

# ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ

## I. Направление «Я и мои эмоции»

### 1. Пиктограммы

**Цель:** Тренировка умения распознавать эмоциональное состояние по мимике.

- Для этой игры необходимо изготовить набор карт – пиктограмм. Пиктограммы – это изображение лиц людей в различных эмоциональных состояниях. Вам понадобится два набора карточек, один целый, а другой нарезанный.

Детям даётся набор шаблонов, они распознают настроение (эмоции) и дают имя каждой пиктограмме (определяют, какой человек: весёлый или грустный, сердитый или добрый, счастливый или расстроенный). Затем предлагается второй такой же набор, только разрезанные шаблоны перемешиваются между собой. Детям предлагается помочь людям, найти и собрать их фотографии.

- После определения настроения каждой пиктограммы дети разбиваются на пары. У каждого участника свой набор пиктограмм. Один участник берёт пиктограмму и, не показывая её другому, называет настроение, которое на ней изображено. Второй должен найти картинку, задуманную своим партнёром. После этого две выбранные картинки сравниваются. При несовпадении можно попросить детей объяснить, почему они выбрали ту или иную пиктограмму для определения настроения.

### 2. «Мимическая гимнастика»

**Цель:** Тренировка умения распознавать эмоциональное состояние человека по мимике лица.

Ребёнку предлагается выполнить ряд упражнений для мимических мышц лица. Сморщить лоб, поднять брови (удивление). Расслабиться. Сохранить лоб гладким в течение одной минуты. Сдвинуть брови, нахмуриться (сержусь). Расслабиться. Полностью расслабить брови, закатить глаза (а мне всё равно - равнодушие). Расширить глаза, рот открыт, руки сжаты в кулаки, всё тело напряжено (страх, ужас). Расслабиться. Расслабить веки, лоб, щёки (лень, хочется подремать). Расширить ноздри, сморщить нос (брезгливость, вдыхаю неприятный запах). Расслабиться. Улыбнуться, подмигнуть (весело, вот я какой!).

### 3. «Волшебный мешок»

**Цель:** Осознание своего эмоционального состояния и освобождения от негативных эмоций.

Перед этой игрой необходимо обсудить с ребёнком, какое у него сейчас настроение, что он чувствует, может быть, он обижен на кого – то и т.п. Затем ребёнку предлагается сложить в волшебный мешок все отрицательные эмоции: злость, обиду, грусть и т.п. Этот мешок со всем плохим, что в нём есть, выбрасывается. Можно предложить выбросить его самому ребёнку. Хорошо, если взрослый тоже сложит в этот мешок свои отрицательные эмоции.

Можно использовать ещё один «волшебный» мешок, из которого ребёнок может взять себе те положительные эмоции, которые он хочет.

#### **4. Беседа «Способы повышения настроения»**

Обсудите с ребёнком, как можно самому себе повысить настроение. Постарайтесь придумать как можно больше таких способов (улыбнуться себе в зеркале, попробовать рассмеяться, вспомнить о чём-нибудь хорошем, сделать доброе дело другому, нарисовать себе картинку и т.п.). Перед тем, как начать использовать игры, описанные в этом разделе, необходимо провести с ребёнком небольшую беседу о том, какие эмоциональные состояния он знает. Ребёнок должен вспомнить ситуацию, в которой он испытывал ту или иную эмоцию, чем было вызвано это состояние, что он при этом чувствовал.

Можно обсудить внешние проявления каждого эмоционального состояния. Спросите ребёнка, как он понимает слова «эмоции», «чувства», когда они возникают.

## **II Направление «Я и другие »**

### **5. «Страна X» (коллективный рисунок)**

**Цель:** Дать возможность каждому ребёнку участвовать в общей деятельности.

Это упражнение предусматривает совместное рисование детей на большом листе бумаги. Детям предлагается вместе придумать свою страну, дать ей название и нарисовать. Каждый ребёнок рисует на общей картине то, что хочет. Взрослый также может участвовать в общем рисовании.

