



## Упражнения по снижению агрессии у детей

Прежде всего, нужно сказать о том, что агрессия – это все-таки реакция на определенную ситуацию. Причем ситуацию, так или иначе, для ребенка неблагоприятную. С одной стороны, конечно, эту ситуацию важно увидеть и правильно отнестись к ней. Ведь иначе реакция может закрепиться и превратиться в источник Чуждо семья. уже в устойчивую черту характера. С другой стороны, не стоит делать из агрессивного поведения ребенка трагедию. Нужно помнить о том, что чаще всего такое поведение проявляется в период возрастных кризисов (3-4 года, 6-7 лет, 13-14 лет). А значит, скорее всего, благополучно пройдет.

### Также на появление агрессии влияет:

1. Это выраженные эмоциональные нарушения, являющиеся следствием различных проблем дородового или послеродового периода. Это ослабленные дети, подвижные, неустойчивые.
2. Это семейное неблагополучие.
3. Это стрессы, перемены или любые изменения.
4. Это излишне строгое воспитание, постоянные запреты или отказы
5. Или наоборот, это излишняя опека, потакание любым прихотям.
6. Это повторение стиля поведения одного из родителей.
7. Негативизм матери (ее отчужденность, равнодушие, постоянная критика);
8. Безразличное отношение, игнорирование агрессивных проявлений ребенка по отношению к другим детям и взрослым (фактически поощрение агрессивного поведения);
10. суровость дисциплинарных воздействий (физическое наказание, психологическое давление).

Важно и взрослым формировать определенные принципы общения с агрессивными детьми:

- Давать ребенку возможность выплеснуть агрессию, сместить её на другие объекты. Поколотить подушку, крепко сжать кулаки.
- Показывать ребенку личный пример конструктивного поведения.
- Сигнализировать ребёнку о том, что его любят, ценят и принимают. Не стесняться приласкать, обнять, пожалеть.

Итак, если вы замечаете у своего ребёнка проявления агрессивности, то следует формировать умения, навыки, установки в отношении других людей.

## ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ОБУЧЕНИЯ СПОСОБАМ ВЫРАЖЕНИЯ ГНЕВА В ПРИЕМЛЕМОЙ ФОРМЕ

### **«Обзывалки»**

(дидактическая игра)

**Цель:** учить в приемлемой форме выплеснуть накопившийся гнев при помощи вербальных средств.

**Оборудование:** мяч.

**Содержание.** Педагог говорит детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми словами (заранее обговаривается условие какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты... морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты... солнышко!»

### **«Маленькое привидение»**

(игра с правилами)

**Цель:** научить в приемлемой форме выплеснуть накопившийся гнев.

**Содержание.** «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши. «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!».

### **«Рубка дров»**

(игра с правилами)

**Цель:** снизить эмоциональное напряжение, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.

**Содержание.** Скажите следующее: Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны, находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!».

Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

### **«Стаканчик для криков»**

(игровое упражнение)

**Цель:** формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

**Оборудование:** стаканчик.

**Содержание.** Если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться «стаканчиком для криков». Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот стаканчик, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит его, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее. «Стаканчик для криков» должен храниться в определенном месте и не использоваться в других целях. Желательно, чтобы стаканчик был с крышкой, чтобы иметь возможность «закрыть» все «кричалки» на время нормального разговора.

### **«Листок гнева»**

(игровое упражнение)

**Цель:** формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

**Оборудование:** лист бумаги, карандаш, мусорное ведро

**Содержание.** Предложите ребенку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребенок изобразит получившийся образ на бумаге (с маленькими детьми нужно сразу переходить к рисованию, так как им еще сложно изобразить образ словами, что может вызвать дополнительное раздражение). Далее для расправы с гневом предложите ребенку разные способы выражения своих негативных эмоции: можно комкать, рвать, кусать, топтать, пинать листок гнева до тех пор, пока ребенок не почувствует, что это чувство уменьшилось, и теперь он легко с ним справится. После этого попросите ребенка окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки «гневного листа» и выбросить их в мусорное ведро. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться, и эта игра начинает их веселить, так что заканчивают ее обычно в хорошем настроении.

### **«Два барана»**

(игра с правилами)

**Цель:** снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

**Содержание.** Воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше.

Можно издавать звуки «Бе-е-е». Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

### **«Жужа»**

(подвижная игра)

**Цель:** учить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они обижают, не задумываясь об этом.

**Содержание.** «Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей». Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

### **«Тух-тиби-дух»**

(подвижная игра)

**Цель:** снять негативное настроение и восстановить силы.

**Содержание.** Педагог говорит детям: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произнесите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами». В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

### **«Спящий кот»**

(подвижная игра)

**Цель:** вызвать бодрое, устойчивое настроение, создать благоприятный климат группы, сплотить детский коллектив.

**Содержание.** Один играющий ложится (садится) на скамью (стулья), стоящую в середине комнаты, изображая спящего кота. Остальные дети - мыши - тихо на носочках обходят его со всех сторон. На сигнал ведущего кот «просыпается» и ловит разбегающихся мышей. Пойманный в свою очередь становится котом. Игра повторяется несколько раз.

### **«Своя тень»**

(подвижная игра)

**Цель:** формирование умения управлять своим поведением.

**Содержание.** Дети делятся на пары, в каждой, из которой один ребенок играет сам себя, а другой - его тень. Тот, кто играет сам себя по сигналу бежит по кругу. Не далее чем в шаге от него бежит его «тень». Первый ребенок стремится уйти от преследователя («тени»), который старается от него не отстать. Первый ребенок может делать обманные остановки, замедлять или ускорять движения, путая свою «тень».

### **«Ястреб»**

(русская народная игра)

**Цель:** развивать умение действовать по сигналу, упражнять детей в беге в различных направлениях, построению парами.

**Содержание.** Дети бросают меж собою жребий. Выбираемый по жребию представляет ястреба. Остальные дети берутся за руки и становятся парами, образуя несколько рядов.

Впереди всех помещается ястреб, который может смотреть только вперед и не смеет оглядываться. По данному сигналу, пары внезапно отделяются друг от друга и бросаются бегом в различные стороны, в это время ястреб догоняет их, стараясь кого-нибудь поймать. Потерпевший, т. е. очутившийся в когтях ястреба, меняется с ним ролями.

#### Варианты:

Дети во время бега стремятся бросить в ястреба платок, если они попадают в него, он считается «заколдованным» и из детей выбирается на его место другой.

### **«Малечина-Калечина»**

(народная игра)

**Цель:** развивать ловкость, выдержку, координацию движений, чувство спортивного соперничества.

**Содержание.** Играющие выбирают водящего. Все берут в руки по палочке и произносят:

Малечина-калечина,

Сколько часов

Осталось до вечера,

До летнего?

После этих слов ставят палочку вертикально на ладонь или на кончик пальцев.

Водящий считает: «Раз, два, три ... десять!» Когда палка падает, ее следует подхватить второй рукой, не допуская полного падения на землю. Счет ведется только до подхвата второй рукой, а не до падения на землю. Выигрывает тот, кто дольше продержит палочку.

Варианты: Палку можно держать по-разному:

1. На тыльной стороне ладони, на локте, на плече, на голове.

2. Удерживая палку, приседают, встают на скамейку, идут или бегут к начерченной линии.

3. Держат одновременно две палки, одну на ладони, другую на голове.

