

Коммуникативные игры

«Ввести ребёнка в мир человеческих отношений — одна из важных задач воспитания личности ребёнка дошкольного возраста»

В.А.Сухомлинский

Приобщения ребенка к социальному миру является одной из ведущих проблем в процессе формирования личности. В дошкольном возрасте очень важно развивать у малыша коммуникативные способности. Это необходимо для того, чтобы малыш адаптировался к жизни в социуме, имел активную и ответственную социальную позицию, смог реализовать себя, всегда мог найти общий язык с любым человеком и завести друзей.

Основная цель использования коммуникативных игр – помочь детям войти в современный мир, такой сложный, динамичный, характеризующийся множеством негативных явлений.

Автор: Тюкалова Нурия Наримановна, воспитатель

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/346707-kartoteka-igr-na-preodolenie-zastenchivosti-u>

КАРТотеКА КОММУНИКАТИВНЫХ ИГР

Море волнуется раз...

Цель игры: научить детей при помощи игры изображать различные предметы.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: при помощи считалки дети выбирают водящего, дети встают в круг, водящий – в его центр. Водящий говорит такие слова:

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри.

В зависимости от фантазии водящего фигура может быть не только морской, но и небесной, огородной, красивой, балетной и т. д. Дети в кругу должны изобразить вариацию фигуры на заданную водящим тему и замереть. Водящий ходит среди замерших фигур и внимательно за ними наблюдает в течение 1–2 минут. Тот, кто пошевелился, улыбнулся или засмеялся, становится новым водящим.

Гуси и серый волк

Цель игры: развитие ловкости и быстроты у детей, снятие эмоционального напряжения.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: игровой зал делится пополам. При помощи считалки выбирается водящий – он будет волком. Остальные дети собираются в одной половине комнаты, педагог говорит слова народной потешки «Гуси-гуси», дети отвечают:

– Гуси-гуси!

– Га-га-га!

– Есть хотите?

– Да-да-да!

– Так летите!

– Мы не можем.

– Почему?

– Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

– Ну летите, как хотите,

Только крылья берегите.

После этих слов дети пытаются перебежать на другую сторону комнаты. Волк, бегая вдоль черты, ловит детей. Пойманных детей волк забирает в свое логово, и они выбывают из игры. Игра продолжается, педагог переходит на другую сторону зала и снова зовет «гусей». Таким образом, игра проводится 2–3 раза, затем при помощи считалки дети выбирают нового водящего.

Где твой домик?

Цель игры: развитие внимательности, командного духа, умение управлять своим поведением.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: дети делятся на три команды: рыбки, птички, зайчики. Педагог объясняет детям, что у каждого животного есть своя среда обитания, т. е. птицы летают в небе, рыбки плавают в воде, зайчики прыгают на суше. В середине игровой площадки рисуется небольшой круг диаметром приблизительно 1,5 м. Включается негромкая веселая музыка, под нее дети бегают, прыгают, танцуют. Через некоторое время музыка выключается и педагог командует: «Небо», «Суша» или «Вода». Дети, персонажи которых относятся к названной среде, должны быстро забежать в круг. Дети, которые ошиблись, выбывают из игры. Игра повторяется несколько раз. Затем дети меняются ролями, и игра продолжается до тех пор, пока к ней наблюдается интерес. Малышам можно заранее изготовить шапки-маски, которые помогут им запомнить, кем они являются в игре.

Сосны, елочки, пенечки

Цель игры: развивать внимательность, умение управлять своим поведением.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: дети встают в круг, взявшись за руки. Педагог находится в центре круга. Звучит негромкая музыка, дети движутся по кругу. По команде педагога «Сосны», «Елочки» или «Пенечки» дети должны остановиться и изобразить названный предмет: «Сосны» – подняв руки высоко вверх, «Елочки» – раскинув руки в стороны, «Пенечки» – присев на корточки. Ошибившиеся игроки выбывают из игры или получают штрафное очко. Затем игра продолжается.

Веселые старты

Цель игры: развитие ловкости, быстроты и реакции детей, способствование коллективной сплоченности.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: педагог заранее предупреждает детей о том, что будет проведено соревнование «Веселые старты», поэтому дети должны иметь при себе удобную спортивную одежду. Педагог заранее продумывает содержание игры, задания для игроков, подготавливает игровую площадку. Дети делятся на команды с равным количеством игроков, и проводится сама игра. Эти соревнования могут состоять из самых различных заданий. Педагог может заранее посоветоваться с детьми, попросить предложить интересные для них виды заданий. Победителями считается команда, первой прошедшая все испытания без ошибок. Для малышей игра может состоять из небольшого количества несложных заданий, 4–5 заданий будет вполне достаточно, детям постарше количество заданий стоит увеличить, а сами задания сделать более сложными.

Приблизительный план соревнований для игроков 3–4 лет.

- Пробежать змейкой между расставленными кеглями.
- Перепрыгнуть полосу шириной 30 см, нарисованную на полу или на земле.
- Пролезть в вертикально стоящий обруч.
- Обежать стул, на котором лежит мячик.
- Взять мяч и попасть им в вертикально стоящий обруч.
- Вернуться к своей команде и передать эстафету другому игроку.

День и ночь

Цель игры: развить быстроту и ловкость детей, научить свободно выражать свои эмоции, способствовать сближению детей.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: по желанию выбираются 7–8 детей (в зависимости от количества участников), они становятся в круг, берут друг друга за руки и высоко их поднимают, остальные дети свободно размещаются по игровому залу. По команде педагога «день» включается музыка, дети бегают по залу, пробегают сквозь круг. Педагог командует «ночь», дети в кругу опускают руки и стараются поймать детей, оказавшихся внутри круга. Пойманные дети присоединяются к тем, кто стоит в кругу, и игра продолжается. Педагог должен объяснить детям, что те, кто не стоит в кругу, не должны обходить круг стороной, иначе играть будет неинтересно.

Веселые кузнечики

Цель игры: развитие быстроты, ловкости, способствование налаживанию дружеских отношений в детском коллективе.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: игра-эстафета, дети делятся на две команды, становятся колоннами перед линией старта. По команде педагога первый ребенок в колонне должен пропрыгать определенное расстояние, например, до противоположной стены, способом, который укажет педагог. Ребенок прыгает до стены, касается ее рукой, затем возвращается, в эстафету вступает следующий игрок. Если игроки проходят расстояние не до стены, а до линии, нарисованной на полу, обязательно надо заступить ногой за начерченную линию. Следующему игроку педагог указывает новый способ прыгания. Побеждает команда, участники которой выполняют задание первыми. Прыгать можно следующими способами.

- На левой ноге.
- На правой ноге.
- Большими прыжками с ноги на ногу.
- На двух ногах.
- Три прыжка на левой, три прыжка на правой ноге и т. д.

Разнообразие способов и видов прыжков зависит от фантазии и возраста играющих детей.

Живые бусы

Цель игры: научить детей доверительному отношению друг к другу, развитие раскрепощенности в выражении эмоций.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: дети делятся на несколько команд с одинаковым количеством человек. Педагог должен проследить, чтобы команды были примерно равны по силам, недопустимо собирать в одной команде активных и инициативных детей, в другую – тихих и застенчивых и т. д. Каждая команда получает свою «иголку с ниткой» – это может быть веревка с безопасной булавкой на конце. Задача каждой команды – собрать «живые» бусы на нитку. Бусинами в этой игре служат члены каждой команды. Булавка вдевается в отверстия на одежде детей – в петлю для пуговицы, пропускается через ремешок и т. д. Побеждает команда, которая быстрее всех соберет всех участников на веревку и завяжет ее концы. Игру можно провести несколько раз и по результатам определить самую быструю команду. По окончании игры всем детям можно вручить небольшие поощрительные призы. Для детей более старшего возраста, старше 7 лет, игру можно усложнить – каждый игрок «нанизывается» на нитку дважды, т. е. веревочка продевается сразу сквозь два отверстия на разных предметах его одежды – например, через брючки и рубашку. Если вдруг у ребенка нет подходящих отверстий на одежде, через которые можно продеть нитку, ребенок может соединить колечком большой и указательный пальцы и протянуть нитку через полученную петельку.

