

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
МДОУ «Детский сад № 44»

Картотека «Давайте будем общаться»



Составили:
педагог-психолог Комарова Ника Александровна
и воспитатель Маслова Анна Леонидовна

Цель минуток:

-способствовать психическому и личностному росту детей; помогать им адаптироваться к условиям детского сада;

-развивать навыки социального поведения, уверенность в себе, самостоятельность.

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.

На протяжении всей жизни человека происходит процесс его социализации, то есть процесс адаптации к окружающему миру.

Процесс социализации включает три формы:

1) идентификация – соотнесение себя с себе подобными (с человеческой общностью) и свободное самоопределение среди них;

2) индивидуализация – обретение социальной неповторимости среди себе подобных;

3) персонализация – способность человека пользоваться многообразием им самим созданного мира вещей для саморазвития и самоутверждения.

Для успешного прохождения ребёнком социализации нам, педагогам, необходимо создать условия для переживания общности с другими, радости в процессе общения; стремиться подвести ребёнка к переживанию собственной индивидуальности, её неповторимости, уникальности; помочь приобрести ему позитивный опыт самопознания и самовыражения; необходимо развивать эмпатию, восприимчивость.

Способность к восприятию другого человека предполагает внимание, интерес к нему, умение видеть, слышать, чувствовать другого, понимать его, сопереживать.

Установление контактов и действие в ситуации общения предполагает умения устанавливать связь, объединяться, договариваться, спрашивать, обращаться с просьбой, объяснять, слушать другого, излагать своё мнение, дискутировать.

Создание условий для повышения эффективности взаимодействия ребёнка со сверстниками способствует укреплению его уверенности в себе и в своих возможностях в общении с другими людьми, ведь социально уверенный ребёнок верит, что он будет действовать правильно, успешно.

Проведение ритуала «Приветствие» поможет создать мотивацию, настроить группу на совместную работу, с первых минут сформировать оптимистическое настроение у всех детей-участников. Как правило, это игры-приветствия, игры с именами и др. Ритуал «Прощание» проводится с целью подведения итогов,

закрепления положительных переживаний, полученных в течение дня или на занятии, и объединение детей. Обычно это – общая игра-забава, коллективная деятельность или релаксационная гимнастика, помогающая снять напряжение, почувствовать себя свободно.

Вводя ритуалы, воспитатели должны учитывать возрастные особенности психики дошкольников: образное мышление, преобладание эмоционального компонента в опыте, ведущий вид деятельности.

Результаты работы по введению ритуалов «приветствия» и «прощания» не всегда проявляются быстро и бывают не такими наглядными, как при обучении детей счету, чтению. Однако, как показывает практический опыт, исподволь и постепенно у детей исчезают нежелательные формы поведения, появляется способность выполнять такие виды деятельности, которые раньше им были недоступны.

Решающий фактор в создании благополучного психологического климата – эмоциональное состояние педагога, его настроение, интерес. Необходимо исключить всякое давление, принуждение, оценку, осуждение! Предоставьте детям возможность высказаться, проявить эмоциональную активность, будьте терпеливы, внимательны и доброжелательны – и успех вам обеспечен!

МИНУТКА 1

Под лирическую музыку.

Воспитатель: Настал день. Я улыбнусь вам, и вы улыбнитесь 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... (называет имена детей, вспоминает их вчерашние заслуги).

А что вы хотите пожелать мне? (Дети отвечают).

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.

МИНУТКА 2

Звучит музыка.

Воспитатель: Дети, посмотрите на свои руки! У мальчиков они большие, сильные. У девочек – нежные и ласковые. Мы любим свои руки, ведь они могут все: и обнять, и поднять упавшего товарища, и дать корм голодным птицам, и красиво накрыть стол. За что ты,...(обращается к конкретному ребенку) любишь свои руки? (Ребенок отвечает)

А ты,... (обращается к другому ребенку), любишь свои руки? Ребенок отвечает.

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.

МИНУТКА 3

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

Воспитатель: Как вы думаете, дети, хорошо быть цветком? Почему? Послушайте, что хочет сказать вам этот 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 своем цветочном языке, когда хочу пить или умываться.

О чем сегодня просит нас цветок? (Дети поливают цветы).

МИНУТКА 4

Доброе утро! Давайте поздороваемся друг с другом. Для этого я возьму колокольчик, подойду к кому-то из вас и позвоню около ушка, пропою имя и приветствие. Миша, доброе утро! Теперь Миша берет колокольчик и идет к тому, с кем он будет здороваться... и т.д. Молодцы!

МИНУТКА 5

Здравствуйте, рада вас видеть.

Давайте поздороваемся. А поможет нам мячик. Я передаю его тому, с кем встречусь глазами. Я встретила глазами с Соней, кивнула головой в знак приветствия, и мячик катится по полу от меня к ней. Теперь Соня встретится с кем-нибудь взглядом... (все дети по очереди встречаются взглядами). Замечательно!

МИНУТКА 6

Приветствие. Игра с «Живой веревочкой». Наша «Живая веревочка» лежит на полу. Пока звучит музыка, вы можете танцевать. Как только я выключу магнитофон и мелодия прекратится, быстро найдите ленточку со своим именем (просто взяться за веревочку) и в этом месте возьмитесь за веревочку. (Можно повторить игру несколько раз, меняя положение веревочки.) Смотрите, когда все взяли за нашу веревочку, она стала похожей на круглую карусель! Давайте поиграем.

Тише-тише, еле-еле

Закрутились карусели.

А потом кругом, кругом.

Все бегом, бегом, бегом.

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра.

МИНУТКА 7

Дети, давайте встанем в круг, который называется «От сердца к сердцу»

-Как вы думаете, дети, почему люди любят собираться в круг? (Ответы детей)

-Как много интересных ответов! А еще нам нравится круг потому, что в нем нет уголков. Круг сближает всех людей, у кого добрые, открытые сердца.

Сердце я свое открою,
Счастьем поделюсь с тобою.
Все хорошие слова
Говорю я для тебя!»

-Давайте повторим вместе!

(Дети повторяют вслед за воспитателем).

-Вы чувствуете, как нам хорошо вместе? А почему, ребята? Потому что сегодня замечательный день, у нас хорошее настроение, мы общаемся друг с другом, открываем свои сердца.

МИНУТКА 8

Воспитатель.

-Ребята, возьмемся все за руки. Это наш круг радости. Посмотрите друг на друга. Улыбнитесь друг другу. Порадуйтесь друг другу, поделитесь хорошим настроением со своими друзьями!

К тебе я обращаюсь, друг!

Вставай скорее с нами в круг.

Почувствуй радость и тепло,

И как с друзьями хорошо!

-А теперь повторяйте за мной:

Пусть наша добрая улыбка (руки прикасаются к уголкам губ)

Согреет всех своим теплом, (руки прикладываются к сердцу)

Напомнит нам, как важно в жизни (руки вперед, пальцы, как солнечные лучи)

Делиться счастьем и добром! (руки в стороны)

-Правда, это радостно – почувствовать тепло рук друзей?

