

Комплексная система коррекционно-развивающих занятий с детьми старшего дошкольного возраста

Система строится с учетом принципа единства коррекционных, профилактических и развивающих задач. Все психокоррекционные воздействия должны быть направлены на позитивные изменения в познавательной, эмоциональной и поведенческой сфере личности дошкольника, способствовать развитию нового мироощущения.

Цель предлагаемой системы занятий состоит в устранении искажений в психическом развитии ребенка, перестройке неблагоприятно сложившихся образований, форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения.

Задачи

1. Стимулирование у детей новых форм переживаний.
2. Воспитание положительного эмоционального отношения к взрослым, сверстникам, самому себе.
3. Формирование позитивной «Я-концепции», адекватной самооценки, повышение уверенности в себе.
5. Нейтрализация негативных личностных проявлений: неорганизованности, агрессивности, конфликтности, обидчивости и др.; развитие способности к оптимальному взаимодействию с окружающим миром.
6. Развитие и обогащение новых форм общения со сверстниками.

Организационный этап занятий

1. *Условия формирования группы.* В состав группы могут входить дети, имеющие низкое статусное положение в группе детского сада; неуверенные в себе, агрессивные, эгоистичные, замкнутые, тревожные; отличающиеся неорганизованностью поведения (недостаточная целенаправленность деятельности, неумение планировать, регулировать и оценивать свои действия). Количество детей на занятиях не должно превышать 8—10 человек, что создает оптимальные условия для индивидуальной работы и обеспечивает вариативность общения.

2. *Продолжительность и периодичность проведения занятий.*

3. Занятия целесообразно проводить 2 раза в неделю, количество занятий — 24, продолжительность 35—40 мин.

4. *Требования к материально-предметной среде.* Для проведения занятий необходима отдельная комната, укомплектованная мебелью по росту детей. Стены помещения могут быть оклеены обоями или окрашены в мягкие пастельные тона. В помещении игровой комнаты должна поддерживаться температура воздуха 18—20 °С. Оконные проемы должны иметь гардины и тюлевые занавески, что способствует созданию уюта, приближение к домашним условиям. Игровой материал подбирается по условиям необходимости применения его на занятиях. Целесообразно использование аудиовизуальной техники.

Структура занятия

I. Подготовительный этап (7 мин).

Задача: освобождение от речевых и мышечных напряжений (от так называемых «зажимов»).

Освобождение от телесных зажимов, согласно теоретическим положениям телесно-ориентированной психотерапии, это один из косвенных путей к освобождению от зажимов психологических. Упражнения даются в начале любого занятия, это так

называемые «разогревающие процедуры», которые раскрепощают детей и подготавливают к дальнейшей деятельности [4; 36; 38].

II. Основной этап (25 мин).

1. *Осознание языка собственного тела.* Задача заключается в том, чтобы обратить ребенка к собственному опыту, научить прислушиваться к ощущениям, выработать способность отличать свои ощущения и чувства от культурно и социально привитых образов, которые столь часто перекрывают или искажают этот опыт.

Предлагаемые упражнения направлены на развитие навыков овладения своим телом, понимание смысла совершаемых движений и действий. Наряду с авторскими, нами использовались упражнения, разработанные К. Фопель и М.И. Чистяковой [37; 38].

2. *Расширение представлений о себе.* Важнейшей задачей предлагаемой системы занятий является развитие у ребенка способности к пониманию своей уникальности и неповторимости. Она решается с помощью техник арт-терапии [11; 37].

3. *Развитие мотива компетентности* как одного из центральных мотивов познания и учения. В основу всех заданий и задач, предлагаемых детям, положены специально подобранные дидактические игры, смысл которых заключается в решении определенной познавательной задачи, а также упражнения на внимание, память, мышление [5; 13; 32].

4. *Выработка и тренировка навыков общения и взаимодействия с проработкой невербальных средств общения (интонаций, мимики движений и т.п.)* - Целью этого блока упражнений является повышение чувствительности к себе, к другому человеку, развитие ум понять и передать свое эмоциональное состояние и почувствовать эмоциональное состояние другого. Особое внимание уделяете называемой «обратной связи». Человеку всегда важно знать, насколько его поняли и приняли с той информацией, которую он хочет донести, насколько он сам правильно понял, увидел, услышал тс, что ему сообщили. Часто при общении принимается во внимание ко вербальный его компонент, однако человек всегда, осознает это или нет, говорит еще и телом. И именно этот «невербальный» язык может быть информативнее и даже правдивее (в случае, вербальные и невербальные проявления расходятся или противоречат друг другу) [37; 38].

5. *Преодоление негативных личностных проявлений: агрессивно неуверенности, обидчивости, неорганизованности и др.*

Помогая ощутить единение с другими, обучая принимать самостоятельные решения, развивая эмпатию, мы способствуем становлению сильных сторон личности и характера ребенка, За систему координат для нивелирования отрицательных проявлений описанных ранее симптомокомплексов. Эти задачи решаются при помощи этюдов, игр на воспроизведение отдельных проявлений характера [38], ролевых игр [37], сказкотерапии [21; 27; 35].

6. *Создание новых образов достижения.*

Термин «образы достижения» ввел Карл Прибрам, нейрофизик из Стенфордского университета. Он сформулировал идею, что человеческая психика организует себя в соответствии с глубинными достижениями, определяющими направление жизни человека, правило, эти глубинные образы отличаются устойчивостью. Они *могут* быть изменены в двух типах ситуаций. Первая ситуация позволяет человеку находиться в состоянии

релаксации, неподвижности *направить* внимание внутрь себя. Второй путь к изменению этих симптомов, предполагает ритмическое движение (танцы, ходьба, бег) .

III. Завершающий этап (5 мин).

Задачи

1. Анализ и усиление психотерапевтического группового взаимодействия через высказывания детей о происшедших удачах во время занятия и акцентуация психологом позитивных проявлений и изменений у детей.

2. Отслеживание настроения детей в конце занятия. Можно использовать предложенный А.Н. Лутошкиным прием «цветопись». На большом листе, который расчерчен для каждого ребенка на все занятия, взрослый отмечает, какое у ребенка сейчас настроение, с помощью условленного заранее цвета. Вначале целесообразно использовать три цвета, а к концу, по уговору с детьми, пять цветов. Это свидетельствует о том, что дети научатся по ходу работы лучше дифференцировать свои переживания.

Условия эффективности коррекционно-развивающей работы

1. Создание атмосферы искренности, доверия, тепла, тем самым обеспечение прочности, единства межличностных взаимодействий в группе. Главная установка — на успех у каждого ребенка.

2. Внимательное и уважительное отношение к индивидуальным склонностям и способностям детей. Поддержка и развитие того, что самобытно, оригинально, что является ценным вкладом каждого ребенка в группу.

3. Учет добровольности детей при выполнении упражнений.

4. Поощрение и поддержка попытки детей овладеть своим поведением, объяснить свою позицию; внимание к тому, что делаешь, думаешь, чувствуешь сам и другие люди.

5. Использование содержательной оценки и в то же время сужение и конкретизация сферы действия оценочного суждения.

6. Стимуляция мотива «быть не хуже других».

Занятие 1

ИГРА 1

Цель: снятие речевого зажима (в результате освоения орфоэпии дошкольники уберут речевой зажим).

Ведущий занятия предлагает детям повторить за ним. При этом обращает внимание детей на то, что при произношении звуков [с] и [с'] кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка умеренно выгнута.

Са-са-са, са-са-са, ой-ой-ой! Летит оса!
Сы-сы-сы, сы-сы-сы — не боимся мы осы!
Су-су-су, су-су-су — видел кто из вас осу?
Сы-сы-сы, сы-сы-сы — мы не видели осы.
Са-са-са, са-са-са — отгадайте, где оса.
Си-си-си, си-си-си — в водоеме караси.
Ся-ся-ся, ся-ся-ся — вот поймать бы карася!
Се-се-се, се-се-се — карасей ловили все.
Ся-ся-ся, ся-ся-ся — не поймали карася.
Ся-ся-ся, ся-ся-ся — жили-были два гуся.
Ся-ся-ся, ся-ся-ся — спи спокойно — сказка вся!

ИГРА 2 «ШТАНГА»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Ребенок имитирует поднятие тяжелой штанги. Потом бросает ее. Отдыхает.

ИГРА 3 «РАСТЕМ»

Цель: осознание языка собственного тела.

Дети стоят по кругу. И.п. — сидя на корточках, голову нагнуть к коленям, обхватив их руками.

Ведущий. Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно распрямляясь раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти.

Усложнение: ведущий может увеличивать продолжительность «роста» до 10—12 «стадий».

ИГРА 4 «Я МОГУ»

Цель: развитие способностей видеть положительное в себе и других.

Детям предлагается рассказать о том, что они уже умеют делать и могут этим гордиться. Далее дети по очереди слушают о себе мнение других детей. Если они затрудняются, ведущий помогает: «Умеет хорошо застегивать пуговицы, играть, лепить, рисовать, бегать все же есть некоторые вещи, которые получаются не совсем так, хочется. Чему бы ты хотел еще научиться и что тебе для этого нужно?»

Дети делают рисунки:

«Лучше всего я умею...»

«Я не очень хорошо умею...»

«Больше всего я хочу научиться...»

«Вот что мне для этого нужно...»

ИГРА 5 «КАК МЫ ОДЕВАЕМСЯ?»

Цель: активизировать процессы мышления, внимания, речи.

Каждый ребенок задумывает какой-нибудь предмет одежды: например, платок, юбку, платье, перчатки, трусики, майку и пр., и называет его только ведущему, чтобы остальные дети не слышали (ведущий следит за тем, чтобы несколько детей не выбрали один и тот же предмет).

Потом один ребенок начинает рассказывать, например: «Собрался я кататься на санках и надел на себя...». Прервав рассказ, он показывает на какого-нибудь участника игры. Тот называет предмет одежды, который он задумал. Остальные дети должны рассудить, правильно ли оделись мальчик или девочка.

Игра эта очень веселая, так как иногда получаются смешные сочетания.

ИГРА 6 «КАКОЙ Я?»

Цели: формирование чувствительности к невербальным средствам общения; выработка навыков прочтения состояния другого по невербальным проявлениям; формирование умения выразить свое состояние невербальными средствами.

Ведущий задает тему, которую дети должны раскрыть пантомимически. Тема может быть дана одному человеку, паре, части группы или всей группе. Темы для индивидуального показа: какой я бываю в детском саду? дома? в гостях? каким бы я хотел быть? Для пары: встреча на одной скамейке, перейти по узкой доске через большую лужу, пройти по качающемуся мостику через пропасть; для группы: зоологический сад — каждый изображает какое-то животное, причем выбор животного и взаимодействие с другими животными символически отражают некоторые качества и отношения участников.

ИГРА 7 «СЛУЧАЙ В ЛЕСУ»

Цель: преодоление неуверенности в себе, тревожности, страха самостоятельных действий.

Ведущий (*рассказывает сказку*). В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому в лесу его прозвали «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг — Барсучонок.

И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробежал по мосту, одна доска вдруг сломалась, и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, просить о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-то услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга и сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Он испытывал гордость потому, что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Зайчонок на всю жизнь запомнил очень важное и полезное правило: «Верь в себя и во всем полагайся только на свои силы!». И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

ИГРА 8 «ПОЕЗДКА ЗА ГОРОД»

Цель: создание образов достижения (установка на доброжелательные отношения между детьми группы детского сада).

Ведущий. Представьте, что вы во сне. Видите, как будто мы в автобусе. Кто-то сидит за рулем, а кто-то едет пассажиром. Мы по знакомой улице нашего города. Рядом сидят дети из группы и в (смотрят друг на друга. Нас обгоняет машина «Жигули». Ты слышишь шум мотора. Автобус выезжает за город, мчится по пустому шоссе, притормаживает и съезжает на полянку. Вместе со всеми ты выходишь из автобуса, и сразу ласковыми лучами дотронулось солнышко до твоего лица. Птички поют. В траве стрекочут кузнечики, а в воздухе летают стрекозы и бабочки. Ты чувствуешь, что тебе тепло и приятно на этой полянке. Слышишь голос воспитателя. Он объясняет правила твоей любимой игры-соревнования. Ты договариваешься с детьми, как вы будете играть, распределяете между собой роли. Игра начинается.. И сразу ребята из другой команды начинают выигрывать. Противники сильнее, но они все твои друзья. А победить хочется. Ребята из твоей команды дружные, ловкие, честные, и счет выравнивается. Твоя команда начинает выигрывать. Победа! Радость велика. Жмете друг другу руки. Улыбаетесь.

Открываем глаза. Встаем. Потягиваемся.

Занятие 2

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий занятия предлагает детям повторить за ним. При этом обращает внимание детей на то, что при произношении звука [з] кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка умеренно выгнута.

За-за-за, за-за-за — здесь привязана коза.

Зы-зы-зы, зы-зы-зы — мало травки у козы.

Зу-зу-зу, зу-зу-зу — отвязали мы козу.

За-за-за, за-за-за — залезает в сад коза.

Зу-зу-зу, зу-зу-зу — привязали мы козу.

За-за-за, за-за-за — здесь привязана коза.

ИГРА 2 «ЗАМРИ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Детям предлагается «заснуть» в разных позах. Ведущий ходит между фигурами.

