**«Картотека игр для повышения уверенности в себе дошкольников»**

Основная цель деятельности педагогического коллектива – создание единого образовательного пространства для разностороннего развития личности ребёнка. Используемые для этого игры снимают барьер общения через коррекцию самооценки и повышение уверенности в себе, развивают самоконтроль и самоанализ.

Методология психокоррекции основана на реализации принципов психотерапевтического действия ролевой игры, группового обсуждения, повышение самооценки за счёт накопления реальных навыков и конструктивного опыта. Ниже приведены игры повышающие уверенность в себе.

***«Мышь и мышеловка»***

Ход игры: Необходимое число играющих 5-6 человек. Все встают в круг, плотно прижимаются друг к другу ногами, бедрами, плечами и обнимаются за пояс – это мышеловка. Водящий находится в круге. Его задача всеми возможными способами вылезти из мышеловки: отыскать «дыру», уговорить кого – то раздвинуть играющих, найти другие способы действий, но выбраться из круга.

Предупреждение: Взрослый следит, чтобы ноги «мышеловки» не толкались, не делали больно мышке. Если взрослый замечает, что мышка загрустила и не может выбраться, он регулирует ситуацию, например: «Давайте все вместе поможем мышке, расслабим ножки и ручки, пожалеем её».

***«Кораблик»***

Ход игры: Необходимо небольшое одеяло. Число играющих минимум двое взрослых и ребёнок или 5-6 детей. Одеяло – корабль, красивый парусник, дети – матросы, один ребёнок – капитан. Капитан любит свой корабль и верит в своих матросов. Игрой руководит взрослый. Он объясняет капитану задачу быть в центре корабля, в момент сильной качки он должен громким голосом дать матросам команду «Бросить якорь!», или «Стоп, машина!», или «Все наверх!», чтобы спасти корабль и матросов. Затем матросы берут одеяло за края и начинают медленно раскачивать корабль. По команде ведущего «Буря!» качка усиливается. Капитану напоминают о его задаче. Как только он громким голосом прокричит команды, корабль спокойно опускается на пол, капитану все жмут руки и хвалят его.

***«Неваляшка»***

Ход игры: Участников трое, желательно родители и ребёнок, или один взрослый и двое детей. Двое встают на расстоянии метра лицом друг к другу. Ноги устойчивы с упором на одну из них. Руки выставлены вперед. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему подается команда «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!». Выставленные руки подхватывают «падающего» и направляют падение вперед, там его снова встречают выставленные руки. Покачивание продолжается в течение 2-3 минут. При этом амплитуда раскачивания может увеличиваться.

Предупреждение: Дети с сильными страхами и робостью могут выполнять упражнение с открытыми глазами, амплитуда раскачивания может быть сначала минимальной.

***«Гармоничный танец»***

Ход игры: В игре участвуют двое. Один закрывает глаза (лучше надеть повязку). Встают друг против друга, легко прикасаются ладонями. Звучит плавная музыка. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в сторону, вперёд, назад. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

Предупреждение: Не допускать смены ролей, т. е. ведомый не должен вести ведущего. Можно разрешить ведомому выполнять упражнение сначала с открытыми глазами.

***«Жмурки»***

Ход игры: Старинная, проверенная веками игра. Водящему завязывают глаза, остальные участники бегают по комнате, издавая веселые звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я!». Схватив участника, водящий угадывает попавшегося, и только после этого снимает повязку.

Предупреждение: Ребёнок не должен долго «жмуриться» в поисках участка. Как только поиск затянулся, нужно поддаться с радостью.

***«Рыбаки и рыбка»***

Ход игры: Чем больше участников, тем игра интереснее и полезнее, но не менее 6 человек. Два участника – рыбки. Остальные встают парами лицом друг к другу в две линии, берутся за руки – это сеть. Рыбка хочет выбраться из сети, она знает, что это опасно, но впереди ее ждёт свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые усердно задевают ее спину, слегка постукивает по ней, щекочут. Выползая из сети, рыбка ждет свою подругу, ползущую за ней. Они берутся за руки и становятся частью сети. Смена ролей повторяется 2 – 3 раза.

Предупреждение: Движения сети должны быть в меру агрессивными.

***«Медвежонок»***

Ход игры: Все встают в круг, берутся за руки. «Медвежонок» сидит внутри круга с закрытыми глазами. Все хором говорят (лучше петь) стихотворение и медленно движутся к центру круга:

Медвежонок, медвежонок

Спит в своей берлоге.

Хоть он не опасен,

Будьте осторожны:

Вы такому шалуну

Не верьте никому.

«Медвежонок» по окончании стишка (песенки) неожиданно вскакивает и старается дотронуться до кого – нибудь из детей.

***«Маски»***

Ход игры: Минимальное число участников – двое, но чем их больше, тем интереснее и полезнее игра. Необходимы краски, бумага, липкая лента. На бумаге рисуются страшные маски, затем каждый участник примеряет на себя любую, остается в ней какое – то время. Можно исполнить «дикие» танцы, побегать, погоняться друг за другом. Затем происходит ритуал снятия масок. Все берутся за руки, улыбаются друг другу, можно плавно потанцевать.

Предупреждение: Чтобы закрепить маски на лице, лучше использовать липкую ленту или пластырь.

***«Соломинка на ветру»***

Ход игры: Упражнение выполняется группой детей и взрослых не менее 6-7 человек. Все встают в круг, вытягивают руки ладонями вперед. Выбирается «соломинка», она встают в центр круга с завязанными или закрытыми глазами. По команде взрослого «Не отрывай ноги от пола и падай назад!» участники по очереди прикасаются к плечам «соломинки» и, осторожно поддерживая, передают ее следующему. В результате каждый страхует другого, и «соломинка» плавно покачивается по кругу.

Предупреждение: Недоверчивые и робкие дети сначала должны побывать в роли поддерживающих. Приятные ощущения и улыбка на лицах «соломинок» заставит их побывать в этой роли. Участие в игре взрослых обязательно.