МИНУТКА 9

Дети, я приглашаю вас в круг радости. Давайте поприветствуем друг друга!
Повторяйте за мной:

Здравствуй, Мир! (дети поднимают руки вверх)

Здравствуй, Свет! (руки - в стороны)

Здравствуй, добрый Человек! (дети протягивают руки вперед)

Да, ребята, человек при встрече с другими людьми говорит замечательное слово - «Здравствуйте!». Так он желает здоровья и мира своим родным, знакомым и незнакомым людям, матушке-природе.

МИНУТКА 10

Круг радости.

-Здравствуйте, дети! Сегодня мы поговорим об именах. У всех у вас красивые имена.

Давайте послушаем, как они звучат. Предлагаю вам встать в круг радости, громко и радостно называя свое имя. Вы готовы?

Встань скорее,

Раз, два, три!

Свое имя назови!

(Дети называют свои имена и становятся в круг).

-У нас сегодня действительно радостный круг из ваших имен. Мне очень приятно повторить их. (Воспитатель повторяет имена всех детей).

-Теперь возьмемся за руки, улыбнемся друг другу и с любовью скажем:

Как прекрасно жить на свете,

Потому что Человек –

Это взрослые и дети,

Это солнца яркий свет!

-Помашем ладошками солнцу! Каждый человек радуется солнышку! Оно и светит, и греет, и помогает нам расти.

МИНУТКА 11

Круг радости.

-Дети, я очень рада видеть вас, мальчиков и девочек! Приглашаю в наш круг радости! Давайте встанем так: мальчик- девочка- мальчик – девочка и поприветствуем друг друга такими словами:

Нежные, добрые девочки, (воспитатель идет по внешнему кругу ,

Сильные , смелые мальчики обращаясь то к девочке, то к мальчику)

Встанем в круг, за руки все возьмемся

И радостно друг другу улыбнемся! (соединяет их руки, дети заглядывают в глаза друг другу и улыбаются).

МИНУТКА 12

Круг радости.

-Добрый день, дорогие ребята! Сегодня я встречаю вас с особенным настроением. Мне очень хочется сделать что-нибудь хорошее и приятное для всех.

Я приглашаю вас в круг радости, чтобы мы сказали друг другу хорошие слова, обменялись добрыми пожеланиями, передавая из рук в руки «волшебную палочку», которую нам прислала Фея Любви. С ее помощью мы сегодня станем сказочными волшебниками.

Ребята, разрешите, я первая скажу свои пожелания вам:

Желаю счастья и добра

Всем детям с самого утра!

-А сейчас я передаю волшебную палочку Андрею.

Скажи, Андрей, что ты хочешь пожелать своим друзьям?

Дети передают друг другу «волшебную палочку» и произносят свои добрые пожелания:

- Я желаю всем здоровья!
- Я желаю всем радости!
- Я желаю всем доброты!
- Я желаю всем солнечного дня!
- Я желаю всем веселых игр! И т.д.

-Молодцы, ребята! Теперь скажите, что вы чувствовали, когда ваши друзья говорили добрые слова? (Ответы детей)

-Спасибо! Мы с вами услышали столько хороших слов, искренних, теплых пожеланий! И они обязательно сбудутся, потому что вы – друзья и говорили пожелания друг другу от всего сердца.

МИНУТКА 13

Воспитатель: Ребята, посмотрите в окно. Сейчас утро. Как вы считаете, какое это утро? (ответы детей)

Воспитатель: Доброе утро, как добрая птица, в окно к нам стучится! Приготовьте гнездышки – ладошки! Берем доброе утро осторожно, и как птичку пересаживаем из гнездышка в гнездышко, чтобы оно погрелось в руках у каждого. Пересаживаем – передаем по кругу и тихонько приговариваем «Доброе утро!» Вот и последнее гнездышко – мое, я выпускаю Доброе утро в воздух. Пусть летает вокруг нас!

Все вместе: Доброе утро!

МИНУТКА 14

Круг радости.

-Здравствуйте, дети! Я приглашаю вас сегодня на прогулку, на которой мы будем заниматься важным делом – учиться помогать матушке – природе. А начнем мы занятие с круга радости.

Посмотрите вокруг, полюбуйтесь природой – как она красива! Давайте поделимся своей радостью и скажем окружающему нас миру слова благодарности:

«Спасибо, солнце, за свет и тепло!

Спасибо, небо, за чистый воздух!

Спасибо, ветерок, за прохладу!

Спасибо, дерево, за тень!»

Минутки «Приветствия»

«Пресс-конференция»

Цели: развивать навыки эффективного общения; воспитывать желание общаться, вступать в контакт с другими детьми; учить детей задавать различные вопросы на заданную тему, поддерживать беседу.

Содержание игры: участвуют все дети группы. Выбирается любая, но хорошо известная тема, например: «Мой режим дня», «Мой домашний любимец», «Мои игрушки», «Мои друзья» и т. д.

Один из участников пресс-конференции – «гость» - садится в центре зала и отвечает на любые вопросы участников.

Примерные вопросы к теме «Мои друзья»: Много ли у тебя друзей? С кем тебе интереснее дружить с мальчиками или с девочками? За что любят тебя друзья, как тебе кажется? Каким нужно быть, чтобы друзей стало больше? Как нельзя поступать с друзьями? И т. д.

«Ролевая гимнастика»

Цели: Учить раскованному поведению, развивать актёрские способности, помогать почувствовать состояние другого существа.

Содержание игры: подобрать короткие и хорошо известные детям стихотворения.

Предложить рассказать стихотворение:

1. Очень быстро, «с пулемётной скоростью».
2. Как иностранец.
3. Шепотом.
4. Очень медленно, «со скоростью черепахи».

Пройти, как: трусливый зайчик, голодный лев, младенец, старичок, ...

Попрыгать, как: кузнечик, лягушка, козлик, обезьянка.

Сесть в позе: птички на ветке, пчелы на цветке, наездника на лошади, ученика на уроке, ...

Нахмуриться, как: рассерженная мама, осенняя туча, разъярённый лев, ...

Рассмеяться, как: добрая волшебница, злая волшебница, маленький ребёнок, старичок, великан, мышка, ...

«Секрет»

Цели: формировать желание общаться со сверстниками; преодолевать застенчивость; находить различные способы для достижения своей цели.

Содержание игры: всем участникам ведущий раздаёт небольшие предметы: пуговичку, брошку, маленькую игрушку, Это секрет. Участники объединяются в пары. Они должны уговорить друг друга показать свой «секрет».

Дети должны придумать как можно больше способов уговаривания (угадывать; говорить комплименты; обещать угощение; не верить, что в кулачке что-то есть, ...)

«Мои хорошие качества»

Цели: учить преодолению застенчивости; помогать осознавать свои положительные качества; повышать самооценку.