Ведущий

На дворе встречает он

Тьму людей, и каждый спит:

Тот, как вкопанный, сидит,

Тот, не двигаясь, идет,

Тот стоит, раскрывши рот.

В. Жуковский

Ведущий подходит к фигурам детей, застывшим в различных позах: пытается их разбудить, беря за руки: поднимает чью-нибудь руку, не опускается.

ИГРА 3 «ПОКАЖИ»

Цель: осознание языка собственного тела.

Детям предлагается показать, как ходит собака, кошка, корова, лошадь, курица, гусь, утка и др.

Выполнять упражнение можно поочередно, по желанию детей — всем вместе, перемещаясь по кругу. После выполнения динамических поз можно предложить детям принять статические позы: показал сидит кукла, стоит книжка на полке, лежит ложка, стоит стул.

ИГРА 4 «ЭТО - Я, КОГДА...»

Цель: расширение представлений о себе.

Детям предлагается вспомнить, как они чувствовали себя, когда у них было хорошее настроение, рассказать об этом, нарисовать себя в хорошем настроении.

ИГРА 5 «МАГАЗИН»

Цель: учить детей описывать предмет, находить его существенные признаки, узнавать предмет по описанию.

Дети садятся полукругом перед столом с различными игрушками.

Ведущий. У нас открылся новый магазин. Посмотрите, сколько в нем красивых игрушек! Вы их сможете купить. Но чтобы купить игрушку, нужно выполнить одно

условие: не называть ее, а описывать, при этом смотреть на игрушку нельзя. По вашему описанию продавец узнает ее и продаст вам.

Короткой считалочкой выбирают «продавца». Первым покупает игрушку ведущий, показывая, как надо выполнять правила игры.

Уважаемый продавец, я хочу купить игрушку. Она круглая, г. новая, умеет прыгать, с ней любят играть все дети.

Продавец подает покупателю мяч.

Спасибо, какой красивый мяч:

Продавец называет имя любого из играющих. Тот подходит и описывает игрушку, которую он выбрал для покупки.

Покупатель. А мне продайте, пожалуйста, такую игрушку: она пушистая, оранжевая, у нее длинный красивый хвост, узенькая мордочка и хитренькие глазки.

Продавец подает игрушку-лису. Покупатель благодарит и садится на место.

Игра продолжается до тех пор, пока все дети не купят себе игрушки. Роль продавца могут выполнять несколько ребят поочередно.

Примечание. По такому же принципу проводится игра «Магазин цветов», где дети описывают комнатные растения, их листья, стебель, цветок.

ИГРА 6 «ХОЧУ СДЕЛАТЬ ЧТО-НИБУДЬ ХОРОШЕЕ»

Цель: установление контакта между детьми, инициативное общение.

Предложить детям проиграть следующие ситуации: подойти к другому, попросить игрушку, задать вопрос, пригласить поиграть, похвали за что-то, сказать что-нибудь хорошее, утешить расстроенного, обратиться к чужому человеку на улице с просьбой, к продавцу в магазине...

ИГРА 7 «ОХОТА»

Цели: пробудить жажу приключений у детей; способствовать развитию внимания, собранности, умения прислушиваться; развивать смелость и уверенность в себе.

В качестве игровой площадки потребуется поле 3х6 м. Дети-зрители встают по периметру, чтобы Заяц и Охотник не упали и не вышли за границу круга.

Ведущий. Я хочу вам предложить одну игру, в которой надо быть очень тихими. Играют двое. Один — Охотник, другой — Заяц, завяжем им глаза так, что обоим придется рассчитывать только на свои уши. Все остальные ведут себя очень-очень тихо. В начале Охотник и Заяц стоят в противоположных углах нашей площадке. Представим себе, что сейчас ночь, и так темно, что не видно даже своего носа. Заяц пытается перебежать через поле. Если он окажется на другой стороне его — он в безопасности. Охотник пытается поймать его при удобном случае. Заяц должен наострить уши, определить, где находится Охотник, и увернуться от него. Охотник пытается идти точно в то место, где он слышит Зайца, чтобы поймать. Все остальные стоят по краю поля, чтобы Заяц и Охотник не упали и не вышли за границу круга. Кто хочет быть первым Зайцем и первым Охотником?

После игры ведущий проводит беседу с детьми.

Все ли были настолько тихими, чтобы Заяц и Охотник могли хорошо слышать друг друга?

Дети отвечают.

Как вы чувствовали себя в роли Зайца? В роли Охотника? Что было в этой игре трудным?

ИГРА 8 «ВСТРЕЧА С ЛЮБИМЫМИ ГЕРОЯМИ»

Цель: улучшение восприятия информации.

Ведущий. Ты закрываешь глаза и видишь, что воспитатель приглашает детей группы почитать книгу. Дети расставляют стульчики полукругом. Спокойно садятся, и ты садишься вместе с ними. Воспитательница начинает читать книгу. Ты слышишь имена своих любимых героев и вспоминаешь, какое удовольствие ты испытывал от встречи с ними. Это удовольствие ты испытываешь и сейчас. Оно так велико, что ты сидишь без движений, затаив дыхание ожидания услышать продолжение истории. Ты чувствуешь, что собран и внимателен. Ты хорошо запоминаешь все, что слышишь. Обязательно запоминаешь. Быстро соображаешь... *(пауза)*.

Ты хорошо отдохнул.

Ты словно принял освежающий душ.

Ты всем телом чувствуешь легкий озноб.

Встали, потянулись, еще потянулись. Хорошо.

Дышим спокойно. Глубокий вдох и выдох, глаза открываем

Занятие 3

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий (*предлагает детям повторить за ним*)

Це-це-це, це-це-це — вот вам сказка о яйце.

Цо-цо-цо, цо-цо-цо — курица снесла яйцо.

Цу-цу-цу, цу-цу-цу — киска тянется к яйцу.

Ца-ца-ца, ца-ца-ца — брысь, котенок, от яйца!

Цу-цу-цу, цу-цу-цу — не пускать его к яйцу!

Цо-цо-цо, цо-цо-цо — сами мы съедим яйцо.

Цы-цы-цы, цы-цы-цы — отогнали? Молодцы!

Це-це-це, це-це-це — вот вам сказка о яйце.

ИГРА 2 «СОСУЛЬКА»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Ведущий читает стихотворение. При произношении первой и второй строчки дети держат руки над головой. При произношении третьей и четвертой строчки нужно уронить расслабленные руки и присесть.

Ведущий

У нас под крышей Белый гвоздь висит, Солнце взойдет, Гвоздь упадет. *В. Селиверстов*

ИГРА 3 «НАДУВНАЯ КУКЛА»

Цель: осознание языка собственного тела.

Участники разбиваются на пары. Один — надувная кукла, из которой выпущен воздух, лежит расслаблено на полу. Другой имитирует накачивание куклы воздухом с помощью насоса: ритмично наклоняется вперед, произносит звук [с] на выдохе. Кукла постепенно наполняется воздухом, ее части распрямляются, выравниваются. Наконец, кукла надута. Дальнейшее накачивание ее воздухом опасно — кукла напрягается, может лопнуть. Время окончат надувания ребенок с «насосом» определяет по состоянию напряжения тела куклы. После этого куклу «сдувают». Воздух постепенно выходит, она «опадает».

ИГРА 4 «Я - ЭТО, КОГДА...»

Цель: расширение представлений о себе.

Ведущий. А вспомните ли вы себя грустными? Что вас тогда расстроило? Нарисуйте себя грустными.

Далее проводится совместный анализ рисунков.

ИГРА 5 «ГДЕ БЫЛ ПЕТЯ?»

Цель: активизировать процессы мышления, внимания, речь,

Ведущий. Давайте представим, будто в наш детский сад пришел новый мальчик — Петя. Вместе со своей воспитательнице он пошел осматривать детский сад. А вот куда

он заходил и что увидел, расскажет Петя. От имени Пети будете рассказывать вы по очереди. Не называйте комнату словом. Мы должны узнать ее с помощью вашему описанию.

Приводим примерные описания, данные детьми: «Петя зашел в комнату, где на полках лежало много чистого белья. Гудела стиральная машина. Мария Петровна гладила белье. (Прачечная.) Петя заглянул в комнату, где дети пели, танцевали, кто-то играл на пианино. Комната была большая, светлая. (Зал.)

Ведущий предупреждает детей, что надо описывать только то, что Петя мог увидеть в здании детского сада. Если ребенок рассказал о том, чего нет в детском саду, он считается проигравшим.

Усложнение. Ведущий предлагает вспомнить, что мог увидеть Петя, выйдя на участок детского сада. Дети описывают участок, постройки, деревья, кустарники, выделяют признаки, отличающие участок одной группы от участка другой.

Ведущий предлагает назвать одно и то же место разными словами.

Ребенок (*описывает*). Петя спустился по лестнице и увидел на полочках банки с разными фруктами, соками, компотами; в мешке была морковь, а в большом ящике картошка. Там было прохладно.

Дети. Петя попал в подвал.

Ведущий предлагает подумать и сказать другими словами. Ответы детей могут быть такими: «На продуктовый склад», «В кладовую», «В овощехранилище».

Ведущий (*подводит итог ответам детей*). Да, куда заглянул Петя, можно назвать по-разному.

ИГРА 6 «ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ»

Цель: чувство общей атмосферы группы.

Дети сидят на стульях, расставленных по кругу, изображают семью. Каждый занят каким-нибудь делом: один лепит из пластилина шарики, другой вколачивает в дощечку маленькие гвоздики, кто-то рисует, шьет, вяжет, стирает, готовит обед и т.п. Приятно смотреть на семью, в которой все так дружно работают.

Дети должны производить руками манипуляции так, как словно в руках у них не воображаемые предметы, а вполне реальные.

Этюд сопровождается музыкой Р. Паулса «Золотой клубочек»

ИГРА 7 «АЭРОБУС»

Цель: научить детей доверять друг другу, способствовать выработке согласованности действий. *Оборудование:* шерстяное одеяло.

Ведущий. Кто из вас хотя бы раз летал на самолете? Может ли вы объяснить, что держит самолет в воздухе? Знаете ли вы, какие бывают типы самолетов? Хочет ли кто-нибудь из вас стать маленьким аэробусом? Остальные ребята будут помогать аэробусу «лететь». Хорошо, Петя, ты — первый аэробус, который должен «лететь». Ложись животом вниз на одеяло и разведи руки в стороны, как крылья самолета. Теперь я хотела бы, чтобы с каждой стороны аэробуса встало по одному человеку. Присядьте и просуньте руки под его ноги, живот и грудь. Один из вас должен медленно сосчитать до трех, и тогда все сообща встают и поднимают аэробус с поля.

Так, теперь его можно потихоньку поносить по нашему помещению. Когда Петя будет совсем уверенно себя чувствовать, он закроет глаза. Пусть аэробус совершит «полет» по кругу и снова медленно «приземлится» на одеяло.

Ведущий может комментировать «полет» и обращать особое внимание на аккуратность и

бережное отношение детей к водящему. Затем другие дети играют эту роль. Вы можете попросить аэробус выбрать тех, кто его понесет. Когда вы увидите, что у детей все получается хорошо, то можно будет «запустить» два аэробуса одновременно.

Ведущий (*проводит беседу с детьми*). Как вы чувствовали в качестве аэробуса? Доверяли ли вы тем, кто вас нес? Когда начали чувствовать себя уверенно? Как вы чувствовали себя в качестве носильщика аэробуса? Согласованно ли работали носильщики? Кому из ребят вы охотно доверили нести себя?

ИГРА 8 «ТЫ НА ЗАНЯТИИ»

Цель внушения: настрой на определенную деятельность.

В е д у щ и й. Вы закрываете глаза и видите, как все дети группы начинают рассаживаться. Каждый сел на свое привычное место. Занятие начинается. Ты видишь себя на занятии. Тебе хочется заниматься. Получаешь задание от воспитателя. Делаешь его с удовольствием добросовестно. У тебя очень хорошее настроение, сильное желание выполнить задание до конца и ты это обязательно сделаешь, потому, что только после напряженного труда наступает радостный отдых. Сейчас ты наблюдаешь за своими действиями. А они точные, быстрые, ловкие и легкие (*пауза*). Занятие подходит к концу. Работа выполнена. Тебя охватывает восторг от того, что все закончено вовремя чувствуешь прилив сил, бодрости, энергии. Глаза открываются.

Занятие 4

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий (*предлагает повторить за ним*)

Ши-ши-ши, ши-ши-ши — что-то шепчут камыши.

Ше-ше-ше, ше-ше-ше — это утка в камыше.

Ша-ша-ша, ша-ша-ша — выходи из камыша!

Ше-ше-ше, ше-ше-ше — нет уж утки в камыше.

Ши-ши-ши, ши-ши-ши — что же шепчут камыши?

ИГРА 2 «ШАЛТАЙ-БОЛТАЙ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Шалтай-Болтай *Поворачивать туловище вправо-влево, руки*

Сидел на стене. *свободно болтаются, как у тряпичной куклы*

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. *Резко наклонить корпус вниз.*

ИГРА 3 «СКУЛЬПТУРА И ГЛИНА»

Цель: осознание языка собственного тела.