### **6. «Прорви круг»**

**Цель :** Способствовать большей включенности ребёнка в группу.

Дети стоят в кругу, крепко взявшись за руки. Один ребёнок должен с разбегу разорвать этот круг и оказаться внутри его.

Одним из вариантов является игра «Разрывные цепи». Дети делятся на две команды и становятся, держась за руки, друг напротив друга на расстоянии 10 -15 метров. Одна команда вызывает участника из другой, который должен разбежаться и разорвать цепочку игроков. Если ему это удалось, то он

забирает одного из игроков этой команды в свою, если нет – сам становится в неё. Следующего игрока вызывает другая команда.

## **7. «Нарисуй узор»**

**Цель:** Тренировка умения осуществлять совместные действия.

Для этой игры вам потребуется несколько пар разрезанных из бумаги варежек с различными узорами на них. Количество «половинок» должно быть равно количеству детей в группе.

**а)** Каждому ребёнку даётся вырезанная из бумаги варежка. Каждая из них имеет свою форму и узор. Одинаковых «половинок» - две ; они образуют пару. Дети ходят по комнате и ищут свою пару. После этого каждая пара должна, не разговаривая, закончить узор, изображённый на варежках, причём каждой паре даётся только один набор карандашей и фломастеров.

**б)** Каждой паре детей даются чистые варежки. Они должны договориться, как их украсят. Условие присутствия одного набора карандашей сохраняется.

После этой игры можно устроить конкурс варежек, в котором будут оцениваться качество и одинаковость узоров на двух половинках.

## **8. «Поводырь»**

**Цель:** Развитие чувства ответственности за другого человека, доверительного отношения друг к другу.

Упражнение выполняется в парах. Сначала ведущий водит ведомого с повязкой на глазах, испытывая чувство руководства ответственности за его благополучие. Затем дети меняются ролями.

## **III направление «Уверенность в себе»**

### **9. «Кораблик»**

**Цель :** Развитие уверенности в себе, развитие чувства доверия группе.

Необходимо небольшое одеяло. Количество играющих – минимум 2 взрослых и ребёнок, либо 5- 6 детей. Одеяло – это корабль, красивый парусник. Дети – матросы. Один ребёнок – капитан. Капитан любит свой корабль и верит в своих матросов. Игрой руководит взрослый. Он объясняет капитану задачу – быть в центре корабля, в момент сильной качки он должен громким голосом дать матросам команду «Бросить якорь!», или «Стоп машина!», или «Все наверх!», чтобы спасти корабль и матросов. Затем матросы берутся за края одеяла и начинают медленно раскачивать корабль. По команде ведущего «Буря!» качка усиливается. Капитану напоминают о его задаче. Как только он громким голосом прокричит команды, корабль спокойно опускается на пол, капитану все жмут руки и хвалят его.

## **10. «Качели»**

**Цель:** Развитие чувства доверия взрослому, детям.

В упражнении могут участвовать ребёнок и родитель или двое детей. Один садится в позу «зародыша»: поднимает колени и наклоняет к ним голову, ступни плотно прижаты к полу, руки обхватывают колени, глаза закрыты.

Второй встаёт сзади, кладёт руки на плечи сидящему и осторожно начинает медленно покачивать его, как качели. Ритм медленный, движения плавные. Выполнять упражнение 2 – 3 минуты.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Сидящий не должен «цепляться» ногами за пол и открывать глаза. Можно надеть на глаза повязку.

Затем участники меняются местами.

## **11. «Гармоничный танец»**

(под плавную музыку)

**Цель :** Учить следовать за движениями другого человека, не теряться.

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

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ :** Не допускать смены ролей, то есть ведомый не должен вести ведущего. Можно разрешить ведомому выполнять упражнение сначала с открытыми глазами.

## **12. «Жмурки»**

**Цель:** Закрепление навыков совместной деятельности, чувство включенности в группу.

Старинная, проверенная веками игра. Ведущему завязывают глаза, остальные игроки бегают по комнате, издавая весёлые звуки: «ку - ку», «ля - ля», «а вот и я!» Схватив попавшегося, водящий угадывает, кто это, и только после снимает повязку.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Следите, чтобы ребёнок долго не «жмурился» в поисках игроков, как только почувствуете, что они затаились, поддайтесь с радостью.

