**Развитие коммуникативных способностей в сюжетно- ролевой игре.**

(цикл тренинговых занятий)

**Цель:** разработка комплекса мероприятий по развитию коммуникативных способностей и экспериментальное обоснование их эффективности для развития сюжетно-ролевых игр детей.

**Задачи:**

1.Изучить работы и научные исследования по данной проблеме ученых-теоретиков, психологов, педагогов;

2.Выявить особенности развития сюжетно-ролевых игр детей старшего дошкольного возраста;

3.Разработать и апробировать цикл тренинговых занятий, способствующий обогащению коммуникативных способностей, как условие развития сюжетно-ролевых игр детей.

Дошкольное детство – большой отрезок жизни ребенка, который охватывает промежутки времени от 0 до 7 лет. В это время стремительно pасшиpяются границы взаимодействия ребенка: pамки семьи раздвигаются до пределов улицы, города, страны. Ребенок открывает для себя мир человеческих отношений, разных видов деятельности и общественных функций людей. Он испытывает сильное желание включиться в эту взрослую жизнь, активно в ней участвовать, что, конечно, ему еще недоступно. Кроме того, не менее сильно он стремится к самостоятельности. Из этого противоречия «рождается ролевая игра  – самостоятельная деятельность детей, моделирующая жизнь взрослых».

В процессе ролевой игры дети не только познают окружающий мир, но и сами являются его творцами, отражают в нем свои знания об известных им реальных явлениях и событиях, выражают свое отношение к ним, которое может быть ошибочным и требует коррекции.

Игра является эффективным средством формирования личности дошкольника, его морально-волевых качеств, в игре реализуются потребность воздействия на мир. Она вызывает существенное изменение в его психике. Выдающийся педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что игра - это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений, понятий об окружающем мире. Игра  —  это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности.

Потребность в общении с другими детьми формируется у ребенка прижизненно. А.Г. Рузская и Н.И. Ганощенко провели ряд исследований для выявления динамики развития содержания потребности в общении со сверстниками и выяснили следующие изменения: «существенно (вдвое) увеличивается количество контактов дошкольников со сверстниками, связанных с их стремлением разделить с ровесниками переживания. В то же время, стремление к чисто деловому сотрудничеству со сверстником в конкретной деятельности несколько ослабевает. По-прежнему важно для старших дошкольников уважение сверстников и возможность вместе «творить». Усиливается тенденция «обыгрывания» дошкольниками возникающих конфликтов и их разрешения»

Потребность общения дошкольника неразрывно связана с мотивами общения. Мотивы – это побудительные силы деятельности и поведения индивида. Субъекта побуждает к взаимодействию с партнером, т.е. становится мотивами общения с ним, именно те качества последнего, которые раскрывают субъекту его собственное «Я», способствует его самосознанию (М.И. Лисина). В отечественной психологии М.И. Лисина выделяет три категории мотивов общения старших дошкольников со сверстниками: деловые, познавательные и личностные. Вырисовывается следующая возрастная динамика развития мотивов общения со сверстниками у дошкольников. На каждом этапе действуют все три мотива: «положение ведущих в два-три года занимают личностно-деловые; в три-четыре года - деловые, а также доминирующие личностные; в четыре-пять - деловые и личностные, при доминировании первых; в пять-шесть лет – деловые, личностные, познавательные, при почти равном положении; в шесть-семь лет – деловые и личностные»

Таким образом, в начале ребенок вступает в общение со сверстником ради игры или деятельности, к чему его побуждают качества ровесника, необходимые для развития увлекательных действий. На протяжении дошкольного возраста развиваются познавательные интересы детей. Это создает повод для обращения к сверстнику, в котором ребенок находит слушателя, ценителя, и источник сведений. Личностные мотивы, которые остаются на протяжении всего дошкольного детства, делятся на сравнение себя со сверстником, с его возможностями и на желание быть оцененным сверстником. Ребенок демонстрирует свои умения, знания и личностные качества, побуждая других детей подтвердить их ценность. Мотивом общения становится его собственные качества в соответствии со свойством сверстника быть их ценителем.

Игровая деятельность является ведущей в дошкольном возрасте. Выготский Л.С. отмечал, что в дошкольном возрасте игра и занятия, игра и труд образуют два основных русла, по которым протекает деятельность дошкольников. Выготский Л.С. видел в игре неиссякаемый источник развития личности, сферу, определяющую «зону ближайшего развития». Ценность игровой деятельности заключается и в том, что она обладает наибольшими возможностями для формирования детского общества. «Именно в игре наиболее полно активизируется общественная жизнь детей; она как никакая другая деятельность позволяет детям уже на самых ранних стадиях развития создавать самодеятельным путем те или иные формы общения. В игре как в ведущем виде деятельности активно формируется или перестраиваются психические процессы, начиная от самых простых и кончая самыми сложными».

В игровой деятельности наиболее интенсивно формируются психические качества и личностные особенности ребенка. В игре складываются другие виды деятельности, которые потом приобретают самостоятельное значение. Игровая деятельность влияет на формирование произвольности психических процессов. Так, в игре у детей начинают развиваться произвольное внимание и произвольная память. В условиях игры дети сосредоточиваются лучше и запоминают больше, чем в условиях лабораторных опытов. Сознательная цель (сосредоточить внимание, запомнить и припомнить) выделяется для ребенка раньше и легче всего в игре. Сами условия игры требуют от ребенка сосредоточения на предметах, включенных в игровую ситуацию, на содержании разыгрываемых действий и сюжета.