Правила игры: Пальцами другой руки (палочку) малечину-калечину поддерживать нельзя.

**ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ОБУЧЕНИЕ ПРИЕМАМ САМОРЕГУЛЯЦИИ, САМООБЛАДАНИЯ**

**«Теплый как солнце, легкий как дуновение ветра»**

(игровое упражнение)

**Цель:** учить расслаблять мышцы лица и всего тела в «неприятной ситуации».

**Содержание.** Группа детей рассаживается по кругу. Педагог включает тихую музыку, и говорит: «закройте глаза, постарайтесь расслабиться и представить себе теплый чудесный денек. Над вашими головами проплывает серое облачко, на которое вы помещаете все свои горести, печали, неприятности, заботы. Ярко голубое небо, легкий ветерок, мягкие лучи солнца ласкают ваши волосы, щеки, нос, руки. Постепенно ваше тело расслабляется, вы спокойны, вам хорошо и уютно, вы хотите взлететь на встречу к солнцу, небу. А сейчас мы постепенно открываем глаза и постараемся новые ощущения, такие как легкость, тепло, уют сохранить в себе на целый день».

**«Тучка»**

(игровое упражнение)

**Цель:** учить расслаблять мышцы лица в «неприятной ситуации».

**Содержание.** Представьте себе теплый, чудесный день (звучит музыка). Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца и теплый ласковый ветерок целуют ваши глазки и щечки. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши обиды и горести и огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми и сильными. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу.

**«На море»**

(игровое упражнение)

**Цель:** снять эмоциональное напряжение.

**Содержание.** Дети закрывают глаза. Педагог читает:

«Представьте - вы на море. Вы выходите из прохладной, соленой воды, усталые, измученные после долгого купания. Вам хочется быстрее прилечь на горячий песок. И вот вы, наконец, дошли до песка и упали на него. Тепло песка согревает все ваше тело. Вам хорошо. Солнце печет прямо в лицо, и вы лежите полностью расслабленные, дышите ровно и спокойно. Ничего вас не беспокоит». Через 10-15 сек. Педагог говорит: «А теперь медленно откройте глаза и посмотрите друг на друга».

Все это время играет музыка со звуками моря.

**«Возьми себя в руки»**

(игровое упражнение)

**Цель:** учить сдерживать себя.

**Содержание.** Объяснить детям, что когда они испытывают неприятные эмоции: злость, раздражение, желание ударить кого-либо, то можно себя «взять в руки», т.е. остановить себя. Для этого нужно несколько раз глубоко вздохнуть и выдохнуть. Выпрямиться, прикрыть глаза, посчитать до 10, улыбнуться, открыть глаза.

### **«Драка»**

(игровое упражнение)

**Цель:** расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

**Содержание.** Представьте, что вы с другом поссорились. Вот – вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко – крепко стисните зубы. Сожмите как можно сильнее кулаки, до боли вдавите пальцы в ладони. На несколько секунд затаите дыхание.

Задумайтесь: а, может, и не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади! Встряхните кистями рук. Почувствовали облегчение?

### **«Насос и мяч»**

(игра с правилами)

**Цель:** расслабить максимальное количество мышц тела.

**Содержание.** Дети играют в парах. Один большой надувной мяч, другой насосом надувает мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, шея и руки расслаблены. Корпус отклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движения рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше и больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего у мяча появляется голова, после четвертого надулись щеки и приподнялись руки. Мяч надут. Насос перестал накачивать, товарищ выдергивает из мяча шланг насоса. Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. Играющие меняются местами.

### **«Штанга»**

(игра с правилами)

**Цель:** снять мышечные зажимы.

**Содержание.** «Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках, приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, бросьте штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз».

### **Вариант 2**

**Цель:** расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным.

**Содержание.** «А теперь возьмем штангу полегче и будем поднимать ее над головой. Сделаем вдох, подняли штангу, зафиксировали это положение, чтобы судьи засчитали вам победу. Тяжело так стоять, бросьте штангу, выдохните. Расслабьтесь. Ура! Вы все чемпионы. Можете поклониться зрителям, вам все хлопают, поклонитесь еще раз как чемпионы».

### **«Шалтай-болтай»**

(игра с правилами)

**Цель:** расслабить мышцы рук, спины и груди.

**Содержание.** Педагог предлагает детям поставить один маленький спектакль. Он называется «Шалтай-болтай».

Шалтай-болтай

Сидел на стене

Шалтай-болтай

Свалился во сне.

(С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» – резко наклоняем корпус тела вниз».

### **«Добрые приветствия»**

(игра с правилами)

**Цель:** развивать самоконтроль, создать доброжелательную атмосферу.

**Содержание.** «Когда марсиане кончают смеяться, они глубоко дышат: делают вдох-выдох, вдох-выдох. Это помогает им думать. И они понимают, что на планете Земля к ним относятся по-доброму. Марсианам хочется поприветствовать всех представителей Земли. Они приветствуют людей нежным рукопожатием, а животных ласково гладят».

Взрослый предлагает передавать движение по кругу, называя представителя Земли. Например: «Приветствуем зайчонка», «Приветствуем мальчика» и др.

### **«Ёж»**

(игра с правилами)

**Цель:** снять мышечные зажимы у детей.

**Содержание.** Дети превращаются в ежей, которые приготовились встретить опасность. Защищаются иголками, сильно-сильно сжимаясь в клубочек. Но когда все неприятели разбегутся, ежи остаются в кругу друзей. Медленно они вытягиваются и греются на солнышке.

Игру повторить 3 раза.

### **«Слон у папы на спине»**

(игра с правилами)

**Цель:** снять напряжение, создать положительные эмоции, развить воображение.

**Содержание.** Дети, пожелавшие участвовать в игре, лежат под одним одеялом на животе, закрыв глаза. Взрослый водит одним или несколькими пальцами по их спинкам, как бы рисуя очертания разных предметов. Если это окажется трудным для разгадывания. Можно «пустить побегать» по спинкам разных животных: кошку, муравья, слона. Ведь походка у животных разная и движениями рук, возможно, ее воспроизвести.

### **«Поссорились два петушка»**

(подвижная игра)

**Цель:** развивать раскованность, самоконтроль.



**Содержание.** Звучит веселая музыка (желательно А. Райчева «Поссорились два петушка»). Дети двигаются по типу «броуновского движения» и слегка толкаются плечами.

Предупреждение: не разрешается, чтобы удары детей были слишком сильными и болезненными.

Дети обязательно должны играть «по правде» и одновременно держать символизм игры («понарошку»).

## **ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ОТРАБОТКУ НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ**

### **«Я не знаю»**

(дидактическая игра)

**Цель:** развивать выразительность движений ребенка, его коммуникативные способности.

**Содержание.** Ведущий выбирает мальчика-незнайку. О чем его ни спросят, он ничего не знает. Дети задают незнакомке разные вопросы, а он молчит, разводит руками: «Не знаю», «Ничего не видел».

Кроме того, незнайка должен показывать выразительные движения: поднятие бровей, опускание уголков губ, поднятие плеч, разведение руками.

В заключение дети выбирают самого выразительного, эмоционального «настоящего» незнакомку.