Содержание игры: каждый ребёнок в течение нескольких минут должен вспомнить свои лучшие качества. Затем все садятся в круг и по очереди рассказывают о себе. (Дать возможность высказаться всем желающим и не заставлять, если кто-то отказывается.)

«Я лучше всех умею ...»

Цели: учить преодолевать застенчивость, формировать чувство уверенности, повышать самооценку.

Содержание игры: дети садятся в круг ведущий даёт задание вспомнить, что у каждого из участников лучше всего получается (например, петь, танцевать, вышивать, выполнять гимнастические упражнения, ...). Затем дети по очереди показывают это действие жестами.

«Волна»

Цели: учить концентрировать внимание; управлять своим поведением.

Содержание игры: детям предлагается изобразить море, которое, в зависимости от погоды может быть самым разным.

Ведущий даёт команду «Штиль!» Все дети замирают. По команде «Волна!» дети выстраиваются в линию и берутся за руки. Ведущий указывает силу волны, а дети приседают и с интервалом 1-2 секунды встают, не отпуская рук. Игра заканчивается командой «Штиль!» (предварительно можно побеседовать о художниках – маринистах, показать репродукции картин Айвазовского).

«Мимическая гимнастика»

Цели: учить понимать соответствующую настроению мимику; осознавать своё эмоциональное состояние.

Содержание игры: детям предлагается при помощи мимики выполнить ряд простых упражнений, которые помогут научиться правильно выражать некоторые эмоции: удивление, страх, обиду, злость, печаль, радость, восторг. Эмоции можно изобразить на карточках и положить рубашкой вверх. Ребёнок вытаскивает карточку и изображает данную эмоцию. Дети должны отгадать эмоцию.

Когда дети хорошо освоят мимику, можно добавлять жесты и воображаемую ситуацию. Например, ребёнок вытащил карточку с эмоцией «радость». Он не только изображает радость, но и помещает себя в конкретную ситуацию: нашёл подарок под ёлкой, хорошо нарисовал портрет, увидел самолёт в небе, ...).

«Собери эмоцию»

Цели: учить определять по отдельным мимическим фрагментам выраженную эмоцию; развивать умение осознавать эмоцию; развивать цветоощущения.

Содержание игры: потребуется лист с пиктограммами, разрезанные на части наборы пиктограмм, цветные карандаши, листы бумаги. Детям даётся задание собрать пиктограммы так, чтобы получилось правильное изображение эмоции. Затем ведущий показывает лист с образцами пиктограмм, чтобы дети могли проверить. Можно попросить детей нарисовать любой рисунок, выбрав карандаш, соответствующий собранной эмоции (по мнению ребёнка!)

«Моё настроение. Настроение группы.»

Цели: учить детей осознавать свои эмоции и выражать их через рисунок.

Содержание игры: каждый ребёнок из группы рисует своё настроение на листе бумаги карандашом одного цвета. Затем работы вывешиваются и обсуждаются. Можно взять один большой лист и предложить детям выбрать подходящий своему настроению цвет карандаша и изобразить своё настроение.

В результате можно увидеть общее настроение группы. Игра рассматривается, как вариант рисуночных тестов. Необходимо обратить внимание на то, какие цвета использовали дети, что рисовали и в какой части листа. Если дети использовали преимущественно тёмные цвета, побеседовать с детьми и провести весёлую подвижную игру.

«Слушаем тишину»

Цели: снять мышечное напряжение; упражнять в концентрации внимания; учить управлять своим эмоциональным состоянием.

Содержание игры: по сигналу ведущего дети начинают прыгать и бегать по комнате, топая и хлопая. По второму сигналу дети должны быстро сесть на корточки или на стулья и прислушаться к тому, что происходит вокруг. Затем можно обсудить, какие звуки детям удалось услышать.

«Заряд бодрости» релаксационное упражнение

Цели: помочь детям справиться с чувством усталости, помочь настроиться на занятие или переключить внимание; улучшить настроение;

Содержание упражнения: дети садятся на пол, двумя пальчиками (большим и указательным) берутся за мочки ушей и массируют их круговыми движениями 10 раз в одну сторону и 10 раз в другую, приговаривая: «Мои ушки слышат всё!» После этого дети опускают руки и встряхивают ими.

Затем ставят указательный палец между бровей над носом. Массируют ту точку также по 10 раз в каждую сторону, приговаривая: «Просыпайся, третий глаз!» В конце упражнения встряхивают руки.

Затем собирают пальцы в горстку и массируют точку, которая расположена внизу шеи, со словами: «Я дышу, дышу, дышу!»

«Броуновское движение»

Цели: способствовать сплочённости коллектива; учить работать в группе, общаться со сверстниками, принимать совместно решения.

Содержание игры: участники свободно двигаются по помещению. По сигналу ведущего им необходимо объединиться в группы. Количество человек в группе зависит от того, сколько раз ведущий хлопнет в ладоши (можно показать карточку с цифрой). Если число участников в группе не совпадает с объявленным, группа должна сама решить, как выполнить условие игры.

«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 становится 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 «салятся 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.

«Передай по кругу»

Цели: способствовать формированию дружного коллектива; учить действовать согласованно; развивать координацию движений и воображение.

Содержание игры: дети садятся в круг. Педагог передаёт по кругу воображаемый предмет: горячую картошку, льдинку, лягушку, песчинку, и т. д. С более старшими детьми можно играть не называя предмета. Предмет должен пройти весь круг и вернуться к водящему не изменившись (картофелина не должна остыть, льдинка – растаять, песчинка – потеряться, лягушка – ускакать).

«Монетка в кулачке» релаксационное упражнение

Цели: снять мышечное и психологическое напряжение; овладеть приёмами саморегуляции.

Содержание упражнения: дать ребёнку монетку и попросить сжать её в кулачке. Подержав несколько секунд кулачок сжатым, ребёнок раскрывает ладонь и показывает монетку. При этом рука ребёнка расслабляется. Чтобы разнообразить тактильные ощущения, можно давать ребёнку различные мелкие предметы. Дети постарше могут отгадывать, что у них в руке.

«Подними игрушку» релаксационное упражнение

Цели: снятие мышечного и психологического напряжения; концентрация внимания; освоение диафрагмально-релаксационного типа дыхания.

Содержание упражнения: ребёнок лежит на спине на полу. На живот ему ставят небольшую устойчивую игрушку. На счёт 1-2 ребёнок делает вдох через нос. Живот надувается и игрушка поднимается. На счёт 3-4-5-6 – выдох через рот, губы сложены трубочкой – живот сдувается, игрушка опускается вниз.

«Приветствие короля»

Цели: снятие мышечного и психологического напряжения; создание позитивного настроения в группе; развитие умения управлять своими эмоциями.

Содержание игры: участники выстраиваются в две линейки. Передние кладут руки друг другу на плечи. Они образуют как бы ограду для стоящих сзади. Стоящим позади, нужно, опираясь на ограду, подпрыгнуть, как можно выше, приветствуя улыбкой короля, помахивая то левой, то правой рукой. Можно при этом издавать приветственные возгласы. Затем ограда и зрители меняются местами. Дети должны почувствовать разницу в напряжении мышц: когда они были деревянной, неподвижной оградой, а теперь, ликующие, весело подпрыгивающие люди.

