Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад «Белый медвежонок

Рекомендации педагогам

для работы с детьми

старшего возраста

«Готовимся к школе»

Составитель: педагог – психолог: Е. Ф. Зимина

с. Газ – Сале, 2014 г

**Дидактические игры для**

**будущих первоклассников.**

Игры, направленные на развитие эмоционально – нравственной

сферы.

**«Изобрази животное»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Ход: ведущий предлагает изобразить злых (добрых) животных, порычать,

подвигаться как животные. Сначала лучше изобразить каких-нибудь

хищников (тигр, волк), а потом «добрых» животных (котёнок, щенок).

**«Собака-поводырь»**

Цель: развивать чувство доверия к близким.

Ход: дети становятся в пары, одному завязывают глаза, другой водит его по

комнате.

**«Не поделили игрушку»**

Цель: учить детей благополучно выходить из конфликтных ситуаций,

находить компромиссное решение.

Ход: детям предоставляются разные яркие игрушки, которые можно

разобрать, идёт решение конфликтных ситуаций, обсуждаются все версии

детей, как бы повели себя младшие и старшие братья и сёстры.

**«Уходи, злость, уходи»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Ход: ведущий предлагает прогнать это настроение. Дети кричат: «Уходи,

злость, уходи!», могут стучать руками и ногами по полу, скомкать или

разорвать рисунок злого человека, затем расслабленно лежат на ковре,

слушая музыку.

**«Клеевой дождик»**

Цель: регуляция движений в коллективе; развитие социального доверия.

Ход: дети встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В

таком положении они преодолевают различные препятствия:

- подняться и сойти со стула;

- проползти под столами;

- обогнуть «широкое озеро»;

- пробраться через «дремучий лес»;

- спрятаться от «диких животных».

На протяжении всей игры дети стараются избежать отцепления от своего

партнёра.

**«Окажи внимание другому»**

Цель: развитие умения выражать своё положительное отношение к другим

людям, учить оказывать и принимать знаки внимания.

Ход: дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь приятное

одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные

качества, внешность, умения, манера поведения и т.д. В ответ ребёнок

говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я…(повторяет сказанное ему, а затем

подкрепляет ещё одной похвалой в свой адрес). А ещё я думаю, что я…»

**«Найди друга»**

Цель: научить детей чувствовать и переживать, развитие коммуникативных

навыков.

Ход: дети делятся на 2 группы. Одной группе завязывают глаза, дают

возможность походить по помещению, затем предлагают найти и узнать друг

друга. Узнавать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки.

Когда друг найден, игроки меняются ролями.

**«Секрет»**

Цель: развитие социальной активности детей.

Ход: всем участникам ведущий кладёт в ладоши «по секрету» из красивого

сундука (пуговицу, брошку, бусинку и т.д.), зажимает детский кулачок.

Участники ходят по помещению и, снедаемые любопытством, находят

способы уговорить другого участника игры показать ему свой секрет.

Ведущий следит за процессом обмена «секретами», помогает всем найти

общий язык.

**Игры на развитие навыков общения у детей**

**старшего дошкольного возраста**

**«Назови себя»**

Цель: учить представлять себя коллективу сверстников.

Ход: ребёнку предлагают представить себя, назвав своё имя так, как ему

больше нравится, как называют дома или как он хотел бы, чтобы его

называли в группе.

**«Позови ласково»**

Цель: воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу.

Ход: ребёнку предлагают бросить мяч или передать игрушку любому

сверстнику (по желанию), ласково назвав его по имени.

**«Волшебный стул»**

Цель: воспитывать умение быть ласковым, активизировать в речи детей

нежные, ласковые слова.

Ход: один ребёнок садится в центр на «волшебный» стул, остальные говорят

о нём добрые, ласковые слова, комплименты. Можно погладить сидящего,

обнять, поцеловать.

**«Передача чувств»**

Цель: учить передавать различные эмоциональные состояния невербальным

способом.

Ход: ребёнку даётся задание передать «по цепочке» определённое чувство с

помощью мимики, жестов, прикосновений. Затем дети обсуждают, что они

чувствовали при этом.

**«Перевоплощение»**

Цель: учить умению перевоплощаться в предметы, животных, изображая их с

помощью пластики, мимики, жестов.

Ход: дети по очереди загадывают определённый «образ», изображают его, не

называя. Остальные отгадывают, давая словесный портрет.

**«Моя любимая игрушка»**

Цель: развивать умение слушать друг друга; описывать любимую игрушку,

отмечая её настроение, поведение, образ жизни.

Ход: дети выбирают, какую игрушку будут описывать, не называя её, и

рассказывают о ней. Остальные отгадывают.

**«Подарок другу»**

Цель: развивать умение невербально «описывать» предметы.

Ход: один ребёнок становится «именинником»; остальные, «дарят» ему

подарки, передавая движениями и мимикой своё отношение к «имениннику».

**«Скульптор»**

Цель: учить договариваться и взаимодействовать в группе сверстников.

Ход: один ребёнок – скульптор, трое-пятеро детей – глина. Скульптор

«лепит» композицию из «глины», расставляя фигуры по задуманному

проекту. Остальные помогают, затем вместе дают название «композиции».

**«Волшебный цветок»**

Цель: учить выражать свою индивидуальность, представлять себя другим

детям в группе.

Ход: детям предлагают представить себя маленькими ростками цветов. По

желанию они выбирают, кто каким цветком будет. Далее под музыку

показывают, как цветок распускается. Затем каждый ребёнок рассказывает о

себе: где и с кем он растёт, как себя чувствует, о чём мечтает.

**«Разноцветный букет»**

Цель: учить взаимодействовать друг с другом, получая от этого радость и

удовольствие.

Ход: каждый ребёнок объявляет себя цветком и находит себе другой цветок

для букета, объясняя свой выбор. Затем все «букетики» объединяются в один

«букет» и устраивают хоровод цветов.

**«Свеча»**

Цель: развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием,

расслабляться, рассказывать о своих чувствах и переживаниях.

