|  |  |
| --- | --- |
| ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ | 1.1 «что к чему подходит?»Цель: развитие мыслительных операций. . Материал: предметные картинки.Ход игрыПедагог. Здесь много разных картинок, но, чтобы все было в порядке, нужно их разложить по группам— подходящее к подходящему. Какие получились группы? (Дети называют — одежда, обувь и др.) - |
| 1.2. «СОЗВЕЗДИЯ»**Цель**: развитие мелкой моторики руки, вооб­ражения.Материал: карточки с нарисованными «звезда­ми» разных цветов, фломастеры того же цвета, что и «звезды».Педагог. Звезды необходимо соединить линиями. На что получились похожими созвездия? Как их можно назвать? (Дети отвечают.) | 1.3. «ПРОДОЛЖИ РЯД»Цель: развитие невербального логического мышленияМатериал: картинки с графическими изображениями.Педагог. Посмотрите на эти картинки. Их три. Посмотрите, что нарисовано на 1, 2 и 3 картинке. Каквы думаете, что будет нарисовано на следующей картинке? |
| **1.4 «ПОДБЕРИ ПО СХЕМЕ**»Цель: развитие наглядно-схематического мышления. Ход игрыПедагог. У каждого из вас карточка со схемой. Подберите соответствующую схеме картинку. | **1.5. «ПОЕЗД»**Цель: развитие ориентировки в пространстве.Ход игрыДети встают в колонну друг за другом; Педагог, указывая на стрелку, которая лежит на полу, объ­ясняет: «Стрелка показывает, что ехать надо прямо. Поехали». Все начинают двигаться. Первый ребе­нок ведет поезда одном направлении. Доезжают до стрелки, указывающей поворот движения. Педагог говорит: «Стрелка показывает, что надо поворачивать налево (направо, назад и т.д.)». Поезд поворачивается и идет прямо до следующего указателя, и т. д |
| **1.6. «НА ЧТО ПОХОЖЕ»**Цель: развитие воображения.Ход игрыА. Детям предлагается материал неопределенной формы (камешки, нарисованные облака и т. д.) ребенок должен сказать, на что это похоже. Любой ответ считается правильным, детей поощряют за оригинальные ответы.Б.Участникам предлагается взять на кисточку немного краски. Цвет можно выбрать любой, какой захочется. Затем нужно плеснуть краску на лист бумаги - получится клякса. Лист складывается вдвое так, чтобы остался отпечаток на второй половине листа. Затем нужно постараться понять, на что похожа клякса. | **1.7. «БАБУШКИНЫ ПОМОЩНИКИ** Цель: развитие мелкой моторики руки.Ход игрыДетям предлагается перебрать крупу (маленькие горсточки риса, пшена, гречки) |
| **1.8. «НАЙДИ ПО ПЛАНУ»**Цель: развитие наглядно-схематического мышления.Материал: план комнаты, где проходит занятие. На плане отмечен необходимый объект.Ход игрыДетям дают задание найти объект. | **1.10. «ЧТО ЗАДУМАНО?»**Цель: развитие воображения.Ход игрыДетям предлагают придумать предмет» подходя­щий под определение, например: яркий, желтый (ответы: цыпленок, солнышко и др.); пушистый, мягкий (ответы: снег, котенок и др.) красный, те­плый (ответы: огонь, шарф и др.); прозрачный, хруп­кий (ответы: леденец, сосулька и др.) и т. д. |
| **1.9. «СОБЕРИ КАРТИНКИ»**Цель: развитие целостности восприятия, невербального мышления.Материал: разрезанные картинки (количество частей зависит от уровня развития ребенка); возможно предъявление образца. тХод игрыДетям предлагают собрать картинку. | **1.11. «ВЫРЕЖЬ ПО ОБРАЗЦУ»**Цель: развитие мелкой моторики руки, схематического мышления.Материал: плотная бумага для вырезания с сованными фигурами разной степени сложности |
| **1.12. «ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ?»,****или «ЧТО ПРОПАЛО?»**Цель: развитие зрительного внимания и памяти.Ход игрыА. Педагог выставляет ряд игрушек или иных картинок. Затем дети отворачиваются и педагог меняет местами (прячет) одну или более (картинок). Далее дети угадывают, что пропало или изменилось.Б. Дети встают «паровозиком». Один (машинист) должен запомнить порядок детей. Он закрывает глаза, дети меняются (или прячется) местами, водящий отгадывает, что изменилось. Затем другие дети становятся машинистами. | **1.13. «ЗАКРОЙ ОТВЕРСТИЕ»**Цель: развитие восприятия.Ход игрыНа большом листе ватмана вырезаны фигурки, надо их закрыть так, чтобы фигурка совпала с от­верстием (у каждого ребенка своя фигурка). |
