Игровая терапия для профилактики школьной дезадаптации

детей старшего дошкольного возраста.

Знакомство. Игры на запоминание имен.

Знать имя человека - первый шаг в построении взаимоотношений. Эти игры лучше всего подходят для более близкого знакомства во время первого общения в классе.

ПЕРЕДАЙ ИМЯ (с мячиком или игрушкой.)

Участники встают в круг. Игрок с мячом начинает игру, называя свое имя, после чего передает мячик соседу справа или слева. Продолжайте передавать мяч в одном направлении по кругу, пока каждый не назовет свое имя, и мяч не вернется к ведущему. Тогда ведущий называет имя одного из стоящих в кругу игроков и мягко бросает ему мяч; тот ловит мяч и бросает его другому, называя его имя, и т.д.

ПАРОВОЗИК

Ведущий является «паровозиком», который должен составить поезд из детей. Ребятам отводится роль «вагончиков». «Паровозик» поочередно подъезжает к каждому из «вагончиков» и знакомится с ним. При назывании имени можно попросить ребят придумать для себя одно хорошее слово, например:

— Я веселый паровозик Лена, а ты кто?

— А я красивый вагончик Саша.

— Поехали дальше вместе.

— Поехали.

Дети едут за следующим «вагончиком», и так до тех пор, пока не соберется целый веселый поезд.

Имя и движение

Участники встают в круг. Начиная с ведущего, каждый называет свое имя и делает движение, наиболее характерное для себя. Все остальные повторяют имя и движение этого человека. Можно продолжить упражнение – каждый участник называет имена и повторяет движения всех стоящих в кругу.

"Тезки"

Ведущий наугад произносит какое-то имя. Дети с этим именем делают шаг вперед. Если находится несколько человек с таким именем, то ведущий отмечает этот факт, а все остальные им аплодируют. Если же имя встречается только один раз, то на первую букву этого имени его обладателю все участники игры говорят комплименты.

Ласковое имя

Всем участникам предлагается встать и, свободно перемещаясь по определенной территории, шепотом называть свое имя как можно большему количеству людей. Затем по команде ребята выполняют тоже, но шепчут свое ласковое имя,. после этого ведущий предлагает вновь перемещаться, и перед участниками ставится задача вспомнить и шепотом произнести ласковое имя всех кого встречают на своем пути.

«Какофония»

Группа сидит или стоит в кругу, в центр круга выходит водящий. По его команде все хором говорят:

Коли вышел, братец, в круг,

Отвечай, как нас зовут!

Раз, два, три!

После этих слов все хором называют свои имена. Водящий должен назвать несколько из них (два, три, как вариант – всех, кого запомнил).

Много-много нас

Все садятся в круг. Ведущий говорит стихотворный текст, в котором называются имена участников и действия, которые они должны выполнить.

Много, много, много нас –

Встанут Ванечки сейчас!

Варианты:

• Пляшут Олечки сейчас!

• Хохочут Верочки сейчас!

• Хихикают Павлики сейчас!

• Охают Ниночки сейчас!

• Шаг вперед Артемы сделают сейчас!

• Кукарекают Настеньки сейчас!

• Помашут руками Ксюши сейчас!

• Похлопают в ладоши Маши сейчас!

В конце игры произносится фраза:

Много, много, много нас –

В честь знакомства все обнимемся сейчас!

Бинго

Играющие образуют два круга – один в другом – с равным количеством человек. Круги вращаются в разные стороны под слова:

Мой лохматый серый песик

У окна сидит.

Мой лохматый серый песик

На меня глядит.

Б-И-Н-Г-О! Б-И-Н-Г-О!

Бинго звать его!

Слово «бинго» произносят раздельно по буквам, причем на каждую букву стоящие во внешнем круге ударяют в ладоши стоящих во внутреннем. На каждую букву – в ладоши нового человека. Последние слова («Бинго звать его») пара произносит вместе, держась за руки. После чего играющие представляются друг другу по именам. Так продолжается до тех пор, пока все не перезнакомятся.

"Снежный ком".

Правила: участники по кругу называют свои имена следующим образом: 1-ый участник называет своё имя и придумывает на первую букву своего имени слово, характеризующее его (например, Лена - ласковая); 2-ой участник говорит имя и характеристику первого и называет свои - имя и характеристику; 3-ий называет имена и характеристики 1-го и 2-го и называет свои и т.д.