Ход: дети в удобных позах рассаживаются вокруг свечи, в течение 5-8 секунд

пристально смотрят на пламя, затем закрывают глаза на 2-3 секунды (свеча

гаснет). Открыв глаза, рассказывают, какие образы увидели в пламени свечи,

что чувствовали при этом.

**«Солнечный зайчик»**

Цель: продолжать воспитывать дружелюбное отношение детей друг к другу,

развивать атмосферу тепла, любви и ласки.

Ход: детям предлагают с помощью зеркала «поймать» «солнечного зайчика».

Затем воспитатель говорит, что он тоже поймал «зайчика», предлагает

передать его по кругу, чтобы каждый мог приласкать его, согреться его

теплом. Когда «зайчик» возвращается к воспитателю, он обращает внимание

на то, что за это время «зайчик», обласканный детьми, вырос и уже не

умещается в ладонях. «Зайчика» выпускают, но каждый ловит частички его

тепла, нежные лучики своим сердцем.

**«Пирамида любви»**

Цель: воспитывать уважительное, заботливое отношение к миру и людям;

развивать коммуникативные способности.

Ход: дети сидят в кругу. Воспитатель говорит: «Каждый из нас что-то или

кого-то любит; всем нам присуще это чувство, и все мы по-разному его

выражаем. Я люблю свою семью, своих детей, свой дом, свой город, свою

работу. Расскажите и вы, кого и что любите вы. (Рассказы детей.) А сейчас

давайте построим «пирамидку любви» из наших с вами рук. Я назову что-то

любимое и положу свою руку, затем каждый из вас будет называть своё

любимое и класть свою руку. (Дети выстраивают пирамиду.) Вы чувствуете

тепло рук? Вам приятно это состояние? Посмотрите, какая высокая у нас

получилась пирамида. Высокая, потому что мы любимы и любим сами».

**Развиваем умение сотрудничать:**

**Учим слышать, понимать и подчиняться правилам**

**Зайчики и лиса**

Дети (зайчики) собираются у одной из стен, один ребёнок (в маске

лисы) прячется за «кустом» (стул). Воспитатель стоит у противоположной

стены и громко считает: «Раз, два, три, четыре, пять, вышли зайчики гулять».

Дети выбегают на середину помещения и начинают весело прыгать.

Через минуту – другую воспитатель продолжает: «Вдруг лисица выбегает,

зайцев сереньких она поймает».

Все зайчики разбегаются, лиса пытается кого-нибудь «поймать», но

напрасно. Воспитатель добавляет: «В лапы лисьи не попали – зайки в лес все

убежали».

Выбирают другую лису, игра повторяется. Такая игра является

элементарной формой инсценировок, к которым дети постепенно подводятся.

Нужно следить за тем, чтобы они действовали в чётком соответствии со

словесными указаниями воспитателя.

**Совушка – сова**

Детям показывают сову (картинка, фотография), рассказывают о ней.

Один ребёнок – сова; остальные – лесные птички. Сова сидит на дереве (стул,

ящик и т.д.), птички бегают вокруг неё, осторожно к ней приближаются.

Воспитатель:

«Совушка – сова, большая голова,

На дереве сидит, головой вертит,

Во все стороны глядит.

Вдруг она как полетит…

При последнем слове (не ранее) сова «слетает» с дерева и начинает

ловить птичек. Пойманная птичка становится новой совой, и игра

возобновляется.

В эту игру охотно играют даже малыши. Они пока не умеют ловить

друг друга, зато радостно бегают по залу, ждут сигнала (удар в ладоши,

возглас «стоп!»), по которому они должны остановиться.

**Менялки**

Игра проводится в кругу. Участники выбирают водящего. Он встаёт и

выносит свой стул за круг – стульев становится на один меньше, чем

играющих.

Воспитатель говорит: «Меняются местами те, у кого… (светлые

волосы, красные носочки, синие шорты, косички и т.д.)». После этого

имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами:

водящий в это время старается занять освободившееся место. Игрок,

оставшийся без стула, становится водящим.

**Игра в тарелочку**

Играющие садятся на пол по кругу. Один ребёнок выходит на середину

круга, ставит тарелку на ребро, раскручивает её, называет имя какого-нибудь

ребёнка, а сам возвращается в круг. Тот, кого он назвал, должен успеть

дотронуться до тарелки, пока она крутится. Вновь раскручивает её и

называет следующего игрока. Кто не успел добежать до тарелки и

подхватить её, выбывает из игры.

**Учим контролировать движения**

**и работать по инструкции**

**Холодно – горячо, право – лево**

Воспитатель прячет условный предмет (игрушка), а затем с помощью

команд типа «Шаг вправо, два шага вперёд, три влево» ведёт игрока к цели,

помогая ему словами «тепло», «горячо», «холодно». Когда дети научатся

ориентироваться в пространстве по словесным указаниям взрослого, можно

использовать план-схему.

**Обыграй превращение**

Ведущий по кругу передаёт предметы (мяч, пирамидка, кубик и др.),

называя их условными именами. Дети действуют с ними так, как если бы это

были названные взрослым объекты. Например, по кругу передают мячик.

Ведущий называет его «яблоко» - дети «едят» его, «моют», «нюхают» и т.д.

Горная тропинка

Перед игрой детям читают басню С.Маршака «Два барана» и проводят

беседу по её содержанию.

- Как вы думаете, почему с баранами произошло несчастье?

- Какие качества погубили баранов?

- Подумайте и скажите: был ли выход из создавшейся ситуации?

- Как, на ваш взгляд, следовало бы поступить баранам?

Затем начинается игра.

Воспитатель. Представьте, что мы высоко в горах. Перед нами

пропасть, через которую надо перебраться. Вы пойдёте навстречу друг другу

(вспомните баранов). Ваша задача – не свалиться в пропасть. Помните, что

вы идёте по очень узкой тропинке и узкому мосту через пропасть.

