|  |  |
| --- | --- |
| "Обзывалки" (подвижная игра для агрессивных, обидчивых детей)Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме. Ход игры: скажите детям следующее: "Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: "А ты, ..., морковка!" Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: " А ты, .... солнышко!" Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.  | "Два барана" (подвижная игра для агрессивных детей)Цель: снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность "легальным образом" выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло. Ход игры: воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: "Рано-рано два барана повстречались на мосту". Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки "Бе-е-е". Необходимо соблюдать "технику безопасности", внимательно следить, чтобы "бараны" не расшибли себе лбы.  |
| "Зайчики"(подвижная игра для агрессивных детей)Цель: дать ребенку возможность испытать разнообразные мышечные ощущения, научить задерживать внимание на этих ощущениях, различать и сравнивать их. Ход игры: взрослый просит детей представить себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий — силу, темп, резкость — и направляет внимание детей на осознание и сравнение возникающих мышечных и эмоциональных ощущений. Например, ведущий говорит: "Как сильно зайчики стучат на барабанах! А вы чувствуете, как напряжены у них лапки? Ощущаете, какие лапки твердые, не гнутся! Как палочки! Чувствуете, как напряглись у вас мышцы в кулачках, ручках, даже в плечиках?! А вот лицо нет! Лицо улыбается, свободное, расслабленное. И животик расслаблен. Дышит... А кулачки напряженно стучат!.. А что еще расслаблено? Давайте еще попробуем постучать, но уже медленнее, чтобы уловить все ощущения"…   |
| "Тух-тиби-дух" (подвижная игра для агрессивных детей)Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил. Ход игры: "Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: "Тух-тиби-дух". Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами. Примечание: в этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово "Тух-тиби-дух" сердито, через некоторое время они не могут не смеяться. |

|  |  |
| --- | --- |
| **"Попроси игрушку" — невербальный вариант** **Цель:** обучение детей эффективным способам общения. **Ход игры:** упражнение выполняется аналогично вербальному, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и т.д.). После проведения обоих его вариантов (вербального и невербального) можно обсудить упражнение. Дети по кругу могут поделиться своими впечатлениями и ответить на вопросы: "Когда было легче просить игрушку (или другой предмет)?", "Когда тебе действительно хотелось ее отдать? Какие нужно было произносить слова?" Эту игру можно повторять несколько раз (в разные дни), она будет полезна особенно тем детям, которые часто конфликтуют со сверстниками, так как в процессе выполнения упражнения они приобретают навыки эффективного взаимодействия. | "Попроси игрушку" — вербальный вариант (подвижная игра для агрессивных детей)**Цель:** обучить детей эффективным способам общения. **Ход игры:** группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1:" Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать". Инструкция участнику 2: "Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали". Затем участники 1 и 2 меняются ролями. |
| "Прогулка с компасом" (подвижная игра для агрессивных детей)**Цель:** формирование у детей чувства доверия к окружающим. **Ход игры:** группа разбивается на пары, где есть ведомый ("турист") и ведущий ("компас"). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом "туриста не может общаться с "компасом" на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий — других туристов с компасами. После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.  | **"Толкалки"** (подвижная игра для агрессивных детей)**Цель:** научить детей контролировать свои движения. **Ход игры:** скажите следующее: "Разбейтесь на пары. Встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнера. По сигналу ведущего начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места, вернитесь в исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот, кто устанет, может сказать: "Стоп". Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнера только левой рукой; толкаться спиной к спине. |
| **"Рубка дров"**  Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и "истратить" ее во время игры. Ход игры: скажите следующее: "Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны, находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: "Ха!"" Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.  |