УЗНАЙ ПО ГОЛОСУ

Ребята становятся в круг, в середину которого входит водящий. Ему завязывают глаза. Играющие идут по кругу вслед за руководителем, повторяя его движения (гимнастические или танцевальные), затем останавливаются и говорят:

Мы немножко поиграли,

А теперь в кружок мы встали.

Ты загадку отгадай,

Кто позвал тебя – узнай!

Руководитель молча указывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!» Водящий должен назвать его имя. Если он угадал, узнанный становится водящим, если ошибся, игра повторяется. Когда ребята начнут различать голоса товарищей, можно разрешить им изменять свой голос, чтобы усложнить игру.

Я ЗНАЮ

Со словами: «Я знаю пять имен девочек...» (мальчиков.), – ребенок подбрасывает мяч и на каждый бросок произносит имя.

Аналогично можно провести игру «Я знаю расписание»

Игры на раскрепощение.

Эти игры помогут вам активизировать детей, а им - почувствовать свою схожесть друг с другом, сблизиться и избавиться от неловкости и зажатости.

"Ветер дует на того, кто..."

Скажите ребятам, что в комнате стало очень жарко, было бы неплохо, чтобы подул ветерок. Поэтому предложите им поиграть в такую игру. Вы будете говорить предложения, начинающиеся со слов "Ветер дует на того, кто...". Затем добавлять названия каких-либо признаков, например, "кто любит яблоки", "кто сегодня умывался", "кто в брюках" или "у кого есть домашние животные". Все дети, к которым подходит сказанное определение, должны выполнить какое-нибудь действие (подпрыгнуть, поднять руку вверх и т.д.)

Ветер дует на того:

Кто сегодня на завтрак ел кашу.

Кто любит свою бабушку.

У кого есть кошка.

Кто любит мыть посуду.

Кто часто ходит в гости.

Кто любит собирать грибы.

Кто умеет рисовать.

Кто с удовольствием выращивает цветы.

Кто любит кататься на коньках.

Кто умеет плавать.

Кто любит читать книги.

Кто мечтает об отпуске.

Кто умеет делать суши

Кто умеет шить

Кто умеет делать комплименты

Кто умеет просыпаться без будильника

Кто умеет печь пироги

Кто знает считалочку

Кто может рассказать стихотворение А. Барто

Кто любит собирать пазлы

Кто любит получать подарки

Кто любит собак

Кто любит смотреть комедии

Кто любит пить чай

Закончи фразу.

Дети по очереди заканчивают каждую из фраз:

Я умею...

Я смогу...

Я люблю…

Мне симпатичны люди...

и… (другие варианты)

Назови свои сильные стороны.

Каждый ребенок в течение нескольких минут должен рассказать о своих сильных сторонах, о том, что он любит, ценит. Не обязательно говорить только о положительных чертах характера. Важно, чтобы ребенок говорил прямо и открыто. Эта игра помогает ребенку быстрее освоиться в коллективе, не стесняться говорить о себе в присутствии других.

Комплименты

1. Все играющие встают в круг. Один из них поворачивается к своему соседу и говорит ему что-нибудь хорошее. Тот в ответ должен сказать «спасибо» и, в свою очередь, повернуться к соседу. И так до тех пор, пока каждый не услышит комплимент.

2. Каждый участник сам говорит о себе что-нибудь хорошее.

Играя в эту и подобные игры, можно передавать друг другу какой-то ставший традиционным предмет, например сердечко, сшитое из ткани, и др.

Некоторые дети не могут говорить комплименты, им надо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «цветочное», «веселое» слово. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, скажите его сами.

ДАВАЙТЕ ПОХЛОПАЕМ

Игра помогает детям лучше узнать друг друга, почувствовать себя увереннее и комфортнее в малознакомой группе. Дети располагаются по кругу. Ведущий задает играющим различные вопросы (можно и шуточные). Например: «Кто когда-нибудь дома делал мороженое?», «кто хотя бы раз в жизни спасал кошку или собаку?», «Кто хотя бы раз в жизни сам зашивал себе дырку?» и др.

Дети, которые отвечают на предложенный вопрос утвердительно, встают, а остальные игроки громко им аплодируют. Необходимо, чтобы каждый ребенок встал хотя бы один раз. Б дальнейшем можно предложить детям самим придумывать вопросы.