Пропасть шириной 2 м, мостик и тропинка шириной 25 – 30 см

ограничены верёвкой или очерчены мелом.

Дети разбиваются на пары и, двигаясь навстречу друг другу,

перебираются через пропасть

Подводятся итоги: «Какая пара прошла лучше всех? Почему?»

Оцениваются активность, внимание к партнёру, взаимопомощь, варианты

решения проблемы и выбор наиболее подходящего, а также время

выполнения.

**Глаза**

В качестве образцов воспитатель использует изображения из

геометрических фигур. Перед началом игры вместе с детьми анализирует эти

изображения, распределяет детей на пары: у одного глаза завязаны, у другого

– нет (он – «глаза своей пары). Далее ребёнок с завязанными глазами рисует

на бумаге, слушая команды «глаз»: «Вправо, влево, вверх, вниз, влево…»

(команды даются с опорой на образец). Затем дети меняются ролями, игра

повторяется.

**Замри!**

С помощью считалки выбирается морской царь. Он следит за

неподвижностью «морских фигур» и «волшебной палочкой» удаляет

нарушителя.

Ведущий говорит: «Море волнуется – раз, море волнуется – два, море

волнуется – три, морская фигура – замри!».

Дети, замерев в любой позе, ждут сигнала: «Отомри!».

Воспитываем доверие друг к другу, чувство ответственности за другого

**Я не должен**

Воспитатель заранее готовит сюжетные картинки, связанные с

приемлемыми и неприемлемыми взаимоотношениями ( в системах взрослый

– ребёнок, ребёнок – ребёнок, ребёнок – окружающий мир), и шаблон «Я не

должен» (например, изображение знака « - «).

Ребёнок раскладывает около шаблона те картинки, которые

изображают ситуации, неприемлемые во взаимоотношениях между людьми,

между человеком и природой, человеком и предметным миром, объясняют

свой выбор.

Остальные дети выступают в роли наблюдателей и советчиков.

**Звери на болоте**

Играют все дети группы. Они – «звери», которые попали в болото. У

каждого по три дощечки (три листа бумаги). Выбраться из болота можно

только парами и только по дощечкам.

У одного из игроков сломались и пошли ко дну две дощечки. Чтобы он

не утонул, ему надо помочь – это может сделать партнёр (его «пара»).

В роли потерпевшего и спасающего должен побывать каждый ребёнок.

Оцениваются как готовность прийти на помощь, так и предложенные

варианты спасения.

**Поводырь**

В группе разложены и расставлены предметы – препятствия (стулья,

кубики, обручи и т. д.). Дети распределяются по парам: ведущий – ведомый.

Ведомый повязывает на глаза повязку, ведущий ведёт его, рассказывая, как

двигаться, например: «Переступи через кубик», «Здесь стул. Обойдём его».

Затем дети меняются ролями.

**Развиваем умение активно слушать:**

Учимся общаться на вербальном и невербальном уровнях, определять

эмоциональное состояние других людей, выражать свои чувства

Пантомимические этюды

Детям предлагают пройтись так, как ходит маленькая девочка, мальчик

в хорошем настроении, старик, ребёнок, который только учится ходить,

уставший человек и др.

**Сказки наизнанку**

Кукольный или настольный театр по известной сказке

Воспитатель предлагает детям придумать вариант сказки, где

характеры героев изменены (например, колобок злой, а лиса добрая), и

показать с помощью настольного театра, что может произойти в такой

сказке.

**Отражение чувств**

Дети объединяются в пары, договариваются , кто будет «говорящим», а

кто «отражателем». Воспитатель шепчет на ухо «говорящему» фразу типа:

«За мной пришла мама». Говорящий эмоционально повторяете, а

«отражатель» должен определить, какое чувство испытывает его друг в

момент, когда произносил фразу.

**Развиваем слуховое восприятие**

**Телефон**

С помощью считалки выбирается телефонист. Он задумывает слово и

передаёт его первому игроку ( на ухо, шёпотом), тот по цепочке следующему

и т. д. Когда слово доходит до последнего игрока, телефонист спрашивает

его, какое слово он «получил по связи». Если слово названо неверно,

телефонист проверяет каждого игрока и устанавливает, где нарушилась

связь.

Цепочка слов

Выбирается водящий. Он придумывает и называет три – пять слов,

потом указывает на любого игрока, который должен повторить слова в той

же последовательности. Если ребёнок справляется с заданием, он становится

водящим.

Собери чемодан

Детям предлагают отправиться в путешествие. Что для этого надо?

Уложить вещи в чемодан: «Подумайте: что нужно взять с собой в

дорогу?». Первый путешественник называет один предмет, второй повторяет

и называет свой предмет. Третий повторяет, что назвал второй

путешественник, и называет свой. И т. д. Условие: повторяться нельзя.

Игру можно усложнить: дети перечисляют все предметы, о которых

говорили предыдующие игроки, и называют свой.

**Эхо**

1-й вариант. Детям читают стихотворение, они повторяют последнее

слово каждой строчки.

2-й вариант. Дети делятся на две команды: «Эхо» и «Выдумщики».

«Выдумщики» договариваются, кто какое слово скажет по

определённой теме, по очереди произносят загаданные слова и спрашивают

игроков: «Какое слово сказал Коля? Саша? И т. д.».

**Взаимное цитирование**

«Мы сыграем в такую игру. Я два раза постучу ладонями по коленям и

дважды назову своё имя, затем похлопаю в ладоши в воздухе, назвав имя

кого-нибудь из вас, например, «Ваня – Ваня». Ваня сначала два раза

постучит по коленям, называя себя, а затем хлопнет в ладоши и назовёт кого-

либо другого, например, «Катя-Катя». Тогда Катя, переняв ход, сделает то

же. И т. д. Важно не смотреть на того участника, которого ты вызываешь, а

произносить его имя в пространство, глядя, например, в другую сторону или

в потолок.

**Учим задавать открытые и закрытые вопросы**

**Почта**

Между участниками игры и водящим завязывается диалог.