«Найди и промолчи»

Цели: развитие концентрации внимания; воспитание стрессоустойчивой личности; воспитание чувства товарищества.

Содержание игры: дети, стоя, закрывают глаза. Ведущий кладёт предмет на видное для всех место. После разрешения водящего, дети открывают глаза и внимательно разыскивают его взглядом. Первый, кто увидел предмет, не должен ничего говорить или показывать, а молча садится на своё место. Так поступают и другие. Нашедшим предмет, помогают так: все смотрят на предмет, а дети должны увидеть его, проследив за взглядом остальных.

«Коробка переживаний» релаксационное упражнение

Цели: снятие психологического напряжения; развитие умения осознавать и формулировать свои проблемы.

Содержание упражнения: ведущий показывает небольшую коробку и говорит: «В эту коробку мы соберём сегодня все неприятности, обиды и огорчения. Если вам что-то мешает, вы можете прошептать это прямо в коробку. Я пушу её по кругу. Потом я её заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши переживания».

«Акулы и матросы»

Цели: способствовать сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учить контролировать своё эмоциональное состояние; развивать координацию движений, ловкость.

Содержание игры: дети делятся на две команды: матросы и акулы. На полу чертится большой круг – это корабль. В океане около корабля плавают много акул. Эти акулы пытаются затащить матросов в море, а матросы стараются затащить акул на корабль. Когда акулу полностью затаскивают на корабль, она тут же превращается в матроса, а если матрос попадает в море, то он превращается в акулу. Перетягивать друг друга можно только за руки.

Важное правило: одна акула – один матрос. Никто больше не вмешивается.

«Коровы, собаки, кошки»

Цели: развитие способности к невербальному общению, концентрации слухового внимания; воспитание бережного отношения друг к другу; развитие умения слышать других.

Содержание игры. Ведущий говорит: «Пожалуйста, встаньте широким кругом. Я подойду к каждому и шёпотом скажу на ухо название животного. Запомните его хорошенько, так как потом вам нужно будет стать этим животным. Никому не проговоритесь о том, что я вам прошептала». Ведущий по очереди шепчет каждому ребёнку: «Ты будешь коровой», «Ты будешь собакой», «Ты будешь кошкой». «Теперь закройте глаза и забудьте человеческий язык. Вы должны говорить только так, как «говорит» ваше животное. Вы можете, не открывая глаз, ходить по комнате. Как только услышите «свое животное», двигайтесь ему навстречу. Затем, взявшись за руки, вы идёте уже вдвоём, чтобы найти других детей, «говорящих на вашем языке»

Важное правило: не кричать и двигаться очень осторожно». Первый раз игру можно провести с открытыми глазами.

«Разведчики»

Цели: развитие зрительного внимания; формирование сплочённого коллектива: умение работать в группе.

Содержание игры: в комнате расставлены «препятствия» в произвольном порядке. «Разведчик» медленно идёт через комнату, выбранным маршрутом. Другой ребёнок, «командир», запомнив дорогу, должен провести отряд тем же путём. Если командир затрудняется в выборе пути, он может попросить помощи у отряда. Но если он идёт сам, отряд молчит. В конце пути, «разведчик может указать на ошибки в маршруте.

«Пианино» релаксационное упражнение

Цели: снятие мышечного и психологического напряжения; установление межличностных контактов; развитие мелкой моторики.

Содержание упражнения: все садятся в круг, как можно ближе друг к другу. Правую руку кладут на колено соседа справа, а левую на колено соседа слева. По кругу, по очереди производить пальцами движения, имитирующие игру на пианино (гаммы).

«Кто кого перехлопает/перетопает» релаксационное упражнение

Цели: снятие психологического и мышечного напряжения; создание хорошего настроения.

Содержание упражнения: группа делится на две части. Все начинают одновременно топтать или хлопать. Выигрывает команда, которая хлопала или топала громче.

«Аплодисменты» релаксационное упражнение

Цели: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата.

Содержание упражнения: дети стоят в широком кругу. Воспитатель говорит: «Вы сегодня славно поработали, и мне хочется похлопать вам. Воспитатель выбирает одного ребёнка из круга, подходит к нему и, улыбаясь, аплодирует ему. Выбранный ребёнок тоже выбирает товарища, подходит к нему уже вдвоём с воспитателем. Второму ребёнку аплодируют уже вдвоём. Таким образом, последнему ребёнку аплодирует вся группа. Второй раз игру начинает уже не воспитатель.

«Создание рисунка по кругу»

Цели: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата; развитие мелкой моторики и воображения.

Содержание игры: все сидят в кругу. У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

«Приветствие» релаксационное упражнение

Цели: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата;

Содержание игры: участники делятся на пары. Первые номера становятся внутренним кругом, вторые – внешним.

Здравствуй друг! Здравуются за руку.

Как ты тут? Хлопают по плечу друг друга.

Где ты был? Дергают за ушко друг друга.

Я скучал! Кладут руки себе на сердце.

Ты пришёл! Разводят руки в стороны.

Хорошо! Обнимаются.

«Скучно-скучно»

Цели: умение пережить ситуацию неуспеха; воспитание альтруистического чувства детей; воспитание честности.

Содержание игры: дети садятся на стульчики вдоль стены. Вместе с ведущим все проговаривают слова:

Скучно-скучно так сидеть,

Друг на друга всё глядеть.

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться.

После этих слов все должны добежать до противоположной стены, дотронуться до неё рукой и, вернувшись, сесть на любой стульчик. Ведущий в это время убирает один стул. Играют до тех пор, пока не останется один самый ловкий ребёнок. Выбывшие дети играют роль судей: смотрят за соблюдением правил игры.

«Тень»

Цели: развитие двигательной координации, быстроты реакции; установление межличностных контактов.

Содержание игры: один участник становится путником, остальные его тенью. Путник идёт через поле, а за ним на два шага сзади – его тень. Тень старается точь-в-точь скопировать движения путника. Желательно чтобы путник совершал движения: собирал грибы, срывал яблоки, перепрыгивал через лужи, смотрел вдаль из-под руки, балансировал по мостику и т. д.

«Властелины кольца»

Цели: обучение координации совместных действий; обучение поиску способов коллективного решения проблемы.

Содержание игры: потребуется кольцо диаметром 7-15 см (моток проволоки или скотча), к которому привязаны на расстоянии друг от друга три нитки длиной 1.5 – 2м каждая. Три участника становятся по кругу, и каждый берёт в руки нитку. Их задача: действуя синхронно, опустить кольцо точно на мишень – например, лежащую на полу монетку. Варианты: глаза открыты, но переговариваться нельзя. Глаза закрыты, но можно переговариваться.