МИР БЕЗ ТЕБЯ

Это упражнение позволяет каждому ребенку осознать собственную значимость в мире, среди людей. Дети образуют круг, в центре которого помещается один ребенок – ему и будут предназначаться слова-комплименты. Все дети продолжают фразу, начатую психологом: «Мир был бы без тебя неинтересен, потому что ты...»

Игры на сплочение класса.

«Паровозик дружбы».

Дети встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В таком положении они преодолевают различные препятствия:

подняться «на высокую гору»;

проползти под «упавшим деревом»;

обогнуть «широкое озеро»;

пробраться через «дремучий лес»;

спрятаться от «диких животных».

На протяжении всей игры дети не должны отцепляться от своего партнера.

«Я дотронусь до…»

Ведущий объявляет участникам признаки, например «Я дотронусь до того, у кого синие джинсы». Каждый из участников должен дотронуться до всех обладателей данного признака и сказать какой-либо комплимент.

«Поздороваться за руку»

Каждый должен за определенное время (1-3 мин.) успеть поздороваться за руку с максимальным количеством людей. Внимание участников фиксируется на том, что руку надо пожимать доброжелательно, глядя в глаза человеку. Вариант: обязательно называть свое имя. Можно оговорить то, что необходимо подсчитать количество людей, с которыми ты поздоровался. Тогда по завершении упражнения ведущий спрашивает: «Кто поздоровался больше, чем с 10 людьми? А больше чем с 20?». Выявляются несколько лучших.

«Здравствуйте»

Участники игры становятся в круг. Ведущий предлагает ребятам поздороваться со своими соседями справа и слева определенным способом. Например, как принято в некоторых странах, при этом он называет страну и принятый способ приветствия.

Варианты приветствий:

в России принято пожимать друг другу руку;

в Италии – горячо обниматься;

в Бразилии – хлопать друг друга по плечу;

в Зимбабве – трутся спинами;

в Македонии – здороваются локтями;

в Никарагуа – приветствуют друг друга плечами;

у австралийских аборигенов принято тройное приветствие: а) хлопнуть по ладоням; б) подпрыгнуть; с) толкнуть бедром.

«Характеристика имени»

Каждый участник придумывает характеристику-прилагательное своего имени по первой букве. Все произносят свои имена с характеристикой-прилагательным, причем второй называет имя первого с прилагательным и свое имя с характеристикой, третий – имя и характеристику первого и второго, а затем свое и т.д.

Чемодан

Участники встают в круг. Один из них начинает игру, говоря: <Я отправляюсь в дальние страны и пакую чемодан. Я кладу в него...> - и называет какой-нибудь предмет. Второй игрок повторяет те же слова, называет предмет, <положенный в чемодан> первым участником, и добавляет свой.

Капуста

Скручиваем маленькую бумажку, ее заворачиваем в бумажку чуть побольше и т.д., пока не станем заворачивать в, действительно, большие листы бумаги. Получается большой «ком». На каждом листе написано какое-либо задание или предложение.

Ведущий бросает «ком» одному из участников. Тот должен снять, как кожуру, верхний лист, прочитать написанное вслух и передать «ком» тому, кому, как он считает, соответствует определение и задание на его листе. Можно добавлять пояснения.

Варианты предложений:

Тому, у кого карие глаза;

Тому, чей голос тебе нравится;

Тому, кто расскажет анекдот;

Тому, с кем, к сожалению, ты не дружишь;

Тому, кто прочирикает песню;

Игры, развивающие навыки совместной деятельности:

. Коллективный рисунок «Наш класс, дом, планета».

Детям предлагается на одном большом листе бумаги нарисовать дом, в котором мог бы жить весь класс. Каждый рисует то, что хочет. Может быть, ребенок будет рисовать свой уголок в доме, а возможно несколько детей начнут рисовать общую комнату. Коллективное рисование развивает навыки совместной деятельности, умение договориться и соотносить свои замыслы с замыслами других детей.

«Хлопки».

Дети хлопают и по слову ведущего изменяют характер хлопков (тихо, громко, быстро, мед-ленно, вправо, влево и т.д.).

«Радио».

Дети поют песню, а ведущий «крутит ручку» громкости (тихо, средне, громко).

«Светофор».

Ведущий вразброс называет цвета светофора, дети выполняют соответствующие движения:

«Красный» – замерли (стоим).

«Желтый» – хлопаем (готовимся).