Игровая ситуация и действия в ней оказывают постоянное влияние на развитие умственной деятельности ребенка дошкольного возраста. В игре ребенок учится действовать с заместителем предмета, он дает заместителю новое игровое название и действует с ним в соответствии с названием. Предмет-заместитель становится опорой для мышления. На основе действий с предметами-заместителями ребенок учится мыслить о реальном предмете. Постепенно игровые действия с предметами сокращаются, ребенок научается мыслить о предметах и действовать с ними в умственном плане. Таким образом, «игра в большой мере способствует тому, что ребенок постепенно переходит к мышлению в плане представлений»

Игра как ведущая деятельность имеет особое значение для развития знаковой функции речи ребенка. Знаковая функция пронизывает все стороны и проявления человеческой психики. Усвоение знаковой функции речи ведет к коренной перестройке всех психических функций ребенка. В игре развитие знаковой функции осуществляется через замещение одних предметов другими.

В игре дети учатся общению друг с другом, умению подчинять свои интересы интересам других. Игра способствует развитию произвольного поведения ребенка. «Механизм управления своим поведением, подчинения правилам складывается именно в сюжетно-ролевой игре, а затем проявляется и в других видах деятельности (например, в учебной). В развитой ролевой игре с ее сложными сюжетами и ролями, которые создают широкий простор для импровизации, у детей формируется творческое воображение. Игра способствует становлению произвольной памяти, вниманию и мышлению ребенка. Игра создает реальные условия для развития многих навыков и умений, необходимых ребенку для успешного перехода к учебной деятельности»

Предлагаю вам цикл тренинговых занятий.

**Цикл тренинговых занятий**

**Занятие № 1**

**1.**Приветствие

Все встают в круг, берутся за руки и громко говорят: «Доброе утро (день)!»

**2.**Знакомство

Дети передают мячик друг другу и называют свое имя.

**3.**Игра «Передай мяч»

Цель. Развитие навыков организованности, дисциплинированности.

Игровой материал. Мяч.

Ход игры. Воспитатель делит детей на две команды. Команды встают в затылок друг другу. Капитанам вручаются мячи. По сигналу воспитателя капитаны передают мяч через голову второму игроку. Второй – третьему и т. д. до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать свою команду, встать во главе нее и послать мяч назад, точно направив его между ног членов команды. Третий, приняв мяч, бежит вперед и снова передает мяч через голову. Педагог сообщает правила игры: «Нужно не только быстро сменить всех игроков, но и не запутаться в последовательности». Побеждает та команда, которая быстро и правильно выполнит задание.

4. Игра «Небоскреб» (автор – К. Фопавль)

Цель: развитие умения договариваться, работать в команде.

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

Описание игры: дети садятся в круг, а в центре круга им необходимо построить небоскреб. Дети по очереди кладут свои кубики (по одному за ход). При этом они могут обсуждать, куда лучше положить кубик, чтобы небоскреб не упал. Если упадет хоть один кубик, башня строится заново.

5.Игра «Горячая картошка»

Описание. Эта игра позволяет почувствовать и понять, что иногда в жизни неудача неизбежна и что с ней надо уметь справиться. Одновременно она показывает, как легко помочь тому, кто в беде.

Материалы: одна картофелина.

Возраст участников: с 3 лет.

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

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

6. Игра-релаксация «Шалтай-болтай»

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

Шалтай-болтай

Сидел на стене.

Шалтай-болтай

Свалился во сне.

8. Игра-релаксация «Апельсин»

Описание: Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите детей представить, что к их правой руке подкатился апельсин, пусть они возьмут апельсин в руку и начнут выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 сек.).

«Разожмите кулачок, откатите апельсин, ручка теплая.., мягкая.., отдыхает…»

Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой. Желательно делать упражнения 2 раза (при этом можно поменять фрукты, например, на лимон).

9.Прощание

Описание: Дети становятся в круг так, чтобы можно было руками дотянуться друг до друга.

Детям говорят: закрыв глаза, на вдохе, протяните руки в стороны и коснитесь ими рук партнера, попрощайтесь с ним руками. До свидания!

Таким образом происходит завершение каждого занятия.

**Занятие № 2**

**1.**Приветствие

Все встают в круг, берутся за руки и громко говорят: «Доброе утро (день)!».

Затем сами выбирают способ контакта-приветствия, который будет повторяться на каждом занятии. Например, ладонь-ладонь, локоть-локоть, колено-колено. Этот ритуал повторяется каждое занятие.

**2.**Знакомство «Моё имя»

Описание: Дети передают мячик друг другу и называют свое имя так, какое звучание его имени ему больше всего нравится (Лена, Леночка, Алена, Елена…), и как он хочет, чтобы его называли в группе.

**3.**Игра «Необычный хор»

Описание: Ведущий разделяет детей на две команды: одни - «кошки», другие - «собаки». «Кошек» просят попеть по-кошачьи: «Мяу, мяу» на мотив: «Мы едем, едем, едем в далекие края…», по команде ведущего «кошки» замолкают и начинают петь «собаки». Затем обе команды поют вместе.

Подвижная игра «Найди свою пару»

Ход игры. Педагог делит мальчиков и девочек по парам. Они встают друг за другом, держась за руки. Звучит музыка. Детям предлагается свободно двигаться по группе. По сигналу педагога (внезапно прервется музыкальное сопровождение) все девочки и мальчики должны найти свою пару. Те мальчик и девочка, которые первыми успели найти друг друга и взяться за руки, получают поощрительный приз. Игру можно повторить 3-4 раза.

Игра «Только вместе»

Цель: Обучить детей устанавливать контакт друг с другом, подстраиваться к темпу движения партнера.

Содержание: Дети встают парами и вместе держат мяч (каждый ребенок старается держать мяч двумя руками). По команде дети должны одновременно присесть, стараясь не выпустить мяч из рук, пройти по группе, попрыгать. Их главная задача - научиться действовать согласованно, не выронить мяч.

Игра «Мы - солдаты»

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

Упражнение дыхательная релаксация «Доброе животное»

Ход игры: Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы - одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» Дети прислушиваются к своему дыханию и дыханию соседей. «А теперь подышим вместе!» Вдох - все делают шаг в круг, поднимают руки вверх. Выдох - шаг назад, руки опускают. Повторить 5-6 раз.