| 1.15. ЗАГАДКИЦель развитие логического мышления.Лечит маленьких детей, Лечит птичек и зверей,Сквозь очки свои глядит Добрый доктор... (Айболит).Вместе с Карлсоном Прыгал с крыш Шалунишка наш... (Малыш).Она красива и мила, А имя ее от слова «зола». (Золушка)Что за мальчик деревянный,Шапочка-колпак на нем?Он веселый и занятный,Добрый сказочный герой! (Буратино) | 1.14 ГРАФИЧЕСКИЙ ДИКТАНТЦель: развитие элементарных учебных умений. Ход игрыДети рисуют по клеткам по инструкции взрос­лого:«Сейчас мы будем рисовать узор. Начинать его надо от точки, которая стоит на листочке. Надо по­стараться, чтобы узор получился красивым и акку­ратным. Для этого надо внимательно слушать меня. Я буду говорить, в какую сторону Вести линию и на сколько клеточек. Когда проведете, ждите, пока я не сообщу, что рисовать дальше. Следующую линию надо начинать там же, где кончилась предыдущая, не отрывая карандаша от бумаги.Все помнят, где правая рука? Вытяните правую руку в сторону. Когда я скажу. «Одна клеточка впра­во» — вы проведете линию вправо на одну клеточку.Покажите рукой, в какую сторону вы будете проводить линию вправо.Начинаем рисовать узор от точки. Поставьте карандаш на эту точку. Внимание! Рисуем линию: одна клеточка вверх. Не отрывайте карандаш от бумаги. Одна клеточка вправо. Одна клеточка вниз. Одна вправо, одна вниз. Дальше продолжайте рисовать такой узор сами». |
| 1.17. «ЛАБИРИНТ»Цель: развитие мелкой моторики руки, зритель­ного внимания.Ход игрыУ каждого ребенка лабиринт, который необхо­димо пройти:а) пальцем;б) с помощью карандаша;в) проследить глазами. | **1.16. «ПРОПЕЛЛЕР»**Цель: развитие мелкой моторики руки. Ход игрыИграющий вкладывает карандаш между прямы­ми пальцами: указательным, средним и безымянным. По сигналу «Начали!» — карандаш передается с пальца на палец, причем большим пальцем помо­гать нельзя. . |
| 1.18. «ЧТО СНАЧАЛА, ЧТО IIOTOМЦель: развитие логического мышления. Материал: картинки с развивающимся сюжетом (от 3 до 6).Ход игрыНа этих картинках нарисовано какое-то событие, но они перепутаны. Надо разложить их правильно и составить рассказ. Рассказать его. | 1.19. «ОГОНЬКИ»Цель: развитие наглядно-схематического мышления.Материал: 2 красных, 2 синих флажка и 1 желтый.Ход игрыКаждый ребенок берет цветной флажок, Педагог показывает детям нарисованные на карточках цветные кружки в определенном порядке. Он предлагает им распределиться в таком порядке, как указано карточке. Затем карточки меняются, дети перестраиваются. Игра проводится в форме соревнования по командам |
| 1.20. «СЛОЖИ КВАДРАТ», «КОЛУМБОВО ЯЙЦО», «ТАНГРАМ», «МОНГОЛЬСКАЯ ИГРА»Цель: развитие наглядно-схематического мыш­ления.Материал: разрезанные на части фигуры (квадрат, овал и др.).Ход игрыСоставить заданные фигуры из частей. | 1. 21. «ТРУДНЫЕ ВИРАЖИ»Цель: развитие мелкой моторики руки.Нарисовать дорожки разной формы, в одном кон­це которых, например, машина, а в другом —дом (по сюжету занятия). Предложить ребенку: «Ты — водитель, и тебе надо провести свою машину к дому. Дорога, по которой ты поедешь, не простая. Поэтому будь внимателен и осторожен». Ребенок должен карандашом, не отрывая руки, «проехать» по изгибам дорожек. |
| 1. 22. «ОПИШИ ДРУГА»Цель: развитие внимания.Ход игрыДва ребенка встают спинами друг к другу, один описывает другого, затем наоборот. | 1. 23. «ЗВЕЗДЫ НА НЕБЕ»Цель развитие наглядно-схематического мышления.Материал: карточки с изображением схем созвездий и их художественное изображениеПедагог предлагает детям рассмотреть карточки-схемы с созвездиями (у каждого ребенка) и, глядя на художественное изображение, подобрать схему. |
| 1.24. «НАЛОЖЕННЫЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ»Цель: развитие восприятия. Материал: картинки с наложенными изобра­жениями.Ход игры Педагог. Посмотрите, здесь нарисованы пред­меты, их много — одни нарисованы на других. На­зовите, какие предметы изображены? | 1.25. «ДОРИСУЙ ФИГУРУ»Цель: развитие воображения. Материал: листы бумаги форматом А5 с нари­сованными неопределенными фигурками.Ход игрыПедагог. Дорисуй фигурки, чтобы получилось изображение. |
| 1.26. «СОЧИНИМ ИСТОРИЮ»Цель: развитие речи, воображения.Ход игрыПедагог начинает историю: «Жили-были…» следующий участник продолжает, и так далее по кругу Когда очередь опять доходит до педагога, он направляет сюжет истории, делает его более осмысленым и упражнение продолжается. | 127. «ТИХО-ГРОМКО» Цель: развитие внимания.Ход игрыВедущий произносит незаконченные предлож ния, например: «Когда ты на уроке, ты разгова~ ваешь~», «Когда ты вышел из школы, ты разго риваешь...». Задача детей крикнуть «Громко!» прошептать «Тихо». |
| 128. «ЧТО ЛЕЖИТ В ПОРТФЕЛЕ?»Цель: развитие внимания.Ход игрыДети стоят в кругу. Ведущий бросает кому-нибудь из детей мяч и называет какой-либо предмет, напри­мер, ручка, тетрадь, кирпич и та Если, по мнению ребенка, этот предмет должен лежать в портфеле, он ловит мяч, если нет — ловить мяч не нужна | 1.29. «ЗАШИВАЕМ КОВЕР»Цель: развитие наглядно-образного мышления.Материал: картинки с изображениями прямо­угольников — «ковриков», в которых отсутствует фрагмент. Рядом даются варианты «заплаток». Ход игрыПедагог. Давайте сделаем заплатки так, чтобы дырочку не было видно и чтобы рисунок совпал. |
| 1.30. «дорисуй узор»Цель: развитие наглядно-образного мышления. Материал: карточки с фрагментом орнаментаХод игрыКаждому даются карточки с фрагментом орна­мента — дети дорисовывают орнамент. |  |