Водящий. Динь, динь, динь!

Дети. Кто там?

Водящий. Почтальон.

Дети. Откуда?

Водящий. Из Рязани.

Дети. А что там делают?

Водящий. Танцуют (поют, смеются, плавают, летают) и т. д. (дети

изображают действия, названные водящим).

**«Да» и «нет» не говорите**

В игре участвуют две команды. Воспитатель предлагает одной из

команд выбрать «добровольца»: он встаёт перед другой командой, игроки

которой в течение минуты «обстреливают» его вопросами. «Доброволец»

должен отвечать на них, соблюдая правило: «Да и нет не говорите».

Если игрок произнесёт одно из этих слов, это будет означать, что

команда – соперница его перехитрила и он должен вернуться на своё место.

Если же игрок в течение минуты удержится и не произнесёт запрещённых

слов, то команда-соперница признаёт себя побеждённой. «Доброволец»

получает фишку. Затем команды меняются ролями. В конце игры

подсчитывают фишки: команда, у которой их больше, победила.

**Как тебя зовут?**

Участники игры придумывают себе смешные прозвища (пузырёк,

расчёска, ручка и др.), затем водящий задаёт вопросы. Отвечая на них, можно

называть только своё прозвище. Отвечать надо быстро. Не задумываясь, нив

коем случае нельзя смеяться, даже улыбаться.

Например, водящий подходит к тому, кто назвал себя метлой, и строго

предупреждает: «Кто ошибётся, тот попадётся! Кто засмеётся, тому плохо

придётся! «. Затем следует такой диалог:

- Кто ты?

- Метла.

- Что ты ел сегодня утром?

- Метлу.

- На чём можно ездить?

- На метле. И т.д.

Так продолжается до тех пор, пока игрок не рассмеялся. Если игрок

рассмеялся, он должен отдать фант и выйти из игры.

**Сундучок**

На столе стоит сундучок, в котором лежит какой-нибудь предмет.

Вызывают одного ребёнка, он заглядывает в сундучок. Остальные дети

задают ему вопросы о цвете, форме, качестве, свойствах и т. д. этого

предмета до тех пор, пока не угадают, что лежит в сундучке.

Правило: на все вопросы надо отвечать только «Да» или «Нет».

**Картинная галерея**

Детям предлагают рассмотреть уже известные им картины и загадать

ту, которая им больше понравилась. Затем все дети садятся в круг,

вызывается один ребёнок. Он говорит: «Все картины хороши, но одна

лучше».

Дети с помощью вопросов пытаются угадать, какая картина

понравилась этому ребёнку. Если она угадана, ребёнок говорит: «Спасибо

всем! Это действительно она – картина под названием (называет)».

**Азбука почемучек**

Задавайте вопросы так, чтобы их первые слова начинались с каждой

буквы алфавита (по порядку). Проигрывает тот, кто первый собьётся, кто

забудет последовательность букв в алфавите.

Арбуз – это фрукт или овощ?

Бегемот – это кто?

Волки водятся в наших лесах?

Где зимуют ежи?

Детей кто воспитывает?

Ель на ёжика похожа?

Ёрш – это птица?

Жадность в чём проявляется?

Зачем лисе хвост?

Ирис – это цветок или конфета?

Куда улетают осенью птицы?

Любишь ты животных?

Можно обижать маленьких?

Ночь – часть суток или время года?

Облака бегут или плывут?

Помогаешь родителям?

Радуешься новым игрушкам?

Собака – друг человека?

Ты часто задаёшь вопросы взрослым?

Учиться всегда пригодится?

Фломастерами что делают?

Хорошо ты отдохнул летом?

Цапля где живёт?

Часто ты читаешь книги с взрослыми?

Шарами что можно украсить?

Щенки чьи дети?

Этажей сколько в твоём доме?

Юла – это игрушка?

Яблоки какого бывают цвета?

Пум – пум – пум

«сейчас мы сыграем в игру «Пум – пум – пум». Пум – пум – пум – это

какой-нибудь предмет, который есть в нашей группе».

Выбирают ребёнка, который должен загадать предмет. Дети задают ему

вопросы, чтобы догадаться, что это за «пум – пум – пум» такой.

Вопросы могут быть, например, такими: «Почему ты загадала этот пум

– пум – пум? Для чего он нужен? Этот пум – пум – пум большой или

маленький?».

Тот, кто загадал предмет, должен отвечать на вопросы полными

предложениями.

**Учим перефразировать сказанное**

**(сохранив главный смысл)**

**О чём я сказала**

Взрослый обращается к детям: «Послушайте, что я сейчас скажу.

Бежит собака. Бежит ручеёк. Бежит вода из крана. О чём я сказала?».

Подводит детей к выводу: «Вы сказали, что собака, ручеёк, вода из крана

могут бежать».

Каждому ребёнку дают по три предметные картинки. Перефразировать

мысль педагога будет тот ребёнок, про чьи картинки пойдёт речь. Например,

«Сложи вещи. Сложи руки. Сложи дрова. Плывёт утка. Плывёт человек.

Плывёт корабль. Летит самолёт. Летит птица. Летит облако. Ножка у стола.

Ножка у гриба. Ножка у мебели. Ушко у куклы. Ушко у кошки. Ушко у

иголки». И т. д.

**Объясни Незнайке!**

Педагог говорит: «Незнайка не понимает того, о чём я ему говорю.

Давайте ему поможем. Как можно сказать по-другому? Труд кормит, а лень

портит. Умея начать, умей окончить. Незнайка лежит, а Знайка далеко

бежит». И т. д.

**Слушай и повторяй**

Играть могут два ребёнка и более. В первой игре роль ведущего

воспитатель берёт на себя. Когда дети усвоят правила игры, ведущим может

стать любой желающий.