«Посещение зоопарка» (релаксационное упражнение)

Цели: снятие мышечного и психологического напряжения; установление межличностных контактов.

Содержание упражнения: участники разбиваются по парам и встают друг за другом. Ведущий становится позади одного из участников о посещении зоопарка, массируя спину тому, кто стоит впереди.

1. В зоопарке утро. Служащий зоопарка чистит граблями дорожки (*при помощи пальцев делать движения сверху вниз и справа налево*).

2. Затем он открывает ворота зоопарка (*рёбрами ладоней проводить направо и налево от позвоночника*)

3. Приходят первые посетители (*при помощи кончиков пальцев сбегать вниз по спине*).

4. Они идут к вольеру с жирафами и смотрят, как они радостно прыгают (*короткие, редкие сильные хлопки по спине*).

5. Рядом загон со львами. Сейчас раздают корм, и львы с жадностью едят мясо (*двумя руками мять шею и лопатки*).

6. Затем посетители идут к пингвинам, которые весело скользят к воде (*медленно провести ладонями вниз по спине рядом с позвоночником*).

7. Слышатся дикие прыжки кенгуру (*«топать» кончиками пальцев по спине*).

8. Рядом находится вольер со слонами (*медленно и сильно нажимать кулаками на спину*).

9. А сейчас посетители идут в террариум со змеями. Змеи медленно ползают по песку (*делать ладонями движения, похожие на змеиные*).

10. Вот и крокодил разевает пасть и хватает еду (*коротко и сильно щипать ноги и руки*).

11. А здесь колибри прилетела в гнездо и устраивается там поудобнее (*запустить пальцы в волосы и слегка подёргать их*).

12. А сейчас посетители идут к выходу и садятся в автобус (*кончиками пальцев пробежать по спине и положить обе руки на плечи, затем убрать руки и поменяться местами*).

Во время массажа не проводить никаких действий в области позвоночника!

ИГРЫ С ИМЕНАМИ

«Эхо»

Дети встают в круг, здороваются друг с другом. Проводится игра: каждый ребёнок называет своё имя по слогам и прохлопывает его - остальные повторяют.

Варианты: ребёнок, называя своё имя, пропевает его по слогам;

каждый ребёнок сам выбирает действие при произнесении имени (топает, хлопает, пропевает и т. п., остальные повторяют за ним.

«Имена друзей»

Один из детей ударяет мячом об пол со словами: «Я знаю пять имён моих друзей: ... - раз, - два.» и т. п., а затем передает мяч другому ребёнку. Тот делает то же самое и передает следующему. Мяч должен обойти всю группу.

«Клубочек, расскажи»

У меня в руках клубочек. Мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется, будет называть своё имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит (стоит) слева (справа) от меня. Далее по очереди высказываются все дети. Здорово!

«Паровозик»

Когда он едет, то не гудит, а хлопая в ладоши, произносит своё имя. Проехав круг наш «паровозик» выбирает одного из вас на замену, а сам станет вагончиком и будет помогать новому паровозу повторять его имя.

Варианты: каждый новый паровозик может производить своё действие, произнося свое имя;

ребёнок-паровозик, остановившись, спрашивает: «Как называется станция?» Новый ребенок называет своё имя и становится паровозиком.

«Колокольчик»

Дети приветствуют друг друга колокольчиком. Каждый по очереди играет колокольчиком и поёт свою песенку-привет (или без слов, или пропевает своё имя.

«Карусель»

Участники, образуя два круга – внешний и внутренний, - встают парами левым плечом друг к другу. По сигналу (хлопок, звук колокольчика и т. п.) оба круга начинают движение в противоположные стороны. По следующему сигналу дети останавливаются, образуя пары, протягивают друг другу руку (называют имя, произносят любую приветственную фразу).

Варианты: вместо приветственной фразы или имени называют любое свое качество или чувство (я - веселый или я радуюсь и т. п.);
внутренний круг остается на месте, а внешний движется.

«Приветствия жестами»

Дети стоят в кругу, Воспитатель называет имя ребенка, бросает ему мяч и показывает приветственный жест. Поймавший мяч повторяет этот жест, бросает мяч другому ребёнку, приветствуя его по-своему и называя по имени.

«Как меня называть»

Дети сидят в кругу. Каждый, здороваясь, говорит о том, какое звучание его имени ему больше всего нравится, а какое не нравится; как он хочет, чтобы его называли в группе.

Вариант с мячом.

«Приглашение»

Дети сидят в кругу, в центре – водящий. Он выбирает одного ребёнка, подходит к нему и, заглядывая в глаза, говорит: «Мой дружок, побывай у меня! Душа-радость, побывай у меня!» Ребёнок встает и выходит в центр круга. Прежний водящий садится на освободившееся место.

ИГРЫ НА СПЛОЧЕНИЕ

«Не разрывая рук»

Дети берутся за руки в кругу. Им необходимо, не разрывая рук, попробовать сделать самый большой круг, потом самый маленький круг и так повторить несколько раз.

«Большое животное»

Дети становятся в тесный круг, берутся за руки и представляют, что они все вместе – одно большое сильное животное. Ведущий просит их послушать дыхание друг друга и постараться дышать одинаково – так, как будто дышит одно большое животное.

Вариант: ведущий просит детей всех вместе сделать несколько раз вдох-выдох, затем просит послушать, как бьётся сердце большого животного: тук - делают шаг вперёд, тук - шаг назад. И еще раз.

«Подари улыбку»

Сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят в глаза соседу и, молча, дарят ему самую добрую улыбку (по очереди).

«Корова Му»

Дети стоят по кругу на небольшом расстоянии друг от друга и поют:

-Я – корова Му, гуляю по лугу,

Я – корова строгая, большая, кривоногоя,

И кого бодну, тот тоже скажет: «Му!».

Внутри круга - «корова», она ходит между детьми по кругу, после песенки останавливается около одного из детей. Кого она боднёт рогами - пальчиками, тот говорит: «Му» - и, изображая рога, идет за коровой. Игра продолжается, пока все не построится в цепочку. Вариант: Когда собралось всё «стадо», можно предложить помычать протяжно, низко (му-у-у-у, идти далее с песенкой друг за другом, медленно ступая, приложив пальцы - рога - к голове. Остановившись, снова помычать, теперь по очереди, прислушиваясь к другим голосам.

Игру с угадыванием голосов «Узнай, чья корова мычит» можно использовать в течение дня.

«Я рад видеть рядом»

На полу каким-либо образом обозначен круг. Воспитатель: «Это ракета (лодка, машина и т. п.). Нам следует всем в нее поместиться». Первый ребенок входит и называет имя следующего: «... , я буду рад видеть тебя рядом!» второй такими же словами приглашает третьего и т. д., пока все не окажутся в кругу. Далее можно обняться, пожелать друг другу добра, а затем начать любую игру, перейти к занятию.

«Тень»

Выбирается ведущий. Он ходит по группе и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, кивает головой, подпрыгивает и т. п. все остальные встают в линию за ним на небольшом расстоянии. Они - его тень и должны быстро и четко повторять движения ведущего.