Дети разбиваются на пары. Один из них — скульптор, другой — глина. Скульптор должен придать «глине» форму (позу), какую захочет. «Глина» податлива, расслаблена, «принимает» форму, которую ей придают. Законченная скульптура застывает. Скульптор дает ей название. Затем они меняются местами. Детям не разрешается, переговариваться.

Вариант. «Застывшая» глиняная фигурка может ожить и произвести характерные для своего «прототипа» движения.

ИГРА 4 «Я СМОГУ»

Цель: расширение представлений о себе.

С детьми проводится беседа.

В е д у щ и й. Вы чувствовали себя когда-нибудь неуверенно? Расскажите, когда это было? Попробуйте нарисовать себя неуверенным.

ИГРА 5 «ДА И НЕТ»

Цель: учить детей мыслить, логично ставить вопросы, делать правильные умозаключения.

Вариант 1

Ведущий. Почему эта игра так называется? Потому что мы вами можем отвечать на вопросы водящего только словами «да» и «нет». Водящий выйдет за дверь, а мы договоримся, какой предмет в нашей комнате мы ему загадаем. Он придет и будет у нас спрашивать, где находится предмет, какой он, для чего нужен. Мы ему будем отвечать только двумя словами. Сначала водящим буду я. Когда я выйду из комнаты, Вова скажет вам, какой предмет он предлагает загадать. Потом вы позовете меня.

Ведущий выходит, потом заходит в комнату.

Этот предмет на полу? Дети. Нет. Ведущий. На стене? Дети. Нет.

Ведущий. На потолке? Дети. Да.

Ведущий. Стекланный? Похож на грушу? Дети. Да.

Ведущий. Лампочка? Дети. Да.

Взяв на себя роль первого водящего, ведущий учит детей логически ставить вопросы.

Ведущий. Дети, вы заметили, как я спрашивала? Сначала я узнала, где находится предмет, а потом я узнала, какой он. Постарайтесь и вы так же отгадывать.

Эта игра учит детей мыслить логично: если предмет не на полу, значит он может быть на стене или потолке. Дети не сразу делают правильные выводы. Бывает так: узнав, что этот предмет не на полу, ребенок продолжает спрашивать: «Стол?», «Стул?». Ведущий в таких случаях помогает ребенку прийти к правильному умозаключению.

Мы тебе ответили, что предмет не на полу. А где находится стул, стол.

Ребенок. На полу.

Ведущий. Нужно было их называть?

Ребенок. Нет.

Ведущий. Ты узнала, что предмет на стене. Посмотри, как предметы на стене, и отгадай, что мы загадали.

Ребенок. Он квадратный?

Дети и ведущий. Да.

Ребенок. В рамочке?

Дети и ведущий. Да.

Ребенок. На нем нарисованы цветы?

Дети и ведущий. Да.

Ребенок. Картина?

Дети и ведущий. Да.

Вариант 2

Можно предложить более сложный вариант. Ведущий загадывает предмет, который находится за пределами комнаты.

Ведущий: предметов, дети, очень много, и отгадать будет трудно, если вы не узнаете, на земле это или на небе, в доме или на улице, животное это или растение.

Дети начинают подбирать вопросы и отгадывать задуманный предмет. Например, дети загадали солнце. Миша отгадчик задает вопросы.

Миша. В доме? На улице? В огороде? В лесу? На земле? На небе? Узнав, что предмет на небе, он задает следующие вопросы. Воздух? Тучи? Снег? Воробьи? Ракета? Самолет? Солнце?

По этим вопросам можно проследить ход логического мышления: узнав, что предмет находится на небе, он называет уже только те объекты, которые могут там быть.

ИГРА 6 «ДОВЕРИЕ»

Цель: развивать чувствительность, межличностное доверие, умение чувствовать другого.

Группа считалочкой выбирает «поводыря», задача которого в течение 5—7 минут водить группу с закрытыми глазами по комнате. Участники группы держат друг друга за талию или плечи. После проведения игры каждый описывает свои ощущения, степень доверия поводырю. Поводырь делится своими чувствами, касающимися ответственности за других детей.

Ведущий помогает детям правильно рассказать о своих чувствах в доступной для данного возраста форме.

ИГРА 7 «КОРОЛЬ»

Цель: дать детям возможность высказать свои желания, не боясь «потерять лицо».

Ведущий. Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого короля?

Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять. Все остальные дети становятся слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей, не может позволить себе многое. Он может приказать, например, что бы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали питье, чтобы слуги были у него «на посылках» и так далее. Кто хочет стать первым королем?

Пусть со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. Сразу же скажите детям, что наступит очередь каждого. За один раз в этой игре могут побыть два-три ребенка. Когда время правления короля закончилось соберите всю группу в круг и обсудите полученный в игре опыт. Это поможет следующим королям соизмерять свои желания с внутренними возможностями остальных детей и войти в историю добрым королем.

Как ты чувствовал себя, когда был королем? Что тебе больше всего понравилось в этой роли? Легко ли было тебе отдавать приказы окружающим? Что ты чувствовал, когда был слугой? Легко ли тебе было выполнять желания короля? Когда королем был Петя (Вася), он был для тебя добрым или злым королем?

ИГРА 8 «МОЯ КОМНАТА»

Цель внушения: снятие стресса.

Ведущий. Мы закрываем глаза и видим теплую, уютную, освещенную лампой комнату. Тебе даже сейчас показалось, что это твоя комната, но теперь ты рассматриваешь незнакомые предметы круглый стол, старинный диван, стулья с высокими спинками вокруг стола, камин, толстый пушистый ковер на полу. Открылась дверь в комнату, вбежал мальчик, а за ним девочка. Ребенок одет в твою одежду, в руках у него твои игрушки. Он идет к тебе навстречу ты готов сказать ему самые хорошие слова, какие знаешь. Ведь: ты сам в комнате, в одежде, с игрушками. Проговори про себя самые хорошие слова: добрый, ласковый, приветливый, скромный, честный, уступчивый. (Пауза.)

А теперь потянулись, улыбнулись, резко вдохнули, глаза открыли.

Занятие 5

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Предложить детям повторить за ведущим.

Жа-жа-жа, жа-жа-жа — тут ежата у ежа.

Жу-жу-жу, жу-жу-жу — как-то уж пришел к ежу.

Жи-жи-жи, жи-жи-жи — мне ежат ты покажи.

Жу-жу-жу, жу-жу-жу — я с ужатами дружу.

Жа-жа-жа, жа-жа-жа — уж уходит от ежа.

Жи-жи-жи, жи-жи-жи — в нашем доме этажи.

Жа-жа-жа, жа-жа-жа — подо мной два этажа.

Жа-жа-жа, жа-жа-жа — надо мной два этажа.

Же-же-же, же-же-же — на каком я этаже?

ИГРА 2 «ВИНТ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

И.п.: пятки и носки вместе. Корпус поворачивают влево, вправо. Одновременно с этим руки свободно следуют за корпусом в те же направления.

Этюд сопровождается музыкой Н. Римского-Корсакова «Пляска скоморохов» из оперы «Снегурочка» (отрывок).

ИГРА 3 «ГРУППОВАЯ СКУЛЬПТУРА»

Цель: осознание языка собственного тела.

В этой игре каждый участник одновременно является и скульптором и глиной. Он находит свое место в общей скульптуре в соответствии с общей атмосферой и содержанием групповой композиции. Вся работа происходит в полном молчании. В центр комнаты выходит первый участник (это может быть любой желающий или назначенный ведущим ребенок) и принимает какую-то позу.

Затем к нему пристраивается второй, третий пристраивается уже к общей для первых двух участников композиции.

Выполняя это упражнение, необходимо:

—действовать в довольно быстром темпе;

—следить, чтобы получившиеся композиции не были бессмысленной мозаикой изолированных друг от друга фигур.

ИГРА 4 «СМЕЛОСТЬ»

Цель: расширение представлений о себе. Дети приглашаются к разговору: «Расскажите какую-нибудь историю когда другим помогла твоя смелость. Нарисуйте себя смелыми.

ИГРА 5 «ГРУППИРОВКА КАРТИНОК»

Цель: закреплять умение детей классифицировать предметы животных, птиц и т.п.

Каждый ребенок получает по 6—7 картинок. Эти картинки могут взять из разных игр типа «Лото».

Итак, каждый ребенок получает по 6—7 картинок. Эти картинки можно условно разделить на части, например: дикие животные, домашние животные, птицы — звери, игрушки — инструменты.

Нужно сначала назвать картинки, а затем разделить на группы определяя их видовое

и родовое отличие.

ИГРА 6 «ЧТО ТЫ БУДЕШЬ ДЕЛАТЬ?»

Цель: развитие умения выходить из конфликтных ситуаций

Ведущий. Давайте представим, что Пете и Вите понравилась машинка. Витя забрал машинку себе и не дает Пете. Ты — Петя, что ты будешь делать?

Проигрывается несколько раз.

Нина и Катя решили одеть куклу, но заспорили, во что они ее будут одевать. Нина забрала одежду и куклу. Ты, Катя, что будешь делать?

Проигрывается несколько раз.

Ты плохо себя вел. Воспитательница обиделась. Что ты будешь делать? Проигрывается несколько раз.

ИГРА 7 «РОЗА И РОМАШКА»

Цель: преодоление неуверенности, чувства неполноценности при низкой самооценке.

Ведущий. В маленьком городе был крошечный садик, в котором росла прекрасная алая роза. Неподалеку от розы росла бедная беззащитная ромашка. Она только что распустилась, ее еще неокрепшие лепестки были белыми, обычными. Ромашку окружало множество разнообразных полевых цветов. Но ее ничего не радовало. В ее крошечной желтенькой головке была большая мечта — стать прекрасным необычным цветком. Ромашка с восхищением смотрела на ухоженную розу. Когда была засуха, хозяин поливал свой цветок, когда шли обильные дожди, розу накрывали, и ни одна грозная капля не попадала на бархатные лепестки нежного цветка. «Как же ей хорошо, — думала ромашка, — оказаться бы мне на ее месте», — не переставал мечтать маленький цветок с длинными лепесточками, похожими на крылышки бабочек.

Но вот однажды шел по дорожке ребенок. Увидев ромашку, он с восхищением сказал: «Какой красивый цветок!» Ромашка сначала не могла понять этих слов, до этого момента она считала себя самым уродливым растением. Но в конце концов она поняла, что все цветы хороши по-своему.

ИГРА 8 «УБОРКА»

Цель внушения: формирование навыков взаимопомощи в труде.

Ведущий. Мы закрываем глаза ... и видим, как будто ты вместе с детьми выходишь на прогулку. Спускаешься по лестнице, считаешь ступеньки: один, два, три ... десять, выходишь из здания детского сада и следуешь на свой участок. Слышишь голос воспитателя. Он говорит: «Дети, в начале прогулки мы немного потрудимся, уберем опавшие листья с участка, подметим веранду и дорожки». Мальчики берут грабли и сгребают в кучи опавшие листья, другие дети уносят листья на носилках на хозяйственный двор. Девочки подметают веранду, складывают в порядок игрушки чисто выметают дорожки. Шумят листьями огромные деревья. Кругом очень тихо и шум листвы долетает отчетливо ясно. Ты видишь себя вместе с детьми. Делаешь то же самое, что делают дети, но стараешься никому не мешать. У тебя быстро получается, а вот друзья не закончили работать, поэтому тебе хочется им помочь. И что же ты делаешь? Да тыходишь к ним и трудишься вместе с ними. Радостно чувствовать себя помощником. Ра-дост-но. Радостно!

Притянулись, улыбнулись, глубоко вдохнули. На выдохе глаза открыли.

Занятие 6

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий (*предлагает повторить за ним*)

Чо-чо-чо, чо-чо-чо — у меня болит плечо.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу — раз болит — походи к врачу.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу — нет, к врачу я не хочу.

Ча-ча-ча, ча-ча-ча — буду плакать у врача.

Чи-чи-чи, чи-чи-чи — помогают нам врачи.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу — ну, тогда пойду к врачу.

Че-че-че, че-че-че — мы мечтаем о мяче.

Чи-чи-чи, чи-чи-чи — очень нам нужны мячи.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу — нам купили по мячу.

Ча-ча-ча, ча-ча-ча — вот уж в речке два мяча.

Чи-чи-чи, чи-чи-чи — нам опять нужны мячи.

Че-че-че, че-че-че — мы мечтаем о мяче.

ИГРА 2 «ИГРА В СНЕЖКИ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Зима. Дети в саду играют в снежки. Этюд сопровождается музыкой Г. Струве «Веселая горка». Выразительные движения: нагнуть схватить двумя руками снег, распрямиться и бросить снежок резким коротким движением, широко раскрывая пальцы.

ИГРА 3 «МАРИОНЕТКИ»

Цель: осознание языка собственного тела.

Детям предлагается представить себе, что они куклы-марионетки которые после выступления висят на гвоздиках в шкафу.

Ведущий. Представьте себе, что вас подвесили за руку, палец, шею, ухо, плечо и т.д. Ваше тело фиксировано в одной точке, все остальное расслаблено, болтается.

Упражнение выполняется в произвольном темпе, можно с закрытыми глазами. Ведущий следит за степенью расслабленности тела участников.

ИГРА 4 «ГОРДОСТЬ»

Цель: расширение представлений о себе.

Ведущий. Как вы думаете, чем может человек гордиться? Расскажите, когда вы можете собой гордиться.