Упражнение-релаксация «Потянулись - сломались»

Описание: Встаньте прямо. Вдохните. На вдохе сильно тянитесь вверх, вытягивая руки, напрягая тело.

А теперь постепенно начинаем выдыхать воздух и расслаблять тело. Расслабляем кисти рук, кисти стали мягкими и упали вниз.

Дышим спокойно и расслабляем руки в локтях. Теперь полностью расслабили руки, и они упали вниз.

Расслабили шею, и голова упала на грудь.

Расслабили мышцы спины и согнулись пополам. Туловище расслабилось и обвисло.

Теперь расслабляем колени и мягко падаем на пол. Полежите так. Постарайтесь почувствовать пол. Как ваше тело соприкасается с полом? Удобно вам лежать или нет?

Примечание. Можно выполнять это упражнение на счет от 1 до 10.

Прощание.

**Занятие № 3**

**1.** Приветствие

**2.** Знакомство «Моё имя»

Описание: Дети передают мячик друг другу и называют свое имя так, какое звучание его имени ему больше всего нравится (Лена, Леночка, Алена, Елена…), и как он хочет, чтобы его называли в группе.

Игра «Ах, какой я молодец!»

Ход игры: Дети движутся по кругу подскоками.

Ведущий называет любые числа. Когда прозвучит число «пять», дети останавливаются, хлопают в ладоши и произносят: «Ах, какой я молодец!»

Так повторяется несколько раз.

**4.** Игра «Вежливые слова»

Цель: Развитие уважения в общении, привычки пользоваться вежливыми словами.

Ход игры: Игра проводится с мячом по кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Затем упражнение усложняется: надо называть только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет), благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста), извинения (извините, простите, жаль), прощания (до свидания, до встречи).

**5.** Чтение и обсуждение стихотворения «Вежливый ослик»

Был ослик очень вежлив,

Воспитанный он был.

Всем улыбался, кланялся

И «Здравствуй» говорил.

Потом он отходил на шаг

И говорил:

Тюлень - тюфяк,

А заяц - трус,

А лев - дурак,

А слон - обжора и толстяк…

Ни разу доброго словца

Он не сказал ни про кого, --

И я прошу тебя, дружок,

Не будь похожим на него.

Происходит совместное обсуждение ситуации:

 Вежливый ли ослик на самом деле?

 А почему? Ведь ослик улыбался, кланялся, говорил - «Здравствуй».

**6.**Игра «Сиамские близнецы»

Цель: развитие моторной ловкости, тактильной чувствительности.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: 2 и более человека.

Описание игры: Все дети делятся на пары, желательно равные по росту. Затем каждая пара, взяв по листку чистой бумаги, встает лицом друг к другу. По команде дети прижимаются друг к другу лбами, между которыми зажат лист бумаги. Начинает звучать музыка, и под нее пары «сиамских близнецов» медленно двигаются в танце. Их руки должны быть заведены за спину; листок удерживается лбами. Оставаться на месте без движения нельзя. Если листок упадет на пол, пара останавливается и замирает в той позе, в которой оказалась, когда листок коснулся пола. Эти позы дети должны сохранить до конца игры, создавая помехи другим парам. Побеждает та пара, которая протанцевала дольше всех, удерживая листок бумаги.

Игра-релаксация «Рубка дров»

Ход игры: И. п. - стоя. Каждый участник должен представить себе, что он рубит дрова. Он должен поднять высоко над головой топор и с силой его опустить. Всякий раз при опускании топора он должен громко выкрикнуть «Ха!». Так надо разрубить несколько поленьев.

Игра-релаксация «Шарик»

Цель: расслабление мышц живота.

Инструкция: «Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот. Надувайте живот, как будто это воздушный шар. Вдох - пауза, выдох - пауза. Мышцы живота расслабились, стали мягкими. Теперь опять вдох, надуть шарик. Пауза. Выдох. (Детям можно предложить представить, какого цвета у них шарик в животе).

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (Вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко, ровно, глубоко».

Прощание.

**Занятие № 4**

Приветствие

**1.** Игра-приветствие «Мы рады тебя видеть»

Ход игры: Ведущий бросает мяч каждому из играющих, а все дети хором говорят тому ребенку, у которого мяч: «Мы рады тебя видеть, Лена! (Петя, Вася и т. д.)».

**2.** Подвижная игра «Дотронься до...»

Инструкция: Вы все одеты по-разному. Я буду говорить: «Дотронься до... синего!» Все должны быстро сориентироваться, обнаружить у участников в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета.

Затем педагог просит дотронуться до того, на ком надет джинсовый сарафан, черные шорты, кто самый высокий, у кого самые светлые волосы и др.

3. Песенка-игра «Если весело живется»

Ход игры: Вставайте в хоровод, запоминайте слова песенки и движения.

Психолог произносит слова песни нараспев или поет на любой мотив, демонстрируя детям соответствующие движения''.

ЕСЛИ ВЕСЕЛО ЖИВЕТСЯ

Если весело живется, хлопай так

( Хлопнуть два раза в ладоши.)

Если весело живется, хлопай так.

( Хлопнуть два раза в ладоши.)

Если весело живется, (Взяться за руки.)

Мы друг другу улыбнемся

(Улыбнуться друг другу.)

Если весело живется, хлопай так

(Хлопнуть два раза в ладоши)

Если весело живется, топай так.

(Два притопа правой ногой.)

Если весело живется, топай так.

( Два притопа левой ногой.)

Если весело живется,

(Взяться за руки.)

Мы друг другу улыбнемся.

(Улыбнуться друг другу.)

Если весело живется, топай так.

(Два притопа правой ногой.)