«Клеевой дождик»

Дети встают в одну линию, ставят руки на пояс друг другу и такими вот склеившимися дождевыми капельками начинают движение, преодолевая препятствия на пути (перешагивают через что-то, обходят предметы). Препятствия могут быть и воображаемыми.

- Но вот из-за тучи выглянуло солнце и растопило клеевой дождик, он распался на капельки и с шумом пролился на землю (дети ложатся на ковер).

«Поварята»

Все встают в круг-это кастрюля. Будем готовить суп (компот, салат). Каждый придумывает, чем он будет: мясом, картошкой, луком и т. д. ведущий выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя впрыгивает в круг, следующий впрыгнувший берет за руку предыдущего, и так до тех пор, пока все компоненты не окажутся в кастрюле. Результат - красивое, вкусное блюдо - просто объедение.

«Связующая нить», «Паутинка»

Дети в кругу. Хаотично передают клубок ниток так, чтобы у тех, кто уже держал его, осталась в руках нитка (можно намотать на палец). Передавая клубок, дети рассказывают о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя или, что хотят пожелать другим. Взрослый подает пример рассказа. Когда клубок возвратится к ведущему, дети натягивают общую нить, закрывают глаза, представляя, что все они составляют единое целое и каждый из них важная и значимая часть этого целого.

ИГРЫ-ПОЖЕЛАНИЯ

Дети становятся в круг. Приветствуют друг друга, обращаясь к соседу справа: «Мир твоему дому, имя соседа», и т. д. Начинает педагог, а последний ребёнок адресует это пожелание педагогу.

Варианты: «Здравствуй, ... , я рад тебе!», «... , я рад тебя видеть!» и др.

«Хочешь – будь!»

Каждый по очереди становится на стул в центре круга и громко кричит: «Эй, небо! Эй, ветер! Эй, солнце! Я хочу быть счастливым!», а группа громко отвечает: «Ты хочешь быть счастливым – значит, будешь счастливым».

«Получаем любовь»

Ведущий предлагает детям зарядить какой-нибудь предмет (мячик) своей любовью. Для этого они все вместе кладут на него свои ладони и мысленно заряжают его. После этого по очереди бросают друг другу этот предмет и спрашивают: «Ты получил мою любовь?» - и, услышав ответ «Да!», просят передать ее дальше по кругу.

«Передай тепло»

Мы будем здороваться, передавая друг другу свечку. Когда вы будете её передавать, почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к соседу, улыбнитесь ему и скажите, что вы рады его видеть.

«Привет дружбы»

Дети стоят или сидят в кругу, под пение или проговаривание слов:

Ходит солнышко по кругу,

Дарит деточкам свой свет,

А со светом к ним приходит Дружбы солнечной привет

передают с ладоней на ладони мягкий маленький предмет (или имитируют передачу)

«У меня всё получится»

- Доброе утро, дети! Я рада вас видеть! Вы много знаете, многое умеете, друг другу поможете, я верю, у вас все получится! (Дети проговаривают):

- Я много знаю, многое умею, мне помогут, у меня все получится!

«Говорим приятное»

Под спокойную музыку дети движутся в свободном направлении по группе. По сигналу (звук колокольчика, хлопок и т. п.) каждый говорит что-то приятное оказавшемуся рядом с ним ребенку.

Дети стоят в кругу. Каждый произносит какую-либо приветственную фразу, обращенную ко всем остальным, или использует любой приветственный жест.

«Стул Комплиментов»

Дети сидят в кругу. В середине круга стоит стул, на который по очереди садятся дети. Воспитатель сообщает: «Я сейчас позвоню в колокольчик (бубен и т. п.) и скажу о. (ребенке на стуле). хорошее слово, а потом передам. (др. ребенку, чтобы он тоже сказал хорошее о. (ребенке на стуле). Ребёнок, «одариваемый» комплиментами, благодарит: «Спасибо, мне очень приятно!»

Вариант: воспитатель дотрагивается до сидящего рядом и говорит хорошее о нем, тот - о своем соседе и т. д. по кругу.

Дети передают по кругу свечу, желая друг другу добра. Затем вместе задувают её, чтобы пожелания исполнились.

У ДЕТЕЙ ОЧЕНЬ ВЕЛИКА ПОТРЕБНОСТЬ В НЕПОСРЕДСТВЕННОМ ТЕЛЕСНОМ КОНТАКТЕ, КОТОРЫЙ УЧИТ ПОНИМАТЬ ДРУГОГО, Т.Е. РАЗВИВАЕТ ЧУВСТВО ЭМПАТИИ И ПРИЯТИЯ.

«Клубочек»

У меня в руках клубочек. Мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется, будет называть своё имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит (стоит) слева (справа) от меня. Далее по очереди высказываются все дети. Здорово!

Здравствуйтесь, дети, милые дети, вы прекрасней всех на свете. Я хочу поздороваться с вашими руками. Приготовьте их, вытяните ручки. Обходит всех по кругу, касаясь рукой плеча каждого (моргая глазами, касаясь щекой каждого, хлопая по ладошке другого и т. п.).

- Здравствуйтесь, милые ручки (глазки, щёчки, ладошки и т. п.! Варианты: дети двигаются под музыку в различных направлениях, приветствуя тех, кого встречают. С окончанием музыки - игра заканчивается.

«Приветствие зверюшек»

Дети ходят по кругу; взявшись за руки, и поют:

- Ай, тили-тили-тили, мы поутру в лес ходили.

Вот нас. (название животного). повстречал.

Как же нас он привечал?

Останавливаются, разводя руки в стороны.

- А вот как!

«Заяц» кланяется головой и туловищем, пожимая руку другого

«Волк» похлопывает по плечу рукой другого

«Медведь» жмёт руку другому

«Лиса» поглаживает по плечу другого

«Еж» обнюхивает другого

«Белка» трется спинкой

Дети приветствуют друг друга в соответствии с образом, предложенным воспитателем.

Вариант: дети приветствуют друг друга в соответствии с выбранным образом (старшие группы).

«Здесь и сейчас»

Дети сидят на коленях, прижимая одну ладонь ко лбу, другую — к затылку.
«Ребята, закройте глаза. Сядьте удобнее. Слушайте мои слова.. Всё, что с вами произошло вчера, ушло навсегда. Все неприятности, грубые слова, которые вам говорили, - всё это исчезло навсегда.. Всё, что будет завтра, - это пока мечты, сон. Существует только то, что находится здесь и сейчас (2 раза). Постарайтесь подумать о себе здесь и сейчас. Вам нравится, во что вы одеты, кто рядом с вами, место, где вы сидите. Полюбите себя в эту минуту. Итак, вы находитесь только здесь и сейчас. Всё ваше внимание сосредоточено на том, чем мы будем заниматься здесь и сейчас».