### **«Попроси игрушку» (вербальный вариант)**

(игра с правилами)

**Цель:** обучить детей эффективным способам общения.

**Оборудование:** игрушка.

**Содержание.** Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: "Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать". Инструкция участнику 2: "Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали". Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

### **«Попроси игрушку» (невербальный вариант)**

(игра с правилами)

**Цель:** обучить детей эффективным способам общения.

**Оборудование:** игрушка.

**Содержание.** Упражнение выполняется аналогично вербальному, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и т.д.). После проведения обоих его вариантов (вербального и невербального) можно обсудить упражнение. Дети по кругу могут поделиться своими впечатлениями и ответить на вопросы: "Когда было легче просить игрушку (или другой предмет)?", "Когда тебе действительно хотелось ее отдать? Какие нужно было произносить слова?" Эту игру можно

повторять несколько раз (в разные дни), она будет полезна особенно тем детям, которые часто конфликтуют со сверстниками, так как в процессе выполнения упражнения они приобретают навыки эффективного взаимодействия.

### **«Скалолаз»**

(игра с правилами)

**Цель:** развивать навыки невербальной коммуникации и координации совместных действий.

**Содержание.** Участники встают в плотную шеренгу, создавая «скалу» на которой торчат выступы, образованные из выставленных рук и ног участников, наклоненных вперед тел. Задача водящего пройти вдоль этой «скалы», не упав в «пропасть», т. е. не поставив ногу за пределы линии, образованной ступнями остальных участников.

Проведение упражнения удобнее всего организовать в форме цепочки – участники с одного конца «скалы» поочередно пробиваются к другому, где вновь «встраиваются в нее».

### **«Разноцветный букет»**

(игра с правилами)

**Цель:** учить детей взаимодействовать друг с другом, получая от этого радость и удовольствие.

**Содержание.** Каждый ребенок объявляет себя цветком и находит себе другой цветок для букета, объясняя свой выбор. Затем все «букетики» объединяются в один большой «букет» и устраивают хоровод цветов.

### **«Сороконожка»**

(подвижная игра)

**Цель:** учить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива.

**Содержание.** Несколько детей (5-10 человек) встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде ведущего Сороконожка начинает сначала просто двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями (это могут быть стулья, строительные блоки и т.д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих – не разорвать единую «цепь», сохранить Сороконожку в целости.

### **«Дракон»**

(подвижная игра)

**Цель:** помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

**Содержание.** Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник – «голова», последний – «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

### **«Липучка»**

(подвижная игра)

**Цель:** развить умения взаимодействовать со сверстниками, снять мышечное напряжение, сплотить детский коллектив.

**Содержание.** Все дети двигаются, бегают по комнате, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают «Я – липучка-приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «липучка» берет за руку, присоединяя его к своей компании. Затем ни все вместе ловят в свои «сети», других.

Когда все дети станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

Если музыкальное сопровождение невозможно осуществить, взрослый задает темп игре, хлопая в ладоши. В этом случае темп, быстрый в начале игры, замедляется по мере ее проведения.

### **«Своя тень»**

(подвижная игра)

**Цель:** научить управлять своим поведением, сплотить детский коллектив.

**Содержание.** Дети делятся на пары, в каждой, из которой один ребенок играет сам себя, а другой - его тень. Тот, кто играет сам себя по сигналу бегают по кругу. Не далее чем в шаге от него бежит его «тень». Первый ребенок стремится уйти от преследователя («тени»), который старается от него не отстать. Первый ребенок может делать обманные остановки, замедлять или ускорять движения, путая свою «тень».

### **«Свирепый тигр»**

(подвижная игра)

**Цель:** развивать у детей выдержку, наблюдательность. Формировать умения управлять своим поведением. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

**Содержание:** Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается дом тигра. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать свирепого тигра!», дотрагивается до одного из играющих, передает ему игрушку (тигренок), который становится свирепым тигром.

Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них свирепый тигр, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Свирепый тигр, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Свирепый тигр быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, показывая игрушку, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а тигр их ловит. Пойманного тигра отводит домой.

### **«Гори, гори ясно»**

(народная, хороводная игра)

**Цель:** развить навыки общения со сверстниками. Развить выдержку и ориентировку в пространстве.

**Содержание.** Дети выбирают водящего по считалке. Играющие идут кругом, хороводом, повернувшись лицом в сторону от центра. Поют песню.

Гори, гори ясно  
Чтобы не погасло  
Глянь на небо  
Птички летят  
Колокольчики звенят  
Раз, два, три беги!

Как только заканчивают петь, между кем стоит водящий, 2 игрока бегут по кругу, один слева, другой — справа. Бегущие стараются увернуться от водящего, встать перед ним и снова сцепить руки. Водящий, в свою очередь, старается их осалить или поймать. Если «Горящему» удалось осалить одного из игроков, он встает с ним в круг, а оставшийся игрок становится «горящим». Игра продолжается с другим водящим.

### «Гуси – лебеди»

(народная игра)

**Цель:** развивать навыки общения со сверстниками. Развить ловкость, выносливость, умение бегать.

**Содержание.** Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные – гуси – лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой – живёт волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зелёной травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовёт гусей. Идёт переключка между хозяином и гусями:

Гуси – гуси!-  
Га-га-га.  
Есть хотите? -  
Да, да, да!  
Гуси – лебеди! Домой!  
Серый волк под горой  
Не пускает нас домой!  
Зубы точит, съесть нас хочет!  
-Ну летите, как хотите, только крылья берегите!

Гуси летят к себе в дом, а волк выбегает из своего логова и старается заляпать кого – либо из убегающих. Поймав 2-3 играющих выбирают нового волка и хозяина.

### «Волк и овцы»

(народная игра)

**Цель:** развивать навыки общения со сверстниками, умение бегать. Развивать ловкость, выносливость.

**Содержание.** Все играющие – овцы. Они просят волка пустить их в лес погулять: «Разреши нам, волк, погулять в твоём лесу».

Волк отвечает: «Гуляйте, гуляйте, да только траву не щипайте, а то мне спать будет не на чем».

Овцы сначала только гуляют в лесу, но скоро забывают обещание, щиплют траву и поют:

Щиплем, щиплем травку,  
Зелёную муравку,  
Бабушке на рукавички,  
Дедушке на кафтанчик,  
Серому волку –  
Грязи на лопату!

Волк бежит по поляне и ловит овец. Пойманный становится волком. Игра возобновляется.

### **«Моряки»**

(сюжетно-ролевая игра)

**Цель:** формировать игровые умения, обеспечивающие самостоятельную сюжетную игру детей. Воспитывать дружеские взаимоотношения, чувство коллективизма.

Словарная работа: кок, якорь, капитан, корабль, штурвал, трап, рулевой.

Предшествующая работа: чтение художественной литературы о кораблях, морях, просмотр фотографий и видеороликов о море, морях, кораблях.

Беседы по теме: «Моряки. Корабль».

**Оборудование:** атрибуты для игры: морской воротник, фуражка капитана, медицинский халат, медицинский набор, радионаушники, якорь, штурвал, бинокли, швабра, пальма с бананами, сундук с загадками, карточки с заданиями, цветные карандаши.

### **Содержание.**

- Ребята, я предлагаю сегодня вместе отправиться в путешествие. На чём можно отправиться в путешествие? (На самолёте, на поезде, на машине, на корабле)

- Чтобы оправиться в путешествие на корабле, что для этого нужно сделать? (Построить корабль)

- Из чего мы будем строить корабль? (Из большого деревянного строителя и мягких модулей)

Дети совместно с воспитателем строят борт корабля, на палубе размещают штурвал, устанавливают трап, якорь, места для пассажиров.