Кто вперед

Цель игры: развитие быстроты и ловкости, умения опережать соперников, не используя грубость и силу.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: играет небольшая группа детей – примерно 6–7 человек. Кругом ставятся стулья, их количество должно быть на один меньше, чем количество играющих детей. Под музыку дети ходят вокруг стульев, как только музыка остановится, дети должны быстро сесть на стулья. Одному из детей места не хватит, он зарабатывает штрафное очко. Затем игра продолжается. По итогам игры подсчитывается, кто больше всех оставался без места. Педагог, проводящий игру, должен объяснить, что, занимая место, нельзя толкаться, быть грубыми и агрессивными. По окончании игры педагог может сказать, что очень хорошо быть быстрым и ловким, но игроки, которые чаще других оставались без места, делали это не потому, что они не такие быстрые, как другие, а потому, что привыкли быть вежливыми и уступать людям. Это поможет медлительным детям не чувствовать себя ущемленными и сохранит их желание играть в подвижные игры.

Салочки

Цель игры: развивать быстроту, реакцию, ловкость; сближение детей, повышение настроения.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: в игре может принимать участие довольно большое количество детей. Один из них выбирается водящим при помощи считалки. Основное правило игры заключается в том, что водящий должен догнать кого-либо из игроков и коснуться его ладонью – осалить. Дети могут стать недосягаемыми для водящего, если успеют выполнить оговоренное действие. Существует много разновидностей салочек, например, «салочки-крестики», когда дети могут «закрыться» от водящего, стать недоступными, скрестив на груди руки; «салочки-в-воздухе» – чтобы скрыться от водящего, ребенок должен оторваться от земли – забраться на скамейку, качели, забор; «салочки-в-домике», дети очерчивают вокруг себя круг кусочком мела; «салочки-на-одной-ножке», где ребенок закрывается от водящего, встав на одну ногу; «красные салочки», в которых ребенок прячется от водящего, касаясь рукой предмета красного цвета и т. д. Вариантов может быть огромное множество, в зависимости от вашей фантазии и фантазии детей. Очень важно подобрать играющих детей по темпераменту – если ваш застенчивый ребенок окажется самым медленным и нерасторопным, он может все время оставаться водящим или вообще выйти из игры.

Тихо и громко

Цель игры: снятие эмоционального напряжения, научить детей попеременно изменять ритм движений по указанию педагога.

Возраст: от 2 лет.

Ход игры: играющие дети встают в круг. Педагог берет в руки бубен, располагается в центре круга и объясняет детям правила игры, которые заключаются в следующем: под громкие и частые удары бубна дети активно двигаются, не сходя с места: прыгают на месте, сильно топают ногами, размахивают руками и т. д., в зависимости от пожеланий ребенка. Когда удары бубна становятся редкими и слабыми, дети снижают активность и бесшумно шагают на месте – крадучись, медленно и приподнимаясь на цыпочки. В начале игры педагог меняет ритм через определенные промежутки времени, например, через 3–4 минуты. Дальше игра становится более импульсивной, ритмы и сила ударов бубна меняются часто, через разные промежутки времени. Дети должны научиться резкой смене темпа деятельности. Игру можно проводить достаточно часто, несколько раз в неделю. Когда дети хорошо ознакомятся с игрой, педагог может предложить выполнение роли ведущего кому-то из детей – по желанию.

Где мы были, не скажем, а что делали – покажем

Цель игры: научить детей выделять характерные черты какого-либо действия и изображать само действие при их помощи; научить детей распознавать через пантомиму смысл изображаемого действия.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: при помощи считалки выбирается водящий, которому предлагается выйти в другую комнату. Оставшиеся дети договариваются между собой, какое действие они будут изображать. Водящий возвращается и задает вопрос:

– Где вы были? – дети отвечают:

– Мы не скажем!

Водящий спрашивает:

– А что делали?

– Мы не скажем, мы покажем!

Дети изображают задуманное действие, водящий должен отгадать, что именно делают дети. Изображать задуманное действие могут все дети или только некоторые из них. Затем при помощи считалки выбирается новый водящий, и игра продолжается. Если водящий не смог угадать, что было изображено, ему говорят правильный ответ, и он продолжает водить. Педагог должен обратить внимание на то, чтобы застенчивые дети не остались в стороне во время игры.

Колдун

Колдун заколдовывает одного из участников игры так, что он теряет способность говорить. На все вопросы ребенок отвечает жестами. С помощью задаваемых вопросов он старается рассказать историю о том, как его заколдовали. Другие дети должны пересказать то, что «заколдованный» показывает.

Расскажи стих руками

Ребенок старается бес слов, с помощью пантомимы, рассказать известное все стихотворение или сказку. Остальные дети пытаются понять, что он рассказывает.

Кто пришел?

Цель игры: научить детей выделять характерные черты в поведении людей и уметь изображать эти черты действиями; научить детей определять людей по характерным признакам поведения.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: при помощи считалки дети выбирают водящего. Педагог сообщает ребенку, кого он должен изобразить, и он выходит из помещения. Затем ребенок возвращается в комнату, стучит в дверь. Остальные дети спрашивают:

– Кто пришел?

Ребенок отвечает:

– Не скажу, а покажу.

Водящий начинает изображать кого-то, остальные дети должны угадать, кого именно он хочет изобразить. Например, водящий изображает маму: делает вид, что открывает дверь ключом, готовит ужин, кормит им куклу, моет посуду, укладывает куклу спать. Ребенок, первым угадавший задуманного персонажа, становится новым водящим. Педагог может помогать детям в проведении игры, если водящий ребенок затрудняется с выполнением действий, педагог может задавать наводящие вопросы. Если в игре принимают активное участие одни и те же дети, а застенчивые малыши остаются в стороне, педагог может немного изменить правила и предложить выбор нового водящего при помощи считалки или по своему усмотрению.

Что это такое?

Цель игры: научить детей выделять характерные признаки предметов и изображать эти предметы; научить детей отгадывать изображаемые при помощи пантомимы предметы.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: педагог предлагает детямделиться на команды с небольшим количеством человек (4–6 детей в каждой группе). Каждая команда получает задание изобразить какой-либо предмет, команды-соперницы должны угадать, что именно было задумано. Изобразить обычный предмет не всегда бывает просто, поэтому педагог предлагает такие предметы, в которых можно легко выделить отличительные признаки или предметы, находящиеся в определенной заданной ситуации, например, автобус с людьми, стиральную машину, пылесос, подъемный кран и т. д. Педагог должен обратить пристальное внимание на застенчивых детей, принимают ли они участие в игре в полной мере или наблюдают за игрой со стороны.

Изобрази эмоции

Цель игры: научить детей изображать заданные эмоции, такие как грусть, радость, восторг, скука, плач, веселье и т. д.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: дети при помощи считалки выбирают водящего. Педагог в тайне от других детей называет водящему эмоцию, тот воспроизводит ее при помощи мимики и жестов. Остальные дети угадывают, что именно изобразил водящий. Ребенок, первым назвавший правильный ответ, становится новым водящим. Для детей младшего дошкольного возраста задание можно задавать в ситуативной форме: например, педагог называет условную фразу: «Буратино радуется (грустит, скучает и т. д.)».

Как меня зовут

Цель игры: познакомить детей друг с другом, помочь в запоминании имен.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: дети встают в круг и берут друг друга за руки. Один из детей начинает игру. Он называет свое имя. Стоящий рядом с ним ребенок продолжает игру – называет имя первого ребенка, затем добавляет свое. Следующий ребенок должен назвать имя первого ребенка, затем второго, затем добавляет свое. Все последующие игроки продолжают игру, называя цепочку из имен детей, стоящих перед ними, и свое собственное имя. В зависимости от возраста детей цепочка может состоять из разного количества имен. Для детей трехлетнего возраста цепочка не должна превышать трех имен, для семилетних – не более пяти имен.