## **IV направление «Самоконтроль»**

### **13. «Муха»**

**Цель:** Развитие умения ориентироваться в пространстве. Активизация слухового внимания. Развитие умения подчинять свои движения инструкции.

Ход игры: «Сидела муха – ребёнок в домике. Решила выйти погулять. В каком направлении и на сколько шагов муха продвинулась» - говорит педагог (5- 6 заданий). Спросить у детей, где оказалась муха?

УСЛОЖНЕНИЕ: Муха летает из одного магазина в другой (как найти магазин – инструкция) и в каждом покупает какую – то вещь, еду. 10 – 12 магазинов посетила муха. Затем, все вспоминают, что лежит у неё в корзине с покупками.

#### **14. «Графический диктант»**

**Цель:** Развитие умения слушать, понимать указания взрослого, действовать по правилам.

##### **«Туфелька»**

**1.** Ставим точку в верхнем правом углу клеточки, проводим линию через две клеточки влево и вниз по диагонали (это единственный термин, с которым дети знакомятся сразу, т. е. клеточка делится с уголка на уголок прямой линией влево – вверх или вниз и вправо – вверх или вниз),

- две клеточки влево,
- одна клеточка вниз,
- четыре клеточки вправо,
- одна по диагонали вправо,
- одна клеточка вниз,
- две клеточки вправо,
- две клеточки вверх,
- одна клеточка по диагонали влево,
- две клеточки влево.

**2.** Для самостоятельного выполнения можно предложить схему (даётся на доске).

##### **«Слон»:**

- Две клеточки – влево и вниз по диагонали,
- три клеточки вниз,
- две клеточки вниз по диагонали,
- две клеточки вправо,
- одна клеточка вверх,
- две клеточки вправо вверх по диагонали,
- четыре клеточки вниз,
- две клеточки вправо,
- две клеточки вверх,
- две клеточки вправо,

- две клеточки вниз,
- две клеточки вправо,
- четыре клеточки вверх,
- две клеточки влево вверх по диагонали,
- две клеточки влево,
- две клеточки влево и вверх по диагонали.
- одна клеточка - вниз,
- две клеточки – вправо и вниз по диагонали,
- одна клеточка вправо и вверх по диагонали,
- одна клеточка влево,
- одна клеточка влево вверх по диагонали.

### **15. «Слушай и выполняй»**

**Цель:** Воспитание выдержки, волевого усилия, способности быстро переключать внимание.

**Ход игры:** Дети под музыку выполняют различные танцевальные движения. На первую остановку музыки – действуют соответственно первой команде, на вторую остановку – второй и т. д.

КОМАНДА 1 – повернуть голову направо, прямо, опустить голову вниз, поднять вверх.

КОМАНДА 2 - поднять правую руку вверх , поднять левую руку вверх , опустить обе руки.

КОМАНДА 3 – поднять правую ногу, опустить, поднять левую – опустить, три раза подпрыгнуть на обеих ногах.

ПРИМЕЧАНИЕ : команды выполняются при включенной музыке.

### **16. «Запомни позу»**

**Цель:** Развитие слухового внимания.

**Ход игры:** Дети сообща придумывают позы к буквам Т, О, К, Ф, Л, Х и др.

Танцуют под музыку. Когда музыка останавливается, педагог называет одну из перечисленных букв. Ребята немедленно принимают ту позу, о которой договорились.

### **17. «Внимание»**

**Цель:** Развитие произвольного внимания.

Задания такого плана: «Нарисуй 3 ^ и 10 – первую фигуру зачеркни». Если дети справляются, количество фигур увеличивать.

## **К I направлению**

### **18. «Минутки вхождения в день»**

**Цель:** Способствовать психическому и личностному росту ребёнка, развивать навыки социального поведения, развитию самостоятельности.