- Вот корабль и готов. А кто бывает на корабле? Кому что надо для работы? (Дети договариваются, кто кем будет)

Дети: Капитану - бинокль, матросам - бескозырки, для врача-чемоданчик с инструментами, лекарством, для кока- плитку, посуду, для радиста- наушники.

- А что ещё нужно? (Припасы продуктов и воды)

- А зачем вода? В море воды и так очень много. (В море вода солёная, пить её нельзя)

- Что делает капитан? (Определяет курс корабля и отдаёт команды. Право руля, лево руля! Полный вперед! Рулевой у штурвала. Матросы надраивают палубу. Радист сообщает о движении судна. Врач следит за здоровьем команды на корабле. Кок готовит еду для всей команды)

Звучит музыка «Шум моря»

Капитан даёт команду: «Всем приготовиться к отплытию, пройти медицинскую комиссию»

Врач осматривает всю команду, ставит допуск к плаванию.

Команда после допуска к плаванию по очереди заходит на судно.

Капитан даёт команду: «Пассажирам занять свои места!»

Звучит гудок корабля, пассажиры танцуют танец «Гудок, отчалил...»

Занимают места на корабле.

Капитан отдает команду: «Поднять якорь! Поднять трап! Полный вперед!».

Капитан постоянно отдаёт команды рулевому «Полный вперед! Лево руля!»

Рулевой после каждой команды отвечает о её выполнении. Он ведёт корабль.

Капитан просит кока приготовить обед для команды.

Радист сообщает, что прямо по курсу Загадочный остров.

Капитан даёт команду причалить к острову.

Звучит музыка: пение загадочных птиц, попугаев.

Команда с пассажирами высаживается на берег. От берега вглубь острова ведут следы. Капитан решает вести всех по загадочным следам. На пути команде и пассажирам попадает сундук с загадками про сказочных героев.

Загадки.

Ждали маму с молоком,

А пустили волка в дом...

Кем же были эти

Маленькие дети? (козлята)

Покупала самовар,

А спасал ее комар (муха цокотуха).

Уплетая калачи,

Ехал парень на печи.

Прокатился по деревне

И женился на царевне. (Емеля)

И зайчонок, и волчица –

Все бегут к нему лечиться (Айболит).

В гости к бабушке пошла,

Пироги ей понесла.

Серый Волк за ней следил,

Обманул и проглотил.

Носик круглый, пяточком,

Им в земле удобно рыться,  
Хвостик маленький крючком,  
Вместо туфелек — копытца.  
Трое их — и до чего же  
Братья дружные похожи.  
Отгадайте без подсказки,  
Кто герои этой сказки? (Три поросенка)

Отгадав загадки, путешественники следуют далее по следам. Внезапно появляется страшное существо.

СС: Кто такие и откуда? (Мы – команда и пассажиры корабля из России)

СС: А из какого города вы будете? А? (Мы из города – Москвы)

СС: Что ж, проходите.

Команда и пассажиры передвигаются по острову далее. На пути горы - столы, а на них карточки с заданиями, которые просто необходимо выполнить.

На карточках в 2 ряда изображены предметы: кубики и цветочки.

Задание: раскрасить второй по счету кубик зеленым цветом, четвертый по счету цветок – красным.

Выполнив задание, команда и пассажиры по следам возвращаются на корабль и отплывают.

Радист сообщает, что прямо по курсу банановый остров.

Капитан даёт команду причалить к острову, спустить якоря, спустить трап и пополнить запасы провизии бананами.

Команда выходит на банановый остров кок следит за пополнением запасов провизии.

Через некоторое время команда возвращается на борт судна.

Капитан даёт команду по отчаливанию.

Все возвращаются домой, покидают корабль сначала пассажиры, доктор, матросы, последним уходит капитан

### **«Мишкин День Рождения»**

(режиссерская игра)

**Цель:** воспитывать дружеские взаимоотношения у ребят в процессе игры. Формировать навык ребят действовать по готовому сюжету, строить диалоговое общение с партнером. Развивать конструктивные способности (планирование деятельности). Активизировать речь детей, воображение, мышление.

**Оборудование:** конверт с письмом, игрушки ( медведь, заяц, лиса, пчелы, улей), моно поля ( цветочная поляна, лес), мелкий конструктор, кукольная посуда

**Содержание.** Ребята играют в группе. Входит воспитатель, в руках у него конверт.

Воспитатель: Ребята, сегодня к нам в группу пришло письмо. Хотите его прочитать?

Дети: Да!

Дети садятся рядом с воспитателем на ковре.

Воспитатель: Это письмо нам прислали ребята старшей группы из детского сада. Вот, что они пишут:

«Здравствуйте ребята! Мы в детском саду очень любим играть. У нас есть много интересных игрушек. Вчера мы придумали интересную историю.

У медведя Топтыгина было день рождения! Он пригласил на праздник своих друзей - зайку и лисичку. Друзья стали думать, что подарить Мишке на День рождения! Зайка сказал: « Придумал! А давай мишке подарим мед!» Лиса спросила: « А где мы его найдем?» Тогда заяц ответил « Мы ходим на цветочную поляну и попросим пчел собрать цветочный нектар, а потом сделать мед». Веселые зайка и лиса отправились через лес на цветочную полянку. Когда звери пришли на полянку, они увидели пчел, которые кружили над цветами. И тогда лисичка спросила у пчелы « Здравствуйте! А вы не могли бы дать нам немного меда в подарок нашему другу?»

Пчела ответила: « С удовольствием». Все пчелы дружно принялись собирать нектар. Потом они сделали из него мед и отдали зайцу с лисой. Звери поблагодарили пчел и отправились в гости к медведю. Мишка был очень рад такому подарку. Он усадил гостей за стол и стал угощать сладостями. Замечательный получился день рождения!!!»

Ребята, а у вас может получиться такая история? Есть ли у вас такие игрушки? Напишите нам, пожалуйста, ответ!

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, а у нас с вами может получиться такая игра? Есть ли у нас такие игрушки?

Дети: Да! У нас есть такие игрушки!

Воспитатель: Ребята, давайте сначала определим, что нам нужно для игры и где с вами мы будем играть?

Дети определяют удобное место для игры ( либо стол, или ковер и пр.)

Дети: Для игры нам нужны игрушки - заяц, медведь, лиса, пчелы. Еще нужен улей, цветочная поляна и пр.

Дети подбирают соответствующее оборудование. Далее происходит проигрывание предложенной ситуации.

После игры воспитатель совместно с детьми оценивает игру

Воспитатель: У вас все получилось замечательно! Вы отлично со всем справились! Вам понравилась эта игра? А как вы думаете, интереснее играть одному или с друзьями?

Ответы детей

После игры (или на следующее утро) воспитатель с детьми пишут ответ на письмо.

### **«Поиск внучки Машеньки»**

(режиссерская игра)

**Цель:** развивать у детей интерес к режиссерским играм, наладить взаимодействие между детьми выбравшими определённые роли. Воспитывать дружеские взаимоотношения в процессе игры. Активизировать диалогическую речь детей, воображение, мышление.



**Оборудование:** ширма, куклы «би-ба-бо», пальчиковый театр, фигурки животных, декорации деревьев, разные домики.

Предварительная работа: Изготовление и подбор необходимых атрибутов для игры, сюжетно-ролевые игры, дидактическая игра «Дикие животные и их детеныши», инсценирование сказок.