4. Работа со сказкой. Особенное растение (О. Хухлаева)

Дети слушают и обсуждают сказку:

Наступила весна. Зазеленели листочки на деревьях, прилетели птицы, которые улетали на зиму в теплые края. В лесу на полянах стала появляться зеленая травка и первые растения. Одни росли на пригорках, где много солнышка, другие - в низинах и оврагах, а некоторые - вдоль дорог и лесных тропинок.

Днем все растения радовали людей своей красотой и весенним ароматом. А вечером, когда темнело и становилось тихо, разные растения рассказывали друг другу удивительные истории. Каждый вечер они выбирали кого-то одного и внимательно слушали его рассказ.

И вот однажды, когда рассказали свои истории одуванчик, мать-и-мачеха, осока и камыш, вдруг с дороги раздался тихий голос: «Я еще не рассказал свою историю». «Кто там пищит у дороги?» - басом спросил камыш. «Это я, подорожник. Я хотел бы...» - подорожник очень стеснялся говорить. «Ну и чего ты хотел бы? Неужели тоже историю рассказать? - заговорили все растения одновременно. - Да разве у тебя бывает в жизни что-то интересное, ты вечно в пыли! Какая от тебя польза?» Подорожник хотел ответить, но промолчал. И все скоро забыли о нем.

А подорожник начал разговор сам с собой: «Разве я могу сравниться с этими прекрасными растениями? Кто может сравниться с красотой камыша? А одуванчик? Только он так быстро умеет менять свои наряды! А какое варенье варят из него! А у меня нет ни запаха, ни красоты, ни красивого платья...» От этих мыслей подорожнику стало невыносимо горько, и он разрыдался. Медленно наступила ночь, в лесу становилось прохладно. Подорожник плакал и приговаривал: «Ну и пусть холодно. Пусть я заболею и умру. Все равно никому не нужен».

Проснулся он от ласкового прикосновения солнышка. Хотел улыбнуться, но вспомнил вчерашний день и загрустил. Вдруг с поляны раздался детский плач - это какой-то малыш упал и разбил коленку. Из ранки текла кровь, и мама его бегала по поляне и громко кричала: «А где же подорожник? Только он может помочь!»

«Ой, это меня ищут. Это моя помощь требуется малышу», - подумал подорожник. И он стал изо всех сил шевелить листочками, привлекая к себе внимание. А когда женщина увидела его, то он протянул ей самый лучший листок. «Спасибо, подорожник, что ты есть», - сказала женщина, приложила листочек к ранке сына, и они пошли дальше.

И только тогда все растения увидели, какой он, маленький подорожник! Растения подружились с подорожником, который оказался еще и интересным собеседником, умевшим рассказывать замечательные истории.

5.Разыгрывание ситуаций

Психолог предлагает детям разыграть следующие ситуации:

 В группе появился новый мальчик (девочка), и ты остался с ним наедине. Что ты будешь делать?

 Обидели твоего товарища, а ты оказался рядом. Что ты будешь делать?

 У тебя потерялась игрушка в детском саду. Как ты поступишь?

6.Игра-релаксация «Рубка дров»

Ход игры: И. п. - стоя. Каждый участник должен представить себе, что он рубит дрова. Он должен поднять высоко над головой топор и с силой его опустить. Всякий раз при опускании топора он должен громко выкрикнуть «Ха!». Так надо разрубить несколько поленьев.

7.Игра-релаксация «Шарик»

Цель: расслабление мышц живота.

Инструкция: «Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот. Надувайте живот, как будто это воздушный шар. Вдох - пауза, выдох - пауза. Мышцы живота расслабились, стали мягкими. Теперь опять вдох, надуть шарик. Пауза. Выдох. (Детям можно предложить представить, какого цвета у них шарик в животе).

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (Вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко, ровно, глубоко».

8.Прощание

**Занятие № 5**

1. Приветствие

2. Игра-приветствие «Ласковое имя»

Ход игры: Ведущий дает мячик ребенку, затем просит остальных детей придумать ему ласковое имя и хором назвать его ласково. Если дети не могут придумать ласковое имя, ведущий помогает им.

3. Игра «Снежный ком»

Цель: Способствует запоминанию имен всех участников группы, продолжает знакомство.

Ход игры: Первый участник (например, слева от ведущего) называет свое имя. Следующий - повторяет его, затем называет свое. Третий участник повторяет два имени и называет свое. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовет по именам всю группу.

4. Игра «Холодные руки»

Описание. Это очень хороший способ установления контакта между двумя детьми. Во второй половине игры мы усиливаем чувство общности всех участников группы. Перед игрой можно попросить детей помыть руки.

Материалы: крем для рук.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Разделитесь на пары и сядьте на пол. Сейчас я пройду по комнате и каждому дам немножко волшебного крема, который сделает ваши руки теплыми и свежими... Вотрите этот крем в руки и почувствуйте, как он действует...

Представьте, что в каждой паре один из вас не может даже пошевелить руками. Ваш партнер так долго играл со снегом, что его руки совершенно замерзли. И теперь вам надо помассировать и потереть эти холодные и замерзшие руки и с помощью волшебного крема сделать их теплыми и жизнерадостными... (1 минута.)

А теперь поменяйтесь: пусть у другого ребенка в паре руки будут замерзшие и негнущиеся, а его партнер сделает их теплыми и подвижными... (1 минута.)

А сейчас сделайте наш круг потеснее и протяните руки к центру, так чтобы вы касались других кончиками пальцев. Я еще добавлю волшебного крема, и ваши руки превратятся в маленьких котят, которые лежат в одном лукошке, барахтаются и карабкаются друг на друга, играют и греются вместе. Подумайте, как радуются котята, когда играют, тому, что они растут в семье, где всех котят очень любят. (1-2 минуты.)

5.Игра «Ладонь в ладонь»

Ход игры: Дети разбиваются на пары и прижимают ладошки друг к другу (пальцами сцепляться нельзя). Таким образом они двигаются по комнате, преодолевая различные препятствия (стул, скамья, сделанные из подручных материалов мост или река…). Задача детей преодолеть препятствия так, чтобы ладони оставались соединены и пара не распалась.