| "Жужа" Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом. Ход игры: "Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. "Жужа" терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет "Жужей". Взрослый должен следить, чтобы "дразнилки" не были слишком обидными.  |
| "Головомяч" Цель: развивать навыки сотрудничества в парах и тройках, научить детей доверять друг другу. Ход игры: скажите следующее: "Разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг напротив друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова оказалась рядом с головой партнера. Положите мяч точно между вашими головами. Теперь вам нужно его поднять и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Постепенно поднимаясь, встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Пройдитесь по комнате". Для детей 4—5 лет правила упрощаются: например, в исходном положении можно не лежать, а сидеть на корточках или стоять на коленях. | **"Аэробус"** **Цель:** научить детей согласованно действовать в небольшой группе, показать, что взаимное доброжелательное отношение товарищей по "команде" дает уверенность и спокойствие. **Ход игры:** "Кто из вас хотя бы раз летал на самолете? Можете 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 "летать"". Один из детей (по желанию) ложится животом вниз на ковер и разводит руки в стороны, как крылья самолета. С каждой стороны от него встает по три человека. Пусть они присядут и просунут руки под его ноги живот и грудь. На счет "три" они одновременно встают и поднимают Аэробус с поля... Так, теперь можно потихонечку поносить Аэробус по помещению. Когда он почувствует себя совершенно уверенно, пусть закроет глаза, расслабится, совершит "полет" по кругу и снова медленно "приземлится" на ковер". **Примечание:** когда Аэробус "летит", ведущий может комментировать его полет, обращая особое внимание на аккуратность и бережное отношение к нему. Вы можете попросить Аэробус самостоятельно выбрать тех, кто его понесет. Когда вы увидите, что у детей все получается хорошо, можно "запускать" два Аэробуса одновременно.  |
| "Бумажные мячики" Цель: дать детям возможность вернуть бодрость и активность после того, как они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм. Ход игры: перед началом игры каждый ребенок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился плотный мячик. "Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: "Приготовились! Внимание! Начали!" Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на ее стороне, на сторону противника. Услышав команду "Стоп!", вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию". Бумажные мячики можно будет использовать еще неоднократно. |
| **"Дракон"****Цель:** помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива. **Ход игры:** играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник — "голова", последний — "хвост". "Голова" должна дотянуться до "хвоста" и дотронуться до него. "Тело" дракона неразрывно. Как только "голова" схватила "хвост", она становится "хвостом". Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях. |

|  |  |
| --- | --- |
| "Глаза в глаза" Цель: развивать в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад. **Ход игры:** "Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать разные состояния: "я грущу", "мне весело, давай играть", "я рассержен", "не хочу ни с кем разговаривать" и т.д. После игры обсудите с детьми, какие состояния передавались, какие из них было легко отгадывать, а какие трудно. | **"Маленькое привидение"** **Цель:** научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев. **Ход игры:** "Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение: (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук "У". Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить "У", если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить". Затем педагог хлопает в ладоши: "Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!" |