|  |  |
| --- | --- |
| 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**Цель: создание работоспособности (приветствие), сплочение группы (прощание).A. Дети сидят в кругу. Каждый участник должен назвать соседа ласковым именем и поздороваться (попрощаться) с ним необычно.Б. «Сдувание с ладошек» Каждый ребенок «сдувает» с ладошки приветствие (прощание) кому хочет в кругу, тот ловит и «сдувает» другому.B. Дети по кругу здороваются (ггрощаются) друг с другом, Условие — не повторяться.Г. В хороводе пройдись и друг другу улыбнись. | 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**Цель: создание работоспособности (приветствие), сплочение группы (прощание).Д. Педагог предлагает одновременное покачивание вправо, влево. Затем дети водят хоровод под музы­ку польки из к/ф «Золушка»:Встаньте, дети, встаньте в круг,Встаньте в круг, встаньте в круг. Ты мои друг, и я твои друг, Самый добрый друг.'Е. Дети стоят в кругу, крепко взявшись за руки, и молча взглядом выражают свою признательность за совместную работу (прощание) |
| 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**П. «Аплодисменты по кругу». Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой мы будем аплодировать друг другу сначала тихонько, а затем все сильнее и сильнее; Спасибо за работу! До свидания!Р. «Бабочки и слоны». Ведущий предлагает детям превратиться в слонов. Дети ходят по комнате, как слоны, и здороваются друг с другом, кивая головой Затем ведущий предлагает превратить­ся в бабочек. Дети легко порхают по комнате и здороваются, легко касаясь друг друга кончиками пальцев.С. «Приветик». На большом листе ватмана дети обводят свои ладошки разноцветными фломастера­ми. Все друг другу помахали ладошками. Ватман вешается на стену на уровне глаз детей | 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**Цель: создание работоспособности (приветствие), сплочение группы (прощание).Н. Педагог. Сейчас вы будете двигаться по комнате По моему сигналу — хлопку — вам нужно будет быстро поздороваться друг с другом. Я буду называть, каким способом следует здор~~ов~~ат~~ь~~ся. Здороваемся кивком головы... носком ноги... глазами..пятками... коленями… ушами... носиками (на по­следующих занятиях дети могут сами предлагать варианты).О. Один ребенок становится в центр, другой подхо­дит к нему, пожимает руку и произносит. «Спа­сибо за приятное занятие!» Таким образом, груп­па в центре увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда последний участник замкнет круг, дети вместе произносят: «Спасибо за приятное занятие!» |
| 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**Цель: создание работоспособности (приветствие), сплочение группы (прощание).И. «Я хороший, потому что-.» (по кругу с мягким мя­чом).К. Дети здороваются (прощаются) по кругу, затем каждый, передавая соседу мяч, говорит «Я хочу-», высказывая свое желание.Л. Дети садятся или ложатся на пол в удобной них позе Ведущий говорит: «Устраивайтесь удобнее, расслабьтесь, закройте глаза и послушай те, что происходит вокруг и внутри вас . Произнесите свое имя сначала так, как вас зовут сейчас, потом так, как вас будут звать, когда вы вырастете. Почувствуйте, какие у вас красивые имена, они только ваши». По окончании упражнения де встают (или садятся) в круг, держатся за руки каждый говорит соседу «до свидания», назвав «взрослым» именем. | 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**Цель: создание работоспособности (приветствие), сплочение группы (прощание).М. Дети вместе с педагогом сидят в кругу. Всем предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть, а не проговорить:Доброе утро, Саша (улыбнуться и кивнуть головой).Доброе утро, Маша- (называются имена по кругу).Доброе утро, Мария Ивановна.Доброе утро» солнце (все поднимают руки, затем опускают). .. л.Доброе утро, небо (аналогичные движения руками).Доброе утро всем нам (все разводят руки в стороны, затем опускают). |
| 2.1 **ПРОЦЕДУРА ПРИВЕТСТВИЯ (прощания)**Цель: создание работоспособности (приветствие), сплочение группы (прощание).Ж. Дети сидят в кругу. Каждый участник должен сказать приятное слово или пожелание соседу (или кому хочет), передавая мягкий мяч. Тот, в свою очередь, благодарит. Затем (в обратном на­правлении) дети высказывают свое мнение о пу­тешествииЗ «Подмигни — пожми руку — обнимись». Участники встают в 2 шеренги лицом друг к другу. По команде -ведущего каждый должен показать 1, 2 или 3 пальца стоящему напротив участнику. 1 палец — подмигнуть, 2 — пожать руку, 3 *—* обняться. Пара действует по минимуму, если количество показанных пальцев не совпадает. В течение игры пары меняются. | ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА СОЗДАНИЕ, ПОДДЕРЖАНИЕ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. А Ведущий предлагает детям лечь на ковер, закрыть глаза. Под музыку или аудиозапись звуков природы ведущий произносит соответствующий сюжету текст.Б, «Цветы».Педагог. Посмотрите, сколько здесь цветов! Ночью они спят, а днем расцветают. Давайте ставим, что мы цветы. Присев на пол, руками колени — цветы спят. Просыпаются – мы покачиваем руками. Солнце скрылось — цветы опять уснули Проснулись — веселые, уснули грустные . Опять проснулись. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. К. «В лесу».Педагог. Встаньте, ребята, расслабьтесь. Внимание направьте на дыхание, дышите ровно и спокойноЗакройте глаза .Представьте себе летний день, вы идете по сказочному лесу. Деревья — это ваши друзья, родные, любимые вами люди. Вы улыбаетесь им, приветливо машете рукой, и они вам отвечают, приветствуя вас шелестом листьев. И вам тоже очень хочется превратиться в какое-нибудь дерево, чтобы лучше понять своих друзей.Представьте себе, что вы – дерево: кто-то осина, кто-то береза, кто-то клен, кто-то рябина (звучит музыка).Вы высоко к солнцу протянули свои руки-ветки, на которых шевелятся листья-пальцы. Легкокрылый ветер ласкает ваши листья-пальцы, и они шелестят нежно и трепетно. Почувствуйте, как сверху в вас через раскрытые ладони и пальцы начинает вли­ваться энергия. Энергия солнца — огонь, энергия воздуха — прохлада.Почувствуйте, как струи этой энергии движутся по вашим кистям вниз, по всему телу. Вот ветер чуть усилился. Пришли в движение ваши руки-ветки, и вот уже слегка качается ваш ствол Почувствуйте, как прочно вы стоите на ногах, вы уверены в себе Ветер стихает..Вы чувствуете свои ноги-корни. Ноги-корни впитывают живительную силу земли-матушки, всей своей кроной аромат ветра. Впитывайте силы земли. Наполняйтесь энергией ласкового солнца. Тянитесь к солнцу, тянитесь. Ощущайте мощную неукротимую силу во всем теле. Силу, вдохновение, радость. Пошлите свою любовь всем своим друзы близким. Они вас очень любят. Почувствуйте прилив энергии, который идет от них. Медленно откройте глаза. Потянитесь. Встряхните кистями. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**В. «Цветок».Педагог. Теплый луч упал на землю и согрел семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.Дети по ходу выполняют соответствующие движения: садятся на корточки, голову и руки опус кают; поднимают голову, распрямляют корпус, руки разводят в стороны: — цветок расцвел, голову слегка откидывают назад, медленно поворачиваются солнцем Глаза полузакрыты, улыбка на лице, мышцы лица расслаблены.Г. «Солнечный зайчик» («Ветерок»).Педагог. Солнечный зайчик (ветерок) загля­нул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями на лбу, носу, ротике, щечках, подбородке; аккуратно поглаживайте, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги; он забрался за шиворот — погладьте его и там. Он не озорник, он любит и ла­скает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним . Улыбнитесь ему. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. З . «Солнышко».Педагог. Солнце зашло за тучку, стало свежо - сжаться в комочек, чтобы согреться (задержать дыхание) Солнце вышло из-за тучки — жарко, разморило на солнце — расслабиться (на выдохе)И. «У моря».Педагог. Представьте, что вы на берегу моря (запись шума моря). Теплое, ласковое солнышко согревает и ласкает вас Посмотрите, как на солнце сверкает песок. Взяли в руки песок. (Вдох.) Сильно сжали пальцы в кулак, чтобы удержать сыпучий песок. (Задержать дыхание.) Посыпьте колени песком, постепенно рас­крывая пальцы (Выдох.) Уроните обессилено руки вдоль тела Лень двигать тяжелыми руками. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Е. «Плывем в облаках».Педагог. Дети, ложитесь на пол и займите удоб­ное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленна Вообразите, что вы находитесь на при­роде, в прекрасном месте. Теплый, тихий день Вам приятно, и вы чувствуете себя хорошо.Вы абсолютно спокойны. Вы лежите и смотрите вверх на облака — большие, белые, пушистые обла­ка в прекрасном синем Небе. Дышите свободна Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься над землей. С каждым вдохом вы медленно И плавно поднимаетесь навстречу большому облаку. Вы поднимаетесь еще выше, на самую верхушку облака, и мягко утопаете в нем.Теперь вы находитесь на вершине большого пушистого облака. Вы плывете вместе с ним. Ваши руки и ноги свободно раскинуты в стороны, вам лень шевелиться. Вы отдыхаете. Облако медленно с вами начинает спускаться все ниже и ниже, не достигнет земли. Наконец вы благополучно тянулись на земле, а ваше облако вернулось к домой на небо. Оно улыбается вам, вы улыбаетесь ему. У вас прекрасное настроение. Сохраните его на весь день. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. **Д. «Берег»,** Педагог. Сядьте удобно. Руки положите удобна Закройте глаза Расслабьтесь. Представьте себе, что вы лежите на берегу какого-нибудь водоема. Это может быть пруд, река, море, озеро. Вы лежите или на траве, или на подстилке, или на песке. А по синему небу плывут облака. Облака похожи на мыльную пену или вату. В лицо светит солнышко. Вы чувствуете, как луч скользит по щеке, как от него исходит тепло. А вверх по ноге с большою пальца ползет муравей. Все выше и выше. Вам стало очень щекотно, захотелось стряхнуть его..Стряхивайте.Дети начинают шевелиться, открывают глаза.Ж. «Деревцо».Звучит музыка для релаксацииВетер дует мне в лицо, Машут ладошками налицоРаскачалось деревцо, Раскачиваются в стороныВетерок все тише, тише-- Пальчик приставляют к губамВеточки все ниже, ниже. Руки плавно опускаются дети ложатся на коврик | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Ф. «Воздушные шарики».Педагог. Все вы — воздушные шарики, очень красивые и веселые. Вас надувают, и вы станови­тесь все легче и легче. Все ваше тело становится легким, невесомым. И ручки легкие, и ножки стали легкие-легкие. Воздушные шарики поднимаются все выше и выше. Дует теплый, ласковый вете­рок, он нежно обдувает каждый шарик… Обдувает шарик- ласкает шарик… Вам легко, спокойно Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Вот вы прилетели на Луну. Потянитесь и на счет «три» откройте глаза. Улыбнитесь своему шарику. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности.  /О. «Шишки».Вы — медвежата, и с вами играет мама-медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела — лапки отдыхают. А медведица снова кидает шишкиП. «Холодно—жарко».Педагог. Вы играете на солнечной полянке, подул холодный ветер-Вам стало холодно, вы обхватили себя руками, голову прижали к греетесь. Согрелись, расслабились. Но вот сне дул холодный ветер.Р. «Штанга».Педагог. Вы — штангисты. Перед вами лез очень тяжелая штанга. Вы поднимаете ее, тяжело, ох, как тяжело.. Но вот вес взят — подняли штангу... Потом бросаете штангу, клоняетесь. Руки устали.- потрясли руками, слабились-, отдыхаете. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. М. «Спящий котенок».Педагог. Вы — веселые, озорные котята .Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали, начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат.Н. «Сосулька».Педагог. Вы — сосульки. Я буду читать стихотво­рение про сосульку. Во время чтения первой и вто­рой строчки — руки подняты вверх и напряжены, вы — сосульки. На третью и четвертую строчки--уро­нить расслабленные руки, присесть — сосульки тают.У нас под крышейБелый гвоздь висит.Солнце взойдет —Гвоздь упадет. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Л. «Дождь в парке».Дети становятся в круг, друг за другом - они «превращаются» в деревья в парке. Взрослый чи тает текст, дети выполняют соответствующие действия.В парке светило солнышко, и все деревья потяга, к нему свои веточки. Высоко-высоко тянутся, каждый листочек согрелся (дети поднимаются носки, высоко поднимают руки, перебирая пальцами). Но подул сильный ветер и стал раскачивав деревья в разные стороны. Но крепко держатся ревья корнями, устойчиво стоят и только раскачиваются (дети раскачиваются в стороны, напрягают мышцы ног). Ветер принес дождевые тучи, и дерева почувствовали первые нежные капли дождя (дети легкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди товарища}. Дождик стучит всё сильнее и сильнее (дети усиливают движения пальцами ). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от силь­ных ударов дождя своими ветвями (дети проводят ладошками по спинам товарищей): Но вот вновь появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхну­ли с листьев лишние кати дождя, оставили только необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. О. «Шишки».Вы — медвежата, и с вами играет мама-медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах . Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела — лапки отдыхают. А медведица снова кидает шишки П. «Холодно—жарко».Педагог. Вы играете на солнечной полянке, подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы обхватили себя руками, голову прижали к греетесь. Согрелись, расслабились. Но вот снова по дул холодный ветер. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Р. «Штанга».Педагог. Вы — штангисты. Перед вами лежит очень тяжелая штанга. Вы поднимаете ее, тяжело, ох, как тяжело.. Но вот вес взят — подняли штангу... Потом бросаете штангу, наклоняетесь. Руки устали.- потрясли руками, рас слабились, отдыхаете. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. С «Сорви яблоко».Педагог. Представьте себе, что перед вами растет большая яблоня с чудесными спелыми яблоками. Яблоки висят прямо над головой, без труда достать их не удается. Потянитесь можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделай! резкий вдох. Теперь можете сорвать яблоко. Hнагнитесь и положите яблоки в корзинку, медленно выдохните и расслабьтесь, встряхните руками, потрясите ладошками. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Т. «Пчелка».Педагог. Представьте себе теплый, летний день. Подставьте солнышку ваше лицо, подбородок тоже загорает (разжать губы и зубы на вдохе). Летит пчелка, собирается сесть кому-нибудь на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Прогоняя пчелку, можно энергично двигать гу­бами. Пчелка улетела. Слегка открыть рот, об­легченно выдохнуть воздух. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. У. «На полянке».Педагог. Представьте себе лесную полянку, на кото­рой растет мягкая травка-муравка. Вы лежите на ней, как на перине. Вокруг все спокойно и тихо, вы дышите ровно и легко. Над вами склоняет голову полевой цве­ток, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков. Вы чувствуете, как нежные лучики солнца гладят ваш лоб, щечки, дотрагиваются до рук, гладят все ваше тело-(пауза — поглаживание детей) Лучики гладят… (имя), ласкают… (и так каждого ребенка). Вам хорошо, при­ятно. А теперь потянитесь и на счет «три» откроите глаза. Вы чудесно отдохнули. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. X. «Лентяи».Педагог. Сегодня мои дети много занимались, играли и, наверное, устали. Я предлагаю вам немного лениться. Вы — лентяи и нежитесь на мягком –мягком ковре. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает все ваше тело Вы спокойно отдыхаете, вы ленитесь . Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги, (пауза-поглаживание детей). Отдыхают ручки у.. (называет), отдыхают ножки у... (называет). Приятное тепло охватывает все ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно . Ваше дыхание совершенно спокойно, руки, ноги, все тело расслаблено. Чувство покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы ленитесь. Приятная лень разливается по всем телу, Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение.Потянитесь, сбросьте с себя лень и на счет откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отхнувшими, у вас бодрое настроение. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Ц. «Путешествие на облаке».Педагог. Сядьте поудобнее и закройте глаза., три раза глубоко вдохните и выдохните…Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее мягкую гору из пухлых подушек . Почувствуйте, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились этой большой облачной подушке.Путешествие начинается.. Ваше облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овевает ваше лицо? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть ваше облако перенесет вас сейчас в волшебную стра­ну, где вы будете счастливы.Постарайтесь мысленно увидеть эту страну как можно более подробно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может про­изойти что-то чудесное и волшебное (30 секунд).Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на место. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатало. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности.  Ч. «Водопад».Педагог. Это — волшебный водопад. Вода в нем теплая. Если опустить в него руки, искупаться в нем, то вода смоет все плохое, все обиды. Вы станете радостными, все грустное и плохое уйдет прочь. (Звучит музыка.) Давайте подойдем к во­допаду и встанем под его теплые струи. Закройте глаза Подставьте руки под водопад. Вода смывает все печали, огорчения, обиды, ссоры. Настроение у всех веселое, радостное. | ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Ш. «Медведь после спячки».Педагог. Вы знаете, что медведи впадают в зим­нюю спячку? Они сворачиваются калачиком в своей берлоге, и, когда начинает падать снег и в лесу дует холодный ветер, им снятся спелые ягоды, сладкий мед. Представьте, что каждый из вас — медведь. Ложитесь на пол и свернитесь калачиком, пока вам не станет достаточно тепло. Вы можете спать зиму вплоть до самой весны.Наступила теплая весна. Солнце светит ярче, и начал таять. Медведи медленно просыпаются. ложатся на спину. Вы еще совсем-совсем сонные и усталые. Очень медленно вытяните вперед одну руку..Протяните ее в сторону... А теперь назад... Поднимите другую руку и протяните ее вперед... в сторону… и назад.. Медленно, очень медленно, как медвежата, встаньте на четвереньки. Надавите обеими руками пол и почувствуйте, как он устойчивПокачайтесь назад и вперед, сделайте это четыре раза... Упираясь руками в под, качнитесь назад далеко, как только сможете. Растяните спину, почувствовали, как растягиваются ваши мышцы. Проснуться вам помогут движения ногами. Пусть обе руки упираются в пол, поднимите вверх одно колено и медленно потяните ногу назад... Распрямите таким же образом вторую ногу... Теперь ложитесь на живот. Вытяните обе руки далеко вперед, а ноги назад... Продержитесь так как можно дольше, теперь вы можете расслабиться. |
| ***2.2.* РЕЛАКСАЦИЯ**Цель: восстановление работоспособности. Щ. Педагог. Представьте себе теплый чудесный день (звучит музыка). Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца и теплый ласковый ветерокпри касаются к вашим глазкам и щечкам. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши обиды , горести и огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми и сильными. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу. |
| **2.3. «ЗЕМЛЯ, ЛУНА, ВОЗДУХ»**Цель: развитие внимания, сплочение группы.Ход игрыПедагог. Когда я буду говорить «Земля», вы долж­ны присесть, «Луна»—встать, руки вверх; «воздух» — встать, руки в стороны. | **2.4.** **«ПОВТОРИ ДВИЖЕНИЕ»**Цель: развитие внимания, сплочение группы.Ход игрыА. Взрослый (или ребенок) показывает различные движения, дети повторяет.Б. Педагог показывает детям карточки с изобра­жением (реальным или схематическим) различных движений, дети повторяют (см рис). |
| 2.10. «КОВЕР-САМОЛЕТ»Цель,- создание и поддержание работоспособ­ности.Ход игрыПедагог. Коврик, на котором вы сидите, не про­стой, а волшебный. Сядьте так, чтобы ваши ноги были вытянуты вперед, возьмитесь за руки и за­кройте глаза (Звучит музыка.) Представьте, что мы поднимаемся вверх в облака, еще выше, выше облаков, летим, ковер покачивается. Крепче держитесь за руки. Дышим все' легко, ровно, гл} Глубокий вдох, долгий выдох Нам хорошо м взявшись за руки. Но вот ковер опускается ниже. Откройте глаза. | 2.11 «тень»Цель: развитие сплоченности группы, наблюЩ тельности.Ход игрыА. Ведущий ходит по помещению и делает разидвижения, неожиданные повороты, приседания,гибается в стороны, кивает головой, машети т. д. Все остальные встают в линию за ним набольшом расстоянии. Они его тень и должны би четко повторять его движения. Затем ведменяется. •> ■Б. Звучит фонограмма спокойной музыки, разбиваются на пары. Один ребенок — «: другой — его «тень». Последний старается точ точь скопировать движения «путника», кото ходит по помещению и делает разные движен неожиданные повороты, приседания, нагиб; сорвать цветок, подобрать красивый каму кивает головой, скачет на одной ножке и т.п. |
| 2.12. «доброе животное»Участники встают в круг и берутся за руки» Пе­дагог тихим голосом говорит: «Мы — одно боль­шое, доброе животное. Даваителослушаем, как оно дышит. (Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей.) А теперь подышим вместе!» Вдох — все делают шаг вперед. Выдох — все де­лают шаг назад. Вдох —- все делают 2 шага впе­ред. Выдох г-+ все делают 2 Шага назад. Вдох — 2 шага вперед, выдох — 2 шага назад. «Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце Стук — шаг вперед, СфЬг\* шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе». | 2.14. «ДОРОГА»Цель: создание и поддержание работосга ности, сплочение группы.Ход игрыПедагог. Взялись за руль, завели моторы: р-р». Наша машина едет по гладкой дороге, вот стал попадаться песок (трут ладошку о дошку). На дороге появились камешки (хло? по коленям). Теперь машину стало сильно (топают ногами). Снова пошла гладкая дорог т. д. несколько раз. |
| 2.15. «ДРАКОН КУСАЕТ СВОЙЦель: помочь детям, испытывающим затрудш в общении, обрести уверенность и почувство! себя частью коллектива.Ход игрыОдин ребенок—«голова» (надевает шапочку), той — «хвост».Играющие становятся в линию, держась за друг друга. Первый участник — «голова», последний «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» дотронуться до нега «Тело» дракона неразрывно! Как только «голова» схватила «хвост», она становит­ся «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока, каждый участник не побывает в двух ролях | 2.16. «БЕЗДОМНАЯ МЫШКА»Цель: способствовать развитию навыков невер­бального взаимодействия с детьми.Ход игрыКаждый игрок — «мышка» — чертит вокруг себя мелком круг диаметром примерно. 50 см. Расстояние между кругами — 1—2 метра Одна из «мышей» — бездомная. Она водит. «Мыши» должны незаметно от нее (взглядами, жестами) договориться о «жилищном обмене» и пере­бежать из домика в домик. Задача водящего — во время этого обмена занять домик, оставшийся на минутку без хозяина Тот, кто остался бездо­мным, становится водящим. |