6.Подвижная игра «Волк-волчишко, пусти переночевать»

Ход игры: В угол комнаты ставят стульчик, на него садится ребенок, играющий роль волка. Остальные дети встают со своих стульев и подходят к волку со словами: «Волк-волчишко, пусти переночевать». Волк отвечает: «Хорошо, пущу, 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 встает и ловит детей. Тот ребенок, которого поймает волк, в следующем туре играет роль волка.

**7.** Игра-релаксация «Бабочки»

Ход игры: Ведущий просит детей «превратиться» в бабочек в соответствие 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 все быстрее и быстрее, а затем взлетает. Она летит в теплом-теплом радостном воздухе. Жаркое солнце греет ее крылышки. От радости она смеется: “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. Темная ночь. Ничего не видно. Бабочке холодно, она дрожит. Ей снится страшный-страшный сон. Но вот наступает утро. Лучик солнца прикасается к ее глазам. Бабочка просыпается, открывает глаза, встает… Дальше продолжается тоже самое… Бабочка сидит рядом с цветком, ей очень весело. Сейчас я прикасаюсь к вашим головам, и вы превращаетесь в детей».

**8.** Прощание

**Занятие № 6**

**1.** Приветствие

**2.** Игра «Снежный ком»

Цель: Способствует запоминанию имен всех участников группы, продолжает знакомство.

Ход игры: Первый участник (например, слева от ведущего) называет свое имя ласково. Следующий - повторяет его, затем называет свое. Третий участник повторяет два имени и называет свое. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовет по именам всю группу.

**3.** Игра «Кто как веселится и грустит»

Ход игры: Ведущий говорит о том, что дети, когда веселятся - смеются, собаки - весело лают, а котята - весело мяукают. Затем дети хором показывают, как лают собаки, мяукают котята, чирикают воробышки и т. д., а в конце все вместе показывают, как веселятся дети.

Затем все показывают, как все эти животные грустят, а дети расстраиваются. А в конце опять все должны весело мяукать, лаять, чирикать, смеяться.

**4.** Игра «Кто сильнее любит»

Цель: Содействие улучшению общения со сверстниками.

Ход игры: Выбирается ребенок - водящий, остальные дети делятся на две группы. Водящий отходит в сторону и отворачивается, а группы по очереди громко кричат: «Мы любим …Сашу!», называя при этом имя водящего. Водящий определяет, какая группа кричала громче

**5.** Работа со сказкой «Верь в себя»

Верь в себя (О. Хухлаева)

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым, делать что-то полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и совсем ' не верил в себя. «Разве я что-то могу? Разве я что-то сумею? Мне страшно вечером в темноте, страшно одному дома, страшно далеко плавать», - думал он. Поэтому в лесу все его звали Зайчишкой-трусишкой. От этого ему становилось грустно, обидно. И он часто плакал, когда оставался один. А не дразнил Зайчонка только его единственный друг Барсучок.

И вот как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробегал по мосту, одна доска сломалась, и он упал в реку. Он не умел плавать и стал барахтаться и кричать, прося о помощи. А Зайчонок умел немного плавать, но он сам очень испугался. Он бегал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка». Не думая об опасности, он бросился в воду и вытащил друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что это Зайчонок спас друга. Но потом стали хвалить Зайчонка и устроили большой праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им, и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. И на всю жизнь он запомнил слова, которые сказал сам себе в трудную минуту: «Верь в себя - и ты победишь!»

После чтения происходит обсуждение сказки. Потом каждому ребенку предлагается сыграть роль зайчонка в финальной сцене: он становится на стульчик посреди группы, а остальные хором кричат: «Верь в себя - и ты победишь!».

**6.** Игра «Тень»

Ход игры: Ведущий предлагает поиграть детям в игру «Тень», для того, чтобы научиться быть внимательным к другим людям.

Он объясняет детям, что тень всегда повторяет все движения человека в том же ритме, с той же скоростью и т. д.

Затем дети разбиваются на пары: один играет роль человека, а другой роль его тени. Затем они меняются ролями.

**7.** Игра-релаксация «Сосулька»

Ход игры: Детям читается стихотворение:

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет.

Первая и вторая строчки - руки над головой, третья и четвертая строчки - уронить расслабленные руки и присесть.

**8.** Игра-релаксация «Пляж»

Цель: Развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.

Ход игры: И. п. - лежа. Ребенку предлагают закрыть глаза и представить, что он лежит на теплом песке. Ласково светит солнышко и согревает его. Дует легкий ветерок. Он отдыхает, слушает шум волн. Он ложится так, чтобы ему было максимально удобно, старается расслабиться, постарается запомнить своё ощущение расслабленности. Затем нужно потянуться, сделать глубокий вдох и выдох, открыть глаза, медленно сесть и аккуратно встать.

К этому упражнению можно фоном пустить звуки моря на магнитофоне.

**9.** Прощание

**Занятие № 7**

**1.** Приветствие

**2.** Игра: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая".

Цель: Создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности.

Содержание: Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: «Я очень хорошая» или «Я очень хороший». Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово "Я" шепотом, потом - обычным голосом, а затем прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами "очень" и "хороший" (или "хорошая").

И, наконец, дружно: "Я очень хороший(ая)!"

Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет: шепотом, обычным голосом или прокричит, например: "Я Наташа! Я очень хорошая!" или: "Я Кирилл! Я очень хороший!"

Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем:

"Мы очень хорошие!" сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

**3.** Игра «Комплименты»

Дети становятся в круг. Поворачивая голову к соседу справа или слева нужно сказать ему комплимент или похвалить за что-то, пожелать что-то хорошее. Затем ребенок, которому говорили комплименты говорит свои пожелания следующему и так все по очереди говорят комплименты друг другу.