Воспитатель с помощью считалки выбирает одного ребёнка для

передачи информации детям. Ребёнок внимательно слушает, вникая в

содержание сказанного. Затем ему предлагают передать детям суть

сказанного ему, но другими словами

Например, «Я прочитаю интересный рассказ про путешественника

муравьишку. – «Воспитатель (имя, отчество) прочитает нам рассказ о

путешествиях муравья».

Усложнить игру можно, используя стихи, сказки, рассказы, небольшие

по содержанию и объёму.

**Формируем умение выделять основную**

**идею высказывания,**

**подводить итог**

**Зеркало движений**

Один ребёнок – «зеркало», все остальные ненадолго закрывают глаза

или отворачиваются. Воспитатель молча показывает «зеркалу» какое-либо

упражнение или ряд действий. Дети открывают глаза, а «зеркало» подробно

рассказывает, какие действия должны быть выполнены (отражены). Если у

более половины детей правильные действия не получаются, выбирают новое

«зеркало».

Идёт следствие

С помощью считалки выбирают двух детей (детективов), все остальные

– свидетели. Они видят, как воспитатель незаметно для детективов вешает на

доске какую-нибудь сюжетную картинку, к примеру «Пожар в высотном

доме». Свидетели дают показания об этом, но не прямо, а косвенно,

например: «Я чувствую запах дыма. Становится всё жарче. Кто-то громко

кричит. Слышны автомобильные сирены. Подъезжают машины красного

цвета». И т.д.

Свидетели, с одной стороны, должны давать показания так, чтобы

детективы не сразу поняли, что именно происходит; с другой – они не могут

давать ложных показаний.

Как только детектив решит, что он понял, в чём дело, он говорит: «У

меня есть ответ». Однако если он скажет, что это пожар, но не догадается,

что это пожар в высотном доме, ответ не будет принят в качестве

удовлетворительного. Каждый детектив имеет право трижды выдвигать свои

версии.

Детектив имеет право «расшевелить» группу, говоря: «Я хочу знать

больше». По прошествии двух минут детективами становятся другие

участники.

Перечень повседневных ситуаций для игры: «У автомобиля проколота

шина», «Она с удовольствием читает книгу». И т. д.

**Поиск смысла**

Детей знакомят с баснями И.А.Крылова и предлагают пересказать их

содержание, найти скрытый в них смысл, провести конкурсы на поиск

смысла, инсценировать басню.

**Плохое настроение**

Воспитатель объясняет, что у каждого из нас бывает плохое

настроение. Мы должны научиться понимать истинную причину этого и

правильно реагировать и на плохое поведение человека, и на его

высказывания. Например. Один мальчик пришёл в детский сад в плохом

настроении и со злобой сказал своему другу: «Я не буду с тобой играть». Тот

подумал немного и очень спокойно спросил: «Тебе хочется поиграть с

другими детьми?» У мальчика сразу улучшилось настроение, потому что

друг не стал с ним спорить, ругаться, не обиделся на него, а просто понял

его.

Затем воспитатель предлагает выбрать ребёнка, который может

показать «плохое настроение». Остальные дети должны попытаться

правильно реагировать, начиная с фразы: «Ты имеешь в виду, что…»

**Учим использовать такой приём активного слушания, как**

**развитие мыслей собеседника**

**Я начну, а вы продолжите**

Взрослый произносит незаконченные предложения из рассказа

Н.Н.Носова «На горке». Ребёнок должен закончить предложение,

использовав образные слова и выражения. Например. «Был ясный день, снег

на солнце…(сверкал, искрился, переливался, блестел). Миша сел на санки и

помчался с горы…(пулей, вихрем, так что дух захватывало). Санки

перевернулись, и мальчик…(шлёпнулся, бухнулся в снег, полетел кубарем).

Коле очень захотелось, чтобы гора получилась. Он трудился…(не покладая

рук, без устали, в поте лица)».

**Играем со сказкой**

Воспитатель знакомит детей со сказками Дж. Родари из цикла «Сказки,

у которых три конца»: «Волшебный Баран», «Большая морковка», «Хитрый

Буратино». Обращает их внимание на то, что каждая из них не окончена, но

писатель придумал три разных финала, для того чтобы дети смогли поиграть

с ними. Предлагает послушать три варианта концовки и выбрать тот,

который больше нравится, или придумать свой конец и нарисовать к нему

иллюстрации. Можно предложить детям придумать весёлую, печальную или

поучительную концовку.

Завершить игру можно выставкой рисунков.

И это хорошо, и это плохо

Воспитатель предлагает детям посмотреть на ручку с двумя

колпачками. «Этот колпачок белый – он будет означать «хорошо», этот

колпачок чёрный – он будет означать «плохо». Если ручка повёрнута белым

колпачком кверху, нужно говорить «хорошо», если чёрным – «плохо».

Выбирается тема, в которой дети способны выделить «хорошее» и

«плохое» (время года, животные, бытовые приборы и т. д.).

Например. Тема «Лес». Ручка повёрнута белым колпачком вверх («Лес

– это хорошо, потому что он очищает воздух»). Передаём ручку Ане,

поворачивая её чёрным колпачком вверх, Аня должна объяснить, почему лес

– это плохо. Например, «Лес – это плохо, потому что в нём можно

заблудиться». И т. д.

**Учим перерабатывать информацию:**

**Развиваем умение понимать друг друга, вникать в суть получаемой**

**информации**

**Через стекло**

Двум детям предлагают передать друг другу какую-либо информацию

жестами, представив, что один из них находится в поезде, а другой – на

перроне, т.е. они отделены друг от друга стеклом, через которое не

проникают звуки. Возможные темы сообщений для передачи: «Я тебе

позвоню, когда приеду», «Напиши мне письмо» и др. После игры желательно

обсудить, насколько правильно дети поняли друг друга, легко ли им было это

сделать.

**Магазин игрушек**

Дети делятся на две группы – «покупатели» и «игрушки». Последние

загадывают, какой игрушкой каждый из них будет, и принимают позы,

характерные для них. Покупатели подходят к ним и спрашивают: что это за

игрушки? Каждая игрушка, услышав вопрос, начинает двигаться, совершая

характерные для неё действия. Покупатель должен догадаться, какую

игрушку ему показывают. Недогадавшийся уходит без покупки.