Выбор темы для начала дня определяется разными обстоятельствами: общим настроением группы, погодой, самочувствием педагога и детей, наличием наглядного материала и т.д.

Минутки вхождения в день помогают детям лучше чувствовать себя в детском коллективе в начале дня. Вот некоторые примеры подобных минуток.

#### **1. Под лирическую музыку.**

- Настал день. Я улыбнусь вам, и вы улыбнётесь друг другу и подумайте как хорошо, что мы сегодня здесь вместе. Мы спокойны и добры, приветливы и ласковы. Мы всегда здоровы. Что мы пожелаем сегодня Алине, Тане, Саше... (перечисляются все дети, вспоминая их вчерашние заслуги).
- А что вы хотите пожелать мне?
- Вдохните глубоко и со вздохом забудьте вчерашние обиды, злобу, беспокойство.
- Выдохните из себя свежесть и красоту белого снега, тепло солнечных лучей, чистоту рек. Я желаю вам хорошего настроения и бережного отношения друг к другу.

#### **2. Звучит музыка.**

- Дети, посмотрите на свои руки !У мальчиков они большие, сильные. У девочек- нежные и ласковые. Мы любим свои руки, ведь они могут всё: и обнять, и поднять упавшего товарища, и дать корм голодным птицам, и красиво накрыть стол.
- За что ты, (имя) любишь свои руки?
- (Имя), а ты любишь свои руки?

Что за чудо - чудеса:

Раз рука и два рука!

Вот ладошка правая,

Вот ладошка левая!

И скажу вам не тая—

Руки всем нужны, друзья,

Сильные руки не бросятся в драку,

Добрые руки погладят собаку,

Умные руки умеют лечить,

Чуткие руки умеют дружить.

- Возьмите за руку того, кто сидит рядом с вами, ощутите тепло рук ваших друзей, которые будут вам добрыми помощниками.

***3. На столе педагога стоит комнатный цветок. Дети сидят вокруг стола.***

- Как вы думаете, дети, хорошо быть цветком? Почему? Послушайте, что хочет сказать вам этот цветок.

ЦВЕТОК. Дети, я люблю вас: ваши глаза, улыбки, ваши добрые и заботливые руки. Я рад тому, что живу в вашей дружной группе, где нет грубых слов, драк, ссор, обид. Иначе, я бы болел и был вялым и некрасивым. Ваша забота и ласковые слова помогают мне быстро расти и каждый день дарить вам чистый воздух и свою красоту. Интересно, вы угадываете мои мысли и даже понимаете то, что я говорю на своём цветочном языке, когда хочу пить или умываться .

- О чём сегодня просит нас цветок? (Дети поливают цветы)

Предлагаемые варианты открытия дня могут быть расширены и дополнены самими педагогами.

**19. «Утреннее приветствие»**

Проводится ежедневно в группе в начале дня. Время проведения 5 – 10 мин.

***1. Текст утренней речёвки:***

Только смелый и упорный  
 Доберётся к цели бодро,  
 А ещё в дороге нужно  
 Знать секреты прочной дружбы.

Во время декламирования дети встают в круг и кладут руки на плечи товарищей. Затем дети соединяют правые руки в центре круга, накладывая одну руку на другую, и произносят девиз «Один за всех и все за одного».

**1. 2. Подборка пословиц:**

- Нет друга – ищи, а нашёл – береги.
- Дерево живёт корнями, а человек – друзьями.
- Нет друзей – наживай, а старых не забывай.
- Друг познаётся в беде.

***3. Правила поведения в группе:***

- Помни о благодарности – говори «волшебные слова».
- Всегда говори правду взрослым и детям – будь честным и правдивым.
- При споре договаривайся самостоятельно.
- Умеешь сам – помоги товарищу.
- Если игрушка одна – играть по очереди.



(Желательно оформить дидактическое пособие «Правила группы в картинках».)

## **20. «Доска настроения»**

**Цель:** Самоопределение эмоционального состояния, выявление причины такого состояния, выявление детей, нуждающихся в поддержке.