### **Содержание.**

- Ребята, сегодня мы с вами будем сочинять сказку. Как вы думаете, чем сказка отличается от рассказа? /В рассказе все действия происходят на самом деле, по настоящему, а в сказке могут быть разные приключения, и даже растения и животные могут разговаривать/.

- Вот перед вами разные театры: пальчиковый, настольный, «би-ба-бо», маски разных животных, игрушки; декорации, ширма.

- Хорошо подумайте, кто какую сказку может придумать и показать остальным ребятам.

- Пожалуйста, Саша. Выбирай себе героев. /Дедушка, бабушка, внучка, матрешка, белка, заяц с зайчиком, сорока, баба Яга /.

«Однажды внучка Машенька вместе со своей подружкой матрешкой пошли в лес за ягодами. Обещали бабушке с дедушкой быстро вернуться, как только наберут ведерко ягод. Прошло уже много времени, а их все нет и нет. «Видно что-то с ними случилось?» - подумали они и решили пойти их искать. Дорога дальняя, внучка давно ушла, голодная, наверное, нужно взять какую-нибудь еду, ну, морковку, орешки, конфеты, например.

Собрали дед с бабкой корзину с угощением и отправились в дорогу. Шли, шли, наконец, впереди показался густой лес. Зашли они в чащу, огляделись, везде высокие деревья, стали кричать Машеньке, чтобы она отозвалась. А вместо ответа на их головы шишки посыпались, они только головы уворачивать успевали. Наконец, они смогли посмотреть наверх, и увидели, что на сосновой ветке сидит белочка и держит в лапке шишку.

-«Ты почему бросаешься на нас шишками, белочка? – спросил дед.

- «А вы почему кричите в лесу? Вы меня и моих бельчат напугали, разве вы не знаете, что в лесу нужно вести себя тихо.

- «Прости, нас белочка. Мы извиняемся перед тобой, но у нас горе большое: внучка с матрешкой потерялись в лесу, вот мы их и зовем. А ты их не видела?».

- «Нет, не видела. А вот спросите сороку - белобоку, она все новости лесные знает, везде летает».

- «Спасибо, белочка, вот твоим бельчатам орешки от нас». /Спасибо/

- «Сорока-сорока, не видела ли ты нашу внучку с ведерком, она за ягодами пришла?»

- «Видела, они такие маленькие, как же вы их отпустили одних: у нас в лесу страшно, и волк может поймать, да и баба Яга не дремлет. Они были здесь, а потом нашли маленького зайчика, он под деревом сидел и плакал, домой дорогу не мог найти. Вот они и решили его к зайчихе отнести. Так что, хоть они и маленькие, но добрые, в беде друзей не бросают. Идите мимо сломанной сосны вон к той березе, а потом под горку, там под кустами увидите домик зайчихи. Поторопитесь». /Спасибо/.

Пошли дед с бабой дальше, а на улице уже темнеет, страшновато становится, но что делать? Прошли мимо сосны, мимо березы, спустились под горку, смотрят, виднеется домик. Подошли к нему, заглянули в окно, а там сидят зайчата с мамой-зайчихой за столом, а перед ними листок капусты. Постучали в окно дед с бабой, зайчата прижались к маме, трясутся.

- «Кто там? – пугливым голосом спросила зайчиха».

- «Не пугайтесь, зайчатки, это дед с бабой, внучку свою ищем. Вы не видели их?»

- «Как же, конечно, видели, они нашего зайчика привели, и ягодками нас угостили, а сами тоже домой торопились. Спасибо вам за внучку. Добрая она у вас. А теперь идите вдоль речки, только осторожно, там баба Яга живет». /Спасибо, зайчиха, вот вам морковку для зайчат/.

Пошли они дальше мимо речки, увидели домик на курьих ножках. Подошли тихо-тихо, заглянули в окно, а там на скамейке сидят связанные Машенька да Матрешка и плачут. А баба Яга печку топит, хочет сварить их да съесть. Достала она чугунок, хотела воды налить, да воды не хватило, взяла ведро и пошла на речку за водой. Пока она ходила, дед с бабой зашли, развязали Машеньку с матрешкой и бегом оттуда. А баба Яга вернулась, смотрит, а детей-то нет, села в ступу и полетела за ними.

Дед с бабой бегут, дети за ними, под кустиками прячутся, себя не показывают. Баба Яга мимо пролетела, их не увидела.

Вернулись они домой, радостные, счастливые, хоть и без ягод, и без ведерка. Вот так закончилась эта сказка».

## ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЭМПАТИИ, ДОВЕРИЯ К ЛЮДЯМ

### «Гномики»

(дидактическая игра)

**Цель:** развивать чувство эмпатии, сочувствия и желания помочь.

**Оборудование:** колокольчики по числу участников (5 - 6). Один колокольчик должен быть испорчен (не звенеть).

**Содержание.** Взрослый предлагает детям поиграть в гномиков. У каждого гномика есть волшебный колокольчик, и, когда он звенит, гномик приобретает волшебную силу – он может загадать любое желание, которое когда-нибудь исполнится. Дети получают колокольчики (одному из них достается испорченный). «Давайте послушаем, как звенят наши колокольчики! Каждый из вас по очереди будет звенеть, и загадывать свое желание, а мы будем слушать». Дети по кругу звенят своими колокольчиками, но вдруг оказывается, что один из них молчит. «Что же делать? У Коли не звенит его колокольчик! Это такое несчастье для гномика! Он теперь не сможет загадать желание... Может, мы его развеселим? Или подарим что-нибудь вместо колокольчика? Или попробуем выполнить его желание? (дети предлагают свои решения.) а может, кто-нибудь уступит на время свой колокольчик, чтобы Коля мог позвенеть им и загадать свое

желание?». Обычно кто-нибудь из детей предлагает свой колокольчик, за что, естественно, получает благодарность товарища и одобрение взрослого.

### **«Мой хороший попугай»**

(дидактическая игра)

**Цель:** развивать у детей чувство эмпатии, умения работать в группе.

**Содержание.** Дети стоят по кругу. Затем взрослый говорит: «Ребята! К нам в гости прилетел попугай. Он хочет с нами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему понравилось у нас, чтобы он захотел прилететь к нам снова?» Дети предполагают: «Говорить с ним ласково», «Научить его играть» и т. д. Взрослый бережно передает кому-либо из них плюшевого попугая (мишку, зайца и др.). Ребенок, получив игрушку, должен прижать ее к себе, погладить, сказать что-то приятное, назвать ласковым именем и передать попугая другому ребенку.

Игру лучше проводить в медленном темпе.

### **«Эмоции героев»**

(дидактическая игра)

**Цель:** способствовать развитию эмпатии, умению оценивать ситуацию и поведение окружающих.

**Содержание.** Взрослый читает детям сказку. Ребенку заранее выдаются маленькие карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний. В процессе чтения ребенок откладывает на стол несколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, в какой ситуации и почему ему кажется, что герой был весел, грустен и т. д.

В эту игру лучше играть или индивидуально или в малой подгруппе. Текст сказки должен быть невелик и соответствовать объему внимания и памяти детей определенной возрастной группы.

### **«Мое настроение»**

(игровое упражнение)

**Цель:** развивать умение описывать свое настроение, распознавать настроение других, стимулировать эмпатию.

**Содержание.** Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, физическим состоянием, показать его в движении. Все зависит от фантазии и желания ребенка.

### **«Это я. Узнай меня»**

(игра с правилами)

**Цель:** снять эмоциональное напряжение, развивать эмпатию, тактильное восприятие, создать положительный эмоциональный климат в группе.