Нарисуйте себя, когда вы испытывали чувство гордости.

ИГРА 5 «КТО БОЛЬШЕ ЗАМЕТИТ НЕБЫЛИЦ?»

Цели: учить детей замечать небылицы, нелогичные ситуации, объяснять их; развивать умение отличать реальное от выдуманного.

Дети садятся так, чтобы на столе можно было откладывать фишки

Ведущий. Дети, сейчас я прочитаю вам стихотворение Корнея Чуковского «Путаница». В нем будет много небылиц. Постарайтесь их заметить и запомнить. Кто заметит небылицу, положит фишку, заметит еще одну небылицу — положит вторую фишку рядом и т., Кто заметит больше небылиц, тот и выиграет. Фишку можно поле жить только тогда, когда ты сам заметил небылицу.

Сначала читается небольшая часть этого стихотворения. Читаете стихотворение медленно, выразительно, акцентируются места с небылицами.

После чтения ведущий спрашивает детей, почему стихотворение называется «Путаница». Затем того, кто отложил меньше фишек просит назвать замеченные им небылицы. Дети, у которых больше фишек, называют те небылицы, которые не заметил первый отвечающий. Повторять сказанное нельзя. Если ребенок положил больше фишек, чем небылиц в стихотворении, ведущий говорит ему, что с не выполнил правила игры, и предлагает быть более внимательны в другой раз.

Затем читается вторая часть стихотворения. Надо следить за тем чтобы дети не утомлялись, так как игра требует большого умственного напряжения. Заметив по поведению детей, что они устали, ведущий должен прекратить игру. В конце игры следует похвалить детей, которые заметили больше небылиц. А тот, кто заметил небылиц меньше, в следующий раз постарается и сделать лучше.

ИГРА 6 «МОЙ СОСЕД СПРАВА»

Цель: развитие межличностного доверия, развитие чувствительности и невербальных средств общения.

Включить быструю энергичную музыку, предложить ребятам встать в круг и потанцевать. По хлопку ведущего каждый должен имитировать то танцевальное движение, которое в момент сигнала выполнял сосед справа, затем танец продолжается и т.д. Игра заканчивается, когда каждому участнику «вернется» его собственное движение.

ИГРА 7 «КОШКИ, СОБАКИ, МЕДВЕДИ И ЗАЙЦЫ»

Цель: избавить от чувства одиночества, удовлетворить потребность детей в тепле и близости.

Оборудование: четыре мягкие игрушки — кошка, собака, медведь и заяц.

Эти игрушки должны постоянно находиться в группе. Время от времени предлагайте детям брать их, держать в руках и прижимать к себе.

Если вы заметите, что кто-то из детей испытывает выраженное чувство одиночества, можете сказать ему, что одна из игрушек очень хочет забраться ему на руки. Вы можете спросить ребенка, в состоянии ли он в данный момент дать этой игрушке немного тепла и нежности?

Ведущий. Я принесла вам четыре мягкие игрушки и оставлю их здесь, в группе. Чтобы они чувствовали себя счастливыми, им необходимо десять крепких объятий в день. В магазине, в котором я их купила, продавцы не могли обнимать их так часто, и от этого игрушкам было плохо. Теперь они довольны, что оказались здесь потому что от вас они могут получить то, что им так нужно. Вы готовы позаботиться о них? Вы можете объяснить мне, почему нужно брать игрушки на руки и обнимать их?

Сейчас я положу игрушки на пол. Разделитесь на примерно равные группы. Подойдите к той игрушке, которую вы хотели немного поласкать. Теперь пусть в каждой группе один из вас возьмет игрушку, приласкает ее и скажет ей что-нибудь нежное, приятное. Затем он должен будет передать игрушку своему соседу. Тот тоже должен обнять игрушку и сказать ей ласковые слова. Игрушка проходит по кругу и получает

все ваше тепло и нежность.

В завершение вы можете предложить детям небольшое творческое задание: дети могут нарисовать игрушку, которой они давали свое тепло.

ИГРА 8 «ЧУДО-ВОДА»

Цель внушения: укрепление уверенности в себе.

Ведущий. Закрываем глаза и видим... Сегодня ты как будто принял теплую, даже горячую ванну у себя дома. Вода струится по телу и все оно согревается от пяток до головы. Чувствуешь тепло горячей ванны и еще от того, что рядом мама. Вспомни это состояние. Тебе спокойно и хорошо. И как тогда, ты сейчас уверен в себе, собран, внимателен. *(Пауза.)*

Ты улыбаешься. И эта улыбка будет продолжаться весь день. Делаем резкий глубокий вдох. Резкий выдох, глаза открываем, встаем, потянулись, опустили руки свободно, еще раз потянулись еще раз опустили руки.

Занятие 7

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий (*предлагает детям повторять за ним*)

Ща-ща-ща, ща-ща-ща — дождь идет, я без плаща.

Ще-ще-ще, ще-ще-ще — нет дождя, а я в плаще.

Щу-щу-щу, щу-щу-щу — я тебя не отыщу.

ЩИ-щи-щи, щи-щи-щи — ты иди, меня ищи!

Щу-щу-щу, щу-щу-щу — вот теперь-то отыщу.

ИГРА 2 «КАЧЕЛИ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Дети имитируют качание на качелях. Выразительные движения:

1. Ноги слегка расставлены, обе ступни касаются пола, но вес тела перенесен на одну из ног. Тяжесть тела переносится с одной ноги на другую.

2. Выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее тяжесть тела покачиваться вперед-назад. Для большей экспрессии сгибать и выпрямлять колени.

ИГРА 3 «СОГЛАСОВАННЫЕ ДЕЙСТВИЯ»

Цель: формирование навыков взаимосвязи и взаимодействия. Осознание языка собственного тела и языка тела других.

Участникам предлагается выполнить этюды:

—пилка дров;

—гребля;

—перемотка ниток;

—перетягивание каната и т.д.

Сначала эти упражнения представляются довольно простыми. Однако при выполнении их участникам необходимо помнить о согласованности действий и о целесообразности распределения напряжения. Можно предложить включиться в выполнение упражнения и другим участникам (перетягивание каната, прыгалки, игра в изображаемый мячик и т.д.).

Один из вариантов предлагаемых упражнений — «Канатоходец», канатоходец имитирует проход по канату. Он идет по прямой (изображаемой) линии по полу, но как бы по канату: скользя и балансируя, ища равновесия. Партнер дует на него со стороны, как бы пытаясь «сдуть» канатоходца с каната. Дует он с расстояния вытянутой руки, но не в лицо, а примерно в грудь. Цель канатоходца удержаться, несмотря на препятствие.

ИГРА 4 «КОГДА Я СЕРЖУСЬ»

Цель: расширение представлений о себе.

Ведущий. Когда человек может чувствовать себя сердито? Расскажите, когда вы сердитесь. Нарисуйте себя сердитыми.

ИГРА 5 «КТО БОЛЬШЕ НАЗОВЕТ ДЕЙСТВИЙ?»

Цели: учить детей соотносить действия людей с их профессией; активизировать словарь; воспитывать умение быстро думать.

Ведущий перед игрой проводит короткую беседу, уточняя понимание детьми слов

«профессия», «действия».

Ведущий. Дети, Толина мама лечит больных. Эта профессия называется «врач». Как вы думаете, какая профессия у Антонины Васильевны, которая нам готовит обед?

Дети. Повар.

Ведущий. Назовите, какие вы знаете профессии.

Дети. Шофер, учитель, продавец, летчик и др.

Ведущий. Каждый человек, имея профессию, работает, выполняет какие-то действия. Что же делает повар?

Дети. Варит, печет, жарит, чистит овощи и др.

Ведущий. Вот сейчас мы и поиграем с вами в игру «Кто больше назовет действий?». Я назову профессию, а вы вспомните все действия человека этой профессии. Врач.

Дети. Осматривает больных, выслушивает, лечит, делает уколы, операции, дает лекарства.

Ведущий. Портной.

Дети. Наматывает, кроит, порет, утюжит, примеряет, шьет и т.д.

Ведущий называет знакомые детям профессии: дворник, няня, прачка, шофер и др. Дети вспоминают, что делают люди этих профессий. Кто больше назовет действий, считается выигравшим.

ИГРА 6 «СОБАКА ПРИНЮХИВАЕТСЯ»

Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое.

Содержание этюда не читается детям, а эмоционально пересказывается предложенная ситуация — это лишь «закваска» для создания множества вариантов на заданную тему, в которой будут учитываться эмоциональные особенности и проблемы каждого конкретного ребенка.

Ведущий. Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши наострились, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

Дети передают позами, мимикой, жестами данную ситуацию, обсуждают у кого, что и как получилось.

ИГРА 7 «ВОРВИСЬ В КРУГ»

Цель: помочь проанализировать чувство отверженности и обсудить возможные варианты конструктивного поведения в подобных ситуациях.

Ведущий. Кто из вас бывал когда-нибудь в ситуации, когда другие дети не принимали его в свою игру? Что вы делали в так случаях? Что происходит, если одного и того же ребенка постоянно не принимают в игру?

Встаньте в один большой круг и крепко сцепитесь руками. Од ребенок должен остаться за кругом и попытаться прорваться в круг. Как только ему это удастся, следующий должен выйти за круг повторить то же самое. Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому кому не сделать больно.

Дайте возможность как можно большему числу детей собственными силами проникнуть в круг. Если ребенок оказывается не в состоянии сделать это, проследите, пожалуйста, чтобы он находился вне круга более одной минуты. Дети должны пустить этого ребенка в круг, а кто-то другой выходит из него и продолжает игру.

После игры ведущий беседует с детьми.

Что делали дети, чтобы проникнуть в круг? Что ты чувствовал, когда был частью круга? Что ты чувствовал, когда пытался проникнуть в круг? Как ты почувствовал себя, когда это у тебя получилось. Должен ли ты позволять каждому ребенку играть с тобой? Есть

ли мягкий способ сказать «нет» другим детям? Что случается, если в игре все время не принимают одного и того же ребенка? Что делают неправильно те дети, которых слишком часто не принимают? Как стать ребенком, с которым все хотят играть?

ИГРА 8 «ИВАНУШКА-ДУРАЧОК»

Цель: научить детей поддерживать себя в ситуации, когда их обижают, оскорбляя.

Игра основана на идее о значимости и важности позитивных представлений и мыслей о самом себе для развития самосознания детей

Ведущий. Кто из вас хотя бы однажды оказывался в такой ситуации, когда другие дети не хотели с ним играть? Кто из вас когда-нибудь обижал другого, ответившего на вашу просьбу: «Мне сейчас некогда»?

Иногда нам приходится сталкиваться с тем, что другие не хотят с нами общаться. В таких случаях может помочь наша фантазия. С её помощью мы можем сохранить хорошее отношение к самому себе. И я сейчас покажу вам, как это можно сделать.

Сядь, пожалуйста, поудобнее и закрой глаза.. Представь себе, что тыходишь к группе играющих детей, чтобы попроситься поиграть с ними. А эти дети кричат тебе: «Уходи, дурачок, отсюда!» Тогда ты принимаешь решение поймать этих ребят на слове. Представь себе как маленький Иванушка-дурачок из сказки постепенно становится веселым и сильным добрым молодцем. Ты можешь представить себе Иванушку-дурачка из сказки о Василисе Прекрасной или из сказки о Коньке-горбунке. Представь себе, что дети продолжают играть между собой, повернувшись к тебе спиной. Пусть твой Иванушка дурачок становится все больше, сильнее и могущественнее. На нем появляются настоящие богатырские доспехи, на которых огромными буквами написано твое имя.

Теперь ты можешь увидеть, как дети поворачиваются к тебе и застывают в сильном изумлении и легком испуге, ведь «маленький дурачок» превратился в такого большого и бравого молодца. Это настоящий богатырь, самый большой из тех, кого они когда-либо видели в своей жизни. И теперь представь себе, что этот богатырь и есть ты. И ты можешь произвести на детей еще большее впечатление, превратив свои доспехи в золотые. Послушай, как громко восхищаются дети: «Ах! Ох! Вот это да!» Они подходят и спрашивают: «А можно до тебя дотронуться? А можно потрогать твой меч кладенец? А можно поиграть с тобой?» И ты понимаешь что при этом они восхищаются тобой и мечтают просто постоять рядом с тобой (*Пауза 15 с.*)

А теперь ты снова можешь стать самим собой и надолго сохранить в своей памяти образ этого богатыря — Иванушки-дурачка. Постарайся почувствовать удовлетворение от того, что тебе, в конце концов, удалось получить признание и интерес. Скажи самому себе: «Я важный и интересный человек!»

А теперь потянись, попеременно напрягая и расслабляя все мышцы, и открой глаза.

Ведущий проводит беседу с детьми.

Можешь ли ты представить себя в образе прекрасного Иванушки дурачка в золотых доспехах и с мечом-кладенцом? Как ты чувствуешь себя, когда окружающие восхищаются тобой? Почему так важно хорошо думать о самом себе? Что означает быть чутким и внимательным к другому? Что значит «хорошо думать о самом себе»?

Занятие 8

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий предлагает повторить за ним, при этом обращает внимание на то, что при произношении звука [л] кончик языка и спинка упираются в альвеолы верхних зубов.