Доска настроения представляет собой набор картинок, изображающих настроение людей, которыми дети могут пользоваться в детском саду. Каждый рисунок отображает определённое настроение.

- Радостное,
- Нейтральное, обычное,
- Грустное,
- Незаконченный рисунок отображает настроение, не входящее в три определения.

В комплект входят фотографии всех детей группы.

### **Методика.**

На одном из занятий познавательного цикла детям предлагается определить по картинкам настроение человека и указать, почему оно такое.

Когда дети научатся обозначать своё настроение при помощи символов, в группу вносится Доска настроения. Воспитатель просит каждого ребёнка определить и показать на доске, какое у него сейчас настроение. Далее сообщает детям, что эта доска будет висеть в группе и они смогут в течение дня показать своё настроение в данную минуту с помощью своих фотографий. На первых порах воспитатель сам предлагает детям выполнить это задание во время утреннего приёма и после сна. Можно использовать такие приёмы, как напоминание, совместное выполнение действий с ребёнком. Педагог ведёт учёт эмоционального состояния детей и по возможности выясняет причину возникновения отрицательного эмоционального состояния.

## **Кю II направлению**

### **21. «Самомассаж и взаимомассаж»**

**Цель:** Развитие навыков разогрева тела, навыки коллективной работы, знание частей тела.

**Ход занятия:**

#### ***1. Разогревающий массаж.***

##### ***Поглаживание***

Дети сидят на коврик по – турецки. В начале занятия разогревают ладошки, потирая их друг о друга, затем мягкими движениями поглаживают шею от

шейных позвонков к гортани (6 – 8 раз). В перерыве между поглаживаниями – медленное поворачивание головы вправо, влево.

Далее дети поглаживают руки от кисти до плеча. Сопровождают действия словами: «От кисти до плеча». Затем также поочередно поглаживают ноги, сопровождая действия словами: «От стопы до бедра».

### ***Растирание и похлопывание***

Растирание дети начинают с шеи, затем руки и ноги, голени, бедра.

Похлопывание дети производят с рук. Необходимо обратить внимание детей, что похлопывание мягких тканей рук и ног должно быть касательным. На заключительном этапе дети встают на стопы и разогревают их, поочередно потирая о ковёр.

### ***2. Парный массаж***

Предлагается детям выбрать себе пару и положение для выполнения массажа. Можно использовать гимнастические мячи (один ребёнок лежит на мяче, другой, стоя, делает ему массаж). Можно выбрать положение лёжа на полу (один ребёнок лежит, другой делает массаж, сидя верхом или рядом на коленях).

Описание массажа:

- Разогревание своих ладошек,
- Поглаживание (от плеча до поясницы),
- Растирание (попеременно ладошками, ёлочкой),
- Поглаживание
- Игровой массаж («Курочка поклевала», «Гуси пощипали»),
- Поглаживание
- Игровое упражнение с вокализацией на выдохе (звук «а») «Слон прошёл». Мягкой стороной кулачка дети постукивают по спине товарища. От плеч до середины спины и обратно до плеч. Лежащий ребёнок произносит на выдохе «а», - поглаживание.

Затем дети меняются местами, и массаж продолжается с другими ребятами.

Оценка выполнения задания даётся по состоянию кожного покрова.

## **22. «Клубочек»**

**Цель :** Воспитание чувства принадлежности к группе, чувства безопасности в коллективе, чувство единства, сплочённости; умения действовать согласованно.

**Материалы:** клубок прочных ниток.

**Ход игры:** Воспитатель и дети стоят в кругу. Воспитатель запекает песенку, обматывает большой палец правой руки. Затем передаёт клубок следующему ребёнку, называя его в песенке по имени и т.д.

Когда песенка заканчивается – все дети и воспитатель соединены ниточкой. Клубок должен вернуться к воспитателю, проделав полный круг.

Затем одновременно все аккуратно снимают ниточку с пальцев и кладут её на стол.

