Описание этюдов, упражнений и игр программы развития межличностных отношений старших дошкольников

I. Упражнения и игры вводной части

1. Упражнение – приветствие «Здравствуйте». Все дети и психолог встают в круг, держась за руки, и, проговаривая по слогам «Здрав – ствуй – те», делают несколько шагов вперед и встречаются в центре круга.

2. Игра «Назови себя». Дети садятся полукругом на стульчики вместе с психологом, который предлагает всем участником назвать себя любым именем, которое сохраняется за ребенком на все время занятий (можно выбрать любое имя или название животного).

3. Игра «Змейка» (вариант 1). 2-3 человека встают друг за другом и бегут по классу мимо других участников, которые по очереди за ними пристраиваются. Игра заканчивается, когда последний из детей присоединился к «змейке» и побежал круг по классу.

4. Игра «Снежный ком». Дети становятся в круг. Один ребенок называет свое имя, следующий повторяет имя предыдущего ребенка и называет свое, следующий называет имена двух предыдущих детей и называет свое и так далее.

5. Упражнение «Ток». Дети встают в круг, держась за руки, и передают по кругу «ток» (по цепочке, друг за другом пожимают руку стоящего справа).

6. Упражнение «Поздороваться с соседом справа». Дети по очереди по кругу здороваются с соседом справа, называя его имя и улыбаясь.

7. Игра «Иголка и нитка». Дети становятся друг за другом. Первый из них – «иголка» - бегает, меняя направление. Остальные бегут за ним, стараясь не отставать.

8. Упражнение «Поздороваться с соседом слева». Дети по очереди по кругу здороваются с соседом слева, называя его имя и улыбаясь.

9. Упражнение «Здравствуйте». Дети произвольно двигаются по комнате под музыку, и, встречаясь друг с другом, улыбаются, здороваются: «Здравствуй, (имя ребенка)» и продолжают движение.

 10. Упражнение «Расставить посты». Дети маршируют друг за другом под музыку. Впереди идет ведущий. Когда ведущий хлопает в ладоши, ребенок идущий последним, должен немедленно остановиться, так ведущий (командир) расставляет всех детей в задуманном порядке (линейка, круг, по углам и так далее). В данном случае – в две шеренги, друг напротив друга.

 11. Упражнение «Расставить посты». Дети маршируют друг за другом под музыку. Впереди идет ведущий. Когда ведущий хлопает в ладоши, ребенок идущий последним, должен немедленно остановиться, так ведущий (командир) расставляет всех детей в задуманном порядке (линейка, круг, по углам и так далее). В данном случае – в полукругом.

12. Упражнение «Общий круг». Поздороваться глазами со всеми по кругу. Начинает психолог, он заглядывает в глаза каждому ребенку по кругу и слегка кивает головой, когда он поздоровался со всеми детьми, то слегка дотрагивается до плеча своего соседа, предлагая ему поздороваться с ребятами.

13. Игра «Сороконожка». Все встают в затылок друг друга, берут впереди стоящего за пояс, садятся на корточки и двигаются по кругу.

14. Игра «Поймай последнего». Все играющие становятся в колонну по одному, обхватив друг друга за пояс. По сигналу ведущего стоящий впереди старается поймать последнего в колонне. Вся колонна извивается змейкой, пытаясь не допустить этого. Во время увертывания играющие не имеют права расцепляться.

15. Упражнение «Здравствуйте». Дети произвольно двигаются по комнате под музыку, встречаются друг с другом, хлопают в ладоши и здороваются.

16. Упражнение «Комплименты». Стоя в кругу, дети берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!», затем он дарит комплимент своему соседу и так далее.

17. Упражнение «Конкурс хвастунов». Дети стоят в кругу. «Сейчас мы проведем конкурс хвастунов. Выигрывает тот, кто лучше похвастается. Хвастаться мы будем не собой, а своим соседом. Ведь это так приятно – иметь самого лучшего соседа! Посмотрите внимательно на того, кто сидит (стоит) рядом справа от вас, подумайте, какой он, что в нем хорошего, что он умеет, какие хорошие поступки совершил, чем может похвастаться. Не забывайте, что это конкурс. Выигрывает тот, кто лучше похвастается своим соседом, кто найдет в нем больше достоинств». После такого вступления дети по кругу называют преимущества своего соседа и хвастаются его достоинствами. При этом совершенно не важна объективная оценка – реальные это достоинства или придуманные. Неважен также масштаб этих достоинств – это могут быть и громкий голос и аккуратная прическа и т.д. Главное, чтобы дети заметили эти особенности сверстника и смогли не только положительно оценить их, но и похвастаться ими перед сверстниками. Победителя выбирают сами дети, но в случае необходимости, психолог им помогает, или высказывает свое мнение. Чтобы победа стала более значимой и желанной, можно наградить победителя каким – либо маленьким призом.

 18. Упражнение «Связующая нить». Дети стоят в кругу, передавая друг другу клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что дети хотели бы пожелать другим. Начинает психолог, показывая тем самым пример. Когда клубок вернется к психологу, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

19. Упражнение – приветствие «Здравствуйте». Все дети и психолог встают в круг, держась за руки, и, проговаривая по слогам «Здрав – ствуй – те», делают несколько шагов вперед и встречаются в центре круга.

20. Игра «Доброе слово». Дети сидят в кругу. Каждый по очереди говорит что-то приятное о своем соседе. Условие: говорящий смотрит в глаза тому, о ком говорит.

21. Игра «Я хотел бы быть таким, как ты». «В каждом человеке есть много прекрасных черт. Давайте подумаем, какими достоинствами обладает каждый из ребят нашей группы, и в чем бы вы хотели быть на него похожи. Подумали? А теперь по кругу подходите к каждому и говорите ему: «Я хотел бы быть таким же… (умным, красивым, радостным и пр.), как ты». Дети должны подойти к каждому ребенку.

22. Игра «Подарки». Дети стоят в кругу. Психолог говорит, что сейчас каждый может подарить и получить подарок. Со словами: «Я хочу подарить тебе сегодня…» он обращается к сидящему рядом и описывает то, что он придумал преподнести (настроение, прикосновение, цветок, стихотворение, песенку и т.д.). Чем необычнее будет подарок, тем лучше. Принимающий подарок благодарит и дарит что-то следующему по кругу. Психолог следит, чтобы все дети получили свои подарки.