Лы-лы-лы, лы-лы-лы — забивали мы голы.

Лу-лу-лу, лу-лу-лу — возле окон на полу.

Ла-ла-ла, ла-ла-ла — не заметили стекла.

Лу-лу-лу, лу-лу-лу — мы не били по стеклу.

Ла-ла-ла, ла-ла-ла — только нет в окне стекла.

Ли-ли-ли, ли-ли-ли — тополя видны вдали.

Ле-ле-ле, ле-ле-ле — много их у нас в селе.

Ле-ле-ле, ле-ле-ле — веселей от них в селе.

Ля-ля-ля, ля-ля-ля — но от них в пуху земля.

Ля-ля-ля, ля-ля-ля — все мы любим тополя.

ИГРА 2 «ПЕТРУШКА ПРЫГАЕТ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Играющие изображают Петрушку, который мягко и легко прыгает. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими, расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой.

Выразительные движения: ноги согнуты в коленях, корпус тела слегка наклонен вперед, руки висят вдоль тела, голова наклон вниз.

ИГРА 3 «СОГЛАСОВАННЫЕ ДЕЙСТВИЯ»

Цели: формирование навыков взаимодействия; осознание языка собственного тела и языка тела других. Дети разделяются на пары и пытаются изобразить гребцов в лодке.

ИГРА 4 «КОГДА Я БОЮСЬ?»

Цель: расширение представлений о себе.

Ведущий. Когда человек может чувствовать себя испуганно? Боитесь ли вы чего-нибудь? Нарисуйте то, чего вы боитесь больше всего.

ИГРА 5 «ДОРISУЙ ДВА КОЛЕЧКА»

Цели: закрепление знания цветов, геометрических фигур; развитие логического мышления.

Детям предлагается листок, на котором нарисовано пять колец. Кольца нарисованы одним и тем же цветом и отличаются размером — от самого маленького до самого большого. Каждый ребенок должен определить, какие два колечка он сможет нарисовать справа и слева. Прежде чем выполнить задание, ребенок должен увидеть, по какой системе нарисованы уже известные колечки, т.е. увидеть, как они увеличиваются слева направо. Слева должны быть колечки, уменьшающиеся в размере, а справа они должны увеличиваться. Подобное же задание можно предложить детям для раскрашивания. Так, например, закончить раскрашивать узор (узор составлен из треугольников, которые отличаются по цвету), цвет треугольников чередуется в следующей последовательности: желтый — желтый — зеленый, желтый — желтый, а дальше дети должны раскрасить эти треугольники самостоятельно. Когда ребенок освоит

простейший ритм, можно ввести и более сложное задание, например, круг — круг — квадрат, круг — круг — квадрат или зеленый — зеленый — синий — синий. Для того чтобы дети освоили этот ритм, можно использовать стихотворение:

Желтый — желтый — красный — красный,

Как наклеить, сразу ясно.

Желтый — желтый — красный — красный.

Вот какой узор прекрасный!

Мы наклеим на листочке два квадрата,

Два кружочка. Два квадрата, два кружочка — Вот какая вышла строчка.

Эти стихи помогают ребенку не только рисовать, но еще совершать действие, которое называют аппликацией.

ИГРА 6 «УСПОКОЙСЯ, ПОЖАЛУЙСТА»

Цель: развитие эмпатического понимания.

Предложить детям разыграть следующие ситуации:

Ситуация 1. Лена прищемила палец. Ей больно. Найди слова утешения.

Ситуация 2. Малыш ушибся и заплакал. Пожалей его.

Ситуация 3. Мальчик сломал машинку, которую ему подарили на день рождения. Он очень огорчился. Подумай, как помочь мальчику. Утешь его.

Ситуация 4. Папа задержался в командировке. Мама расстроилась утешь ее.

Для успешного общения ключевое значение имеет способность понять других людей, войти в их положение, представить себе их чувства.

Для развития эмпатического понимания у детей необходимо акцентировать внимание на следующем:

—сосредоточенность на вербальных и невербальных сообщениях;

—попытаться использовать эмоциональный тон, соответствующий тону, взятому собеседником;

—глубже постигать эмоциональное состояние другого, стараться уточнять и расширять смысл его высказывания.

ИГРА 7 «КРУГ СИЛЫ»

Цель: с помощью визуализации, к которой дети могут легко прибегать, научить чувствовать себя сильными, концентрировать и собираться для успешного выполнения задачи.

Ведущий. Что вы делаете, когда перед вами стоит сложная дача? Как вы готовитесь к выступлению на утреннике? Что вы делаете перед выполнением сложного задания на занятии в детском саду?

Я хочу показать вам способ концентрации своих сил и внимания, чтобы вы могли обрести чувство покоя и уверенности в своих силах. Для этого сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха.

Представь себе, что ты стоишь на сцене. Над тобой большой прожектор, который освещает тебя мягким теплым светом. Ты стоишь в кругу золотого света, и он окружает тебя с головы до пят. Ты можешь вдыхать этот теплый золотой свет в себя, и тогда сила и тепло этого света проникают во все части твоего тела, вплоть до самых кончиков пальцев рук и ног. Ты стоишь в кругу своей силы в том самом месте, где ты чувствуешь себя самым сильным и прилежным, самым внимательным и спокойным...

Ты можешь представлять свой круг силы в любой момент, когда захочешь почувствовать прилив новых сил и уверенность в себе. Ты сможешь увидеть эту картину с золотым светом вокруг тебя вновь, и этот свет охранит тебя, согреет и наполнит свежими силами.

Ну а теперь напрягись, потянись и открой глаза.

Занятие 9

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий предлагает повторить за ним, но обращает внимание детей на то, что при произношении звуков [р] и [р'] происходит «вибрация».

Ра-ра-ра, ра-ра-ра — на дворе у нас гора.

Ру-ру-ру, ру-ру-ру — собирайте детвору.

Ры-ры-ры, ры-ры-ры — покатаемся с горы.

Ра-ра-ра, ра-ра-ра — очень рада детвора.

Рю-рю-рю, рю-рю-рю — как я много говорю!

Ри-ри-ри, ри-ри-ри — от зари и до зари.

Ре-ре-ре, ре-ре-ре — о горе и о норе.

Рё-рё-рё, рё-рё-рё — про ребят и про зверьё.

Ря-ря-ря, ря-ря-ря — про озера и моря.

Рю-рю-рю, рю-рю-рю — говорю и говорю!

Ря-ря-ря, ря-ря-ря — обо всем, но, видно, зря!

ИГРА 2 «СПАТЬ ХОЧЕТСЯ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Мальчик попросил родителей, чтобы ему разрешили вместе со взрослыми встретить Новый год. Ему позволили, но, чем ближе к ночи, тем больше ему хочется спать. Он долго борется со сном в конце концов, засыпает.

Выразительные движения: зевота, верхние веки опущены, брови приподняты, голова клонится вниз, руки опущены.

Этюд выполняется всеми участниками группы одновременно.

ИГРА 3 «СОГЛАСОВАННЫЕ ДЕЙСТВИЯ»

Цель: формирование навыков, взаимосвязи и взаимодействия.

Дети разбиваются на пары и исполняют этюд «Перемотка ниток».

ИГРА 4 «ШАР ЖЕЛАНИЙ»

Цель: расширение представлений о себе.

Детям предлагается представить, что у них есть шар желаний. Если его отпустить, он улетит и желание исполнится. Загадайте желание, нарисуйте его внутри шара. Если у вас несколько желаний, нарисуйте их в других шарах. Расскажите о своих заветных желаниях.

ИГРА 5 «НАЗОВИ ТРИ ПРЕДМЕТА»

Цель: закреплять у детей умение классифицировать предметы.

Ведущий. Мы уже играли в разные игры, где требовалось бы подобрать нужное слово. Сейчас мы поиграем в похожую игру, только будем подбирать не одно слово, а сразу три. Я назову одно слово, например «мебель», а тот, кому я брошу мяч, назовет слова, которые можно назвать одним словом «мебель». Какие предметы можно назвать одним словом «мебель»?

Дети. Стол, стул, кровать, диван.

Ведущий. Правильно, но в игре нужно назвать только три слова.

Цветы! (*Произносит и бросает мяч ребенку.*)

Ребенок. Ромашка, роза, василек.

В этой игре дети учатся относить три видовых понятия к одному родовому. В другом варианте игры дети, наоборот, по нескольким родовым понятиям учатся называть родовые. Например, ведущий называет: «Малина, клубника, смородина». Ребенок, поймавший мяч, отвечает: «Ягоды».

Более сложным вариантом игры будет такой, когда ведущий во время одной игры меняет задание: то называет видовые понятия, и дети находят родовые, то называет родовые понятия, а дети указывают видовые.

ИГРА 6 «ВСТРЕЧА С ДРУГОМ»

Цель: развитие невербального взаимодействия.

Обыгрывание ситуаций.

Вариант 1. Выходят два партнера. Их задача: медленно удаляясь в противоположные стороны, одновременно оглянуться, остановиться, идти и опять оглянуться. И так три раза.

Вариант 2. Один партнер стоит в двух-трех метрах от второго, спиной к нему, так, что второй глядит ему в затылок. Задача второго партнера, глядя пристально на первого, дать мысленный приказ оглянуться. Первый знает о задаче второго, но не знает, когда последует мысленный приказ. Задача первого — быть свободным и готовым всем существом почувствовать своего партнера. Чтобы зрители знали, когда посылается приказ, второй партнер в этот момент шевелит пальцем.

ИГРА 7 «КАМУШЕК В БОТИНКЕ»

Цель: побудить даже самых стеснительных детей рассказывать о своих заботах и проблемах.

Эта игра представляет собой творческое переложение одного из правил взаимодействия в команде: «Проблемы — на передний план». В этой игре мы используем простую и понятную детям метафору, с помощью которой они могут сообщать о своих трудностях, как только те возникают. Время от времени имеет смысл проводить игру «Камушек в ботинке» в качестве группового ритуала. Поощряйте детей спонтанно применять ритуальную фразу «У меня в ботинке камушек» всякий раз, когда они испытывают какие-либо трудности, им что-то мешает, на кого-нибудь сердятся, когда они обижены или в силу каких-либо иных причин не могут сконцентрировать свое внимание на занятии.

Ведущий. Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Можете сказать мне, что происходит, когда в ваш в ботинок попадает камешек? Возможно, сначала он не сильно мешает, и вы оставляете, как есть. Может быть, даже случается и так, что вы забываете о неприятном камушке и ложитесь спать, а утром надеваете, ботинок забыв вытащить из него камушек. Но через некоторое время замечаете, что ноге становится больно. В конце концов, этот маленький камушек воспринимается уже как обломок целой скалы. Тогда снимаете обувь и вытряхиваете его оттуда. Однако на ноге уже может быть ранка, и маленькая проблема становится большой.

Когда мы сердимся, бываем чем-то озабочены или взволнованы, то сначала это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы вовремя позаботимся о том, чтобы вытащить его от туда, то нога остается целой и невредимой, если же нет, то могут никнуть проблемы, и немалые. Поэтому всегда полезно, как взрослым, так и детям, говорить о своих сложностях сразу, как только их заметят. Если вы скажете нам: «У меня камушек в ботинке», все мы будем знать, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Я хочу, чтобы вы сейчас хорошенько подумали, нет ли в стоящий момент чего-то

такого, что мешало бы вам. Скажите да: «У меня нет камушка в ботинке». Или: «У меня есть камушек в ботинке. Мне не нравится, что Максим (Петя, Катя) смеется над моими очками». Расскажите нам, что еще вас удручает.

Дайте детям поэкспериментировать с этими двумя фразами. Затем обсудите отдельные «камушки», которые будут названы.

ИГРА 8 «ВОДОПАД»

Цель: обучение расслаблению.

Ведущий. Сядьте удобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...

Представь себе, что ты стоишь возле водопада. Но это не обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представь себя под этим водопадом и почувствуй, как этот прекрасный белый свет струится по твоей голове... Ты чувствуешь, как расслабляется твой лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи.

Он течет по твоим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными.

Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в е не исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по твоей груди, животу. Ты чувствуешь, как они расслабляются, и ты сам, без всякого усилия, можешь глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет тебе ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по твоим рукам, ладоням, по пальцам. Ты замечаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням. Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими.

Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твоё тело. Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом ты все глубже расслабляешься и наполняешься свежими силами... *(Пауза 30 секунд.)*

Теперь поблагодари этот водопад света за то, что он тебя так чудесно расслабил. Немного потянись, выпрямись и открой глаза.

Занятие 10

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий предлагает повторить за ним, обращая внимание детей на то, чтобы при произношении звуков [к] и [к'] кончик языка бы направлен книзу. Задняя часть спинки языка прижимается к мягкому нёбу, закрывая глотку.

Ка-ка-ка, ка-ка-ка — вот течет река Ока.

Ко-ко-ко, ко-ко-ко — там рыбак недалеко.

Ке-ке-ке, ке-ке-ке — ловит рыбу на Оке.

Ку-ку-ку, ку-ку-ку — нет удачи рыбаку.

Ки-ки-ки, ки-ки-ки — помогите, рыбаки!

Ку-ку-ку, ку-ку-ку — вот подмога рыбаку.

Ко-ко-ко, ко-ко-ко — рыба ловится легко.