**4.** Работа со сказкой «Сказка про медвежонка»

«Сказка про медвежонка».

Медвежонок шел по лесу и увидел ребят: еще медвежонка, лисенка и волчонка, они играли. Медвежонок подошел к ним, и они его приняли в игру, в прятки.

Но потом они его прогнали, потому что он им не понравился. Он неправильно играл, громко кричал. Медвежонок обиделся и убежал домой.

Дома сказал маме, что его прогнали из игры. Вместе они пошли обратно и нашли их. Мама хотела их съесть, но ребята объяснили, почему они его прогнали. Медвежонок понял, что ему надо было спокойно играть и никому не мешать. Тогда он подружился с ребятами, они объяснили, как надо играть и что делать. И тогда медвежонок стал играть вместе с ребятами, и у него даже получалось прятаться лучше всех. Так они проиграли до самого вечера. А потом все вместе пошли в гости к медвежонку, и там его мама угостила зверюшек сладким медом. На следующее утро они опять встретились и весело играли целый день.

Обсуждение сказки:

 Почему зверюшки прогнали медвежонка?

 Почему мама медвежонка хотела съесть ребят, но не съела?

 Почему ребята приняли медвежонка обратно?

**5.** Игра «Головомяч» (автор - К. Фопель)

Цель: развитие навыков сотрудничества в парах или тройках.

Необходимые приспособления: мяч для каждой пары детей.

Описание игры: дети ложатся на живот на пол парами, так, чтобы головы оказались рядом. Тогда между головами нужно положить мяч. Цель игры - встать, не уронив мяч. Мяч нельзя трогать руками!

Усложнить игру можно, предложив поднимать мяч втроем. После этого можно поставить эксперимент: каково самое большое число детей, при котором можно поднять мяч?

Комментарий: игра достаточно трудна для дошкольников, еще не обладающих хорошо развитой координацией. Но тем не менее она интересна как возможность достичь определенного результата совместными усилиями. Исходное положение, из которого начинается игра, можно менять в зависимости от уровня развития навыков детей.

**6.** Игра-релаксация «Морщинки»

Цель: Снятие напряжения.

Ход игры: Несколько раз вдохните и выдохните. Вдох-выдох, вдох-выдох. И последний раз ― вдох-выдох. Отлично... Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь ― соседу слева. Наморщите лоб ― удивитесь, нахмурьте брови ― рассердитесь, наморщите нос ― вам что-то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Молодцы!

**7.** Игра-релаксация «Самолет летит, самолет отдыхает»

Ход игры: Дети поднимают руки как крылья самолета, напрягают их (потому что нужны очень сильные крылья, чтобы самолет летел). Затем опускают их вниз расслабленными - самолет прилетел, крылья устали и хотят отдохнуть.

**8.** Прощание

Занятие № 8

1. Приветствие

2. Игра «У кого больше «любимок»?»

Цель: Способствовать формированию у детей умения любить окружающих

Ход игры: Ведущий говорит о том, что у каждого человека есть много «любимок» - людей, которых он любит. Предлагается конкурс: назвать как можно больше своих «любимок», то есть любимых людей. При обсуждении итогов делается вывод о том, как хорошо, когда у человека много людей, которых он любит.

Игра «Если “да” - похлопай, если “нет” - потопай»

Ход игры: 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 подошел к Коле, разозлился на него за то, что он отнял у него игрушку, и поссорился с ним»,

«Лена так любила Свету, что поссорилась с ней»,

«Люда так обиделась на Дениса, что поссорилась с ним».

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

4. Игра «Море»

Цель. Обучение детей присматриваться к своим сверстникам. Формирование чувства общности.

Ход игры. Воспитатель просит детей сесть в круг и предлагает им вспомнить лето, когда они купались в речке, в пруду... «Но лучше всего купаться в море, - говорит он, - потому что в море волны, и так приятно, когда они ласково гладят и омывают тебя. Волны такие веселые, добрые! И все очень похожи друг на друга. Давайте попробуем искупать друг друга в таких волнах! Давайте встанем, улыбнемся и попробуем изобразить волны руками». Дети изображают волны вслед за педагогом, который следит за тем, чтобы все волны были ласковые и веселые.

После такой «тренировки» взрослый предлагает всем детям по очереди «искупаться в море». «Купающийся» становится в центре, а «волны» по одной подбегают к нему и ласково поглаживают его, совершая одинаковые движения. Когда все волны «погладят купальщика», он превращается в волну, а в море «ныряет» следующий.

5. Игра «Море волнуется».

Цель: обучить распознаванию и произвольному проявлению чувств.

Ход игры: Ведущий начинает так: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три: фигура радости, печали, удивления, страха и т. д. на месте замри».

Затем происходит обсуждение: какую фигуру приятнее было изображать.

6. Игра «Погода на спине»

Ход игры: Дети разбиваются по парам и один другому рисует на спине дождик (постукивающие движения), снег (короткие, отрывистые поглаживания), солнце (плавные поглаживания).

7. Игра-релаксация «Олени»

Цель: Освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.

Ход игры: Ведущий говорит: «Представьте себе, что вы - олени. Поднимите руки над головой, скрестите их, широко расставив пальцы. Напрягите руки. Они стали твердыми! Нам трудно и неудобно держать так руки, уроните их на колени. Расслабьте руки. Спокойный вдох - пауза, выдох - пауза.

Посмотрите: мы - олени,

Рвется ветер нам на встречу!

Ветер стих, расправим плечи,

Руки снова на колени.

А теперь немножко лени…

Руки не напряжены и расслаблены.

Знайте, девочки и мальчики,

Отдыхают ваши пальчики!

Дышится легко, ровно, глубоко.

**8.** Прощание

**Занятие № 9**

**1.** Приветствие

**2.** Игра «Я не люблю»

Цель. Научить детей выражать свое собственное мнение.