Внимание детей обращается на то, что ниточка не порвалась и ребята в группе всегда будут так же крепко дружить. В заключение можно попросить детей вспомнить пословицы и поговорки о дружбе.

### **23. «Виноградная гроздь»**

**Цель:** Укрепление чувства единства в детском коллективе, развитию тактильного восприятия и воображения детей.

*Материалы:* гроздь винограда ; колокольчик; кассета с записью спокойной мелодии; магнитофон; канат.

**Ход игры:** Звучит спокойная музыка. Дети рассаживаются на ковре вокруг выложенного в форме круга каната, берутся за руки, закрывают глаза. В это время в середину круга кладут гроздь винограда на тарелке. По звонку колокольчика дети открывают глаза и опускают руки.

Воспитатель просит одного ребёнка взять в руки гроздь, рассмотреть её и передать своему соседу справа. После того как гроздь прошла целый круг, воспитатель просит передать гроздь по второму кругу, но теперь передать своему соседу слева.

Внимание детей обращается на то, что как гроздь состоит из разных ягодок, так и группа состоит из детей. Ягодки на веточке все вместе, крепко за неё держатся, так и ребята всегда будут вместе и будут крепко дружить друг с другом.

### **24. «Пугало»**

**Цель:** Учить действовать вместе и по одному, стремиться к общему положительному результату, координированность действий.

Игра типа «Плетень» под русскую народную мелодию «Во саду ли» на слова Е.Ледяйкиной и Л.Топниковой.

Во саду ли, в огороде Пугало стояло.

Оно старую метлою птичек разгоняло.

Во саду ли, в огороде фрукты навалились,

Но их птицы не клевали, Пугала боялись.

**Ход игры:** «Пугало» (взрослый) просит детей помочь ему охранять огород, сделать загородки – плетень. Дети встают в 4 шеренги вдоль стен зала, соединив руки в «плетень». Каждая шеренга получает «свой номер».

На слова «Во саду ли, в огороде, Пугало стояло» поют и идут навстречу друг другу 1-я и 3-я шеренги. В конце фразы кланяются друг другу.

На слова «Оно старою метлою птичек разгоняло» дети, стоящие в 1-й и 3-й шеренгах, отходят назад.

Под пение следующих двух строк то же самое делают дети из 2-й и 4-й шеренг. Далее под музыкальное сопровождение или под напевание мелодии дети двигаются лёгким пружинным бегом в рассыпную.

По окончании музыки дети останавливаются в разных местах. «Пугало» даёт сигнал (например, стучит метлой об пол), дети бегут на свои места и «заплетают плетень». Педагог отмечает победителей.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** до начала игры необходимо выучить песню и научить детей «заплетать плетень», т.е. раскрывать руки впереди, в стороны и вниз и брать за руки через одного.

## **25. «Строители»**

**Цель:** Учить выполнять задание совместно, помогая друг другу, отвечать за результат.

*Оборудование:* шнур, два набора кубиков.

### **Правила:**

1. В постройке должны быть использованы все кубики.
2. Кубики нельзя трогать руками, поправлять сдвинувшиеся можно только пальцами ног.
3. Команда может вернуться на старт только по окончании строительства всеми членами команды.

**Ход игры:** Дети делятся на две команды и располагаются на линии старта, обозначенной шнуром. На противоположной стороне зала разложены два комплекта кубиков.

Дети должны «паучком» дойти до кубиков, и каждый член команды должен, зажав кубик стопами и опираясь позади тела на руки, построить двухэтажный дом из кубиков. После выполнения задания все должны вернуться на линию старта, но только при условии, что все члены команды закончили строительство.

*Вариант:* все дети одной команды строят многоэтажный дом. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

## **26. «Спасатели»**

**Цель:** Воспитывать умение действовать сообща, помогать друг другу.

*Оборудование:* шнур, обруч, мелкие игрушки по количеству детей.

### **Правила:**

1. Играющие могут брать только по одной игрушке.
2. Если игрушка падает, упражнение начинают выполнять сначала.