РИТУАЛЫ ПРИВЕТСТВИЙ

-Здравствуй, солнышко красное! (руки вверх)
Здравствуй, небушко ясное! (руки вверх в стороны)
Здравствуйте, деревья и травы! (руки перед собой, широко раскрыты)
Здравствуйте рыбы, птицы и звери! (аналогично)
Здравствуй, земля! (руки описывают круг)
Это – Я! (Обнять себя)

- Рот, нос, голова, руки, уши и глаза.
Плечико, плечико, шея, грудь.
И про животик не забудь.
Дети показывают части тела указательными, поглаживающими движениями.

«Ласковый платок»

Дети в кругу друг за другом, воспитатель с платком сзади. Он укрывает платком плечи сидящего впереди ребёнка, ласково прикасаясь к нему, и шепчет «пожелание» платка, например: «Погладь по плечам (спине, голове и т. п.). Ребёнок должен накинуть платок сидящему (стоящему) впереди и выполнить «пожелание» платка - погладить по плечам.

Варианты: одно «пожелание» обходит весь круг;
«пожелания» могут меняться от ребёнка к ребёнку; изо дня в день.

РИТУАЛЫ ПРОЩАНИЙ

1. Прощание в кругу с пропеванием: «до-сви-да-ни-я» и ритмичным потряхиванием погремушкой, колокольчиком и т. п.

2. Прощание ладошками.

3. «Согреем друг друга».

Дети стоят в кругу, взявшись за руки, идут к центру, сбиваясь в кучку, плотно прижавшись друг к другу, обнимают за плечи рядом стоящих. Затем рассказывают о своих ощущениях, о том, как они себя чувствуют, ощущают ли тепло и почему.

4. «Цветик-многоцветик».

Каждый ребёнок берет бумажный лепесток (разноцветная бумага, соответствующий его настроению, и все вместе выкладывают сказочный цветок. Вариант: «сердце группы». Можно использовать и как «вхождение».

5. «Акула».

Все играющие плавают в море (бегают или барахтаются в воображаемом море). По сигналу «Акула!» дети объединяются в группы по два-три человека. Акула «ест» одиночек (выводит такого игрока на сушу, и игра продолжается.

6. Дети встают в круг, плечом к плечу, держась друг за друга, с закрытыми глазами медленно раскачиваются. Открывают глаза, говорят друг другу «До свидания».

7. «Путаница».

Воспитатель берет за руку одного из детей, тот в свою очередь следующего и т. д., пока все участники не будут держаться за руки. Воспитатель постоянно движется вместе с детьми, как бы заматывая клубок, пока не возникнет путаница. Так создается тесный телесный контакт между детьми. По команде ведущего «клубок» распадается, т. е. дети расцепляют руки.

9. Дети садятся в обозначенном кругу. Им предлагается представить, что это дом, где все могут найти себе место, и сесть поближе, чтобы почувствовать тепло своих соседей, закрыть глаза. Тот, до кого дотронется воспитатель, может открыть глаза и выйти из круга. Кто почувствовал, что его сосед ушел, тоже может открыть глаза и выйти из круга.

10. Воспитатель: «Кто хочет, чтобы его пожалели? А кто хочет пожалеть, поддержать кого-то сам?» дети без слов, с помощью только прикосновений могут попросить кого-то обнять себя или сами предложить кому-то объятия.

11. Дети сидят на стульях. Пусть каждый скажет о себе: «Я очень хороший». Но перед тем как сказать, давайте немного потренируемся. Сначала произнесём слово «я» шепотом, потом - обычным голосом, а затем - прокричим его. Таким же образом поступим со словами «очень» и «хороший».

-Теперь каждый -скажет, как захочет - шепотом, обычным голосом или крикнет, например: «Я – Наташа! Я очень хорошая!»

-А теперь давайте встанем в круг, возьмемся за руки, скажем: «Мы очень хорошие!» - сначала шепотом, потом обычным голосом, прокричим.

12. Ведущий выполняет роль катушки, остальные берутся за руки – нитка. Ведущий водит всех по кругу до тех пор, пока вся нитка не намотается на катушку. «Теперь почувствуйте, какой у нас получился крепкий клубок. Давайте немного поживем в нём, вместе подышим». А затем последний ребёнок превращается в иголку и начинает разматывать катушку.

13. Дети сидят на ковре, скрестив по-турецки ноги, руки лежат на коленях, кисти свисают вниз, шея и спина расслаблены, голова опущена (подбородок касается груди, глаза раскрыты. Пока звучит музыка, факиры отдыхают.

14. Детям предлагается встать, расставив широко ноги, немного согнуть их в коленках; согнуть тело и свободно опустить руки; расправить пальцы, склонить голову к груди, приоткрыть рот. Слегка раскачиваться из стороны в сторону, вперед, назад. По сигналу резко трянуть головой, руками, ногами, телом. «Вы стряхнули усталость. Чуть-чуть осталось? Повторите ещё раз».

Наши ребяташки, ушедшие осенью в школу, очень любили отмечать своё настроение на «Сердце группы». Каждое утро, приходя в группу, они выставляли смайлики около своей картинки. Чаще всего это были улыбающиеся лица. в течение дня со сменой настроения менялась и картинка-смайлик. И воспитатель всегда видел, с каким настроением пришел ребёнок, как оно изменилось, а при желании (всегда) выяснить причину его изменения.

Минутки веселых игр

Дети берут лист белой бумаги, комкают его и бросают вверх над головой (имитация падающих снежинок).

Игра в снежки

Дети имитируют лепку снежков, показывая ладошками, как это делается и кидают воображаемые снежки друг в друга.

Листопад

Дети превращаются в маленькие листочки - бегают, летают и падают.

Дождик

«Тихий дождь!», «Сильный дождь!», «Ливень!» - дети хлопают в ладоши в соответствующем темпе.

Солнышко лучистое

Дети превращаются в яркое солнышко - радуются, улыбаются и тянут руки к небу.

Лед под ногами

На данную фразу дети убегают с пола на коврик или залезают на стул, поднимая ноги, чтобы не замерзнуть.

Белая береза

Дети поднимают руки вверх, качают из стороны в сторону. Произносят звук «ш-ш» (шелестят, как листочки).

Ветер, ветер, ты могуч...

Дети кружатся, болтают руками в разных направлениях, завывают, как сильный ветер.

Аленький цветочек

Дети присаживаются на корточки и постепенно расправляют руки над головой (имитация распутившегося цветка).

Маленькая тучка

Дети присаживаются на корточки, обхватывают себя руками, надувают щеки и делают грозный взгляд (имитация грозовой тучи).

Маленькие ёжики

Дети ползают по ковру на коленях и фыркают носиком. Опасность - замерли, свернулись в клубочек.

Петрушка - веселая игрушка

Дети изображают веселого петрушку, корчат рожицы и веселят друг друга.

Цирковые артисты

Дети превращаются в жонглеров, фокусников, канатоходцев. Показывают цирковое представление друг другу, делая характерные движения артистов.

Ты мой друг и я твой друг

Дети обнимаются и пожимают друг другу руки.