Описание упражнения. Воспитатель просит каждого из участников упражнения по очереди рассказать, что ему не нравится в отношениях со сверстниками. Самые первые слова, пусть будут: «Я не люблю». Дети начинают говорить, что они не любят, к примеру: «Я не люблю, когда кто-то говорит неправду Я не люблю, когда дерутся. Я не люблю, когда мне мешают, и т. д.» Во время упражнения воспитатель призывает детей к обсуждению высказываний товарищей. В конце упражнения подводится итог, что же больше всего не любят ребята данной группы.

**3.** Игра «Магнит»

Описание. Эта игра также подчеркивает принадлежность ребенка к группе очень изящным способом. Ребенок на короткое время становится центром внимания других детей.

Инструкция детям: Я хочу предложить вам игру, в которой каждый из вас побудет магнитом. Станьте в круг и возьмитесь за руки. Когда зазвучит музыка, вы можете двигаться или прыгать, но руки не отпускайте. Когда музыка остановится, я громко назову кого-нибудь из вас по имени, например, Мария. Тогда быстро отпустите руки и бегите к Марии, станьте в тесный кружок вокруг нее и ласково коснитесь ее рукой, потому что она в этот момент - магнит.

Когда музыка снова заиграет, вы опять делаете большой круг, беретесь за руки и водите хоровод, пока я не назову другое имя.

**4.** Игра «Сборщики»

Ход игры: Масса всевозможных мелких игрушек разбросана на полу. Участники игры разбиваются на группы по 2 - 3 человека и берутся за руки. По сигналу ведущего двумя свободными руками каждая тройка должна собрать как можно больше предметов. Предметы, собранные каждой группой, подсчитывают. При сборе используется веселая, энергичная музыка.

**5.** Работа со сказкой. «Как незабудка не смогла подружиться» (Гавриченко О.)

Ведущий рассказывает детям сказку о цветке, которому никак не удавалось подружиться, просит их 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.

Игра «Руки-волны»

Ход игры: На спине у соседа дети изображают сначала спокойное море (мягкие, ласковые руки), затем шторм (твердые, напряженные руки) и снова спокойное море.

Игра-релаксация «Штанга»

Цель: Расслабление мышц рук, ног, корпуса. И. п. - стоя.

Ход игры: Ведущий говорит: «Встаньте. Представьте, что вы собираетесь поднять тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите её. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно висят вдоль туловища). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Вам легко дышится. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Мы готовимся к рекорду, будем заниматься спортом (наклониться вперед)

Штангу с пола поднимаем. (выпрямиться, руки вверх)

Крепко держим… И бросаем! (резко опускаем руки вниз)

Наши мышцы не устали (прикоснуться к мышцам

И еще послушней стали.предплечья, размять их)

Нам становится понятно:

Расслабление приятно.

Прощание.

**Занятие № 10**

**1.** Приветствие

**2.** Игра «Незаконченные предложения»

Психолог предлагает детям закончить следующие предложения:

 Я люблю, когда...

 Меня беспокоит...

 Мне плохо, когда...

 Я не могу...

 Я хорошо умею...

После выполнения задания детей просят дать пояснения к ответу. Дети составляют мини-рассказ.

Психолог обсуждает с детьми способы разрешения проблемных ситуаций.

**3.** Игра «Поводыри» (для детей с 6 лет)

Ход игры: Играющие разбиваются на пары. Один с закрытыми - глазами стоит впереди. Другой на расстоянии вытянутой руки, чуть касаясь спины впереди стоящего, встает с закрытыми глазами. «Поводырь» сначала медленно начинает передвигаться по помещению, «слепой» следует за ним, стараясь не потеряться, затем траектория и скорость движения увеличиваются. Упражнение выполняется 5 минут, затем пары меняются ролями.

**4.** Игра «Солнце, песок и море»

Описание. Это красивая игра, в которой дети учатся передавать информацию разными способами. В то же время дети могут поучиться касаться друг друга осторожно, нежно и аккуратно.

Инструкция детям. Разделитесь на пары и сядьте на пол один за другим. Представьте, что тот, кто сидит сзади, - это мел, а тот, кто впереди, - доска для рисования.

Мел будет прямо сейчас что-нибудь рисовать на доске, а доска должна представить, как выглядит картинка, нарисованная на ее спине.

Представьте, что мы все поехали в очень интересное место. Мы на море. Мы дышим прекрасным свежим ветерком, дующим с моря. Наблюдаем, как встает солнце над водой. Начинайте рисовать большое солнце на спине того, кто перед вами. Нарисуйте большой красивый круг... А теперь лучи солнца, идущие от него во все стороны...

Представьте, что мы идем вдоль пляжа и там много-много песчинок. Указательным пальцем нарисуйте на спине много-много маленьких песчинок...

А теперь представьте, что мы остановились и смотрим на море. Легкий ветерок создает веселые красивые волны на воде. Снова нарисуйте пальцем веселые волны на спине ребенка, сидящего перед вами... Мы видим, как какой-то кораблик плывет по морю. Нарисуйте на спине этот кораблик...

5. Подвижная игра «Путаница»

Цель: Способствовать формированию умения работать в группе. Формирование чувства общности, принадлежности к группе.

Ход игры: Выбирается ведущий, который отворачивается или выходит из комнаты. Остальные дети берутся за руки и встают в круг. Затем круг, не отпуская рук, запутывается (дети перешагивают через руки стоящих напротив, перекручиваются и т. д.). После чего ведущий должен круг распутать так, чтобы руки во время распутывания не разорвались.

Игра-релаксация «Карандашик-кисточка»

Цель: Снятие напряжения и расслабление мышц рук. Развитие произвольного внимания.