**Содержание.** Дети сидят на ковре. Один из них поворачивается спиной к сидящим. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и

говорят: «Это я. Узнай меня». Водящий ребенок (которого поглаживают) должен отгадать, кто до него дотронулся. Воспитатель помогает ребенку отгадать, называя по очереди по имени всех участвующих в игре детей. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли ведущего.

### **«Сижу, сижу на камушке»**

(подвижная игра)

**Цель:** развивать эмпатию, научить выражать поддержку другому человеку (сверстнику).

**Содержание.** Игроки становятся в хоровод и поют, а один садится на корточки в круг, накрыв голову платочком.

Сижу, сижу на камушке,  
Сижу на горячем,  
А кто ж меня верно любит,  
А кто ж меня сменит,  
Меня сменит-переменит,  
Еще приголубит?

После этих слов любой желающий может подойти и погладить сидящего в кругу по голове, обнять, сказать ласковые слова (приголубить). Затем он уже сам садится в круг и накрывает голову платочком. Его «голубит» следующий желающий.

### **«Тренируем эмоции»**

(игровое упражнение)

**Цель:** учить детей выражать свои мысли

**Содержание.** Попросите ребенка:

*Нахмурьтесь как:*

- осенняя туча;
- рассерженный человек;
- злая волшебница.

*Улыбнитесь как:*

- кот на солнце;
- само солнце;
- как хитрая лиса;
- как радостный ребенок;
- как будто ты увидел чудо.

*Позлитесь, как:*

- ребенок, у которого отняли мороженное;
- два барана на мосту;
- как человек, которого ударили;

*Испугайтесь, как:*

- ребенок, потерявшийся в лесу;
- заяц, увидевший волка;
- котенок, на которого лает собака;

*Устаньте, как:*

- человек, поднявший тяжелый груз;

-муравей, притащивший большую муху.

*Отдохните, как:*

-ребенок, который много потрудился, но помог взрослым;

-как уставший воин, после победы.

### **«Прогулка с компасом»**

(игра с правилами)

**Цель:** формировать у детей чувства доверия к окружающим.

**Содержание.** Группа разбивается на пары, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом «туристы» не могут общаться с «компасом» на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий – других туристов с компасами. После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

### **«Плачет киска...»**

(театрализованная игра)

Разыгрывание стихотворение Б.Заходера: «Плачет киска...»

**Цель:** развивать пантомимические способности, любовь к животным.

**Содержание.** Воспитатель читает стихотворение.

Плачет киска в коридоре:

У нее большое горе —

Злые люди бедной киске

Не дают украсть сосиски.

Представьте себе, что вы киска, которая хочет стянуть сосиску со стола. Вы крутитесь возле стола, третесь спинкой о его ножку, встаете на задние лапы и с удовольствием вдыхаете приятный запах. Но вот хозяйка вышла из кухни. Вы тянетесь лапкой к сосиске, и вот она у вас в лапах. Но тут входит хозяйка. Киска бросает сосиску и прячется под диван.

Дети делятся на пары: хозяйка и киска. Каждая пара предлагает свой вариант ситуации.

Воспитатель предлагает немного переделать стихотворение. Слова «У нее большое горе» прочитать от первого лица: «У меня большое горе».

Эту ситуацию дети разыгрывают также парами.

— Ребята, вам жаль киску? Давайте пожалеем ее. Представьте, что левая ваша рука — это кошка, а правой вы ее гладите:

— Киска, кисонька, кисуля! —

Позвала котенка Юля.

— Не спеши домой, постой! —

И погладила рукой. (Л.П.Савина)

— Кисонька успокоилась и пошла во двор. А во дворе она увидела двух ворон, которые вели между собой оживленный разговор.

Воспитатель предлагает детям представить себя в роли ворон и разыграть разговор. Одна из ворон рассказывает, как она повеселилась на дне рождения у своей подруги, какой был чудесный торт, как они громко пели песни, танцевали. Вторая ворона слушает и очень сожалеет о том, что не попала на этот праздник. Общаются вороны карканьем.

Во второй ситуации одна из ворон рассказывает о страшном случае, который с ней произошел. Во дворе, где она клевала корку хлеба, появился злой мальчишка и чуть не поймал ее. Вторая ворона сочувствует подруге и радуется, что та вовремя смогла улететь.

### **Игра с воображаемым объектом**

(театрализованная игра)

**Цель:** формировать навыки работы с воображаемыми предметами, воспитывать гуманное отношение к животным.

**Содержание.** Дети в кругу. Воспитатель складывает ладони перед собой: Ребята, посмотрите, у меня в руках маленький котенок. Он совсем слабый и беспомощный. Я каждому из вас дам его подержать, а вы его погладьте, приласкайте, только осторожно и скажите ему добрые слова.

Воспитатель передает воображаемого котенка. Наводящими вопросами помогает детям найти нужные слова и движения.

### **«Поликлиника»**

(сюжетно-ролевая игра)

**Цель:** обогатить, расширить и систематизировать знания детей о профессии врача, о работе поликлиники. Воспитывать уважение и благодарность к труду врача, медсестры. Воспитывать чуткое, внимательное отношение к больному, доброту, отзывчивость, культуру общения.

**Игровые роли:** врач, медсестра, работник регистратуры, больные, фармацевт.

**Оборудование:** халат врача, халат медсестры, шапочки с красным крестом, одноразовые шприцы без иглол, пластиковые бутылочки, баночки, капельницы, фонендоскоп детский, термометр игрушечный, горчичники из желтой бумаги, бинт, салфетки (вата, бланки для рецептов, сумочка для врача с крестом).

**Содержание.** Больной идет в регистратуру, берет талон к врачу, идет на прием. Врач принимает больных, внимательно выслушивает их жалобы, задает вопросы, прослушивает фонендоскопом, измеряет давление, смотрит горло, делает назначение. Медсестра выписывает рецепт, врач подписывает. Больной идет в процедурный кабинет. Медсестра делает уколы, перевязывает ранки, смазывает мазью и т. д. Санитарка убирает кабинет, меняет полотенце. Больной идет в аптеку покупать лекарства, фармацевт отпускает товар (лекарства).

Игровые ситуации: «На приеме у лор врача», «На приеме у хирурга», «На приеме у окулиста» и др.

Врач-окулист – проверяет зрение с помощью таблицы, выписывает рецепт для глаз, или рецепт на очки. Больные покупают очки в аптеке (без линз).

Врач «ухо-горло-нос» смотрит горлышко, язык, уши. Измеряет температуру, дает назначение на процедуры. Медсестра делает прогревание.

### **«Семья»**

(сюжетно-ролевая игра)

**Цель:** побудить детей творчески воспроизводить в играх быт семьи. Совершенствование умения самостоятельно создавать для задуманного сюжета игровую обстановку. Формирование ценных нравственных чувств (гуманности, любви, сочувствия и др.).

**Оборудование:** куклы, игрушечная посуда, мебель, игровые атрибуты (передники, косынки), музыкальные инструменты, предметы-заместители.

Подготовка к игре. Игры-занятия «Как будто дома у нас младенец», «Как будто дома папа и дедушка, а мамы нет дома», «Мамин праздник», «Праздник в семье», «День рождения куклы». Беседы о взаимоотношениях в семье. Совместные игры с детьми подготовительной и младшей групп.