Хорошие слова

Цель игры: научить детей говорить друг другу теплые слова.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: педагог рассказывает детям историю: «В одном далеком городе дети стали говорить много плохих слов, а хорошие совсем забыли. Хорошие слова очень устали сидеть без дела и решили уйти из этого города в другие места, где дети не забывают их. А в этом городе началось что-то страшное. Дети стали обзываться, совсем перестали дружить, учителя в школе и воспитатели в детских садах совсем перестали хвалить детей, мамы и папы стали только ругать своих малышей. Очень тяжело пришлось деткам, и пошли они искать хорошие слова, чтобы просить их вернуться в их город. Очень долго дети искали эти слова и, наконец, нашли. Хорошие слова очень обрадовались, что они снова стали нужны детям, и с радостью вернулись. Но теперь, стоит кому-то сказать плохое слово, все тут же вспоминают, как хорошие слова уходили из города, и всем сразу уже не хочется ругаться. Давайте вспомним хорошие слова, которые мы знаем, и скажем их друг другу». Дети, обращаясь к другим, называют добрые слова, которые им знакомы.

Комплименты

Цель игры: научить детей находить друг в друге хорошие черты, говорить друг другу комплименты и приятные вещи.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: предварительно педагог объясняет детям значение слова «комплимент» и рассказывает, для чего люди говорят друг другу комплименты. Затем педагог предлагает детям встать в круг и берет в руки мяч. Педагог обращается к одному из детей, говорит ему какой-нибудь комплимент и бросает мяч. Комплименты должны быть конкретизированными, быть чем-то обоснованы. Вместо: «Саша хороший» стоит сказать: «Саша щедрый, он всегда делится игрушками с другими ребятами». Ребенок должен «поймать комплимент», т. е. поймать мяч и вернуть его педагогу. Игра продолжается некоторое время, пока все дети не получат свой комплимент, затем ее правила могут измениться. Ребенок, «поймавший комплимент», выбирает одного из детей, говорит ему свой комплимент и бросает мяч. Тот ловит мяч и, в свою очередь, говорит комплимент следующему. Педагог мягко корректирует и направляет игру детей, помогает детям в случае затруднений. Игра не должна проводиться в быстром темпе, дети должны успеть обдумать комплимент, который они хотят произнести.

Самый лучший

Цель игры: научить детей находить друг в друге положительные черты, говорить друг другу комплименты.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: заранее готовится «трон», например, кресло, обтянутое красивой тканью. Над тронном крупными яркими буквами изображена надпись: «САМЫЙ ЛУЧШИЙ». Дети рассаживаются на стулья. При помощи считалки выбирается водящий, который занимает место на троне. В течение нескольких минут (время регулируется педагогом) остальные дети объясняют, почему этот ребенок самый лучший, придумывают уменьшительно-ласкательные производные его имени. По окончании водящий выбирает следующего ребенка, который займет трон. Педагог может подсказать, что можно поблагодарить детей за комплименты и попросить ребенка описать свои эмоции, которые он испытывал, находясь на этом троне. Все дети должны по одному разу побыть на троне. В этой игре застенчивые дети не должны находиться в числе первых игроков, необходимо дать им время освоиться и привыкнуть к мысли, что вскоре ему придется оказаться в центре внимания. Конечно же, педагог должен объяснить детям, что недопустимо говорить обидные слова; что очень неприятно публично выслушивать неприятные для себя вещи, и что если кого-то не устраивает что-либо в поведении других детей, лучше сказать это с глазу на глаз в тактичной и мягкой форме. Если стеснительный ребенок категорически отказывается садиться на трон, не стоит его заставлять, можно предложить ему принять участие попозже, возможно, он изменит мнение. Педагог может сказать ребенку, что напрасно он отказывается играть, ведь

воспитатель давно хотел сказать ему, как ценит в этом ребенке ... (педагог называет качество ребенка, характеризующее его с положительной стороны), и сейчас представился отличный случай. Застенчивые дети могут просто побояться услышать о себе что-либо нелестное.

Розовые очки

Цель игры: помочь детям разглядеть друг в друге положительные черты, повышение самооценки и хорошего настроения у детей.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: игра проводится в небольшой группе детей. Педагог объясняет детям смысл выражения «розовые очки» – это выражение подразумевает, что человек видит окружающее в «розовом свете», т. е. только хорошее, не замечая всего неприятного и негативного. Педагог одевает заранее приготовленные очки с розовыми стеклами, глядя на каждого ребенка, дает ему краткую положительную характеристику, описывает его сильные стороны и достоинства. После этого педагог может предложить каждому ребенку надеть очки и посмотреть вокруг – посмотреть на других детей и увидеть в каждом хорошие черты. Детям старше 5 лет педагог может предложить психологический прием снятия напряжения в конфликтных ситуациях – если ребенок зол, рассержен на кого-либо, можно мысленно представить, как надеваешь на глаза розовые очки, и мир преобразается, неприятный человек предстает в другом свете.

Самый лучший спорщик

Цель игры: помочь детям разглядеть друг в друге положительные черты, повышение самооценки и хорошего настроения у детей.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: игра проводится в небольшой группе детей – 8–12 человек. Дети разбиваются на пары, желательно, чтобы в каждой паре оказались дети, которые хорошо относятся друг к другу. Игра проводится между двумя парами, в каждой паре один ребенок является спорщиком, другой – предметом спора. Два спорщика пытаются доказать друг другу, чем их напарник лучше. Педагог внимательно следит, чтобы в процессе спора обсуждались достоинства своего напарника, а не недостатки противника, в таких случаях игра прекращается, и ребенок, пытающийся унижить противника, автоматически проигрывает. Затем спорит следующая пара. После того, как все пары поучаствуют в игре, дети в каждой паре меняются ролями, и игра возобновляется. По итогам игры выбирается самый убедительный спорщик, который лучше всех преподнес качества своего напарника, привел убедительные доводы. Он становится победителем игры.

Рычи, лев, рычи!

В эту игру хорошо играть с детьми, страдающими скованностью и пассивностью. Взрослый говорит: «Все мы - львы, большая дружная семья.

Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу: «рычи, лев, рычи!», пусть раздастся самое громкое рычание».

Дорога хорошего настроения

Цель игры: создание дружеской атмосферы в детском коллективе, повышение настроения и создание положительных эмоций.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: игра проводится в небольшой группе детей. Педагог должен предварительно провести беседу, попросить детей вспомнить ситуации, когда им было хорошо и комфортно. Это может быть прогулка с родителями на теплоходе, катание на велосипедах с друзьями, отдых в деревне у бабушки, которая всегда печет пирожки и т. д. Какие-то предметы или действия могут ассоциироваться у ребенка с хорошим настроением. Самое обычное слово может вызывать у ребенка приятные воспоминания.

Дети встают в ряд перед дорожкой, на которой разложены разноцветные кольца от пирамиды (6–7 колец будет достаточно). Дети по одному проходят эту дорожку, касаясь каждого кольца и называя слова, которые кажутся им хорошими и добрыми. Педагог может попросить ребенка объяснить всем, почему он считает это слово хорошим. Слова не должны повторяться.

Педагог может предложить детям старше 5 лет использовать этот прием для повышения своего настроения.