**Вечер загадок**

Начинать целесообразней с внешних признаков окружающих

предметов, например: «Большой, круглый, полосатый». (Арбуз.) Затем можно

добавить функциональные признаки: «Шумит, ворчит, глотает, всё дома

очищает». (Пылесос.) После этого можно предложить «образные» загадки

типа «Крашено коромысло через реку повисло». (Радуга.) Непонятные слова

надо обязательно объяснять.

**Путешествие Буратино**

Детям показывают Буратино (кукла) и говорят, что он – заядлый

путешественник и сейчас расскажет о том, где был и что видел, а дети

стараются отгадать, в каких помещениях детского сада он побывал и когда

(зимой, летом; утром или вечером) это было. Итак, Буратино был там, где

дети засучивают рукава, намыливают руки, вытираются, расстёгивают

пуговицы, снимают одежду, складывают её, потягиваются, расстилают

постель, успокаиваются, отдыхают, спят; пляшут, поют, слушают,

притоптывают, кружатся, кланяются; маршируют, подлезают, приседают,

пролезают; сгибаются, разгибаются, спрыгивают. Был Буратино в детском

саду тогда, когда дети приходят, здороваются, раздеваются, переобуваются,

заходят в группу; обедают, благодарят; одеваются, прощаются. Уходят;

купаются, загорают, ходят босиком, собирают ягоды; катаются на лыжах, на

санках, лепят снежных баб.

**Угадай и нарисуй**

Приходит Карлсон (кукла) с чудесным мешочком. В нём лежат разные

интересные предметы, про которые он будет загадывать загадки. Дети

должны отгадать их и отгадки нарисовать.

Примечание. Можно предлагать детям сразу от одной до пяти загадок

на одну тему. Загадки можно брать из книги Илларионова Ю.Г. «Учите детей

отгадывать загадки». М., 1985.

**Задуманное действие**

Один из играющих (водящий) выходит из комнаты. Остальные

договариваются, что он должен сделать (например, почистить зубы,

подмести пол, поглядеться в зеркало и т. п.). Водящему предлагают

подсказку, например: «Это ты делаешь каждое утро». Он пытается угадать и

изобразить задуманное действие.

**Развиваем умение устанавливать логические, причинно-**

**следственные связи, делать умозаключения**

**Что на что похоже**

Взрослый договаривается с детьми, что они для описания задуманного

предмета или живого существа будут использовать только сравнения (по

внешнему виду, действиям и т.п. со сходными и известными всем

предметами). Назначается водящий, который выходит из комнаты и стоит за

дверью, пока дети загадывают что-либо или кого-либо. Затем он

возвращается и по описаниям – сравнениям пытается отгадать, что же дети

задумали.

**Я бросаю тебе мяч**

Дети становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя по

имени того, кому бросают, и говорят: «Я бросаю тебе конфетку (цветок,

котика и т. д.)». Тот, кому бросили мяч, ловит его и отвечает примерно так:

«Спасибо, ты знаешь, что я люблю сладкое (люблю играть с котёнком,

люблю смотреть на цветы и т. д.)».

**Задом наперёд**

Воспитатель подбирает пары картинок: гнездо с яйцом – птица;

мальчик в постели – он же идёт с портфелем; гриб маленький – гриб

большой; бабушка вяжет носки – носки связаны; мальчик грязный – мальчик

моется в душе; чистый лист бумаги – на листе рисунок; игрушки разбросаны

по комнате – в комнате порядок; у девочки воздушный шар – девочка без

шара. Воспитатель раскладывает картинки по порядку и рассказывает

первую историю: «В гнёздышке лежало яйцо. Из него вылупился птенчик.

Птенчик вырос и научился летать». Детям предлагают рассказать историю по

этим же картинкам, но начиная со второй из пары. Возможный вариант:

«Летела птичка, свила гнёздышко, снесла яичко».

Почему? А потому!

Сначала взрослый, затем сами дети задают «каверзные» вопросы:

«Почему кошка часто умывается?»; «Может слон жить без хобота?». И т. п.

За самый доказательный и правдоподобный ответ ребёнок получает фишку.

«Я не…» - «Зато я не…»

Водящий утверждает что-либо с его точки зрения неправдоподобное:

«Дети учат взрослых»; «Отменили «тихий час». И т. п. Дети должны

придумать такие условия, при которых это утверждение становится

возможным; становятся в круг и перебрасывают друг другу мяч. Бросающий

говорит какую-либо фразу о себе, которая начинается со слов: «Я не…».

Отвечающий, ловя мяч, должен ответить: «Но зато я не…». Например, «Я не

забываю чистить зубы по утрам». – «Но зато я не мою руки перед едой».

**Развиваем способность аргументировать**

**свою точку зрения**

**Что было бы, если бы…**

К детям приходит Фея с волшебной палочкой (игрушка) и говорит, что

может превратить их в того, в кого они пожелают, но они должны обосновать

свой выбор. Варианты. «Если бы я был художником, то нарисовал бы…»;

«Если бы я был артистом, то сыграл бы роль…»; «Если бы я был цветком, то

радовал бы…»; «Если бы я был воспитателем, то…».

**Бывает – не бывает**

Воспитатель подбирает предметные картинки, вызывает двух детей:

первый ребёнок берёт картинку и придумывает небылицу. (Крокодил

летает.) Второй должен доказать, что так быть не может. (Крокодил не

летает, у него нет крыльев.) Первый доказывает, что может, но при

определённых условиях, и называет их. («Нет, летает: его везут в

самолёте».)

**Доказательство**

Перед детьми раскладывают разные предметы (палочки, кубики,

геометрические фигуры и т. д.). Дети обдумывают, что из них можно сделать.

Например, один ребёнок говорит, что из палочек и кружков можно выложить

машинку. Дети хором говорят: «Докажи!». Ребёнок должен рассказать, как

он будет это делать, и выложить придуманную им фигуру.