| 2.17. «МЫШЕЛОВКА» Цель: сплочение группы.Ход игрыДети замыкают плотный круг, «мышь» в центре. Она должна любой ценой выбраться из круга | 2.18 «ШУМ-РАСТЕТ»Цель: развитие внимания, сплочение группы?Ход игрыПедагог. Представьте, что на свете жил-был маленький Шумок. Разговаривал он так: «Ш-ш-ш». Шумок постепенно рос, взрослел и разговаривал по-другому: «Ж-ж-ж-ж!», и, наконец, Шумок превратился в настоящий Шум: «Ж-жжжж» .Давайте все вместе покажем, как рос Шумок! |
| 2.19. «ВОСКОВАЯ ПАЛОЧКА»Цель: развитие доверия друг другу.Ход игрыДети встают в плотный круг. Один из них в центр этого круга, закрывает глаза и расслаб; Задача стоящих в кругу не дать ему упасть, а ратно передавать друг другу- | 220. «НА ЛЕСНОЙ ПОЛЯНЕ»Цель: создание и поддержание работосп: ности.Педагог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем поляну. На нее со всех сторон сбежались и слетелись лесные жите­ли — всевозможные букашки, таракашки. Звучит ритмичная, задорная музыка Кузнечики высоко подпрыгивают, сгибают лапки, лягаются, весело скачут по поляне. Бабочки порхают с цветка на цветок. Жучки жужжат и перелетают с травинки на травинку. Гусеницы ползают между стеблей. Задорные муравьишки-непоседы снуют туда-сюда. |
| 221. «СЛЕПОЙ И ПОВОДЫРЬ»  Цель: развитие доверия друг другу.Ход игрыДети становятся в пары. Один — «слепой», дру­гой — его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия. Препят­ствия созданы заранее (шкафы, столы, стулья). У «слепого» завязаны глаза. Цель «поводыря» — про­вести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники меняются ролями. Для повышения ин­тереса можно менять маршрут. | 222. «БИП»Цель: развитие слухового внимания, сплс\*» группы.Ход игрыДети встают в круг, выбирают юлящего. Он в центр круга, закрывает глаза. Один ребенок го «Бил», водящий старается узнать его по голосу. |
| **2.24. «ИГОЛКА И НИТКА»**Цель: создание и поддержание работоспособности **Ход игры**Под веселую музыку педагог играет роль иголки, остальные дети — роль нитки. «Иголка» бегает по комнате, «петляет», а «нитка» (группа детей, вы­строившаяся друг за другом) — за ней. | **2. 25. «СТОП, ХЛОП, РАЗ»** Цель: развитие внимания, сплочение группы. **Ход игры**Дети идут друг за другом. На сигнал «Стоп» все останавливаются, на сигнал «Хлоп» — под­прыгивают, а на сигнал «Раз» — поворачиваются кругом и идут в обратном направлении. Игра повторяется три раза  |
| 2.23. «ПЕРЕХОДЫ»Цель: сплочение группы, развитие внимания.Ход игрыДети встают в круг1 и смотрят друг на друга, тем по команде они строятся по росту, цвету г. цвету волос и т.д. | **2. 26. «МОЛЕКУЛЫ И АТОМЫ»** Цель: развитие взаимодействия детей в группе.**Ход игры**Играющие на ограниченном пространстве хао­тично движутся. По сигналу они должны как можно быстрее разбиться на группы с таким количеством, какое сказал ведущий. Затем дети опять расцепля­ются и продолжают ходить хаотично до следующего сигнала. |
| 2. 28. «ладушки»Цель: создание и поддержание работоспнести.Ход игрыДети становятся парами- Играя, с партнером «Ладушки», они должны достичь максимального темпа, не сбиваясь. Пары меняются. | **2. 27. Игра «ПРОДОЛЖИ ДВИЖЕНИЕ!****Цель:**  развитие внимания, сплочение группы.**Ход игры** Дети становятся в круг. Один из них — ведущиеВзрослый предлагает ему начать любое движение) поднять руки, сесть на корточки, повернуться в—себя и т. д. Когда же он хлопает в ладоши, ведущий замирает, а его движение продолжает сосед. И так по кругу. В результате движение проходит весь круг возвращается к ведущему. Игра продолжается тех пор, пока в роли ведущего не побывают все желающие |
| 2.29. «ДОТРОНЬСЯ ДО..» Цель: развитие сплоченности группы. Ход игрыПедагог говорит «Дотронься до- синего!» Все должны мгновенно сориентироваться, обнаружить у участников в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета ,Замечание: педагог следит, чтобы дотрагивались до каждого участника Можно усложнить задачу, поставив условие, что нельзя дотрагиваться до того, кто дотронулся до тебя. | 230. «ШТОРМ»Цель: развитие внимания, сплочение группы.Ход игрыКогда педагог говорит «Солнечная, ясная по­года», — все дети двигаются под музыку. Когда он говорит «Шторм», — дети должны встать в плотный круг. |
| 231. «ВЕТЕР, ДОЖДЬ И ГРОМ»Цель: развитие внимания, сплочение группы.Педагог. Сейчас каждый должен в точ1 повторить то, что я буду делать. Сначала я 63 тереть ладони друг о друга — это ветер. Теперь буду мягко хлопать по коленям — это дождь, тем я буду попеременно стучать ногами по полу это гром.Затем педагог несколько раз в различной последовательности говорит «ветер», «дождь», «гром», дети выполняют соответствующее движение.Педагог. По окончании игры положите руки на колени и закройте глаза. Представьте красивую радугу | ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ,НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕКОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ |
| **3.2. «ЛЮБЯЩИЕ РОДИТЕЛИ»**Цель: развитие чувства эмпатии.Дети делятся на пары: мальчик (папа-медведь) девочка (мама-медведица). Звучит колыбельная.«Мама-медведица» и «папа-медведь» укачивают своего любимого сыночка (игрушку). Сначала «мама» качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а «папа» с доброй улыбкой смотрит на «маму и «сына» и сам тоже тихонько покачивается.Потом «мама-медведица» передает медвежонка «папе». Теперь он качает малыша, а «мама» глядит на обоих ласково, с любовью (под музыку). | **3.1. «ОБЕЗЬЯНКИ»**Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции.Ход игрыПедагог. Сейчас одни из вас (это половина ре­бят) будут «зеркалами», другие выполнят разные движения, а «зеркала» их повторят.Затем дети меняются ролями |
| 3.4. «ЗАЙЧИКИ»Цель: развитие способности понимать и выражать эмоции. Педагог. А тут живут зайчики! Один из них всех боится. Покажите, как он трясется от страха. Дру­гой — смелый заяц. Встаньте и смело скажите: «Я никого не боюсь!»Каждый ребенок встает на стул и говорит этислова. , | **3.3.** «кто я?»Цель: развитие способности понимать и выражать эмоции.Ход игрыПедагог вызывает по одному ребенку, говорит ему тихо, какое животное ему изобразить (или ребенок придумывает сам): медведя, лису, волка, за-" Остальные дети отгадывают, какое это живота Условие — у животного определенное настроение веселое, грустное и др. |
| 3.5. «ЗАЙКИ НА ЛУЖАЙКЕ»Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции;Ход игрыПедагог. Я буду читать вам стихотворение, а вы будете изображать таких зайчиков, про которых говорится в стихотворении.Дети встают, изображают зайцев. . vНа цветной лесной лужайке Повстречались наши зайки. Первый зайчик был веселый — Он пойдет сегодня в школу (дети показывают), А второй — тот загрустил: Папа в школу не пустил (дети показывают). Третий зайчик удивился И за голову схватился (дети показывают). А четвертый — испугался: Он ведь тоже в класс собрался (дети показыва­ют)!Ну а пятый был спокоен (дети показывают) Успокоил, как всегда: «Вы немножко подрастете, В школу все тогда пойдете!» Все обрадовались зайки, Скачут, пляшут на лужайке, Подрасти хотят скорей, Чтобы в школу побыстрей! (Прыгают, радуются.) | 3.6. «ДРУЖБА НАЧИНАЕТСЯ С УЛЫБКИ».»Цель: развитие чувства эмпатии.Ход игрыСидяшие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую, какая есть,' улыбку. Затем они меняются ролями. |