Оловянные солдатики

Дети маршируют и отмахивают руками, как солдаты.

Дети заблудились

Дети попадают в воображаемый лес и не могут найти дорогу домой. Громко кричат «Ау!», чтобы их услышали и нашли.

Балерины

Дети изображают танцующую балерину. Задирают ноги, кружатся по группе и показывают всевозможные танцевальные движения.

Юные фотографы

Дети достают воображаемые фотоаппараты и фотографируют друг друга, издавая характерные звуки щелчков.

Гитаристы

Дети играют на воображаемых гитарах и поют песни.

Зонтики

Идет воображаемый дождь. Дети поднимают руки над головой и разводят их в стороны, в виде купола. Дождь закончился. Руки опустили вдоль туловища и присели на корточки (зонт сложили).

Самолёты

Дети заводят мотор горловым звуком и, расставив руки в стороны, «летят» по группе.

Салют

Дети подпрыгивают на месте, хлопают в ладоши и кричат «Ура!».

Веселые мячики

Дети превращаются в маленькие мячики и прыгают на месте, легонько на носочках.

Веселый барабан

Воспитатель отбивает барабанную дробь, а дети хлопают ладошками себе по животу, как по барабану.

Часики

Дети имитируют ход механических часов, наклоняют голову из стороны в сторону и говорят «Тик-так, Тик-так!»

Музыкальные инструменты

Дети превращаются в дудочку, барабан, пианино. Гудят, стучат и играют, изображая характерные звуки музыкальных инструментов.

По кочкам...

В группе появилось большое воображаемое озеро. Детям необходимо перебраться на другой берег по воображаемым кочкам. Прыгать надо аккуратно, чтобы не замочить ноги.

На санках

Дети катаются на воображаемых санках, делая характерные взмахи руками.

Маленькие ёжики

Дети ползают по ковру на коленях и фыркают носиком. Опасность - замерли, свернулись в клубочек.

Любимые животные

Дети гавкают, мяукают, хрюкают, мычат, как домашние животные.

Мышки-шалунишки

Дети превращаются в маленьких мышат – пищат и бегают врассыпную по группе, не наталкиваясь друг на друга.

Гусеница

Дети ложатся на коврик и ползают на животе, выгибаясь, как гусеница.

Волшебное превращение

По команде воспитателя дети превращаются в мышку, в птичку, в зайку и т.д. имитируя повадки и звукоподражание названных животных и птиц.

Маленькие обезьянки

Дети прыгают, бегают и кривляются, как обезьянки, издавая характерные звуки.

Мишка сердится, улыбается

Дети имитируют повадки медведя и делают либо сердитое выражение лица, либо доброе, улыбчивое.

Веселый галоп

Дети превращаются в лошадок и скачут по группе галопом, издавая характерные звуки цоканья.

Зайка серенький

Дети присаживаются на корточки и начинают грызть воображаемую морковку, издавая характерные звуки хруста.

Минутки – услышим тишину!

Методические рекомендации к проведению минуток тишины.

1. Минутки тишины можно использовать на разных этапах занятия в соответствии с темой и целями.

2. Подбор текстов для минуток тишины осуществлять с учетом возраста детей, темой и целями.

3. Продумывать музыкальное сопровождение для создания визуализации текста и эмоционального настроения.

4. Придерживаться общих требований к проведению минуток тишины:

4.1 Посадка. Спина прямая (желательно иметь опору, ноги – устойчивая опора, руки свободны, расслаблены.

4.2 Дыхание. Вдох – выдох (2 – 3 раза задуть свечу на ладони – визуально) .

4.3 Выход. Откройте глаза. Улыбнитесь. Подтянитесь.

5. При подаче текста голос должен быть плавный, спокойный, выразительный, размеренный.

Минутка тишины

Сейчас мы с вами отправимся в путешествие. Если хотите, можете закрыть глазки. Послушайте музыку и представьте себе, что вы пришли на зеленую полянку (пауза). Светит нежное ласковое солнышко. Солнышко прикасается к вам своими нежными лучиками, и вам становится хорошо и приятно (пауза). На полянке много красивых цветов, над которыми летают красивые бабочки (пауза). Этих бабочек послали нам наши родители (перечисляет имена всех присутствующих детей). Бабочки покружились и сели вам на ручку (пауза). Почувствуйте, как приятно, когда бабочка прикасается к вам и остается с вами навсегда (пауза). Почувствуйте, как ваше сердечко любит окружающий мир, родную семью (пауза). Почувствуйте, как хорошо вам в вашей семье (пауза). Поднимите бабочку ручками высоко – высоко к солнышку и отпустите ее (пауза). Пусть она полетит и всему миру расскажет, какая у вас замечательная, прекрасная и счастливая семья. Скажите бабочке «спасибо». Пожелайте вашей семье, вашему дому счастья и благополучия. Берегите свою семью. Дорожите своим домом. Откройте глазки. Потянитесь. Вздохните. Молодцы!

Минутка тишины

А сейчас, ребята, мы с помощью нашей волшебной палочки отправимся в путешествие в сказочную страну. Эта страна особая, потому что она удивительная и красивая (пауза). В этой стране много разных городов. В каждом городе живет свой маленький волшебник (пауза). Маленькие волшебники: (перечисляет имена всех детей) очень заботливые. Они любят творить добрые дела (пауза). Все волшебники ходят по улицам, залитым солнечным светом, улыбаются людям и дарят им добрые дела (пауза). Они помогают пожилым людям перейти через

дорогу, сделать покупки в магазине, сделать что-то по дому: прибраться, напоить чаем; маленьким же детям – помогают одеться, гуляют и играют с ними. Взрослые люди очень любят маленьких волшебников за их добрые сердца, взрослые дела и большую заботу.

Почувствуйте, как приятно быть маленьким волшебником и дарить людям радость, свою заботу (пауза). Добрые и заботливые волшебники – это вы, дорогие мои дети!

Минутка тишины

Сегодня я вас приглашаю в волшебное путешествие в сказочную страну. Представьте себе, что вы попали в Звездную страну (пауза). Вас окружают разноцветные красивые звездочки: голубые и белые, желтые и синие, зеленые и розовые, красные и оранжевые (пауза). Звездочки не только по цвету, но и по размеру все разные: есть совсем крохотные, есть чуть побольше, а есть еще и совсем большие (пауза). Самое главное, что среди этих звездочек не было ни одной, которая бы в точности походила на другую (пауза). Вы тоже, дети, как эти разноцветные звездочки, не похожи друг на друга (пауза). Звездочки, как маленькие дети, умеют видеть друг в друге только хорошее и доброе. От этого они светятся удивительным волшебным светом. Почувствуйте, как волшебный свет любви наполняет вас (пауза). Звездная страна от этого чудесного сияния стала необыкновенно красивой и неповторимой (пауза). Запомните эту красоту. Помашите звездочкам ручкой. Возвращайтесь по звездной тропинке в свой родной детский сад.