**Развиваем умение излагать свои мысли**

**точно и лаконично**

**Художник слова**

Дети (по очереди) задумывают кого-то из группы и начинают рисовать

его словесный портрет, не называя имени этого человека. Предварительно

можно предложить детям упражнение на ассоциативное восприятие: «На

какое животное похож? На какой предмет мебели?» И т. д.

**Магазин**

Один ребёнок – «продавец», остальные дети – «покупатели». На

прилавке «магазина» разложены различные предметы. Покупатель не

показывает предмет, который хочет купить, а описывает его или

рассказывает, для чего он может пригодиться, что из него можно сделать.

Продавец должен понять, какой именно товар нужен покупателю.

**Библиотека**

Дети выбирают двух – трёх библиотекарей и делятся на две – три

группы (каждую группу «обслуживает» один библиотекарь). Ребёнок

пересказывает содержание нужной ему книги, но не показывает её.

Библиотекарь по описанию должен догадаться, о какой книге идёт речь, и

выдать её ребёнку.

**Знакомство**

Выбирается ребёнок, который берёт одну предметную картинку и, не

показывая другим, несколько секунд рассматривает её. Затем картинку

убирают, и ребёнок должен точно (без искажений) описать изображение,

начиная со слов: «Я хочу вас познакомить с моим лучшим другом…».

**Развиваем умение давать доброжелательную**

**оценку другому**

**Снежная королева**

Воспитатель предлагает вспомнить сказку «Снежная королева» и

говорит, что у неё есть предложение: Кай и Герда выросли и сделали

волшебные очки, через которые можно разглядеть всё то хорошее, что есть в

каждом человеке. Воспитатель предлагает «примерить эти очки» и

посмотреть внимательно друг на друга, стараясь в каждом увидеть как можно

больше хорошего и рассказать об этом. Взрослый первый надевает «очки» и

даёт описание двух – трёх детей. После игры дети говорят, какие трудности

они испытали в роли рассматривающих, что чувствовали. Игру можно

проводить несколько раз, отмечая, что с каждым разом детям удавалось

увидеть больше хорошего.

Вариант. Можно предложить всей группе «надеть очки» и поочерёдно

разглядывать каждого участника игры.

**Построим город**

Один ребёнок – «архитектор». Его задача – рассказать «начальнику

стройки» (его выбирают дети), какой город он хочет построить. Начальник

стройки, учитывая особенности каждого ребёнка, распределяет роли и

объясняет каждому. Что он должен делать. Когда строительство закончено,

начальник благодарит всех за работу, а архитектор оценивает соответствие

постройки его замыслам.

**Учим устанавливать «обратную связь» при взаимодействии с**

**другими людьми**

**Телеграф**

Четыре ребёнка – «связисты», остальные – наблюдатели, воспитатель –

отправитель телеграммы, один ребёнок – её получатель. Связисты и

получатель телеграммы выходят за дверь. Воспитатель приглашает одного

связиста и зачитывает ему текст телеграммы один раз. Первый связист,

чтобы лучше запомнить текст, может задавать уточняющие вопросы. Затем

он приглашает второго связиста и передаёт ему услышанный текст; второй –

третьему; третий – четвёртому; четвёртый – получателю. Получатель

пересказывает услышанное наблюдателям и спрашивает: верно ли он всё

понял?

Примерный текст. Вылетаю рейсом 47. Встречай в 13.00 по

московскому времени. Не забудь про конфеты и цветы. До встречи. Твой

друг.

Диалоги

1-й вариант. Дети объединяются в пары. Им дают задание поговорить

на тему типа «Моё любимое время года» («Лучший день», «День рождения»

и др.) и запомнить, о чём рассказал собеседник. В течение 5 – 7 минут дети

общаются. Затем по условному сигналу разговоры прекращаются, и дети,

поменявшись парами, рассказывают друг другу, что услышали от

предыдущих собеседников.

2-й вариант. «Переговоры». Дети делятся на две команды. Тему для

разговора выбирают сами. Условие: не перебивать друг друга. В течение 5 –

7 минут команды общаются по выбранной теме и делают вывод, о котором

сообщают педагогу или ребёнку-наблюдателю.

**Использование упражнений на релаксацию в работе с детьми**

Современные дошкольники порой загружены не меньше взрослых. Посещая детский сад, различные кружки и спортивные секции, они получают большое количество информации, устают физически и эмоционально. Ведь всюду нужно успеть! Такие нагрузки отрицательно сказываются на психическом здоровье детей. Поэтому так важно в работе с дошкольниками использовать упражнения на релаксацию и особенно в летний период. Научные данные доказывают, что для психического здоровья детей необходима сбалансированность  положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения.

Когда окружающие с пониманием относятся к ребенку, признают и не нарушают его права, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. Это, в свою очередь, способствует гармоничному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Невнимание или недостаточное внимание к эмоциональной жизни детей, напротив, приводит к негативным последствиям. Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. В процессе развития, воспитания и обучения дети получают огромное количество информации, которую им необходимо усвоить. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать свое тело. С этой целью предлагаем использовать специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Их можно рассматривать как часть занятия и как самостоятельную тренинговую систему.

В приложении представлены эти упражнения и конспект летнего занятия в подготовительной группе с включением упражнений на расслабление. Для удобства применения данных упражнений мы классифицировали их по следующим направлениям:

Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании.

Упражнения на расслабление мышц лица.

Упражнения на расслабление мышц шеи.

Упражнения на расслабление мышц рук.

Упражнения на расслабление мышц ног.

Упражнения на расслабление всего организма.

Занятие с использованием упражнений на расслабление.

**Упражнения на расслабление**

***Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании****:*

**Задуй свечу**

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дуя на свечу, при этом длительно произносить звук “у”.

"Ленивая кошечка"

Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук “а”.

***Упражнения на расслабление мышц лица:***

**Озорные щечки**

Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы задувая свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы.