Колючий зверь

Цель игры: создание позитивного настроения у детей, создание дружеской атмосферы.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: педагог показывает детям рисунок загадочного животного, выполненный на большом листе. Весь зверь исколот зубочистками, воткнутыми в плакат. Педагог объясняет, что это очень злой и страшный зверь. Таким он стал по той причине, что на нем много колючек, поэтому все его боятся и не хотят с ним играть. Педагог просит детей помочь этому животному избавиться от своей злости и раздражения. Задача детей – пожалеть зверя, наградить его хорошими чертами характера. Как только ребенок говорит хорошее слово про это животное, педагог выдергивает из него одну колючку и ломает ее. Постепенно количество колючек на звере уменьшается, он приобретает вполне добрый и симпатичный вид, дети все вместе придумывают ему прозвище. Желательно, чтобы количество колючек было больше количества детей, чтобы каждый ребенок мог вложить свой вклад в процесс перевоплощения зверя из злого и колючего в доброго.

Обзывалки

Цель игры: научить детей понимать других людей, относиться к ним с большим вниманием и уважением.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: дети садятся в круг, педагог предлагает поиграть в игру под названием «Обзывалки», где каждый ребенок должен обзывать другого. Самое главное правило игры – обзывалки не должны быть унижительными. Прежде чем сказать придуманную обзывалку, ребенок мысленно должен применить это слово к себе и решить, было бы ему обидно, если бы так назвали его. Если он считает эту обзывалку не обидной и не унижительной, он может назвать ей другого ребенка. Очень важно дать детям время обдумать, хотел ли бы он, чтобы таким словом назвали его. Игра поможет детям понять, что неприятные слова, произнесенные в адрес другого, могут доставить тому переживания и обиду. Эту игру не желательно проводить, если в детском коллективе есть очень активные, возбудимые дети, способные необдуманно обидеть других или агрессивно и недружелюбно настроенные дети.

Я хороший

Цель игры: развивать у детей чувство собственного достоинства, научить видеть в себе положительные стороны.

Возраст: от 6 лет.

Ход игры: игра проводится в небольшой группе детей, примерно 6–8 человек. Игра заключается в том, что каждый ребенок должен определить одно из своих положительных качеств, а другие дети – догадаться, о каком именно качестве идет речь. Ребенок подходит к педагогу и называет ему одно из своих достоинств. Затем, обращаясь к остальным детям, сообщает: «Я хороший, потому что...» Остальные дети по очереди называют положительные качества этого ребенка до тех пор, пока кто-нибудь из детей не угадает, что именно было загадано. Затем игра продолжается с ребенком, который правильно назвал загаданное качество. В игре должны принять участие все присутствующие дети.

Игра поможет детям увидеть реальную картину отношения к себе, сравнить самооценку ребенка с оценкой его окружающими. Возможно, он узнает много нового о себе и увидит, что некоторые черты характера, которые он не считал достоинствами, выглядят таковыми в глазах других людей.

Сказка

Ребенку предлагается придумать сказку о человеке, которого зовут так же, как и его. Это упражнение способствует не только лучшему осознанию себя, но развитию умения говорить о себе без стеснения.

Коробка добрых поступков

Цель игры: воспитание у детей доброжелательного отношения друг к другу, создание положительного эмоционального настроения в детском коллективе, воспитание в детях умения замечать и ценить положительные поступки, совершенные другими людьми.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: педагог показывает детям коробку, наполненную кубиками, высыпает их и предлагает детям представить, что каждый кубик – это хороший поступок, совершенный кем-либо из детей. Игра продолжается в течение определенного промежутка времени, например, в течение одного дня. Каждый ребенок может положить в коробку кубик за любой хороший поступок, неважно, кто его совершил – этот ребенок или кто-то другой. О каждом положенном в коробку кубике дети сообщают педагогу, по окончании игры подводятся итоги. Педагог вместе с детьми подсчитывает количество кубиков, вспоминаются и анализируются добрые поступки, за которые были сложены в коробку кубики, поощряются и ставятся в пример дети, совершившие эти поступки.

Один и тот же поступок не должен оцениваться дважды.

Смешилки

Цель игры: помочь детям научиться более свободно выражать свои эмоции, научить детей положительно воздействовать на настроение других людей.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: при помощи считалки выбирается один ребенок-водящий. Если это девочка, она будет играть роль царевны Несмеяны, если мальчик – роль принца Грустина. Другие дети должны рассмешить этого ребенка. Водящий изо всех сил старается не рассмеяться и не улыбаться. Запрещено дотрагиваться до водящего руками. Если ребенок не смог рассмешить водящего, то в игру вступает другой ребенок, если водящий улыбнулся или рассмеялся, то рассмешивший становится новым водящим. Игра продолжается до тех пор, пока у детей сохраняется интерес к ней. Педагог должен следить, чтобы в игре принимали участие все дети, чтобы застенчивые игроки не оставались в стороне, а их участие в игре не становилось формальным. Желательно, чтобы все игроки смогли побыть в роли царевны Несмеяны или принца Грустина.

Дождик и ромашки

Цель игры: помочь детям научиться более свободно выражать свои эмоции, научить детей чуткости, научить поднимать настроение другим людям.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: педагог предлагает детям разделиться на две группы, треть детей войдет в одну группу – дождик, две трети детей войдут в другую группу – ромашки. Педагог рассказывает детям историю примерно такого содержания: «Наступило жаркое лето, светит яркое солнышко, ромашки очень хотят пить. Они сидят на лугу печальные и ждут дождика. Им ничего не хочется делать, они плохо себя чувствуют. Необходимо срочно их напоить. Наконец начался дождик, капельки дождя падают на ромашки и поят их водой. Постепенно ромашки оживают, раскрываются и выпрямляются».

Дети, играющие роль ромашек, присаживаются на корточки, принимают печальный и усталый вид, тихо звучит грустная мелодия. При словах педагога о начавшемся дождике дети «дождевики» подходят к «ромашкам»,

берут их руки в свои, смотрят в глаза, говорят нежные и ласковые слова утешения, так, чтобы «ромашки» перестали грустить и у них повысилось настроение. «Ромашки» улыбаются, поднимаются во весь рост с помощью «капелек дождя». Когда все «ромашки» «оживут», дети могут поменяться ролями и продолжить игру. Игра полностью контролируется педагогом, он помогает детям примерами и подсказками.

Потому что ты хороший

Цель игры: повысить самооценку детей, научить их видеть положительные стороны в других людях.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: педагог предлагает детям разделить на пары. Желательно, чтобы в каждой паре были дети, которые дружат между собой. Педагог дает детям подумать 2–3 минуты и определить, какая черта напарника больше всего нравится ребенку. Каждый игрок говорит своему напарнику: «Я хотел бы быть таким, как ты, потому, что ты ...» и далее называет причину – то качество ребенка, которое он считает у этого ребенка самым выдающимся и замечательным. Затем отвечает его напарник – повторяет ту же фразу, только указывает другую черту характера. Каждая пара принимает участие в игре. Педагог может помочь детям, если у них возникают затруднения.

Добрый зверь

Цель игры: учить детей сопереживанию и сочувствию, умению показывать и понимать эмоции, выразить их без слов, при помощи жестов и мимики.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: игра проводится с небольшой группой детей, не больше 6–7 человек. После прочтения какого-нибудь произведения о животных, педагог предлагает детям придумать своего зверя – маленького и беззащитного, которого не существует в природе. Дети должны описать его внешний вид, придумать черты характера и поведения, дать ему имя. Педагог может помочь детям наводящими вопросами, поправками и дополнениями. Например, если дети затрудняются, можно попросить их подумать, есть ли у зверька шерстка, если есть – какого она цвета, мягкая ли на ощупь, какой у него хвост, какой формы и размера ушки, чем у него оканчиваются лапы – ноготками или копытами и т. д. Затем совместными усилиями дети могут нарисовать портрет этого зверя. После этого можно продолжить игру: дети по очереди будут играть роль этого зверя, остальные должны заботиться о нем, ухаживать и угадывать его желания и потребности. Важное правило – этого зверя нельзя обижать, заставлять что-либо делать, наказывать и сердиться на него. Педагог предлагает для игры какую-нибудь жизненную ситуацию – дети приходят с прогулки и приводят зверя с собой. Один из детей играет роль этого зверя. Дети совместно моют ему руки (лапы), ведут его в столовую и кормят и т. д. Зверь мимикой и жестами дает понять, что ему нравится в действиях детей, а что нет. Например, зверь не любит манную кашу и не хочет ее есть, у него аллергия на земляничное мыло, и спать он

ложится строго в 3 часа. Зверь не умеет разговаривать и показывает все свои эмоции при помощи жестов и мимики. Если дети не могут его понять, зверь может сообщить шепотом педагогу, а тот дать детям подсказку.