.

3.7. «ПЕРЕДАЙ ПО КРУГУ»

Цель: развитие способности понимать и вы­ражать эмоции.

Дети встают в круг, передают мяч, который ве­дущий называет по-разному, «горячая картошка», «льдинка», «бабочка», «цветочек», «пушинка» и тл. Дети при этом должны выразить разные эмоции.

3.8. «ВСТРЕЧА С ДРУГОМ»

Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции.

Ход игры

Педагог. Как же обрадовались вы друг другу, покажите!

Дети с помощью объятий и улыбки показывают радость встречи с друзьями.

3.9. «ДВА ДРУГА»

Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции

Ход игры

Дети слушают в исполнении взрослого стихотво­рение Т. Волиной «Два друга».

Пришли два юных друга на речку загорать.

Один решил купаться — стал плавать и нырять,

Другой сидит на камушке, и смотрит на волну,

И плавать опасается: «А вдруг я утону?»

Пошли два юных друга кататься на коньках.

Один стрелою мчится — румянец на щеках!

Другой стоит растерянный у друга на виду:

«Тут место очень скользкое, а вдруг я упаду?!»

Гроза дружков застала однажды на лугу,

Один пробежку сделал — согрелся на бегу.

Другой дрожал под кустиком, и вот дела, плохи:

 Лежит под одеялами — «Кха-xxa Апчхи!»

Дети оценивают поведение обоих ребят, распределяют роли. Ведущий снова читает стихотворение, а дети его иллюстрируют с помощью пантомимы.

*3.10* «комплименты»

Цель: развитие коммуникативных способно­стей.

Ход игры

Дети становятся в круг и по очереди говор; что-нибудь приятное 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 подкрепляет еще одной похвалой в свой адрес: «А еще я думаю, что я..).

Если некоторые дети не могут сказать ком­плимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «мо­лочное» слово. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, его соседу комплимент говорит пе­дагог.

3.11. «ЛАСКОВЫЕ СЛОВА»

Цель: развитие коммуникативных способно­стей.

Ход игры

Педагог. Мы с вами будем учиться называть друг друга ласковыми словами Давайте встанем в круг и по\* очереди будем передавать друг другу вот этот мячик. Пока мячик у вас в руках, вы можете придумать ласковое слово и вместе с swwkom передать его своему соседу, а он — своему, и так по кругу.

3.12. «СМЕЛЫЕ РЕБЯТА»

Цель: снятие эмоционального напряжения, стра­хов.

Ход игры

Лети выбирают водящего — он страшный дракон. Ребенок встает на стул и говорит грозным голосом:

«Бойтесь меня, бойтесь!» Дети отвечают: «Не мы тебя!» Так повторяется 2—3 раза От слов д дракон постепенно уменьшается (ребенок воет со стула), превращается в маленького воробышка, начинает чирикать, «летать» по комнате.

3.13. «В ТЕМНОЙ НОРЕ»

Цель: снятие эмоционального напряжения, страхов.

Ход игры

Ведущий незаметно выключает свет на 3-минут (окна занавешены) и предлагает пред вить, что ребята попали в нору к кроту. К И в гости спешит светлячок со своим волшебным фонариком На роль светлячка выбирается нок, боящийся темноты (психолог узнает об из рисунков или из предварительной беседы родителями). Он с помощью своего волшебного фонарика (использовать любой, заранее приготовленный фонарик) помогает детям дойти освещенного места.

3.14. «ЕЖИК»

Цель: развитие способности понимать и жать эмоции.

Педагог читает рассказ Г. Цыферова «Ежик», де­тям дает задание иллюстр~~и~~р~~ова~~т~~ь~~ рассказ с помощью пантомимы.

Педагог. Я буду читать вам рассказ, а вы будете изображать таких ежиков, про которых в нем го­ворится, (Дети изображают ежиков.)

«Пошёл темной ночью серый ежик по лесу гулять Увидел красную клюквинку и наколол ее на серую иголочку. Увидел желтые листья и тоже наколол. Заметил наконец в голубой луже звезду. Тоже хотел наколоть — да ничего не вышла Подумал ежик, подумал и накрыл ее лопушком: пусть до утра по­лежит. А утром под лопухом вместо голубой звезды нашел большое красное солнышко. Вот еж смеялся. Очень».

3.15. «ЕЖИКИ СМЕЮТСЯ»

Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции.

Ход игры

Педагог читает стихотворение К, Чуковского «Ежики смеются».

У канавки .

Две козявки

Продают ежам булавки.

А ежи-то хохотать:.

«Эх вы, глупые козявки!

Нам не надобны булавки:

Мы булавками сами утыканы». '

Дети, используя выразительные средства, бражают походку ежей, их позы (наклон прищуренные глаза, трясущийся от смеха ж» улыбку и т. д).

**3.16. «ТАНЕЦ»**

Цель: развитие способности выражать эмоции

Ход игры

Ведущий предлагает детям потанцевать. П] чем каждый танцует что хочет. Ребенок долж< выразить в танце какой-либо образ. Лучше, если придумает образ сам. При затруднении вел) предлагает следующие темы: станцуй • «зайчика», «веселого ежика», «дерево», «птичку» и т.п. Ведущий следит затем, чтобы именно танцевали, то есть выполняли под м} ку танцевальные движения в соот~~в~~ет~~с~~т~~ву~~ю! темпе и ритме, а не изображали чувства mi кой.

**3.17. «СКАЗОЧНАЯ ШКАТУЛКА»**

Цель: развитие способности понимать и **выра**жать эмоции.

Ход игры

Педагог. Вспомните своих любимых персонажей и расскажите, какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят: какие у них глаза, рост, волосы, — что у вас с ними общего. А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мишину. Выбирайте любой персонаж и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеется и веселится. \*

3.18. «ВОЛШЕБНОЕ КОЛЕЧКО»

Цель: развитие эмоциональной сферы, самопри­нятия.

Ход игры

Педагог. Вот колечко из сказочной шкатулки. Это не простое Колечко, а волшебное. Если на­деть его на мизинец, станешь маленьким-малень­ким — это твое прошлое. Если надеть его на сред­ний палец, останешься самим собой — это твое настоящее. Если надеть колечко на указательный палец, станешь большим, сильным и красивым — это твое будущее. Кто хочет путешествовать во времени?

Если ребенок выбирает «прошлое», он садит­ся на корточки или сворачивается клубочком, а остальные ребята гладят его, укачивают, баюка­ют- Если ребенок выбирает «настоящее», то ему предлагается оценить то, что с ним происходит, с помощью жеста («в моей жизни все хорошо» — большой палец вверх, «в моей жизни не все хо­рошо» — большой палец вниз). Если же он выби­рает «будущее», то закрывает глаза и фантазирует\* что интересного и увлекательного случится в его жизни.

3.19. «ТАНЕЦ ЧУВСТВ»

Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции

Ход игры

В качестве предлагаемых тем для танца вы­ступают чувства. Под различную музыку дети вы­полняют следующие задания: станцуй радость, страх, горе, веселье, удивление, каприз, счастье;' жалость.

3.20 «КОТЯТА»

Цель: снятие эмоционального напряжения, расширение эмоционального репертуара ребенка.

Ход игры

Педагог читает детям стихотворение.

Два маленьких котенка поссорились в углу,

Сердитая хозяйка взяла свою метлу

 И вымела из кухни дерущихся котят,

Не справившись при этом, кто прав,

кто виноват.

А дело было ночью, зимою, в январе,

Два маленьких котенка озябли во дворе

 Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,

Носы уткнули в лапки и стали ждать конца

Но сжалилась хозяйка и отворила дверь.