**Ход игры:** Дети должны спасти игрушки, которые оказались на льдине (на острове, в горящем доме). На линии старта дети получают задания и инструкции по способу его выполнения.

**Задания:**

1. Встать в позицию «паучок», пробежать до обруча, взять игрушку, положить её себе на живот и вернуться назад.
2. Встать парами, взяться за руки, пробежать до обруча, взять игрушку, положить её себе на руки и вернуться назад.
3. Встать парами. Взявшись за руки, пробежать до обруча, взять игрушку и принести её на линию финиша, удерживая головами.
4. Встать парами. Пробежать до обруча. Один из спасателей встаёт на руки, другой кладёт на него игрушку, берёт его за ноги и возвращается к финишу.

Игра может проводиться в виде эстафеты. В этом случае используют два обруча.

Если все движения хорошо отработаны, можно предложить детям самостоятельно выбрать «способ спасения» игрушки.

### **К III направлению**

#### **27. «Сонные игрушки»**

**Цель:** Снижение тревоги, агрессии; улучшение эмоционального фона, развитие чувства уверенности.

Можно использовать мягкие игрушки различных размеров. Систематические игры детей с этими игрушками после нагрузок (после занятия) или в период негативных эмоций (после конфликтов, после ухода родителей и т.д.) имеют релаксирующую особенность.

В период адаптации детей к дошкольному учреждению, к его режиму и требованиям эмоциональные дети испытывают чувства тревоги, беспокойства, а иногда и раздражения, проявляют агрессию. Значение полноценного отдыха для дошкольников трудно переоценить. Для того чтобы дети с удовольствием спали, мы используем мягкие игрушки.

#### **28. «Индивидуальная выставка рисунков каждого ребёнка»**

**Цель:** Развитие навыков защиты своего «Я», объективного восприятия «я» другого. Побуждение желания к совместной деятельности.

**Беседа с детьми.**

- Ребята, мы с вами часто рисуем. Я вижу, что вам нравятся эти занятия.

Посмотрите, сколько у нас уже накопилось рисунков. (Рассматривают рисунки).

- Я хочу вам предложить открыть у нас в группе художественную галерею, где будут проводиться персональные выставки рисунка каждого из вас. Хотите? Тогда я предлагаю вам принести свою большую фотографию, а затем мы с вами отберём те рисунки, которые вы хотели бы поместить на своей выставке.

#### ***Методические рекомендации :***

1. Наклеить совместно с детьми (с каждым в отдельности) отобранные рисунки и аппликации на паспорт и подписать. Оформить портрет ребёнка и приглашение на персональную выставку.
2. Оформить выставку детей в хорошо освещённом, доступном для рассматривания «картин» месте.
3. Смена экспозиции происходит каждую неделю. Порядок выбора авторов – по алфавиту.
4. На выставку отбирать лучшие работы детей и те, которые они выберут сами. Работы на выставке обсуждаются со всеми детьми, которые высказывают своё мнение о представленных работах и выставке вообще.

### **К IV направлению**

#### **29. «Один, два, три, четыре»**

**Цель:** Учить действовать по одному и вместе, развивать организаторские способности.

#### **Ход игры:**

Под музыку дети двигаются по всей комнате в разных направлениях, используя энергичную ходьбу, бег, подскоки в зависимости от характера музыки. С окончанием музыки воспитатель называет первую цифру. Дети должны построиться в соответствии с названным числом парами, тройками и т.д., встав в кружок или шеренгу и подняв руки вверх.

#### **30. «Художники»**

**Цель:** Формирование навыков коллективной деятельности, развивать творческие способности.

#### **Ход игры:**

Дети становятся подгруппами по 6 – 7 человек. Педагог предлагает им изобразить какой-либо предмет. Под спокойную музыку каждая подгруппа пытается это сделать. По окончании музыки педагог оценивает все варианты и объясняет детям, что у них получилось хорошо, а над чем ещё надо подумать.

*Примечание:* можно предложить детям договориться самим «по секрету», что они будут изображать, а потом отгадать, что получилось у каждой группы.