Старички

Цель игры: развивать уважительное и внимательное отношение к пожилым людям.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: игра проводится в небольшой группе детей. Дети делятся на пары, один в паре играет роль старичка (или старушки, в зависимости от пола ребенка), другой – роль внука (внучки). Педагог предлагает каждой паре различные жизненные ситуации – поездку в автобусе, семейный обед, переход через оживленную дорогу – дети преодолевают препятствия, причем «внуки» помогают «старичкам». Затем дети меняются ролями. Педагог напоминает детям, что старички не могут двигаться так же быстро, как дети, что им нужно помогать – поддерживать под локоть при ходьбе, подавать руку при выходе из транспорта, позволить старичку или старушке опереться на руку, переходя через дорогу, помочь с переносом тяжестей и т. д. Педагог говорит детям о том, что пожилые люди нуждаются не только в физической помощи, но и моральной – в участливом отношении, внимательности, чуткости. Часто одинокие старички страдают из-за того, что им не с кем поговорить, поделиться воспоминаниями. Педагог в процессе игры призывает детей к внимательному и уважительному отношению к старым людям, советует уделять побольше времени знакомым и родным пожилым людям.

Пожелания

Цель игры: научить детей выражать свои эмоции, сопереживать другим людям, делать добрые пожелания.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: игра проводится в небольшой группе детей. Предварительно дети из бумаги изготавливают на занятиях цветик-семицветик, причем количество лепестков совпадает с количеством детей в группе (или будет кратным количеству детей). Педагог предлагает детям поиграть: написать на каждом лепестке пожелание, оторвать лепестки и подарить тем детям, которые, на их взгляд, нуждаются в этом пожелании. Каждый ребенок отрывает поочередно лепестки, дарит их каждому ребенку и объясняет, почему он дарит каждому из детей именно такое пожелание, а не другое. Например, Саше дарит лепесток с пожеланием здоровья, потому что Саша недавно болел, Кате – лепесток с пожеланием веселья, потому что она сегодня грустная и т. д. Так дети обмениваются всеми лепестками. Затем каждый ребенок наклеивает на свою серединку цветка все пожелания, которые были ему подарены и забирает этот цветок себе домой на память.

В зоопарке

Цель игры: позволить детям примерить на себя различные роли – доброго, злого, хитрого, трусливого и т. д.; повысить уровень самооценки.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: педагог предлагает поиграть: «Представьте, что мы пришли в зоопарк. Мы будем прогуливаться, переходить от клетки к клетке, наблюдать за поведением животных. Наша задача – изобразить, как ведет себя хозяин каждой клетки». Педагог включает негромкую музыку, называет различных животных, дети в течение 3–4 минут изображают названного зверя, затем педагог предлагает следующее животное. Лучше всего предлагать детям названия животных в паре с прилагательным, характеризующим его. Педагог может назвать следующих животных: злой волк, трусливый зайчик, сердитый медведь, добрый слон, шустрый мышонок, хитрая лиса, ленивый кот, свирепый тигр и т. д. Застенчивые дети часто стесняются проявлять свои эмоции и могут испытывать затруднения в выполнении заданий. Педагог должен помочь им, обратить их внимание на то, каким образом остальные дети имитируют поведение животных.

Покажи себя

Болезненную замкнутость можно попытаться развязать, если дать детям возможность выразить себя, играть роль другого, говоря чужим голосом. Маски, костюмы высвобождают такие неожиданные стороны поведения, которые обычно заторможены. Раздайте детям маски или пусть они их сделают сами. Каждый ребенок возьмет себе новое имя и в игре поведет себя в соответствии со своей новой ролью. Преобразиться можно также, раскрасив лицо. Для выражения чувств могут быть задействованы куклы.

Посмотри на меня

Цель игры: научить детей видеть положительные черты в людях.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: Педагог предлагает детям изобразить сценку, в которой один человек пристально смотрит на другого. Тот, на кого смотрят, описывает свои ощущения. Тот, кто смотрит, описывает причину, почему он смотрит на человека. Застенчивые дети обычно смущаются от чужих взглядов, поэтому монолог того, на кого смотрят, звучит примерно так: «Зачем он (а) на меня смотрит? Что ему (ей) не нравится? Наверное, у меня грязные ботинки. Или ему (ей) не нравятся мои очки». Тот, который смотрит: «Какой симпатичный мальчик сидит. Ему очень идет этот свитер. И еще у него очень добрые глаза».

Сломанный телефон

Цель игры: научить детей с вниманием относиться к словам других людей.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: дети располагаются в ряд, педагог сообщает на ухо крайнему в ряду ребенку произвольное задуманное слово, тот передает его следующему, и так по цепочке. Ребенок, замыкающий цепочку, произносит слово вслух,

все сравнивают начальное слово, которое называет педагог, и слово, получившееся в конце цепочки. Если слово изменилось, выясняется, в каком месте произошла его трансформация. Педагог предварительно предупреждает детей, что слова должны произноситься тихим, но внятными шепотом. Игру целесообразно проводить в коллективе, в котором имеются дети с нарушениями речи или слуха.

Кто спрятался?

Цель игры: научить детей быть внимательней к другим людям.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: дети под музыку танцуют и кружатся, когда музыка замолкает, дети присаживаются на корточки и закрывают глаза руками. Педагог касается плеча одного из детей и жестом предлагает ему выйти из комнаты. Ребенок тихо выходит из помещения, стараясь не шуметь. Через минуту педагог дает сигнал, дети открывают глаза и пытаются определить, кого из них не хватает. После того, как спрятанный ребенок назван, он возвращается к игрокам, и игра продолжается.

Чей предмет?

Цель игры: научить детей проявлять внимание к другим людям.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: педагог заранее подготавливает несколько предметов, принадлежащих разным детям. Включается негромкая музыка, дети кружатся и танцуют, затем музыка смолкает. Дети закрывают глаза и замирают на месте. Педагог выжидает некоторое время, давая возможность детям успокоиться и сосредоточиться, затем предлагает открыть глаза и показывает предмет, принадлежащий одному из детей. Дети должны вспомнить, кому принадлежит эта вещь. Хозяин предмета не должен подсказывать. В игре могут участвовать такие предметы, как заколка для волос, значок, свитер, галстук и т. д.

Что изменилось?

Цель игры: развить внимательность детей, научить детей внимание к другим людям.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: при помощи считалки выбирается водящий. Включается негромкая музыка, под которую дети танцуют. Музыка замолкает, и дети замирают в различных позах. Водящий внимательно рассматривает замерших детей в течение 1 минуты, затем выходит из комнаты. Дети быстро делают несколько изменений (количество изменений зависит от возраста) – один надевает шляпу, второй берет в руки куклу, третий садится на стул и т. д. Водящий заходит и пытается определить, что именно изменилось. Затем выбирается новый водящий, и игра продолжается. Педагог поощряет самых внимательных детей.

Отвечай – не зевай

Цель игры: развивать в детях быстроту реакции и сообразительность.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: игру можно проводить на улице. Предварительно можно расчертить асфальт мелом таким образом, чтобы у каждого малыша оказалась собственная дорожка с делениями. Дети встают в ряд, каждый на своей дорожке, педагог по очереди задает каждому простой вопрос. Если ребенок ответил без запинки, он перемещается на следующее деление, если не нашелся с ответом, остается на прежнем месте, и педагог переходит к следующему малышу. Очень важно в этой игре с вниманием отнестись к застенчивым детям, помочь им идти наравне с другими детьми и дать им почувствовать уверенность в себе и вкус победы. Вопросы могут быть любые, в том числе и шуточные, так же как и ответы, в этой игре оценивается не правильность ответа, а скорость и реакция.