Ка-ка-ка, ка-ка-ка — есть улов у рыбака.

ИГРА 2 «КОНКУРС ЛЕНТЯЕВ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Ведущий читает стихотворение В. Викторова «Конкурс лентяев»

Хоть и жарко,

Хоть и зной,

Занят весь

Народ лесной.

Лишь барсук —

Лентяй изрядный

Сладко спит

В норе прохладной,

Лежебока видит сон,

Будто делом занят он.

На заре и на закате

Все не слезть ему с кровати.

Затем дети по очереди изображают ленивого барсука. Они ложатся на мат или коврик и под музыку Д. Кабалевского «Лентяй» стараются расслабиться.

ИГРА 3 «СОГЛАСОВАННЫЕ ДЕЙСТВИЯ»

Цель: формирование навыков взаимодействия.

Дети разбиваются на пары и исполняют этюд «Перетягивание каната».

ИГРА 4 «ТРИ ГЛАВНЫХ ВОПРОСА»

Цель: расширение представлений о себе.

Ведущий (*беседует с детьми*). Если бы у вас была возможность задать три вопроса самому умному и мудрому человеку на Земле, то какие бы это были вопросы?

ИГРА 5 «ИСПОРЧЕННЫЙ ТЕЛЕФОН»

Цель: развивать у детей слуховое внимание.

Дети выбирают ведущего при помощи считалки. Все садятся стулья, поставленные в

ряд. Ведущий тихо (на ухо) говорит какое-либо слово рядом сидящему, тот передает его следующему и Слово должно дойти до последнего игрока. Ведущий спрашивает последнего: «Какое ты услышал слово?» Если тот скажет слово предложенное ведущим, значит, телефон исправен. Если же ел не то, водящий спрашивает всех по очереди начиная с последнего, какое они услышали слово. Так узнают, кто напутал, «испорченный телефон». Провинившийся занимает место последнего в ряду.

ИГРА 6 «ДВА КЛОУНА»

Цель: развитие эмпатического понимания.

Дети показывают этюд под ритмичную задорную музыку: два веселых клоуна жонглируют воображаемыми разноцветными кольцами, не замечая друг друга. Вдруг они сталкиваются спинами и падают. Им так смешно, что они, сидя на полу, громко хохочут. Немного успокоившись, клоуны помогают друг другу встать, собирают кольца и снова весело жонглируют. Но теперь они бросают кольца друг другу.

Выразительные движения: голова откинута, рот широко раскрыт, губы растянуты в улыбке, брови приподняты, глаза слегка прищурены.

ИГРА 7 «ОТДАТЬ ПРИКАЗ»

Цель: научить детей выбирать правильный тон в разговоре.

Многим детям, когда они хотят чего-то от другого, нелегко выбрать правильный тон разговора. Особенно это касается детей с заниженной самооценкой. Они либо ведут себя подобно «боссу», который всеми командует, либо становятся страдающими жертвами, которые позволяют другим детям мучить себя. Оба способа поведения дополняют один и тот же замкнутый круг. Эта игра дает возможность обратить внимание на обе эти роли и выработать другие, более конструктивные способы поведения

Ведущий. Знаете ли вы таких детей, которые любят раздавать всем приказы и ведут себя, как большие начальники? Не называя имен, расскажите, как ведут себя такие дети, когда пытаются навязать другим свою волю? А знаете ли вы таких детей, которые позволяют делать с собой все, что угодно — толкать, дразнить, издеваться — и не находят в себе мужества прекратить все это и сказать: «Нет! Я этого не хочу!»? Опять же, не называя имен, расскажите, как выглядят такие дети, с каким выражением лица они ходят, как говорят, как ведут себя?

А теперь разбейтесь на пары. Решите, кто из вас будет «А», а кто — «Б».

«А» должен стать чрезвычайно деспотичным отцом или матерью который диктует ребенку, что тот должен делать. Например: «А ну иди чисти свои ботинки!», «Не смей со мной пререкаться!», «Быстро иди делать домашнее задание!» и т.д. «Б» должен сыграть роль ребенка, с которым можно делать все, что угодно. Он должен говорить своему партнеру, что во всем с ним согласен. Например «Ты всегда-всегда прав!», «Я так глуп, что никогда бы сам не думался сделать так, как ты говоришь!», «Я поступаю правильно только тогда, когда делаю все, что ты мне говоришь!» и т.д.

Затем дети меняются ролями. Когда вы имеете дело с детьми старшего возраста, то можете поэкспериментировать с различными вариантами ролей. Например, «А» может быть задиристым ребенком раздающим приказы всем ребятам, а «Б» может сыграть роль жертвы которая все выполняет.

После игры ведущий беседует с детьми.

Как ты чувствовал себя в роли родителя? Как ты чувствовал с в роли ребенка? Какая роль тебе понравилась больше? Играешь ли ты когда-нибудь подобные роли в своей жизни? Если да, то с кем? Видел ли ты когда-нибудь других детей или взрослых, играющих такие роли? Когда эти роли вредны и причиняют лишь зло? Когда эти роли могут оказаться полезными?

ИГРА 8 «ПРИХОД В ДЕТСКИЙ САД»

Цель: создание образа достижения на бесконфликтное общение.

Ведущий. А теперь закроем глаза и представим себе, что утром тыходишь к двери детского сада, открываешь ее, поднимаешься по лестнице и считаешь ступеньки: «Один, два, три ... десять». Заходишь в раздевалку, приветливо здороваешься с детьми, которые пришли раньше тебя в детский сад, раздеваешься, вещи складываешь в шкафчик, заходишь в группу. До завтрака есть еще время и можно поиграть. Хочется поиграть с другом. Он уже в группе,ходишь к своему другу, ласковым голосом приглашаешь играть. Друг (или подруга) рад видеть тебя. И вы вместе решаете, какую игру взять.

Вы друг друга уважаете, Никогда не обижаете. В споре другу уступаете, Дружно, весело играете.

Радостно, приятно, игра ладится. Ты улыбаешься, потягиваешься глубоко вдыхаешь, глазки открываются. Встали, потянулись, опустили руки.

Занятие 11

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий просит детей повторить за ним, но при этом обращая внимание на правильность произношения звука [г]: кончик языка направлен книзу. Задняя часть спинки языка прижимается к мягкому нёбу, закрывая глотку.

Ги-ги-ги, ги-ги-ги — Гена, маме помоги.

Га-га-га, га-га-га — у меня болит нога.

Гу-гу-гу, гу-гу-гу — мыть посуду не могу.

Ги-ги-ги, ги-ги-ги — не гуляй из-за ноги.

Гу-гу-гу, гу-гу-гу — вот гулять-то я могу.

Га-га-га, га-га-га — не болит уже нога.

Ги-ги-ги, ги-ги-ги — испекли мы пироги.

Га-га-га, га-га-га — хочешь, Галя, пирога?

Гу-гу-гу, гу-гу-гу — есть их больше не могу.

Ги-ги-ги, ги-ги-ги — не нужны мне пироги.

Гу-гу-гу, гу-гу-гу — и я тоже не могу.

Га-га-га, га-га-га — где же оба пирога?

ИГРА 2 «ФЕЯ СНА»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Звучит «Колыбельная» К. Дуйсекеева. Дети сидят на стульях стоящих по кругу на достаточно большом расстоянии друг от друга. К детям подходит девочка с тоненькой палочкой в руке — это фея сна. Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Затем фея обходит остальных детей, касаясь их волшебной палочкой. Фея смотри на детей — все спят, улыбается и тихонько уходит.

ИГРА 3 «КАНАТОХОДЕЦ»

Цель: формирование навыков взаимосвязи и взаимодействия.

Описание см. в занятии 7, игра 3.

ИГРА 4 «Я ЛЮБЛЮ...»

Цель: расширение представлений о себе.

Дети садятся в кружок и по очереди продолжают предложенное ведущим.

1. Мое любимое время года...

2. Мое любимое животное...

3. Место, где я люблю бывать больше всего на свете...

4. Мой лучший друг...

5. Мой любимый вид спорта...

6. Моя любимая книга...

7. Мое любимое занятие...

8. Моя любимая сказка...

9. Мой любимый мультфильм...

Далее по выбору каждый ребенок может нарисовать то, что < больше всего нравится из сказанного.

ИГРА 5 «РИТМ ПО КРУГУ»

Цели: развитие внимания; отработка ситуации «здесь и теперь»; развитие умения ориентироваться в ситуации ограниченного времени (заданный темп); установление контакта между членами групп.

Группа стоит полукругом. Ведущий хлопает в произвольном ритме. Участники внимательно слушают и по команде ведущего его повторяют (все вместе или по отдельности). Когда ритм освоен, участники получают команду отстукивать ритм следующим образом, каждый по очереди отбивает по одному хлопку. Слева направо. Когда ритм закончился, следующий участник выжидает короткую паузу и начинает сначала; и так до команды ведущего «Стоп!».

Усложнение: удлинение и усложнение ритма; отстукивание ритма каждым игроком обеими руками по очереди и т.д.

ИГРА 6 «ПРАЗДНИЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ»

Цель: отреагирование положительных эмоциональных проявлений — хорошего настроения.

Дети делятся на две группы. Первая группа стоит вдоль стены. Вторая группа идет по кругу под музыку торжественным маршем и, проходя мимо стоящей у стены группы, приветствует ее поднятием вверх правой руки. Дети должны представить себя идущими на праздник в нарядных одеждах. Настроение у всех радостное, праздничное. Выразительные движения. Идти уверенным, решительным шагом; спина прямая, голова приподнята, на лице улыбки.

ИГРА 7 «ШТУШТИ-КУТУШТИ»

Цель: преодоление агрессивности, конфликтности.

Ведущий. Сегодня я расскажу вам историю о Штушти-Кутушти. А вы не знаете, кто это такой?

Штушти-Кутушти — страшный зверь, который живет в лесу. Так считают все другие звери. И у них есть на это свои причины. Однажды Штушти-Кутушти подкрался к павлину, отдыхавшему после обеда, и выдрал ему из хвоста самые длинные перья. А в другой раз он больно укусил за лапу тигренка. А как-то раз подрался со слоненком. И вообще Штушти-Кутушти любил царапаться и кусаться. Поэтому звери не дружили с Штушти-Кутушти и боялись его.

И вот в один прекрасный день Штушти-Кутушти сидел под большим деревом и размышлял о своей жизни. Сегодня он уже успел до слез обидеть нескольких обитателей леса, но это его почему-то не радовало. И вдруг он услышал сверху чей-то голос: «Почему ты грустишь, о Штушти-Кутушти?» Зверь огляделся по сторонам и увидел, что над ним устроился огромный старый Удав. Все в лесу знали его мудрость и силу, и поэтому Штушти-Кутушти не осмелился нагрубить ему.

—Что-то не так в моей жизни... — проворчал он.

—А чего бы тебе хотелось? — спросил Удав.

—Меня никто не любит! — признался Штушти-Кутушти. — И от этого мне плохо.

—А что ты можешь сделать для того, чтобы тебя любили? — снова спросил Удав.

—Я не знаю, — задумался Штушти-Кутушти.

И вдруг он подумал, что действительно не знает, что нужно сделать, чтобы его полюбили. Он умел кусаться и больно царапаться, дразниться и обманывать, но это совсем не то, что нужно

делать, чтобы тебя любили.

—Когда я был совсем маленьким, — сказал Удав, — мой дедушка говорил мне: «Делай другим то, что ты хочешь получить от них».

—Значит, если я хочу, чтобы на меня обращали внимание, я могу улыбнуться или дать что-нибудь, что у меня есть? — догадался Штушти - Кутушти.

— Да, и это непросто, поделиться с другим или помочь ему, а ин просто улыбнуться, — сказал Удав.

Честно говоря, Штушти-Кутушти пришлось нелегко. Ведь звери боялись его. Но теперь он понимал, что нужно делать, чтоб на тебя сначала обратили внимание, а потом полюбили. И не сразу удалось добиться того, чего он хотел. И вот как-то раз он пришел к старому Удаву и сказал: «Все, чего я хочу, — это просто сказал спасибо тебе и твоему дедушке. Теперь другие звери относятся мне так, как я отношусь к ним».

ИГРА 8 «КАТАНИЕ НА ЛОДКЕ»

Цель: формирование уверенности в себе.

Ведущий. Закрой глаза и представь, как будто ты вместе с дет: пришел в парк кататься на лодочках. Воспитатель отдает билеты контролеру, а вы быстро разбиваетесь по парам и ловко занимаете места в лодочках. Слышишь голос контролера: «Дети, приготовились, карусели включаются». Приседаешь, выпрямляешься, приседаешь, выпрямляешься. Лодочка взлетает вверх, через секунду опускается вниз. Выше вверх, опять вниз. Вверх — и глаза видят кусочек неба каждым следующим движением, ты становишься смелее и смелее, сил становится все больше и больше. Ты восхищаешься собой, своими силами, смелостью, уверенностью. Запомни это ощущение. Ты будешь таким всегда: сейчас, сегодня, завтра, весной и осенью, летом и зимой.

Потянулись. Резкий вдох, глаза открыли.

Занятие 12

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Предлагается повторить за ведущим:

Ха-ха-ха, ха-ха-ха — есть у нас два петуха.

Хи-хи-хи, хи-хи-хи — все дерутся петухи.