| **«Кенгуру»****Цель:** развитие координации движенийВозраст: любойПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожным детям, детям с задержкой психического развитияНеобходимые приспособления: мячи.**Описание игры**: играющие выстраиваются на одной линии и зажимают мяч между ногами. По сигналу они начинают прыжками двигаться к финишу, который установлен на расстоянии 20-30 м. если мяч выпадет, его поднимают и продолжают движение. | **«Услышь свое имя»****Цель:** развитие скорости реакции, моторной ловкостиВозраст: 5-6 летПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожным детямКоличество игроков: 5-15Необходимые приспособления: мяч.**Описание игры**: играющие становятся в круг, спинами внутрь круга. Игрок, у которого в руках мяч, бросает его в круг, называя при этом имя. Названный ребенок должен повернуться лицом внутрь круга и поймать мяч. Победителем становится тот, кто ловил мяч чаще других.Часто в порыве игры первый участник очень сильно забрасывает мяч, и названный ребенок не может его поймать. В таком случае с детьми оговариваются штрафы, которые будут накладываться на первых игроков. Это может быть и чтение стихотворения, и прыжки на одной ноге по кругу – все зависит от участников. |
| **«Котёл»****Цели:** способствовать сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учить контролировать своё эмоциональное состояние; развивать координацию движений, ловкость.Содержание игры: «Котёл» - это ограниченное пространство в группе (например, ковёр). Участники на время игры становятся «капельками воды» и хаотично двигаются  по ковру, не задевая друг друга. Ведущий произносит слова: «вода нагревается!», «вода становиться теплее!», «вода горячая!», «вода кипит!»… Дети в зависимости от температуры воды меняют скорость движения. Запрещается сталкиваться  и выходить за пределы ковра. Те, кто нарушает правила, выходят из игры. Победителями становятся  самые внимательные и ловкие. | **«Вторжение»**Цели: способствовать сплочению коллектива, снятию чувства страха и агрессии; воспитывать  взаимовыручку; развивать ловкость и быстроту.Содержание игры: на пол выкладывается покрывало. Дети «садятся в космические корабли и прибывают на любую планету». Затем они свободно гуляют по планете. По сигналу ведущего «Вторжение!», дети должны быстро укрыться от инопланетян все вместе под одним покрывалом. Те, кто не поместились, выбывают из игры. |
| **«Змейка»**Цель: развитие ловкости и координации, умение действовать согласовано.Возраст: любойПолезно: застенчивым, тревожным, агрессивным детямОписание игры: выбирают водящего, он становится во главе «змейки», которую образуют игроки, становясь в ряд лицом в одну сторону. Водящий бежит по причудливой траектории, делая резкие повороты и закручивая «змейку». Его цель – заставить играющих расцепить руки. Такие дети из игры выбывают. Выигрывают те, кто дольше все продержится в «змейке».Взрослый занимает либо позицию наблюдателя, либо судьи и выводит нарушивших правила игроков.Оказываясь в ситуации, в которой необходимо и в прямом и в переносном смысле держаться друг за друга, дети приобретают опыт проживания различных ситуаций, учатся не бояться общения, согласовывать свои действия**.** | **«Вулкан»**Цель: развивать воображение и способность к перевоплощению, развивать кругозорВозраст: 5-6 летПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожным детям, детям с задержкой психического развитияКоличество игроков: многоОписание игры: ведущий становится в центре площадки, это «вулкан», радом с ним стоят 2-3 ребенка («лава»). Пока «вулкан» спокоен, «лава» находится рядом с ним, «вулкан» даже может обнять «лаву», чтобы она не убежала раньше времени. Остальные дети становятся вокруг «вулкана».«Вулкан» начинает игру: «»Стоит высокая – превысокая гора – вулкан, а на ее склонах живут люди. Они работают: строят дома, стирают, танцуют и т. д. (слушая перечисление, дети, стоящие вокруг «вулкана», выполняют движения, показывая, что делают люди). Но вот вулкан просыпается, внутри него разогревается лава, вулкан гудит, но люди его не слышат, потому что заняты своими делами (дети показывают какими). И вдруг вулкан взрывается, падают камни, лава вырывается и нагоняет людей» - «вулкан» отпускает «лаву», и она начинает гоняться за другими детьми, пойманных приводят к «вулкану».Чтобы дети хорошо смогли «войти» в роль, необходимо достаточно длительное время, игра может занять около 30-40 минут (если детям будет интересно, они могут играть еще дольше). Перед началом игры можно потренировать детей в имитации тех или иных действий людей, в отдельное упражнение может превратиться игра в «вулкан» и «лаву», что только усилит творческую способностьдетей. |