Примеры вопросов:

- Сколько пальчиков у тебя на руке?
- Как зовут твою маму?
- Какого цвета солнце?
- Сколько лет Деду Морозу?
- Сколько раз ты приходил в детский сад?
- У кого нос морковкой? и т. д.

Зайчики в трамвайчике

Цель игры: научить детей придумывать возражения и находить на них ответы.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: дети становятся или садятся в ряд. Первый ребенок произносит любую фразу, ему может помочь педагог, например: «Едут зайчики в трамвайчике». Следующий ребенок должен назвать причину-препятствие, вследствие которого произнесенная фраза теряет свой смысл. Например: «Зайчики не могут ехать в трамвайчике, потому что отключили электроэнергию». Третий ребенок изменяет произнесенную первым ребенком фразу, с учетом замечания второго: «Едут зайчики в автомобиле». Четвертый придумывает препятствие: «В автомобиле закончился бензин». И т. д. В игре могут использоваться следующие фразы-утверждения.

- Я купил в магазине хлеб (изменяются названия товаров или продуктов питания, которые можно приобрести в магазине).
- У меня в квартире живет кошка (изменяется название животного).
- На грядке вырос лук (изменяется название овоща) и т. д.

На ощупь

Цель игры: научить детей доверительному отношению друг к другу, развить раскрепощенность в выражении эмоций, внимательность.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: дети встают в круг и при помощи считалки выбирают водящего. Ему завязывают глаза шарфом или повязкой, и он становится в центр круга. Включается музыка, под нее дети водят хоровод вокруг водящего, пока воспитатель не скажет им остановиться при помощи определенного жеста или знака, например, взмаха рукой или слова «стоп». Тогда водящий подходит к первому попавшемуся ребенку и пытается на ощупь определить, кто это. Если он угадывает, то водящим становится угаданный ребенок, если водящий ошибается – он продолжает водить. Ребенок, которого пытается опознать на ощупь водящий, должен вести себя тихо, не смеяться, ничего не говорить, чтобы усложнить задачу водящему. Другие дети не должны подсказывать водящему. Один и тот же ребенок не должен оставаться водящим более 3 раз подряд. Эту игру следует проводить в группах с небольшим количеством детей, не более 15.

Шторм на море

Цель игры: раскрепостить эмоциональную сферу детей, научить избавляться от негативных эмоций в приемлимой для этого форме.

Возраст: от 5 лет.

Ход игры: при помощи длинной веревки педагог делает очертания корабля, внутри которого на стульчиках располагаются дети. Педагог играет роль капитана, он имитирует плавание и комментирует «происходящее» вокруг:

– Мы плывем по морю, справа по курсу виден остров Обезьян. На этом острове растет много-много пальм с огромными бананами. Видите, обезьяны сидят на самых верхушках пальм и машут нам лапами? Они нас приветствуют и приглашают в гости. Ну что, у нас есть полчаса свободного времени, заглянем в гости к обезьянам? Рулевой, поворачивай корабль, держим курс на остров Обезьян. Но что это, мы тонем! Почему это произошло? Ребята, помогайте мне, надо срочно вычерпывать воду из тонущего судна! (Дети делают вид, что вычерпывают воду и выливают ее за борт). Нам нужна срочная помощь! (Обращаясь к одному из детей) Саша, позови на помощь обезьян, громко крикни: «Помогите! Спасите!».

Педагог предлагает детям по очереди крикнуть как можно громче, попросить о помощи. Обычно у застенчивых детей существуют психологические барьеры, не дающие им громко кричать. Как правило, эти барьеры возникают вследствие постоянного шумового контроля со стороны родителей. Детям необходимо иногда покричать, выплеснуть отрицательную энергию, эта игра научит детей делать это в определенных ситуациях и подходящих местах.

Игра развивается по сценарию, придуманному педагогом. Дети должны принимать в игре непосредственное участие и стать соавторами игры, для этого педагог может постоянно обращаться к детям за помощью и подсказками.

Живые игрушки

Цель игры: научить детей сопереживанию, участливому отношению к другим, привить бережное отношение к игрушкам.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: педагог раздает детям хорошо знакомые им игрушки: машинки, куклы, мягкие зверушки, мячики, кубики и т. д. Игрушки должны быть разными у всех детей. Педагог предлагает детям рассказать сочиненную историю каждой игрушки. Лучше, если она будет звучать от первого лица. Для начала первую историю может рассказать взрослый, затем предложить придумать свой рассказ самым активным детям и т. д. Застенчивые дети должны выступать со своими историями где-то в середине. Не стоит вызывать их в числе первых и последних рассказчиков. Педагог должен следить, чтобы дети не пересказывали рассказы друг друга, в этом случае можно направить мысль ребенка в новое русло, задавая наводящие вопросы. История может выглядеть примерно таким образом: «Я – плюшевый медвежонок. Меня зовут Миша. Я уже давно живу здесь. У меня есть друзья – куклы Маша и Алена, тигренок Тигра, неваляшка и три матрешки. Еще я очень люблю играть с ... (называется имя ребенка, который больше всех любит играть с этим медвежонком). Здесь всегда очень весело и шумно, но иногда я огорчаюсь, например, когда меня или моих друзей бросают, забывают поставить на место или отрывают нам уши и хвосты...» В зависимости от фантазии педагога история может иметь любое продолжение, можно в такой форме обратить внимание детей на некоторые нежелательные аспекты их поведения.

Наши маленькие друзья

Цель игры: развивать в детях способность сочувствовать и сопереживать, развивать бережное отношение к домашним питомцам.

Возраст: от 3 лет.

Ход игры: предварительно педагог предлагает детям нарисовать своих домашних животных. По этим рисункам дети должны рассказать истории о своих любимцах. Это может быть история появления маленького друга в семье ребенка, какой-нибудь забавный случай из их жизни или просто рассказ, о том, как они живут, чем занимаются, куда ходят гулять и т. д.

Все наоборот

Цель игры: научить детей определять действия, противоположные по смыслу.

Возраст: от 4 лет.

Ход игры: при помощи считалки выбираем водящего. Дети встают в круг, руки на пояс, водящий становится в центр круга. Водящий делает произвольные движения и называет их, остальные дети выполняют противоположные действия. Например, водящий поднимает вверх руки и говорит: «Руки вверх», все дети опускают руки по швам. Ребенок, допустивший ошибку, становится водящим. Если все дети выполняют действия правильно, через некоторое время выбирается новый водящий при помощи считалочки.

Какой я есть и каким я хотел бы быть

Цель: повышение самооценки застенчивого ребенка.

Возраст: для дошкольного и младшего школьного возраста.

При выполнении этого упражнения можно работать как с одним ребенком, так и с группой детей.

Ребенку предлагается дважды нарисовать себя. На первом рисунке – таким, какой он сейчас, на втором – таким, каким бы он хотел быть. Работа с рисунками строится на сравнении их особенностей. Сравниваются цвета, которые использовал ребенок в каждом рисунке, поза, настроение, в котором он изображен, окружающая обстановка.

По утверждению психологов, самооценка ребенка выражается в различиях между двумя рисунками. У некоторых детей отмечаются совпадения между «реальным» и «идеальным» Я. В этом случае он считает, что менять ничего не следует. Как правило, такие дети обладают завышенной самооценкой.

Самооценка считается адекватной, если расхождение между двумя рисунками не слишком значительно.

У детей с заниженной самооценкой цвет рисунка остается неизменным, часто темным, рисунок маленького размера, неаккуратный и даже грязный. При рисовании идеального Я используется большое количество цветов, ребенок рисует себя в яркой одежде с элементами, подчеркивающими внешнюю красоту, в ситуациях выполнения положительных поступков.