Ход игры: Ведущий показывает детям, как изображать карандашик напряженной, вытянутой вперед рукой. Потом все вместе изображают кисточку - мягкой, изогнутой рукой. Затем ведущий дает детям разные команды. По команде «Карандашик!» -- дети напрягают руку, изображая карандаш, по команде «Кисточка!» -- расслабляют руку.

**6.** Игра-релаксация «Солнышко и тучка»

Цель: Снятие напряжения и расслабление мышц туловища

Ход игры: Дети лежат на ковре. Солнце зашло за тучку, стало свежо - сжаться в комок, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнце вышло из-за тучки, стало жарко - расслабиться (выдох).

**Занятие № 11**

1. Приветствие

Игра «Встаньте все те, кто...»

Цель: Упражнение направлено на развитие внимания, наблюдательности. А также на продолжение группового знакомства.

Ведущий дает задание: «Встаньте все те, кто:

- любит бегать,

- радуется хорошей погоде,

- имеет младшую сестру,

- любит дарить цветы и т.д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети.

После завершения упражнения детям задаются вопросы, подводящие итоги игры:

-Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто из ребят запомнил, кто у нас в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра? и т.д.

Затем вопросы усложняются (включают в себя две переменные):

 Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру? Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам - ему помогает группа.

Игра «Паровозик»

Цель. Научить детей доверять своему товарищу.

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

Упражнение можно повторять два, три раза, меняя машиниста.

Работа со стихотворением «Мяч и Петя»

Мяч и Петя.

Мальчик Петя громко плачет. Почему?

Мальчик Петя громко плачет потому,

Что у мальчика у Пети

Был большой красивый мяч

И от мальчика от Пети

Он удрал сегодня вскачь.

А удрал тот мяч от Пети почему?

А удрал тот мяч от Пети потому,

Что у мальчика у Пети

Этот мяч просили дети поиграть,

А в ответ на это Петя закричал:

Не дам! Не смейте мяч мой брать!

Не понравилось такое поведение мячу:

Я у мальчика такого

Оставаться не хочу! И ускакал…

Вот мяча и нету, значит.

Мальчик Петя громко плачет.

Но подходят вскоре к Пете

Им обиженные дети:

Мы нашли в кустах твой мяч.

На! Держи его! Не плач!..

Мальчик Петя засмеялся потому,

Что на Петю осерчавший,

Что от Пети ускакавший,

Где-то там в кустах пропавший,

Возвратился мяч к нему!

И когда спросили дети:

Можно в мяч нам поиграть?

Да! - ответил детям Петя.

Почему? А потому,

Что стало совестно ему!

Совместное обсуждение проблемной ситуации:

Почему плакал мальчик Петя?

Отчего ускакал от Пети мяч?

Почему не дал Петя поиграть с мячом детям?

Что чувствовал в этот момент Петя?

Что чувствовали дети?

Что чувствовал Петя, когда дети помогли ему найти мяч?

Почему он разрешил им поиграть с мячом?

**5.** Игра «Иван да Марья»

Описание. Это прекрасная возможность для детей потренировать свой слух и тактильное восприятие. Кроме того, дети поработают над памятью своего тела и побывают в ситуациях, от которых они могут получить удовольствие. Чем старше дети, тем больше должен быть круг.

Материалы: длинная веревка и две повязки на глаза.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Станьте все, пожалуйста, в круг и возьмите в руки веревку. Внутри круга - большой темный лес.

В лес отправятся два ребенка - Иван да Марья. Оба получают повязки на глаза. В этом большом темном лесу они должны найти друг друга.

Они не могут разговаривать, только звать друг друга, издавая еле слышные звуки: жужжать, гудеть и так далее. Когда один ребенок издает звук, другой должен ответить своим звуком. Звуки помогают им найтись.

Если они друг друга нашли, то могут обрадоваться и обнять друг друга.

Кто хочет стать первыми Иваном и Марьей?

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

**6.** Игра «Море, камень, рыбка»

Описание. Это красивая игра, в которой дети учатся передавать информацию разными способами. В то же время дети могут поучиться касаться друг друга осторожно, нежно и аккуратно.

Ход игры: Представьте, что вы находитесь на берегу небольшого пруда и бросили камушек в воду - поставьте точку на спине партнера... Вы видите, как от камушка, упавшего в воду, расходятся круги по воде, - нарисуйте круги, которые становятся все больше и больше... А теперь вы видите, как рыбка выпрыгнула из воды, ее побеспокоил камушек, - нарисуйте на спине прямую линию снизу вверх... А теперь вы видите, как рыбка падает обратно в воду - нарисуйте прямую линию сверху вниз... А теперь вы видите, что вода стала ровной как зеркало - положите обе ладони на спину партнера и поводите ими медленно из стороны в сторону.

**7.** Игра «Веселая зарядка».

Ход игры: Дети сидят с закрытыми глазами на ковре или на стульчиках.

Психолог говорит:

«Тело устает за день, и ему нужен отдых - сон. Спящий человек похож на выключенную машину. Но впереди новый день, очень много интересных дел и приключений. Надо подготовить себя к ним. Для того чтобы машина заработала, нужно завести мотор. (Психолог включает аудиозапись бодрой, энергичной музыки.) Давайте дружно попрыгаем! Теперь представьте, что вы - проснувшиеся кошечки. Неторопливо вытяните передние лапки, а теперь - задние лапки.

Давайте изобразим божьих коровок, которые лежат на спине. Удастся ли им встать на лапки без посторонней помощи?

Вздохнем поглубже и превратимся в воздушные шарики. Мы стали такими легкими, что кажется, еще чуть-чуть - и полетим.

Чтобы подрасти, потянемся вверх, как жирафы.

Чтобы стать ловкими и сильными, попрыгаем, как кенгуру

Сейчас будем изображать маятник часов. Покачаемся из стороны в сторону.

А ну-ка, запустим самолет. Крутим пропеллер изо всех сил.

Мы получили заряд бодрости и уверенности в себе на весь день. Молодцы!»