., 2010.
9. Касаткина Е.И. Игровые технологии в образовательном процессе ДОУ. //Управление ДОУ. – 2012. - № 5.
10. Карпюк Г.А. Реализация права ребенка на игру. // Старший воспитатель. – 2007 - № 6.
11. Кэджусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой терапии. СПб., 2000.
12. Лэндрет Г. Игровая терапия: искусство отношений. М., 1994.
13. Лэндрет Г., Хоумер Л., Гловер Дж., Свини Д. Игровая терапия как способ решения проблем ребенка. Москва; Воронеж, 2001.
14. Маханева М.Д., Ушакова-Славолюбова О.А. Мы вместе: Социально-коммуникативное развитие дошкольников. - М.: ТЦ Сфера, 2017.
15. Мухина В.С. Детская психология. М., 1999. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб., 2000.
16. Мухина, В. С. Таинство детства [текст] / В. С. Мухина. – М.: Владос, 2005. – 362 с.
17. Помощь родителям в воспитании детей. Пер. с англ. / Общ. ред. и предисл. В.Я. Пилиповского. М., 1992.
18. Практикум по арттерапии / Под ред. А.И. Копытина. СПб., 2000.
19. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я. – М.: Генезис, 2019.