По окончании рисования проводится обсуждение, после которого ребенок должен сам сформулировать для себя, что нужно делать, чтобы стать таким, каким он хочет быть.

Представленные ниже игры: «Нарисовать фигуру», «Передай рисунок», «Доверяющее падение», «Конспиратор» и «Скульптура» могут быть полезны для тех застенчивых детей, которые испытывают трудности в общении со взрослыми людьми.

Нарисовать фигуру

Цель игры: снять коммуникативные барьеры, повысить доверие ко взрослым.

Возраст: детям 6–12 лет

В игре принимают участие минимум двое детей и двое взрослых. Разбиваются на пары: один взрослый и один ребенок. Желательно, чтобы ребенок оказался в одной паре с чужим взрослым, однако не следует настаивать, если такое деление вызывает у застенчивого ребенка сильное возражение. В этом случае можно попытаться ввести условие, что игроки обязательно должны меняться партнерами, но опять же не настаивать в случае сильного неприятия такого условия застенчивым ребенком. Часто ребенок, освоившись по ходу игры, сам предлагает такой вариант.

Правила игры следующие: партнеры договариваются, что они будут изображать (задача взрослого позаботиться о том, чтобы задумка не была слишком сложной и трудно выполнимой), после этого один рисует пальцем на спине другого какую-то фигуру, а второй изображает ее мимикой, жестами, можно танцем. Вторая пара отгадывает. Очко присуждается (внимание!) не отгадавшим, а тем, кто похоже изобразил задуманное.

Скульптура

Цель игры: научить доверять другому человеку.

Возраст: для старшего дошкольного возраста).

Минимальное количество участвующих в игре – 3 человека. Двое договариваются, какую фигуру они будут изображать, после чего один играющий «лепит» её из другого, постепенно заставляя его принять нужные позы. Третий же игрок должен отгадать, что это за скульптура.

Наиболее актуальной проблемой застенчивого ребенка является тема *отверженности*. Взрослые часто не считают её достаточно значимой, какой она является для самого ребенка. Для коррекции этого комплекса Т. Л. Шишова рекомендует взрослым обратиться к играм «Бездомный котенок» и «Робот». Предлагаем читателям воспользоваться этими играми.

Бездомный котенок

Цель игры: дать почувствовать ребенку его значимость, повысить самооценку.

Возраст: для детей 4–8 лет

Игра может проходить в форме кукольного театра, а для детей школьного возраста – на столе с применением маленьких фигурок (можно из киндер-сюрпризов). Котенок – это условное название игры. Это также может быть зайчик, собачка, динозаврик, крокодильчик и т. д.

В одном доме жил Котенок. Он был хорошенький и, главное, очень ласковый. Другие хозяева в нем бы души не чаяли, но хозяева Котенка (пусть ребенок придумает, кто они, сколько их) вели себя с ним ужасно (пусть он сам покажет, как именно. Предложите ему сыграть роль Котенка, а в другой раз поменяйтесь ролями). И вот однажды Котенок оказался без крыши над головой... (Хозяева либо выгнали Котенка, либо он сам убежал – оставьте выбор ситуации за ребенком. Если ребенок захочет, можно придумать и показать приключения бездомного Котенка, но настаивать на этом не следует. Для вашего малыша важно не вжиться в роль отвергнутого, а полнее ощутить радость обретения ласковых и заботливых близких). Но потом ему повстречался... (пусть ребенок сам придумает персонаж, который приютит Котенка). И с тех пор жизнь Котенка в корне изменилась! (Не поленитесь и покажите во всех подробностях, как о нем заботился хороший персонаж. Взрослым такая игра часто кажется скучной, но для одинокого ребенка именно в этих сентиментальных подробностях заключен подчас самый главный, самый сокровенный смысл).

Как указывалось в предыдущей главе, ребенок может научиться лучше понимать другого человека с помощью пиктограмм.

Мимика в рисунках

Цель: научить распознавать чувства другого человека.

Возраст: для детей младшего школьного возраста

Пиктограмма представляет собой набор карточек, на которых с помощью простых знаков изображены различные эмоции. Всего используются пять пиктограмм. Первая символизирует радостное лицо, состоит из овала (лицо), перевернутой цифры семь (нос), двух полуовалов кончиками вниз (брови) и полуовала кончиками вверх (рот).

Вторая пиктограмма символизирует огорченное лицо, состоит из овала, перевернутой цифры семь, двух наклонных черточек, сходящихся вверху (брови), и полуовала кончиками вниз (рот).

Третья пиктограмма, символизирующая выражение страха, состоит из овала, перевернутой цифры семь, двух наклонных черточек, сходящихся вверху, и кружочка (раскрытый рот).

Четвертая пиктограмма изображает гневное лицо и состоит из овала, перевернутой цифры семь, двух наклонных черточек, сходящихся внизу, и прямоугольника или небольшого овала (оскаленный рот).

Пятая пиктограмма демонстрирует удивленное лицо, состоящее из овала, двух высоко поднятых над перевернутой цифрой семь черточек (брови) и кружочка.

Описание игры с пиктограммами. Использовались наборы из пяти карточек для каждого ребенка. Дети должны, рассмотрев пиктограммы, назвать настроение, которое они символизируют. Затем все карточки разрезаются по линии, делящей условное лицо на верхнюю и нижнюю части, после чего все карточки перемешиваются. Дети получают задание восстановить пиктограммы, соединив их с помощью скотча. Фиксируется, насколько успешно дети справлялись с заданием, насколько быстро они это могли сделать.

Веселая зарядка

Цель: раскрепостить детей, обеспечить заряд бодрости на целый день.

Желательно сопровождать проведение зарядки музыкой.

Взрослый рассказывает, дети показывают. Для того, чтобы машина заработала, надо завести мотор. Спящий человек похож на выключенную машину (дети «спят»). Тело устает за день, ему нужен отдых – сон. Но впереди новый день и впереди много, очень много интересных дел и приключений. Надо подготовиться к ним. Включить, завести свое тело. Скорее прыгнем на пол! Каждый из вас – хозяин своего тела. Вы – проснувшиеся кошечки, вытягиваете то передние, то задние лапки. Или мы упавшие на спинку божьи коровки? Удастся ли перевернуться без посторонней помощи? А теперь мы – крадущиеся в зарослях тигры. Станем тростником на ветру и возьмем себе его гибкость. А теперь вздохнем поглубже и превратимся в воздушные шарики. Еще чуть-чуть и полетим. Тянемся вверх как жирафы. Попрыгаем, как кенгуру, чтобы стать такими же ловкими и сильными. А теперь мы – маятники. Тяжелые бронзовые маятники в старинных часах. Покачиваемся из стороны в сторону – и нам на все хватит времени. А теперь запустим самолет. Крутим его пропеллер из всей силы. Изогнемся, как лук индейца, и станем такими же упругими. Какая из наших

двух ног сегодня выше подпрыгнет – левая или правая? Побей собственный рекорд, присядь на один раз больше, чем вчера. Ты – победитель! Весь день станет нашим! Впрочем, можно и не делать зарядку, а ползать целый день, как старая больная черепаха.

Инопланетяне

Цель: развитие навыков невербального общения.

Возраст: для старшего дошкольного и младшего школьного возраста

Желательно использовать внешнюю атрибутику: шлемы для инопланетян, картонный макет корабля или летающей тарелки и т. п.

Межпланетный корабль совершает вынужденную посадку на незнакомой планете. Это Земля. Инопланетяне ступают на чужую землю и видят группу ребят. Но как наладить контакт? Ведь никто не знает язык друг друга. И тут на помощь приходят жесты.

«Инопланетяне» показывают рукой на какой-нибудь предмет (например, стул, кровать, стол и т. д.), а земляне, называя этот предмет, должны жестами показать его функциональное назначение. Игра сопровождается музыкой.

