



КАРТОТЕКА ИГР С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ



[VK.COM/YAVOSP](https://vk.com/yavosp)



«В КРУГ – ИЗ КРУГА»

Цель: устранение страха замкнутого пространства; обеспечение эмоциональной разрядки - снятия напряжения; развитие гибкости в поведении, способности быстро принимать решения.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры:

Все дети встают в круг кроме одного, который ходит за кругом и пытается проникнуть в круг. Дети в кругу закрывают глаза и крепко держатся за руки, охраняя вход в круг. Они могут приседать, наклоняться, но не открывать глаза. Если игрок за кругом проникает в круг, то хлопает в ладоши.

Дети за кругом меняются в течение игры.

Игра может измениться, когда по содержанию игрок не выпускается из круга.

Круг из детей может быть движущимся.





«ВЫКЛЮЧЕННЫЙ ЗВУК»

Цель: Повышение самооценки, создание атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом.

Возраст: 6-7 лет.

Материал: макет телевизора.

Ход игры:

Педагог предлагает детям по очереди сесть на стульчик «в телевизоре» и рассказать историю, например, о том, как он шел сегодня в детский сад. Через несколько минут воспитатель дает команду: ребенок замолкает и продолжает «рассказывать» историю невербальными средствами («у телевизора исчез звук»).

Педагог предлагает зрителям догадаться, о чем рассказывает телевизор. Дети «озвучивают» рассказ ребенка.

Затем можно сменить рассказчика. Если детям не удастся усидеть на стульчике, то можно разрешить после «выключения звука» встать рядом с макетом.



«ВИНЕГРЕТ»



Цель: сплочение группы, создание эмоционально позитивных взаимоотношений; телесное контактирование.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры:

Для приготовления винегрета берется «тарелка»: половина детей берутся за руки, образуя круг. Каждый из остальных участников выбирает какой-нибудь овощ, которым бы он хотел стать. Ведущий называет последовательно овощи, которые сразу попадают (входят) в тарелку и начинают «перемешиваться». Участники, изображающие тарелку, помогают: покачивают, осторожно подталкивают овощи, меняют расстояние между собой, то сокращая, то увеличивая его.



«ЗАЙКИ И СЛОНИКИ»



Цель: формирование уверенности в себе, чувства собственной силы и смелости, повышение самооценки.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры:

– Ребята, сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит, поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся.

Дети показывают.

– Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?

Дети разбегаются по группе, прячутся.

– А что делают зайки, если видят волка?...

Педагог играет с детьми в течение нескольких минут.

– А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? (Дети показывают) Покажите, что делают слоны, когда видят тигра...

Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.

«ВОЛШЕБНЫЙ СТУЛ»



Цель: развитие чувства эмпатии, умения работать в группе; снятие напряжения.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры:

Кому-нибудь из детей кладется на плечо Грустинка или Обидка, он изображает человека с соответствующим эмоциональным состоянием и садится на стульчик.

Остальным детям дается задание придумать как можно больше ласковых и нежных слов, адресованных их товарищу. После этого дети по очереди подходят к волшебному стулу и, поглаживая сидящего на нем ребенка, говорят ему ласковые слова.

Для примера первым игру начинает педагог.



«ТАНЦУЮЩИЕ РУКИ»



Цель: снятие мышечного напряжения.

Возраст: 6-7 лет.

Материал: рулонная бумага и цветные мелки.

Ход игры:

– Разложите листы бумаги на полу. Возьмите каждый по 2 мелка. Выберите для каждой руки мелок понравившегося вам цвета. Теперь ложитесь спиной на разложенную бумагу так, чтобы руки, от кисти до локтя, находились над бумагой.

Иными словами, так, чтобы у детей был простор для рисования.

– Закройте глаза, и, когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. Двигайте руками в такт музыке. Потом вы можете посмотреть, что получилось.

Игра проводится под музыку.

Звучит мелодия 2-3 минуты.



«ГУСЕНИЦА»



Цель: формирование чувства доверия и уверенности в себе.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры:

– Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч.

Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается!

Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом в единой цепи но без помощи рук дети должны пройти по определенному «маршруту».