«Ну что, — она спросила, —не ссоритесь теперь?»

Прошли они тихонько в свои угол на ночлег,

 Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,

И оба перед печкой заснули сладким сном,

А вьюга до рассвета шумела за окном

Пер. С Маршака

После чтения педагог спрашивает детей: изменя­лось ли их самочувствие во время прослушивания стихотворения? Как? Было грустно или весело?

Педагог объясняет детям, почему у них измени­лось настроение.

Дети, прослушав стихотворение, показывают мимику хозяйки: сердитой, сжалившейся над котятами котят: ссорящихся, замерзающих, спящих.

Затем разыгрывается сценка. Возможен обмен ролями. Во время выполнения звучит негром«">аЯ музыка (настроение музыки должно совпадать характером упражнений).

3.21. «ПЕРЕДАЙ УЛЫБКУ ДРУГОМУ» Цель: развитие чувства эмпатии.

Ход игры

Дети, сидя в кругу, молча передают улыбку д другу

322. «КАЧЕЛИ»

Цель: снятие эмоционального напряжен страхов.

Ход игры

Ребенок лежит в гамаке Педагог говорит. «Г] нуля буря/» — и при этом сильно раскачивает мак. Ребенок должен лежать и громко говоря «Я — смелый». Остальные дети топают ногами создают бурю.

**323. «УГАДАЙ, КОГО НЕ СТАЛО»**

Цель: развитие коммуникативных способностей

Ход игры

Все закрывают глаза, педагог выводит одного ре­бенка из комнаты

Дети должны догадаться, кто вышел, и описать его, назвать ласковым именем.

324 «ВОЛНЫ»

Цель: снятие эмоционального напряжения, раз-\* витие коммуникативных способностей.

Ход игры

г Педагог собирает детей вокруг себя и говорит: «В море обычно бывают небольшие волны\* и тая приятно, когда они ласково омывают тебя. Давайте сейчас пре~~в~~ратимся в морские волны: будем дни\* гаться так же, как они, а еще станем шуметь и журчать, улыбаться, как волны, когда они искрятся на солнце». Затем педагог предлагает всем желаю­щим по очереди искупаться в море; «Купающийся» становится в центре, «волны» окружают его и, по­глаживая, тихонько журчат.

3.25. Игра «КОЛДУН»

Цель: развитие невербальных средств общения\* Ход игры

Колдун заколдовывает одного из детей так, что «теряет» способность говорить. Чтобы избавиться колдовства, он должен объяснить, как его раскс вать, с помощью жестов и мимики Дети «перевод рассказ и расколдовывают его.

326. «ТЮЛЬПАН»

Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции.

Ход игры

Жил-был Тюльпанчик. (Ладошками изображают открытый\ бутон.)

Наступила осень, подул холодный ветер. (Дуют холодным воздухом на ладошки.)

Тюльпанчику холодно, он закрывается, ему груст­но. (Ладошки смыкаются, лицо грустное.)

Вдруг выглянуло солнышко, и подул теплый: ве\* тер. (Ауют теплым воздухом на ладошки.)

Тюльпанчик раскрьшеглеиесччяоки, радуется солт нышку. (Ладошки открываются, дети нюхают цве­точек, личики радостные, хлопают в ладоши.)

327. «ДОРОЖКА К ДРУГУ»

Цель: развитие коммуникативных способно­стей.

Ход игры

Педагог предлагает детям сесть вокруг листа ват­мана и нарисовать фломастером дорожки к тому, к кому захочет, затем провести дорожки и к осталь­ным детям,

3.28 «ЭХО»

Цель: снятие эмоционального напряжения, раз­витие коммуникативных способностей

Ход игры

Педагог. Я называю ваши имена, а вы, как эхо, повторяете их.

329. «ЧЕРЕЗ СТЕКЛО

 Цель: развитие невербальных средств общения.

Педагог. Представьте, что между вами стекло, оно не пропускает звуки. Одной группе тей нужно будет показывать ту фразу, которую скажу (например, «Ты забыл надеть шапку», холодно», «Я хочу пить» и др.), а другой группе — гадывать то, что вы увидите. И так по очереди.

Если группа не угадала с первого раза, то: другой ребенок ту же самую фразу, а если угадала другой ребенок показывает новую фразу. Koi чередуются: то угадывают, то показывают.

3.30 «подарок»

Цель: развитие способности понимать и жать эмоции

Ход игры

Педагог. Ребята, сейчас вы будете дарить д] другу подарки. Нужно свой подарок изобразить помощи выражения своего лица и движений тела.

3.31. «знакомство»

Цель: развитие принятия себя.

v Дети сидят в кругу, каждый называет свое имя, которым называют его близкие (например, ласко­во) или каким бы он хотел, чтобы его называли, — по принципу игры «Снежный ком»: каждый по­следующий называет свое имя и имена всех пред­шествующих участников По кругу дети передают мягкий мяч.

3-32. «ТЕАТР»

Цель: развитие способности понимать и выра­жать эмоции.

Ход игры

Педагог. В театре есть актеры, зрители и сцена Выберем место для сцены. Сейчас вы попробуете с помощью платка, движений и мимики (выражения лица) изобразить кого-нибудь.

Изобразите, пожалуйста:

* бабочку,
* принцессу,
* фокусника,
* человека, у которого болит зуб, ,
* бабушку,
* гномика;
* пирата;
* ветер.

3.33. «МАМА И ДЕТЕНЫШ»

Цель: развитие эмпатии, самоконтроля, вырази­тельности движений и pern

Ход игры

Дети разбиваются на пары. Один в паре ис­полняет роль мамы, другой — детеныша Затем меняются ролями. Педагог говорит, что мамы могут ласкать, отчитывать, наказывать, жалеть, спасать детенышей, а детеныши — реагировать на эти действия.

Животных называет педагог. Это может быть семья кошек, обезьян, лошадей, ворон, собак, кур и т. п.

3.34. «ПОКАЧАЙ КУКЛУ»

Цель: способствовать снятию мышечных за­жимов в области рук, повышению уверенности в себе.

Ход игры

Каждому ребенку дают в руки маленькую куклу или другую игрушку и говорят, что кукла боится шторма. Задача детей состоит в том, чтобы на­учить куклу быть смелой. Сначала ребенок слегка покачиваетфукой, затем постепенно увеличивает амплитуду движений (движения могут быть в различных направлениях). Взрослый спрашивает ребенка о том, стала ли кукла смелой. Если нет, то надо сказать ей, что она должна делать, чтобы преодолеть свой страх.

3.35. «СВЯЗУЮЩАЯ НИТЬ»

Цель: развитие коммуникативных способно­стей.

Ход игры

Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Пере\* дача клубка сопровождается высказываниями о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим Когда клу­бок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом

3.36. «ЖИВЫЕ РУКИ»

Цель: развитие коммуникативных способно­стей.

Водящий завязывает игрокам глаза, сажает их друг против друга Каждый игрок должен взаимодей­ствовать руками с сидящим напротив человеком: в схватке (борьбе руками), примирении, исследовании (ощупывании лица), «разрисовывании» пальцами лица, прощании.

В заключение игры игроки должны узнать своего партнера