Ху-ху-ху, ху-ху-ху — клювы все у них в пуху.

Хи-хи-хи, хи-хи-хи — хватит драться, петухи!

Ха-ха-ха, ха-ха-ха — без хвостов два петуха.

Ха-ха-ха, ха-ха-ха — на обед у нас уха.

Хи-хи-хи, хи-хи-хи – дай попробовать ухи.

Хе-хе-хе, хе-хе-хе - соль одна в твоей ухе.

Хи-хи-хи, хи-хи-хи – не хочу твоей ухи!

ИГРА 2 «ФАКИРЫ ОТДЫХАЮТ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Дети садятся на пол (на маты), скрестив по-турецки ноги, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена (подбородок касается груди), глаза закрыты. Пока звучит музыка (сирийская народная мелодия), факиры отдыхают.

ИГРА 3 «ПОТЯНУЛИСЬ - СЛОМАЛИСЬ»

Цель: осознание языка собственного тела.

И.п. — стоя, руки и все тело устремлены вверх, пятки от пола не отрывать.

Ведущий. Тянемся, тянемся вверх, выше, выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше. Л теперь наши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломалась талия, подогнулись колени, упали на пол... Лежим расслабленно, удобно... Прислушайтесь к себе... Осталось ли где напряжение? Сбросили его.

Во время выполнения упражнения-игры ведущий должен обратить внимание детей на два следующих момента:

1) показать разницу между выполнением команды «опустите кисти и «сломались в кистях» (расслабление кистей достигается только во втором случае);

2) когда дети лежат на полу, ведущий должен обойти каждого из и проверить, полностью ли расслаблено его тело, указать места зажимов.

ИГРА 4 «Я ЛЮБЛЮ» (ПРОДОЛЖЕНИЕ)

Цель: расширение представлений о себе.

Дети садятся в кружок и по очереди продолжают предложени начатое ведущим:

1. Моя любимая музыка...

1. Моя любимая песенка...

2. Моя любимая одежда...

3. Моя любимая игра...
4. Мой любимый цвет...
5. Мой любимый звук...
6. Моя любимая игрушка...
7. Мой любимый запах...
8. Мое любимое блюдо...

Далее по выбору каждый ребенок может нарисовать то, что больше всего нравится из сказанного

ИГРА 5 «ЛЕТАЕТ - НЕ ЛЕТАЕТ»

Цель: развивать у детей слуховое внимание, воспитывать выдержку)

Дети садятся полукругом, руки кладут на колени.

Ведущий. Я буду называть предметы, и спрашивать «летает?» например: «Голубь летает? Самолет летает?» и т.д. Если я назову предмет, который в самом деле летает, вы поднимите руки. Если я назову нелетающий предмет, руки поднимать не следует. Ребята, нужно быть внимательными, потому что я буду поднимать руки тогда, когда предмет летает, и тогда, когда он не летает. Кто ошибется, заплатит фант.

Галка летает? (*Поднимает руки.*)

Дети. Летает (*тоже поднимают руки*).

Ведущий. Дом летает? (*Поднимает руки.*)

Дети молчат.

У многих ребят в начале игры руки непроизвольно, в силу подражания поднимаются каждый раз. Но в том и заключается смысл игры, чтобы с своевременно удержаться и не поднять руки, когда назван нелетающий предмет. Кто не удержался, платит фант, который в конце игры выкупается.

ИГРА 6 «ОЧЕНЬ ХУДОЙ РЕБЕНОК»

Цель: отреагирование эмоционального состояния (страдание, печаль).

Ребенок плохо ест. Он стал очень худым и слабым, даже муравей может повалить его с ног.

Это кто там печально идет

И печальную песню поет?

Муравей пробежал,

Повалил его с ног,

И вот он лежит одинок.

Муравей повалил его с ног.

Митя из дому шел,

До калитки дошел,

Но дальше идти он не смог!

Он каши, он каши, он каши не ел,

Худел, худел, болел, слабел!

И вот он лежит одинок,

Муравей повалил его с ног!

Э. Мошковская

Дети по очереди показывают, какое худое лицо у Мити. Затем, распределяют между собой роли бабушки, муравья и Мити. Бабушка кормит Митю с ложечки. Митя с отвращением отодвигает от себя ложку. Бабушка одевает Митю и отправляет его гулять. Мальчик пошатываясь, идет по направлению к калитке (специально поставленный стул). Навстречу ему выбегает муравей и трогает его своим усиком (пальцем) — Митя падает (приседает).

ИГРА 7 «МАГАЗИН ИГРУШЕК»

Цель: осознание капризного поведения.

В одном городе был удивительный магазин игрушек, где на полка сидели игрушечные собачки и поджидали, когда их кто-нибудь купит и заберет к себе домой. Одних собачек покупали дети, а за другими приходили вместе мужчина и женщина, для третьих хозяином становился один мужчина, а четвертые доставались одно женщине. По ночам собачки обсуждали на своем собачьем языке, какую семью каждая мечтает попасть.

— Я хочу туда, где весело, — заявила одна собачка.

— Мне хотелось бы туда, где есть мама, — объяснила другая.

А третья грустно промолвила:

— Я буду рада любому, кто полюбит меня и будет обо мне заботиться.

Но один песик был твердо убежден, что счастье ждет его только в той семье, где есть папа и мама, а на другое он не согласен. Как то подошла к нему девочка и хотела взять его с собой, но у песика сделался такой несчастный вид, что девочка тут же передумала.

Зашла как-то в магазин женщина и тоже залюбовалась песиком у того сделалась такая злобная морда, что женщина проворно ушла и выбрала другую игрушку. Постепенно всех собачек раскупили и осталась только одна, та самая, что мечтала о доме с мамой и папой. Однажды живший на соседней полке игрушечный волшебник заметил: «Надо как-то решать твою проблему, иначе так и будешь тосковать на полке один. Знаешь, отложи-ка в сторону все свои горести и печали и вспомни свое собачье детство, как ты тогда мог беззаветно и без разбору любить. С чего это ты так держишь свой единственный выбор? Давай обратимся к моей волшебной палочке, и она подскажет, что делать. Моя палочка никогда не грустит и не злится, от этого, в конце концов, можно устать и тогда сможешь подняться и творить чудеса. Я коснусь тебя палочкой ты поймешь, что жить надо с тем, кто тебя любит».

ИГРА 8 «ВЕЛОСИПЕД»

Цель внушения: преодоление препятствий, трудностей.

Ведущий. Закрываем глаза и ты вспоминаешь, как учился кататься на велосипеде. Ты садишься на новенький блестящий велосипед, а ноги с трудом достают до педалей. А прокатиться хочется, так сильно хочется, что ты напрягаешься всем телом и в таки достаешь до педали, потом переваливаешься всем телом другой бок и ловко вращаешь ногой другую педаль. Движение движением... и ты едешь на велосипеде!

Чувствуешь, что ветер становится препятствием на твоём пути, ты сильный, уверенный, и это главное. Мелькает асфальт под колеса велосипеда. Препятствие позади. И ветер уже не мешает мчаться на твоём новеньком блестящем велосипеде. Ты научился. Ты научился ездить на велосипеде. И научиться ты сможешь всему, чему захочешь! Все, чему будет учить тебя мама, чему будут учить тебя воспитатели.

А теперь делаем резкий глубокий вдох, глаза открываем.

Занятие 13

ИГРА 1

Цель: снятие мышечных зажимов.

Ведущий предлагает повторять за ним, но обращает внимание произношение звуков [в] и [в']: губно-зубные звуки образуются проходя через щель между зубами и губами.

Ва-ва-ва, ва-ва-ва — вот высокая трава.

Вы-вы-вы, вы-вы-вы — даже выше головы.

Ве-ве-ве, ве-ве-ве — васильки видны в траве.

Ву-ву-ву, ву-ву-ву — васильков букет нарву.

Ви-ви-ви, ви-ви-ви — только много их не рви.

ИГРА 2 «ПЫЛЕСОС И ПЫЛИНКИ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Пылинки весело танцуют в луче солнца. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг себя и, кружась, все медленнее и медленнее, оседают на пол. Пылесос собирает пылинки; кого он коснется, тот встает и уходит.

Когда ребенок-пылинка садится на пол, спина и плечи у него расслабляются и сгибаются вперед вниз, руки отпускаются, голова наклоняется, он весь как бы обмякает.

ИГРА 3 «ТЕНЬ»

Цель: осознание языка собственного тела, развитие внимания к чувствам другого.

Дети разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой — его Тенью. Человек делает любые движения, Тень — повторяет. Причем особое внимание уделяется тому, чтобы Тень действовала в том же ритме, что и Человек. Она должна догадаться о самочувствии, мыслях и целях Человека, уловить все оттенки его настроения.

ИГРА 4 «Я НИКОГДА НЕ ЗАБУДУ...»

Цель: расширение представлений о себе.

Детям предлагается вспомнить и нарисовать одно из воспоминаний: «Я никогда не забуду день, когда произошло самое яркое, необычное, приятное, радостное событие в моей жизни».

ИГРА 5 «И Я»

Цели: развивать у детей сообразительность; воспитывать выдержку, чувство юмора.

Ведущий. Я буду рассказывать вам какую-нибудь историю. Как я остановлюсь во время рассказа, вы скажете слова «и я», если : слова подходят по смыслу. Если же они не подходят по смыслу произносить их не надо. Кто произнесет, тот заплатит фант. И так начинаем. Иду я раз к реке...

Дети. И я.

Ведущий. Рву цветы, ягоды...

Дети. И я.

Ведущий. По дороге попадается мне насадка с цыплятами

Дети молчат. Они клюют зернышки.

Дети молчат.

Гуляют по зеленой полянке.

Дети. И я.

Ведущий. Вдруг налетел коршун.

Дети молчат.

Цыплята и наседка испугались.

Дети молчат.

И убежали. Дети. Ия.

Если кто-нибудь не вовремя произнесет слова «и я», это вызовет смех у детей, а ребенок, поспешивший с ответом, заплатит фант.

Когда ребята поймут правила игры, они сами будут придумывать короткие рассказы и исполнять роль ведущего.

ИГРА 6 «ГРЯЗЬ»

Цель: отреагирование эмоционального состояния (отвращения).

Мальчик обул новые ботинки и пошел в гости к своему другу. Ему надо было перейти дорогу, где шли ремонтные работы, было все раскопано. Недавно прошел дождь, и на дороге было грязно и скользко. Мальчик шел осторожно, стараясь не пачкать ботинки. Выразительные движения: походка должна производить впечатление, что ребенок идет по грязи, ступая на кончики пальцев как бы нехотя и делая вид, что он выбирает более чистое место.

ИГРА 7 «ПУТЬ ДОВЕРИЯ»

Цели: укрепление доверия внутри группы; развитие любознательности и тактильного восприятия.

Оборудование: маленький колокольчик и для каждого второго ребенка — повязки для глаз.

Ведущий. Разойдитесь по двое. Я хочу вам предложить игру которая называется «Путь доверия». Заключается она в следующем один из вас двоих надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет ведущим. Когда ты ведущий — ты должен провести невидящего ребенка по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно. Время от времени делай паузу, чтобы твой товарищ смог потрогать различные вещи: большие и маленькие гладкие и шероховатые. Ты можешь провести его к месту, где предмет издает звук или запах. Только ничего не говори при этом. Через пять минут я позвоню колокольчиком — тогда вы поменяетесь ролям. А еще через пять минут я позвоню еще раз — и тогда вы возвращаетесь обратно в круг, и мы поговорим о том, что вы пережили во время прогулки. Перед началом договоритесь с партнером, как он вас будет вести: за руку или как-то по-другому.

Ребенок-«поводырь» может экспериментировать со своей ролью, при которой он частично берет ответственность на себя, а частично - отдает своему партнеру. Между двумя детьми, играющими в паре, могут измениться прежние впечатления друг от друга и улучшиться отношения. В помещении должно быть достаточно места и множество интересных объектов, что бы их можно было потрогать, чтобы они при этом пахли или издавали звук. Очень хорошо проводить эту игру в теплое время года на улице.

Ведущий (*беседует с детьми*). Как ты чувствовал себя, когда ничего не видел? Вел ли тебя твой «поводырь» бережно и уверенно? Знал ли ты все время, где ты? Нашел ли ты что-нибудь любопытное, что интересно потрогать, понюхать или послушать? Как ты себя ощущал в роли «поводыря»?

Старался ли ты привести своего партнера к тем местам, где ему точно что-то понравилось бы? Что ты делал, чтобы вызвать и укрепить доверие своего партнера? Когда тебе было лучше: когда вел или когда тебя вели?

ИГРА 8 «ПРАЗДНИК ЧУДЕС»

Цель внушения: побуждение инициативы и самостоятельное

Ведущий. Закрываем глаза ... и снится тебе сегодня праздник чудес. Он отличается от прочих праздников тем, что на нем будешь все-все готовить сам. Ты видишь, какходишь в свою комнату и самостоятельно прибираешь игрушки, вытираешь пыль с мебели, поливаешь цветы, убираешь одежду в шкаф. *(Пауза)*

Самостоятельно на кухне готовишь бутерброды для гостей, накрываешь стол. Встречаешь и усаживаешь за стол своих друзей. Ты хочешь, чтоб праздник был веселым, поэтому загадываешь гостям веселые загадки и рассказываешь интересную историю-сказку. Праздник кончается. Гостей ты вежливо провожаешь домой, а сам убираешь все со стола и моешь посуду. Ты чувствуешь, что праздник прошел весело и интересно, и восхищаешься, что все делал сам.