| **«Живая картина»**Цель: развитие выразительности движений, произвольности, коммуникативных навыковВозраст: 5-6 летПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожным детямОписание игры: дети создают сюжетную сценку и замирают. Изменить позу они могут лишь после того, как водящий угадает название «картины».Несмотря на то, что основная цель игры – создание «живой картины», акцент в ней делается на развитие умения договариваться, находить общий язык. Эта игра будет особенно полезна детям, испытывающим трудности в общении (конфликтным, агрессивным, застенчивым, замкнутым). Взрослому лучше занять позицию наблюдателя. Его вмешательство требуется только в случае ссор детей. | **«Ассоциации»**Цель: получение обратной связи, развитие рефлексивных способностейВозраст: 6-7 летПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожным детям, детям с задержкой психического развитияОписание игры: выбирают водящего, он выходит из комнаты, а остальные дети в это время договариваются, кого из детей они задумают. Затем водящий возвращается и и задает вопросы о загаданном: каким деревом, цветком, птицей или животным мог бы быть этот ребенок. Водящий по ассоциации должен угадать, кого загадали дети.В роли загаданного должен побывать каждый ребенок. С помощью этой игры дети могут лучше узнать сами себя, а также узнают о том, что о них думают другие. Но необходимо договориться с детьми о том, что ассоциации не должны быть обидными. |
|  **«Придумай слова»**Цель: развитие воображения, эмоциональной сферыВозраст: 5-6 летПолезно: агрессивным, детям с задержкой психического развитияНеобходимые приспособления: рисунки с изображением сказочных персонажейОписание игры: дети рассматривают рисунок, а потом они должны придумать как можно больше слов для характеристики того, кто изображен на картинке.Взрослый должен помнить, что в зависимости от рисунка и личностных особенностей детей характер героев может кардинально меняться. Это нужно принимать во внимание. | **«Пожалуйста»**Цель: развитие произвольности, слухового вниманияВозраст: 6-7 летПолезно: агрессивным, детям с задержкой психического развитияОписание игры: вариант 1. Все дети становятся в круг и выбирают ведущего. Ведущий показывает разнообразные движения, остальные дети должны их повторить, но только если ведущий скажет волшебное слово «Пожалуйста! ». Ошибившийся выбывает из игры.Вариант 2. Все дети становятся в круг и выбирают ведущего. Ведущий показывает разнообразные движения, остальные дети должны их повторить, но только если ведущий скажет волшебное слово «Пожалуйста! ». Ошибившийся выходит в центр круга и выполняет какое–нибудь задание – любое придуманное ведущим. |
| **«Сиамские близнецы»**Цель: развитие коммуникативных навыков, умения согласовывать свои действия, развитие графических навыков.Возраст: 6-7 летПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожнымНеобходимые приспособления: перевязочный бинт, большой лист бумаги, восковые мелкиОписание игры: дети разбиваются на пары, садятся за стол очень близко друг к другу, затем связывают правого руку одного ребенка и левую – другого от локтя до кисти. Каждому в руку дают мелок. Мелки должны быть разного цвета. До начала рисования дети могут договориться между собой, что они будут рисовать. Время на рисование 5-6 минут.В процессе игры взрослый может сопровождать действия участников комментариями по поводу необходимости договора в паре для достижения лучшего результата. После игры с детьми проводится беседа об их ощущениях, возникших в процессе рисования, было ли им комфортно, что им мешало, а что помогало. | **«Войди в круг – выйди из круга»**Цель: развитие эмпатии, отработка способов поведения в одиночестве, совершенствование навыков межличностной коммуникацииВозраст: 6-7 летКоличество игроков: не больше 10Полезно: агрессивным детямОписание игры: дети выбирают водящего и становятся в круг, очень тесно прижимаясь друг к другу (ногами, туловищами, плечами) и обхватывая друг друга за талию. Водящий остается за кругом. Он всеми силами пытается пробраться в круг – уговаривает, толкается, старается разорвать цепь. Если водящему удается пробиться в центр круга, все его поздравляют, а пропустивший становится водящим.Взрослый следит, чтобы дети не проявляли агрессию, помогает водящему, если ему приходится совсем туго. В такой игре ребенок получает бесценный опыт общения с разными людьми, когда нужно в одной ситуации проявить уступчивость, попытаться уговорить человека, а в другой, наоборот, проявить твердость и настоять на своем. |
| **«Крокодил»**Цель: развитие ловкости, наблюдательности, снятие страховВозраст: 5-6 летПолезно: агрессивным, застенчивым, тревожным детямКоличество игроков: 8-10Описание игры: дети выбирают «крокодила». Выбранный вытягивает руки вперед одна над другой – это пасть крокодила – и ходит по комнате, пританцовывая, подпрыгивая. Тем временем дети в пасть кладут руки. В какой-то момент «крокодил» смыкает пасть. Кто не успел выдернуть руку, становится «крокодилом».В роли «крокодила» должно побывать как можно большее количество детей, чтобы почувствовать на себе смену ролевых ощущений. |  |