«Зеленый» – топаем (идем).

Молекула-хаос!

Ведущий объясняет правила игры: По команде ведущего "Хаос!" участники начинают беспорядочно, хаотично двигаться, а при команде "Молекула!" объединяются в группы по нескольку человек (размер молекулы называет ведущий "Молекула-2! (3, 4, 5 и т. д.)"). Найдя необходимое количество "молекул", участники "соединения" по очереди называют свои имена друг другу. При этом необходимо взяться за руки. Затем ведущий дает команду "Хаос!" и игра начинается сначала. В конце игры ведущий может сказать: "Молекула-класс!" При этом весь класс должны встать в круг и взяться за руки.

Зоопарк.

Ведущий раздает всем участникам игры несколько названий животных (собака, кошка, поросенок и т.д.), которые повторяются у нескольких человек. Ребята должны найти свою пару, издавая звуки, характерные для этого животного.

«Сантики-сантики-лим-по-по»

Играющие стоят в кругу. Водящий на несколько секунд отходит от круга на небольшое расстояние. За это время играющие выбирают, кто будет "пока-зывающим". Этот игрок должен будет показывать разные движения (хлопки в ладоши, поглаживание по голове и т.д.) Все остальные играющие должны тут же повторять его движения. После того, как показывающий выбран, водящего приглашают в центр круга. В его задачу входит определить, кто показывает все движения. Движения начинаются с обыкновенных хлопков. При этом, на протяжении всей игры хором произносятся слова "Сантики-санти-ки-лим-по-по". В незаметный для водящего момент показывающий демонстрирует новое движение. Все должны мгновенно его перенять, чтобы не дать возможности водящему догадаться, кто ими руководит. У водящего может быть три попытки для угадывания. Если одна из попыток удалась, то показывающий становится водящим.

«Мышь и кот»

Для игры надо приготовить две разные игрушки или два маленьких пред-мета, которые отличаются друг от друга, например: шарик и кубик, ручку и ре-зинку и так далее. Все участники игры садятся в круг. Один из игроков берет одну вещь и передает ее соседу слева со словами: «Это кот». «Кот» таким образом переда-ется по кругу от игрока к игроку. В это время первый игрок берет вторую вещь и передает ее игроку справа со словами: «Это мышь». И обе вещи начинают ходить по кругу, только в разных направлениях. Со временем скорость пере-дачи увеличивается и игроки начинают путать «мышь» и «кота». Каждый, кто назовет «мышь» «котом» или наоборот, выбывает из игры.

Царевна Несмеяна

Инструкция: «Сядьте, пожалуйста, широким кругом. Кто-то один встанет посередине и будет водить. Его задача состоит в том, чтобы выбрать кого-нибудь из сидящих и заставить его заговорить или улыбнуться. Для достижения своей цели он может пробовать все, что угодно, однако он не должен ни до кого дотрагиваться и не имеет права говорить. Те, кто сидит в кругу, не должны отворачиваться или закрывать глаза».

Каждый водит не более 1 – 2 минут. Если за это время водящий не сумеет рассмешить или заставить заговорить кого-либо, то с тем же ребенком могут попробовать свои силы еще 1 – 2 водящих. Если же водящий добивается успеха, он меняется местами с тем, кого заставил улыбнуться или заговорить.

Упражнение «Нос к носу»

Дети свободно располагаются по комнате и двигаются в любом направлении. По команде взрослого, например, «Нос к носу» они становятся по парам и касаются друг друга носами. Команды могут быть разнообразными: «Ладошка к ладошке», «Коленка к коленке», « Ухо к уху» и т.д.

Путаница

Предложите участникам игры образовать круг и вытянуть вперед руки. Затем попросите каждого закрыть глаза и соединить свои руки с руками разных людей, стараясь ухватиться за руки, находящиеся как можно дальше. Нельзя сцеплять руки с рядом стоящими игроками! После того как все руки найдут себе пары, предложите участникам открыть глаза, не отпуская рук. У вас получится путаница, из которой всей группе надо выбраться (т.е. образовать «хоровод»), не расцепляя руки. Примечание: можно перешагивать через сцепленные руки, выворачиваться, приседать и т.д., но ни в коем случае не разжимать рук! После того как группа восстановит круг, скажите, что эта игра дает представление о том, что из каждой, казалось бы, безнадежной ситуации, всегда можно найти выход!