А теперь потянулись, улыбнулись, глазки открыли.

Примечание. По мере чтения текста внушения необходимо делать паузы, чтобы дети могли представить картину в действии.

Занятие 14

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Детям предлагается повторить за ведущим, но обращается внимание на то, что при произношении звуков [б] и [б'] участие ют только губы, которые размыкаются взрывом под напором воздуха.

Ба-ба-ба, ба-ба-ба — Мама, мама! Вон труба!

Бу-бу-бу, бу-бу-бу — ты и мне купи трубу.

Би-би-би, би-би-би — ты на этой потруби.

Бу-бу-бу, бу-бу-бу! — Дядя, дайте мне трубу.

Бе-бе-бе, бе-бе-бе — потрубил я на трубе.

Ба-ба-ба, ба-ба-ба — не нужна уже труба.

ИГРА 2 «ИГРА С ШИШКАМИ»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Мама-медведица бросает медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапках. Шишки разламываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в стороны и роняют лапки вдоль тела — лапки отдыхают. Мама снова кидает шишки медвежатам.

Повторить игру 2—3 раза.

ИГРА 3 «ЗЕРКАЛО»

Цели: чувствовать тело другого, уловить логику его движений; установление психологического контакта.

Дети разбиваются на пары, становясь лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением». На первых порах проработки задания ведущий налагает некоторые ограничения на действие «оригинала».

1. Не делать сложных движений, т.е. не производить одновременно несколько движений.

2. Не делать мимических движений.

3. Выполнять движения в очень медленном темпе.

Через некоторое время участники, работающие на «отражение», меняются с «оригиналом» ролями.

ИГРА 4 «КТО Я?»

Цель: предоставить возможность каждому ребенку выразить себя с помощью рисования своего автопортрета и рассказа о себе.

Ведущий. Представь себе, что у тебя есть друг, который живет в другой стране, и с которым ты переписываешься. Он очень хочет побольше узнать о тебе, ему интересно, какой ты, как ты выглядишь, что тебе интересно... Чтобы он лучше узнал тебя, ты решил отправить ему свой автопортрет. Нарисуй картину, на которой будет изображена либо только твоя голова, либо ты весь целиком — с головы до пят.

Для детей, так же как и для взрослых, нет ничего интереснее собственной персоны, поэтому эта игра вызывает большой интерес, к тому же она позволяет детям проявить свое творчество и фантазию. В ней не может быть правильных или неправильных ответов, ведь каждый человек — лучший эксперт самого себя, он знает себя лучше всех. Особенно упражнение полезно детям со слаборазвитой рефлексией.

ИГРА 5 «ГДЕ МЫ БЫЛИ, МЫ НЕ СКАЖЕМ»

Цель: развивать у детей находчивость, сообразительность, умение перевоплощаться.

Дети делятся на две группы. Группы расходятся в разные стороны и договариваются, какую деятельность они будут изображать. Одна группа показывает движения, а вторая по движениям должна догадаться, что дети делают. При помощи жеребьевки определяют, какая группа будет загадывать. Эта группа детей подходит ко второй и говорит: «Где мы были, мы не скажем, а что делали — покажем» и показывают действия. Вторая группа отгадывает. Игра повторяется: те, кто отгадывал, теперь загадывают.

ИГРА 6 «СЕРДИТЫЙ ДЕДУШКА»

Цель: отреагирование эмоционального состояния (гнева).

Ведущий. К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, что Петя ушел за калитку. А если из леса придет волк, что будет с Петей?

Мимика: нахмуренные брови.

ИГРА 7 «ГОЛУБАЯ ИСКОРКА»

Цель: осознание чрезмерной подвижности (импульсивности).

Сказка о Голубой Искорке

Жила-была удивительная маленькая рыбка, которая так быстро двигала хвостиком и плавниками, что никто не мог ее догнать. Это неплохое свойство, если надо кого-то догнать или, наоборот, от кого-то удрать. Но беда в том, что Голубая Искорка не могла ни минуты оставаться на одном месте, и поэтому у нее не было возможности полюбоваться красотой подводного мира. От этого ей становилось грустно, тем более, что другие рыбы рассказывали о необыкновенных вещах, что встречаются на морском дне. Попробовала она плавать помедленнее, да куда там, словно неведомая сила мчит ее вперед!

В один прекрасный день Голубая Искорка углубилась в воспоминания и припомнилось ей время, когда и течение было помедленнее, и вода спокойнее. Она так и ощущала это медленное, ласкающее течение и совсем разомлела от своих мыслей. И вдруг заметила, что плавнички и хвостик стали двигаться медленнее! Рыбка пришла в восторг от своего открытия. Она решила проверить, не случайно ли это произошло. Снова подумала о тихом ласковом течении и снова сбавила скорость. Получилось! Тут она не спеша подплыла к стайке рыбок и вместе с ними стала любоваться лежавшим на дне сундуком с сокровищами. Другим рыбкам тоже было приятно, что Голубая Искорка может теперь играть вместе с ними и узнавать много интересного.

ИГРА 8 «Я ЗА СТОЛОМ»

Цели внушения: освоение навыков, связанных с культурой еды; поведение за столом, умение пользоваться столовыми приборами.

Ведущий. Закрываем глазки и представляем, что в кухне полный порядок. Все вещи на своих местах. Кастрюли — по полкам. На столе твоя любимая скатерть, нарядная и чистая. На ней чашки, блюда и тарелки, большие и маленькие вазочки для варенья и конфет. Каждая ложка и каждая вилка на столе заняла свое положенное место. Из крана полилась вода... ты подошел вымыть руки перед едой. Мыло тотчас же принялось за дело... Ты насухо вытер руки полотенцем и вдруг услышал пенье-скрипенье. Это стулья запели свою песню: «Спокойно! Садись спокойно на свое место». Чудеса. Ты сел на свое привычное место и поставил ноги на пол так ровно и спокойно, что они стали помогать тебе неторопливо, без лишнего шума есть суп ложкой, а второе — вилкой. Испачканный рот и руки во время еды ты вытер салфеткой.

Далее идет выход из нейтрального трансового состояния.

Занятие 15

ИГРА 1

Цель: снятие речевых зажимов.

Ведущий предлагает повторять за ним, обращая внимание детей на то, что при произношении звуков [д] и [д'] происходит следующее: при произнесении твердого [д] кончик языка находит альвеол верхних зубов, при произнесении мягкого [д'] кончик языка у нёба.

Да-да-да, да-да-да — не ходи, Вадим, туда!

Ду-ду-ду, ду-ду-ду — все равно туда пойду.

Ди-ди-ди, ди-ди-ди — ты ж одетый — не ходи!

Да-да-да, да-да-да. Ой, холодная вода!

Де-де-де, де-де-де — вот беда! Вадим, ты где?

Ды-ды-ды, ды-ды-ды — только слышно из воды.

ИГРА 2 «ХОЛОДНО - ЖАРКО»

Цель: снятие мышечных зажимов.

Ведущий. Мама-медведица ушла. Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замерзли. Они сжались в маленькие клубочки — греются. Стало жарко. Медвежата выпрямились. Опять подул северный ветер.

Повторить игру 2—3 раза.

ИГРА 3 «РУБКА ДРОВА»

Цель: прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и использовать ее в игре. Кроме того, крик в ходе игры помогает освежить голову и улучшить дыхание.

Ведущий. Кто из вас хоть раз рубил дрова? Кто может показать, как это делается? Как нужно держать топор, в каком положении должны находиться ноги, когда рубишь дрова?

Встаньте так, чтобы вокруг было немного свободного места. Представьте себе, что вам нужно нарубить дрова из нескольких чурок. Покажите мне, какой толщины кусок бревна, который хотите разрубить. Поставьте его на пень и поднимите топор высоко над головой. Всякий раз, когда вы с силой опускаете топор, можете громко выкрикивать: «Ха!» Затем ставьте следующую чурку перед собой и рубите вновь. Через две минуты пусть каждый скажет мне, сколько чурок он перерубил.

ИГРА 4 «РАСТЯНИСЬ»

Цель: помочь ребенку поверить в свои силы.

Ведущий. Встаньте где-нибудь на свободном месте и закройте те глаза. Представьте, что у вас в руках комок глины. Начните разминать его, старайтесь, чтобы он стал как можно более мягким. Возможно, вам понадобится для этого вся сила кистей рук и предплечий (30 секунд).

Теперь откройте глаза. Покажите мне различные способы того, как вы можете растягивать этот комок размяченной глины. Вы можете крутить его между ладоней, чтобы он от этого вытягивался, можете его растянуть, защипывать края и сделать из них тонкие жгутики. Когда вы захотите растянуть свой комок глины другим способом, сначала снова скатайте его в мягкий шар.

Во время этой процедуры (2—3 мин) имеет смысл переходить с ребенка к ребенку и смотреть, как дети выполняют это задание.

Это у вас хорошо получилось. Теперь положите комок глины перед собой на пол, встаньте прямо и снова закройте глаза. Представьте, что ваши ноги прочно прикреплены к полу. Теперь

высоко-высоко поднимите свои руки к небу, как будто вы хотите достать им до звезд. Встаньте на цыпочки.

Наклонитесь и прикоснитесь к полу. Как далеко от тела вы можете потянуться руками по полу в одну сторону, не сгибая колен? А теперь в другую сторону.

Теперь покажите мне, как далеко вы можете вытянуть руки позади спины.

Представьте, что вы находитесь в большом стеклянном шаре, который окружает вас со всех сторон. Оставайтесь в середине этого шар и попытайтесь прикоснуться к нему изнутри кончиками пальцев носками ног. Постарайтесь достать до всех точек этого шара. Если хотите, вы можете для этого вертеться на месте, но следите за тем, чтобы вы всегда стояли точно в середине этого шара (1—2 мин).

А теперь немножко потрясите головой, откройте глаза и вернитесь на свои места.

ИГРА 5 «НАОБОРОТ»

Цель: развить у детей сообразительность, быстроту мышления

Дети вместе с ведущим садятся на стулья в кружок. Ведущий проносит слово и бросает кому-нибудь из детей мяч. Ребенок должен поймать мяч, сказать слово, противоположное по смыслу, и снова отбросить мяч ведущему.

Ведущий. Вперед. Ребенок. Назад. Направо — налево, вверх — вниз, далеко — близко, высоко — низко, над — под, внутри — снаружи, дальше — ближе, далекий — близкий, верхний — нижний, завязать — развязать, намочить — высушить и др.

Если тот, кому бросили мяч, затрудняется ответить, дети, по предложению ведущего, хором произносят нужное слово.

ИГРА 6 «ПОССОРИЛИСЬ И ПОМИРИЛИСЬ»

Цель: отреагирование эмоциональных состояний.

Два ребенка изображают сначала поссорившихся детей. Выразительные движения: стоят спиной друг к другу и притопывают одной ногой; руки на поясе или за спиной.

Затем помирившихся.

Выразительные движения: поворачиваются лицом друг к другу улыбаясь, берутся за руки, весело кружатся в танце. В конце обнимаются.

ИГРА 7 «ЧЕСТНЫЙ ШОФЕР»

Цель: отреагирование положительных черт характера.

Обыгрывается ситуация.

В такси (специально поставлены стулья) сел мужчина, у него не было фотоаппарата. Он сказал шоферу, куда ему надо ехать, и они быстро прибыли на место. Пассажир вышел

из машины и направился к дому. Шофер посмотрел на то место, где сидел пассажир, и увидел оставленный на сидении фотоаппарат. Он остановил машину, взял забытую пассажиром вещь и пошел к подъезду, в который вошел владелец фотоаппарата. Водитель не знал, в какой квартире живет рассеянный пассажир, поэтому он стал звонить во все квартиры подряд. Наконец, на втором этаже одну из дверей открыл сам хозяин фотоаппарата. Таксист, улыбаясь, протянул ему потерю. Мужчина поблагодарил водителя.

ИГРА 8 «ВЕЖЛИВЫЕ ПРЯТКИ»

Цель: освоение навыков общения с взрослыми сверстниками.

Ведущий. Закроем глаза и посмотрим необычное кино про вежливые прятки. Дети из твоей группы считают, чтобы узнать, кто должен водить. Водящий выбран. Он закрыл глаза и медленно считает до десяти. Остальные дети побежали прятаться за постройки на участке. Ты видишь, что далеко они не убегают, и тоже нашел, куда спрятаться.

Водящий громко кричит: «Десять!» И что же делают дети? А дети кричат в ответ по очереди какое-нибудь вежливое слово:

- Здравствуй!
- Добрый вечер!
- Добрый день!
- С добрым утром!
- Прошу вас!
- Будьте здоровы!
- Пожалуйста!
- Будьте любезны!
- Простите!
- Извините!
- Разрешите!
- Прошу прощения!
- Всего хорошего!
- Всего доброго!
- Спокойной ночи!
- До свидания!

И ты тоже кричишь свое вежливое слово. Повтори его про себя. А теперь улыбнуться, потянуться, всем глаза открыть и встать.