Игровые роли. Дедушка, бабушка, внук, внучка, мама, папа, брат, сестра.

**Содержание.** С целью развития игры воспитатель для начала беседует с детьми на тему «Где работают родители». Раскрывает нравственную сущность деятельности взрослых людей: ответственное отношение к своим обязанностям, взаимопомощь и коллективный характер труда. Далее педагог побуждает детей творчески воспроизводить в играх быт семьи. Предлагает ребятам соорудить постройку дома по представлению, используя строительный материал. Во время постройки дома учит детей договариваться о совместных действиях, составлять предварительный план конструкции, доводить работу до конца. Затем вносит игрушки (куклы, мебель, посуду и др.), игровые атрибуты (передники, косынки). После этого педагог совместно с детьми разбирает следующие игровые ситуации: «Когда мамы нет дома», «К нам пришли гости», «Я помогаю маме», «Семейный праздник» и т. д.

Игра «К нам пришли гости» должна научить детей, как правильно приглашать в гости, встречать гостей, вручать подарок, вести себя за столом.

В игре «Я помогаю маме» воспитателю необходимо вносить в нее элементы труда: стирка кукольного белья, починка одежды, ремонт книг, уборка помещения. По ходу игры педагог должен подбирать, менять игрушки, предметы, конструировать игровую обстановку с помощью разнообразного подсобного материала, использовать собственные поделки, применять природный материал.

В сюжеты любимых детских игр педагог должен вносить новое содержание. Например, игра «Семейный праздник» предполагает показ в детском саду концерта, используя детские музыкальные инструменты: рояль, металлофон, бубен, трещетки, дудки, треугольники и др. «Члены семьи» исполняют песни и пляски, читают стихи, шутят, загадывают загадки. Эта игра требует предварительной работы, воспитатель заранее совместно с детьми по их желанию может распределить, кто и что будет делать на празднике.

Также педагог может объединять игры, близкие по тематике, создавая возможность длительных коллективных игр, например: «Семья» и «Школа».

### **«Зоопарк»**

(сюжетно-ролевая игра)

**Цель:** расширять знания детей о диких животных; воспитывать доброту, отзывчивость, чуткое, внимательное отношение к животным, культуру поведения в общественных местах.

**Предварительная работа:** Чтение литературных произведений о животных. Рассматривание иллюстраций о диких животных. Слушание сказки К. Чуковского «Доктор Айболит» в грамзаписи. Рассматривание с детьми иллюстраций к сказке К. Чуковского «Доктор Айболит». Рассказы детей «Как мы ходили в зоопарк» Рассказ воспитателя о работе ветеринарного врача в зоопарке. Беседа с детьми о правилах безопасного поведения в зоопарке. Рисование «Что я видел в зоопарке». Коллективная лепка «Зоопарк» Изготовление с детьми атрибутов к игре.

**Роли:** строители, водитель, грузчики, животные, работники зоопарка, ветеринарный врач, кассир, посетители зоопарка.

**Оборудование:** крупный строительный материал, дикие животные (игрушки), посуда для кормления животных, инвентарь для уборки (ведра, метлы, совки), халаты, шапки, санитарная сумка (фонендоскоп, градусник, вата, бинт, пинцет, ножницы, шприц, мази, таблетки, порошки), касса, билеты, деньги.

**Содержание.** Строители строят зоопарк. Водитель привозит животных. Грузчики разгружают, ставят клетки с животными на место. Работники зоопарка ухаживают за животными (кормят, поят, убирают в клетках). Ветеринарный врач осматривает животных (измеряет температуру, прослушивает фонендоскопом), лечит больных. Кассир продает билеты. Экскурсовод проводит экскурсию, рассказывает о животных, говорит о мерах безопасности. Посетители покупают билеты, слушают экскурсовода, смотрят животных.

### **Игра «Мячик»**

#### **Цели**

- формировать у детей доверие к окружающим;
- способствовать повышению самоуважения детей. Поскольку у агрессивных детей чаще всего отсутствует доверие к окружающему миру на фоне сниженного самоуважения, им будет полезно следующее упражнение. Ребенок садится на корточки, голову прижимая к коленям. Взрослый «лепит» из источника Чудо семья. него мячик, поглаживая его с разных сторон. Если ребенок легкий, «мячик» можно поднять несколько раз вверх. Если



присутствуют двое взрослых, «мячик» можно покидать друг другу.  
С 4 ЛЕТ

### **«Прогони Бабу-Ягу»**

#### **Цели**

- содействовать символическому уничтожению страхов детей;
- помочь детям проявить их агрессию в конструктивных целях. Ребенка просят представить, что в стул залезла Баба-Яга, надо обязательно прогнать ее оттуда. Она очень боится громких криков и шумов. Ребенку предлагается прогнать Бабу-Ягу, для этого надо покричать и постучать по стулу пустыми пластмассовыми бутылками.

### **«Цирк»**

#### **Цель**

- способствовать снижению у детей сверхконтроля за проявлением гнева. Ведущий изображает дрессировщика, а дети — дрессированных собачек, лошадей, потом — тигров. Животные не всегда слушаются дрессировщика, а тигры даже рычат на него. Они не хотят слушаться дрессировщика, но он заставляет их делать это. Потом дети и взрослый меняются ролями, роль дрессировщика они выполняют по очереди.

С 5 ЛЕТ

### **«Конкурс художников»**

#### **Цель**

- разрушать стереотипное восприятие агрессивных персонажей сказок и фильмов. Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь сказочного агрессивного персонажа. Детям предлагается поиграть в художников, которые смогут сделать этот рисунок добрым. Всем детям даются заранее приготовленные рисунки, к которым они пририсовывают «добрые детали»: пушистый хвост, яркую шляпку, красивые игрушки и т. п. При этом можно устроить конкурс — чей персонаж выглядит добрее всех?

### **«Почему подрались мальчики»**

#### **Цель**

- развивать у детей рефлексию (способность анализировать причины и следствия) своего агрессивного поведения. Ведущий заранее готовит рисунок, на котором изображены Дерущиеся мальчики. Показывает этот рисунок и предлагает придумать, почему ребята подрались, чем закончится драка, будут ли они жалеть о том, что подрались, и как можно было бы поступить по-другому. На последующих занятиях можно рассматривать другие аналогичные рисунки, задавая те же вопросы.

### **«Я могу защитить...»**

#### **Цель**

- формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях. Дети и ведущий перебрасываются мячиком. Тот, у кого в руках мячик, заканчивает фразу «Я могу защитить...». Если источник Чудо семья. дети достаточно взрослые, можно использовать фразу «Я могу защитить..., потому что...».

## **«Три подвига Андрея»**

### **Цель**

- формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях. Упражнение можно выполнять индивидуально или в группе, в которой один ребенок на время становится основным действующим лицом, а остальные наблюдают за происходящим.

Ведущий источник Чудо семья. рассказывает историю о мальчике Андрее, который часто дрался. Как-то раз он подрался на улице с незнакомым мальчиком и побил его. Но оказалось, что это был не мальчик, а волшебник. Он рассердился на Андрея и забросил его на фантастическую планету. Выбраться оттуда домой Андрей сможет только тогда, когда совершит три подвига, очень трудных и опасных.

Далее дети вместе с ведущим придумывают и разыгрывают эти подвиги, например, как Андрей избавил город от громадного злого дракона или спас маленькую девочку от беспощадного бандита. Остальные дети при этом играют сопутствующие роли, например, роли дракона, замка, в котором он жил, деревьев в дремучем лесу дороге к замку и т. п. Каждый подвиг может разыгрываться на отдельном занятии.