Игры на снятие напряжения и тревоги, развитие групповой сплоченности.

«Чайник с крышечкой» (игра-песня на мелодию «Сердце красавицы»).

• Чайник (руки на пояс) с крышечкой (руки над головой «домиком»);

• Крышечка (–//–) с шишечкой (правой рукой показываем «шишечку» на голове);

• Шишечка (–//–) с дырочкой (правой рукой показываем кружок);

• Из дырочки (–//–) пар идет (рисуем в воздухе «пар»).

Затем все движения повторяются в соответствии со словами.

• Пар идет в дырочку,

• Дырочка в шишечке,

• Шишечка в крышечке,

• Крышечка в чайнике.

И все повторяется снова в более быстром темпе.

«Дождик».

Участники группы становятся по кругу, друг за другом и кладут открытые ладони на спину впереди стоящего. Легкими прикосновениями каждый участник имитирует капли начинающегося дождя. Капли падают чаще, дождь становится сильнее и превращается в ливень. Большие потоки стекают по спине.

«Ручеёк»

Все играющие разбиваются по парам и берутся за руки. Пары выстраиваются в колонну по два. Каждая пара поднимает соединённые руки вверх. Первая пара, стоящая в голове колонны разъединяет руки, и оба партнёра один за другим движутся внутри колонны под руками играющих. Каждый из разъединённых партнёров выбирает себе в пару другого партнёра или партнёршу, берёт его или её за руку и продолжает движение внутри колонны до её конца, и тут становятся замыкающей парой. Те, кто остался без пары, идут в голову колонны и начинают двигаться от её головы до хвоста, выбирая себе нового партнёра. Ведущий может останавливать движение «ручейка» хлопком, а затем давать задание. После того, как пары выполнили задание, движение ручейка продолжается. Можно поиграть и в Ручеек добрых пожеланий, стоящие говорят добрые пожелания проходящим.

«Дед Мазай»

Ведущий уходит. Игроки придумывают себе, что они делали все вместе. Приходит ведущий.

- Здравствуйте, дедушка Мазай! Из корзины вылезай.

- Здравствуйте, детки, сладкие конфетки. Где вы были, что вы делали?

- Где мы были, мы не скажем, а что сделали, покажем.

Игроки показывают, ведущий должен отгадать.

"Собери картинку".

Правила: учащиеся должны разбиться на 2 команды и на время собрать разрезанную на кусочки картинку. Рекомендации ведущему: картинка должна содержать множество деталей.

«Золотые ворота»

Половина играющих образует круг. Взявшись за руки и подняв их как арки «ворот», они говорят нараспев:

«Золотые ворота пропускают не всегда.

Первый раз прощается,

Второй раз запрещается,

А на третий раз не пропустим вас.»

Остальные играющие, тоже взявшись за руки, бегут за ведущим. Змейкой обегают они каждого из стоящих в кругу: одного спереди, другого сзади, третьего снова спереди и т. д. После слов «не пропустим вас!» — стоящие опускают руки — «закрывают ворота». Кто из бежавших оказался внутри круга, считается пойманным и идет в центр круга. Остальные повторяют игру еще несколько раз, пока не пойманных останется 3-5 человек. Они — победители.

«Пузырь»

Играющие становятся в круг и берутся за руки. Затем дважды сходятся к центру и расходятся в стороны, не размыкая руки. Расходясь от центра на третий раз, хором говорят: «Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой, оставайся такой да не лопайся!» Играющие стараются сделать круг как можно шире, не расцепив при этом рук. Тот, кто разомкнул круг, выбывает из игры, игра продолжается. В конце игры определяю пять самых цепких ребят.

«Берег и река»

На земле чертятся две линии на расстоянии примерно в один метр. Между этими линиями "река", а по краям — "берег". Все ребята стоят на "берегах". Ведущий подает команду: "РЕКА", и все ребята прыгают в "реку". По команде "БЕРЕГ" все выпрыгивают на "берег". Ведущий подает команды быстро и беспорядочно, чтобы запутать играющих. Например: "БЕРЕГ, РЕКА, РЕКА, БЕРЕГ, РЕКА, РЕКА, РЕКА..." Если по команде "БЕРЕГ" кто-то оказался в воде, то он выходит из игры. Выходят из игры также те невнимательные игроки, которые во время команды "РЕКА" оказались на "берегу". Игра продолжается до тех пор, пока не определится самый внимательный участник.