В ходе игры застенчивые дети должны добиться понимания со стороны сверстников, что требует от них активности и уверенности.

Комплименты

Цель: формирование адекватной самооценки, развитие коммуникативных навыков.

Возраст: для старшего дошкольного и младшего школьного возраста

Игра может протекать в различной форме. Суть игры в том, что дети оказывают друг другу словесные знаки внимания. Тот, кому этот знак адресован, должен адекватно на него отреагировать. Назовем несколько возможных вариантов этой игры.

Вариант 1.

Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь положительное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т. п. В ответ ребенок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я ...» (повторяет сказанное ему, а затем он подкрепляет еще одной похвалой в свой адрес: «Я еще я думаю, что я ...»).

Вариант 2(используется мяч).

Игра проходит в кругу. Содержание игры тоже самое, но знаки внимания получает тот ребенок, кому был кинут мяч. Взрослый следит за тем, чтобы мяч попадал ко всем детям.

Как уже указывалось в предыдущих главах, застенчивому человеку очень важно научиться расслабляться. Приведем два варианта психомышечной тренировки для детей, изложенные в книге М. И. Чистяковой «Психогимнастика».

Психомышечная тренировка без фиксации внимания на дыхании

Медвежата в берлоге(вводная игра)

Возраст: для детей 4–5 лет.

Осень. Рано темнеет. Медвежата сидят на лесной полянке и смотрят вслед уходящей в лесную чащу маме-медведице. Она пошла стелить им кровати в берлоге. Медвежатам хочется спать. Они по одному идут домой, точно придерживаясь следа медведицы. Медвежата забираются в свои кровати и ждут, когда мама-медведица поиграет с ними перед сном. Медведица пересчитывает медвежат. Все на месте, можно начинать игру.

Игра с шишками(на напряжение и расслабление мышц рук).

Мама-медведица бросает медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапках. Шишки разламываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в разные стороны и роняют лапки вдоль тела – лапки отдыхают. Мама снова кидает шишки медвежатам.

Повторить игру 2–3 раза.

Игра с пчелкой(на напряжение и расслабление мышц ног).

Медведица зовет золотую пчелку поиграть с медвежатами. Дети поднимают колени, делая домики. Пчелка пролетает под коленями. Мама-медведица говорит: «Летит!», и медвежата жружно распрямляют свои ножки, но ловкая пчелка не попала.

Повторить игру 2–3 раза.

Холодно – жарко(на напряжение и расслабление мышц туловища).

Мама-медведица ушла, Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замерзли. Они сжались в маленькие клубочки – греются. Стало жарко. Медвежата развернулись. Опять подул северный ветер.

Повторить игру 2–3 раза.

Игра с шарфиком(на расслабление мышц шеи).

Пришла мама и раздала медвежатам шарфики, чтобы они больше не мерзли. Полусонные медвежата, не открывая глаз, повязали шарфики на свои шейки. Покрутили медвежата головой из стороны в сторону: хорошо, тепло шейкам.

Пчелка мешает спать(игра лицевых мышц).

В берлогу снова прилетела пчелка. Решила она сесть кому-нибудь на язычок, но медвежата быстро стиснули зубы, сделали губы трубочкой и стали крутить ими в разные стороны. Пчелка обиделась и улетела. Медвежата снова слегка раскрыли рот, язык отдыхает. Пришла мама-медведица и зажгла свет. От яркого света медвежата крепко зажмурились и сморщили нос. Мама видит: все в порядке, погасила свет. Медвежата перестали жмуриться и морщить нос. Снова прилетела пчелка. Медвежата не стали ее прогонять, а покатали ее у себя на лбу, двигая брови вверх – вниз. Пчелка поблагодарила медвежат за удовольствие и улетела спать.

Отдых. Медведица спела медвежатам колыбельную («Колыбельная медвежонку»), а медвежата, устроившись поудобнее, стали дремать. Медведица ушла в лес. (Пауза). Медведица вернулась и стала рассказывать медвежатам, что им снится. Всем медвежатам снился один и тот же сон: как будто бы они сидят в кустах и смотрят на играющих детей. (Пауза).

Медведица говорит медвежатам, что сейчас они услышат прекрасную музыку, и, обращаясь к каждому медвежонку в отдельности, рассказывает, какими они будут хорошими, когда проснутся (П. И. Чайковский, «Сладкая греза»). Потом она предупреждает медвежат, что скоро утро и, как только запоет жаворонок, они проснутся. (Пауза). Поет жаворонок («Песня жаворонка»). Дети быстро и энергично или, если того требует последующая деятельность детей, спокойно и медленно встают. С удивлением и любопытством дети-медвежата выглядывают из берлоги: легли спать осенью, а сейчас весна. Всю зиму, оказывается, проспали медвежата в берлоге.

Ведущий предлагает медвежатам снова превратиться в детей.

Вариант отдыха. Ведущий предлагает детям удобно устроиться, расслабиться и слушать с закрытыми глазами ласковую музыку. С окончанием музыки дети открывают глаза и тихо встают.

Психомышечная тренировка с фиксацией внимания на дыхании

На берегу моря (вводная игра)

Возраст: для детей 6–7 лет.

Дети играют на берегу моря (игра с камушками), плещутся в воде. Вдоволь накупавшись, дети выходят из воды и ложатся на прогретый солнцем песок пляжа... Закрывают глаза от яркого солнца. Раскидывают в приятной лени руки и ноги.

Игра с песком(на напряжение и расслабление мышц рук).

Набрать в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками.

Повторить игру с песком 2–3 раза.

Игра с муравьем(на напряжение и расслабление мышц ног).

На пальцы ног залез муравей (муравьи) и бегают по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носки в этом положении, прислушаться, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают.

Повторить игру 2–3 раза.

Солнышко и тучка(на напряжение и расслабление мышц туловища).

Солнышко зашло за тучку, стало свежо – сжаться в комок, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнце вышло из-за тучки. Жарко – расслабиться – разморило на солнце (на выдохе).

В уши попала вода(на напряжение и расслабление мышц шеи).

В положении лежа на спине ритмично покачать головой, вытряхивая воду из одного уха, потом из другого.

Лицо загорает(на напряжение и расслабление мышц шеи).

Подбородок загорает – подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы (на выдохе). Летит жучок, собирается сесть к кому-нибудь из детей на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Жучок улетел. Слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух. Прогоняя жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает – подставить нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка. Выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе). Брови – качели: снова прилетела бабочка. Пусть бабочка качается на качелях. Двигать бровями вверх-вниз. Бабочка улетела совсем. Спать хочется, расслабление мышц лица. Не открывая глаз, переползти в тень, принять удобную позу.

Отдых. Сон на берегу моря.

Дети слушают шум моря (В. Успенский). Ведущий говорит детям, что им снится всем один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят то, чем они занимались в течение дня. (Пауза). Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснуться (по счету, когда заиграет музыка и т. д.). (Пауза). Звучит сигнал. Дети энергично (или, если этого требует ситуация, медленно и спокойно) встают.

Вариант отдыха. Ведущий сообщает детям название пьесы, которую они будут слушать, и предлагает им принять удобную позу и закрыть глаза. Звучит музыка (К. Сен-Санс, «Лебедь»). С окончанием музыки дети тихо встают и подходят к ведущему.

В заключение хочется сказать: не ждите, что ваши дети будут такими, какими вы хотите их видеть. Такого никогда не бывает. Дети всегда идут своим путем. Поэтому меньше думайте о том, какими они должны стать и внимательнее смотрите, какие они есть в реальности. Больше думайте о том, как им помочь, меньше о том, как их исправить. Не забывайте, что раздражение, обида и разочарование, которые всегда являются следствием неоправданных ожиданий, - самый неэффективный и опасный метод воздействия на человека в любом возрасте.