## **«Я не упаду»**

### **Цель**

- формировать у детей доверие к окружающим. На полу ведущий раскладывает канат (толстую веревку) примерно двухметровой длины, так, чтобы получилась какая-нибудь замысловатая фигура. Один ребенок снимает обувь и становится на край каната двумя ногами (пяточка одной ноги касается пальцев другой). Ему завязывают глаза. Затем взрослый, страхуя ребенка, дает команды, способствующие его передвижению по канату («шаг вперед», «шаг влево», «шаг вправо» и т. п.). Ребенку необходимо, не сойдя с каната, пройти его весь — с начала о конца. Это упражнение выполняют по очереди все дети. Упражнение можно повторять несколько раз, постепенно усложняя траекторию пути — начинать с простых фигур из каната, затем усложнять их.

## **«Мышарик»**

### **Цели**

- предоставить детям возможность отреагировать на свои агрессивные чувства;
- формировать у детей доверие к окружающим. Ведущий рассказывает детям сказку и при этом делает одному из них массаж. Ребенок ложится на матрасик, а взрослый рассказывает сказку, руками изображая действия персонажей на спине ребенка. «Жил-был маленький Мышарик, вот как-то раз решил он поселиться на спине у (Кати, Вани...) около шеи (ведущий бегаёт пальцами по спине ребенка, затем “ложится спать” около его шеи). Но хитрый заяц решил съесть Мышарика, он прискакал на спину к (Кате, Ване...) (пальцы ведущего скачут по спине ребенка). Нашел заяц Мышарика и давай его зубами хватать (ведущий пощипывает спину ребенка). Но Мышарик рассердился и съел зайца (ведущий захватывает зайца своей ладонью)». Далее на спину ребенка

приходят олень, волк, медведь, слон. Ведущий разыгрывает на спине ребенка бои этих животных с Мышариком. Всякий раз Мышарик одерживает победу. Затем ведущий говорит, что от такого количества съеденного у Мышарика заболел живот, он идет в туалет (ведущий на некоторое время сжимает свою руку в кулак и прижимает его к спине ребенка), а затем снова весело гуляет по спине ребенка (ведущий бегаёт пальцами по спине ребенка).

### **«Петушинный бой»**

#### **Цель**

- стимулировать проявление агрессии у детей со страхами, аффективная стимуляция ребенка. Дети со страхами часто имеют трудности в проявлении агрессии, поэтому им будет полезно следующее упражнение. Двое детей — петушки, — прыгая на одной ноге, дерутся подушками. При этом они стараются сделать так, чтобы соперник наступил второй ногой на пол, что означает его проигрыш.

### **«Конкурс “боюсек”**

#### **Цель**

- предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем. Дети быстро передают друг другу мячик. Получивший его должен назвать тот или иной страх человека, например, боязнь темноты, боязнь одному оставаться дома, боязнь вампиров и т. п. Выглядит это так: ребенок, получивший мяч, называет какой-нибудь страх, например: «Дети боятся оставаться одни», после чего передает мяч другому ребенку. Тот говорит свою фразу, например: «Дети боятся спать одни», и передает мяч следующему и т. п. Повторяться нельзя. Кто не может быстро придумать страх, выбывает из игры. В конце определяется победитель конкурса — это ребенок, который назовет как можно больше «боюсек».

### **«Чужие рисунки»**

#### **Цель**

- предоставить детям возможность обсудить свои и чужие страхи. Детям показывают нарисованные другими детьми «страхи». Глядя на эти рисунки, дети должны рассказать, чего, по их мнению, боялись авторы рисунков и как им можно было бы помочь.

### **«Закончи предложение»**

#### **Цель**

- предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем.

Детям предлагается по очереди закончить предложения: «Дети обычно боятся...» «Взрослые обычно боятся...» «Мама обычно боятся...» «Учителя (воспитатели) обычно боятся...» При обсуждении делается вывод о том, что иногда страх испытывают все люди и это совсем не стыдно. Причем часто бывает так, что некоторые страхи с возрастом исчезают, например, ни один взрослый уже не боится оставаться один дома, а подростки даже любят быть одни и закрывают дверь своей комнаты.

### **«Очень страшное»**

### **Цель**

- предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем. Каждому из детей предлагается нарисовать рисунок на тему «Что-то очень страшное», а затем рассказать о нем.

### **«Превратись в игрушку»**

#### **Цель**

- предоставить детям возможность проявить реальные чувства. Каждый ребенок выбирает из кучи маленьких пластмассовых игрушек, изображающих агрессивных персонажей, ту, в которую он хотел или мог бы превратиться. Затем от имени этой игрушки составляет рассказ. Понятно, что в рассказе присутствуют собственные конфликты и желания.

### **«Книга моих подвигов»**

#### **Цель**

- содействовать повышению самооценки детей. Сначала ведущий вместе с детьми придумывает историю о том, как ребенок совершает подвиг — побеждает какое-либо злое существо. Затем ведущий вместе с одним из детей разыгрывает эту ситуацию, остальные дети наблюдают за тем, как это происходит. После этого каждый ребенок придумывает и рисует «свой собственный подвиг». После того как рисунки готовы, дети показывают их группе и рассказывают о них.

### **«Одень страшилку»**

#### **Цель**

- дать детям возможность поработать с предметом своего страха. Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: источник Чудо семья. Бабы-Яги, привидения и т. п. Каждый ребенок получает экземпляр рисунка. Он должен «одеть его» при помощи пластилина. Ребенок выбирает пластилин нужного ему цвета, отрывает маленькие кусочки и размазывает их внутри контура страшилки. Когда дети «оденут» свои страшилки, они рассказывают о них группе. Ведущий стимулирует рассказы своими вопросами. Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто боится его? И т. п.

### **«Дорисуй страшного»**

#### **Цель**

- помочь детям в проявлении чувств по отношению к предмету страха. Ведущий заранее готовит незавершенные черно-белые рисунки страшного персонажа: скелета, привидения и т. п. На занятии он раздает эти рисунки детям и просит дорисовать их. Затем дети показывают свои рисунки и рассказывают истории про них.

### **Брыкание**

Ребёнок ложится на спину на ковёр. Медленно начинает брыкаться. Ноги чередуются и высоко поднимаются, постепенно увеличивается сила и скорость. Можно произносит слово «нет». Упражнение способствует эмоциональной разрядке и снятию мышечного напряжения.

### **Кулачок**

Дайте ребёнку какую-нибудь мелкую игрушку или конфетку и попросите его сжать кулачок крепко-крепко. Пусть он подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится, и на ладони будет красивая игрушка.

Упражнение способствует смещению агрессии и мышечной релаксации.

#### **Лепим сказку**

Ребёнку предлагается слепить какую-либо сказку. Обсуждаются персонажи и фрагмент.

Работа с пластилином даёт возможность сместить энергию кулака.

Художественное творчество

Рисование карандашами каракулей.

**Упражнение развивает воображение, снимает напряжение.**

#### **Сюжетно- ролевые игры**

Игра с игрушечным оружием – пистолеты, шашки, сабли. Целью данных игр является смещение агрессии в мирное русло или на защиту, т.е. игра в «благородного защитника».

В арсенале игрушек важно иметь и барабан.

Систематизировала игры Скворцова А.А.

Май 2020г