**Рот на замочке**

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на “замочек”, сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

У меня есть свой секрет, не скажу его вам, нет (поджать губы). Ох как сложно удержаться, ничего не рассказав (4–5 с). Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставлю.

**Злюка успокоилась**

Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил. Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть: «А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь. Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю (рычать). Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело, Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться, Может, даже и зевнуть (широко открыв рот, зевнуть)».

***Упражнения на расслабление мышц шеи:***

**Любопытная Варвара**

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: «Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо. А потом опять вперед – тут немного отдохнет».

Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: «А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех! Возвращается обратно – расслабление приятно!» Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: «А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись! Возвращаемся обратно – расслабление приятно!»

***Упражнения на расслабление мышц рук:***

**Лимон**

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить “лимон” и расслабить руку:   «Я возьму в ладонь лимон. Чувствую, что круглый он. Я его слегка сжимаю – Сок лимонный выжимаю.  Все в порядке, сок готов. Я лимон бросаю, руку расслабляю».  Выполнить это же упражнение левой рукой.

**Пара** (*попеременное движение с напряжением и расслаблением рук*).

Стоя друг против друга и касаясь выставленных вперед ладоней партнера, с напряжением выпрямить свою правую руку, тем самым сгибая в локте левую руку партнера. Левая рука при этом сгибается  в локте, а у партнера выпрямляется.

**Вибрация**

Какой сегодня чудный день! Прогоним мы тоску и лень. Руками потрясли. Вот мы здоровы и бодры.

***Упражнения на расслабление мышц ног:***

**Палуба**

Представьте себя на корабле. Качает. Чтобы не упасть, нужно расставить ноги шире и прижать их к полу. Руки сцепить за спиной. Качнуло палубу – перенести массу тела на правую ногу, прижать ее к полу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямиться. Расслабить ногу. Качнуло в другую сторону – прижать левую ногу к полу. Выпрямиться! Вдох-выдох!  Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать! Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем.

**Лошадки**

Замелькали наши ножки,  Мы поскачем по дорожке.  Но внимательнее будьте. Что вам делать, не забудьте!

**Слон**

Поставить устойчиво ноги, затем представить себя слоном. Медленно перенести массу тела на одну ногу, а другую высоко поднять и с “грохотом” опустить на пол. Двигаться по комнате, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее с ударом стопы об пол. Произносить на выдохе “Ух!”.

***Упражнения на расслабление всего организма:***

**Снежная баба**

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

**Птички**

Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любуются его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

**Бубенчик**

Дети ложатся на спину. Закрывают глаза и отдыхают под звучание колыбельной “Пушистые облачка”. “Пробуждение” происходит под звучание бубенчика.

**Летний денек**

Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

«Я на солнышке лежу. Но на солнце не гляжу. Глазки закрываем, глазки отдыхают. Солнце гладит наши лица,  Пусть нам сон хороший снится. Вдруг мы слышим: бом-бом-бом! Прогуляться вышел гром. Гремит гром, как барабан».

**Замедленное движение**

Дети садятся ближе к краю стула, опираются о спинку, руки свободно кладут на колени, ноги слегка расставляют, закрывают глаза и спокойно сидят некоторое время, слушая медленную, негромкую музыку:

«Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.  Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать. Есть у нас игра такая – очень легкая, простая.   
Замедляется движенье, исчезает напряженье. И становится понятно – расслабление приятно!»

**Тишина**

«Тише, тише, тишина! Разговаривать нельзя! Мы устали – надо спать – ляжем тихо на кровать, и тихонько будем спать». Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться. Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых. В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. Такая системная работа позволяет детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье.

***Упражнения на расслабление***

**Мое настроение** (подготовительная группа)

Цели: Знакомство детей со способами управления и регуляции настроения. Совершенствование умения распознавать свое настроение, уметь рассказывать о нем, рисовать его. Воспитание доброжелательности к сверстникам и окружающим людям.

Ход: (*Звучит спокойная, тихая музыка. Дети стоят в кругу*.)

Педагог или психолог: В круг широкий, вижу я, встали все мои друзья. Я для вас, мои дружки, испеку всем пирожки, быстро надо их испечь, чтобы к завтраку поспеть. *(Музыка выключается*.)

Педагог: дети, покажите мимикой, какое у вас настроение. Почему оно такое? (*Дети рассказывают о своем настроении, отчего оно меняется*.)

**Волшебный мешочек**

Педагог или психолог: Давайте спрячем наше плохое настроение в волшебный мешочек.  (Дети "складывают" в мешочек свое плохое настроение,  все отрицательные эмоции, проговаривая  при этом свои действия.) Педагог или психолог: А теперь давайте подумаем, что нужно делать, чтобы улучшить свое настроение. Педагог или психолог беседует с детьми о настроении.  Вместе делают вывод, как улучшить  свое настроение: рассмешить себя, глядя в зеркало; послушать приятную музыку; спеть веселую песенку; рассказать о своем настроении другу; попросить помощи; смыть плохое настроение водой (душ, бассейн) и др.

**Рисование на тему Мое настроение**

Педагог: Давайте попробуем нарисовать свое настроение. (После рисования психолог обсуждает с детьми, что они нарисовали, какие краски использовали).

Педагог Ребята, что интересного вы узнали на занятии? Что понравилось больше всего? Почему?  (Дети делятся впечатлениями.)

Педагог или психолог: А теперь нам нужно отдохнуть. Лягте поудобнее на ковер. (*Звучит спокойная музыка*). Педагог или психолог произносит слова тихим голосом, медленно, с паузами в начале расслабления. Затем голос приобретает силу, эмоциональность:

«Тихо-тихо, мой бубенчик, позвени, позвени.   Никого-никого, мой бубенчик, не буди, не буди. Громко-громко, мой бубенчик, позвени, позвени. Всех мальчишек и девчонок разбуди, разбуди.   Дети встали, потянулись и друг другу улыбнулись. Весело мы попрощались, в группу отправлялись».