

Решаем проблемы, играя с детьми

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗАТРУДНЕНИЯМИ В ОБЩЕНИИ

"РУКАВИЧКИ" (для детей с 5 лет)

Для игры нужно вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу. Отыскивают свою "пару", отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются как можно быстрее раскрасить совершенно одинаково рукавички.

Замечание: ведущий наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Победителей поздравляют.

"СОЧИНИМ ИСТОРИЮ" (для детей с 5 лет)

Ведущий начинает историю: "Жили - были ...", следующий участник продолжает, и так по кругу. Когда очередь опять доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, оттачивает его, делая более осмысленным, и упражнение продолжается.

"ДРАКОН" (для детей с 5 лет)

Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый участник - "голова", последний - "хвост дракона". "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...

ИГРЫ НА СНЯТИЕ СТРАХОВ И ПОВЫШЕНИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ

"ПАСТУШОК" (с 6 лет)

Игра проводится на улице или в просторном помещении. Ведущий берет в руки какой-либо музыкальный инструмент (дудочку, барабан, бубен), он - "пастух", все остальные участники - "овечки". Им завязывают глаза. Музыкант, наигрывая, медленно перемещается по комнате и ждет, когда все его "овечки" соберутся вместе. Если кто-то заблудился, он начинает играть громче. Когда вся "отара" соберется, выбирается новый "пастух".

"НАРИСУЙ СВОЙ СТРАХ, ПОБЕДИ ЕГО" (с 5 лет)

До упражнения желательно поговорить с ребенком: "Чего ты боишься? Когда тебе бывает страшно? Было ли такое, когда ты сильно испугался?". Затем ребенку предлагают нарисовать то, чего он боится. Необходим большой лист

бумаги, карандаши или краски. После рисования еще раз поговорите, чего же он конкретно боится. Затем возьмите ножницы и попросите ребенка разрезать "страх" на мелкие кусочки, а мелкие - еще на более мелкие, помогите ребенку в этом. Когда "страх" рассыплется на крошечные кусочки, покажите ребенку, что теперь его собрать невозможно. Заверните эти мелкие кусочки в большую бумагу, подойдите к мусорному ведру и выкиньте туда, затем с ребенком сходите и выбросите весь мусор - он вам не нужен, его увезут и сожгут, а вместе с мусором сожгут и "страх", и больше его никогда не будет. *Замечание:* Повторите упражнение через 1 - 2 недели. Посмотрите, что изменилось в изображении страха (цвет, сюжет, композиция), и делайте это до тех пор, пока не увидите недоуменное выражение лица ребенка в ответ на просьбу нарисовать свой страх.

"ДИЗАЙНЕРЫ" (с 4 лет)

Для игры необходимо накопить несколько непонравившихся маме по какой-то причине тюбиков губной помады. Играть можно всей семьей и с друзьями ребенка. Каждый получает по тюбику, и ему разрешается подойти к любому участнику и "украсить" его лицо, руки, ноги. В результате игры Вы увидите преобразившиеся в своем выражении и красоте лица игроков.

Следите, чтобы "украшали" всех, позволяйте "украшать" и себя.

Совет: после игры хорошенько отмойтесь ...

ИГРЫ НА СНИЖЕНИЕ АГРЕССИИ И ОСЛАБЛЕНИЕ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ

"ПОДУШЕЧНЫЕ БОИ" (с 5 лет)

Для игры необходимы маленькие подушки. Играющие кидают друг в друга подушками, издавая победные кличи, колотят друг друга ими, стараясь попадать по различным частям тела. Сюжетом игры может быть "сражение двух племен" или "Вот тебе за..."

Замечание: игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия, снимая запрет на агрессию.

"ПО КОЧКАМ" (с 5 лет)

Подушки раскладываются по полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие - "лягушки", живущие на болоте. Вместе на одной "кочке" капризным "лягушкам" тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: "Ква-ква, подвинься!". Если двум "лягушкам" тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в "болото" соседку, и та ищет себе новую "кочку".

Замечание: взрослый тоже прыгает по "кочкам". Если между "лягушками" дело доходит до серьезного конфликта, он подскакивает и помогает найти выход.

"УХОДИ, ЗЛОСТЬ, УХОДИ!" (с 4 лет)

Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силой бить ногами по полу, а руками по подушкам с громким криком "Уходи, злость, уходи!". Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу "звезды", широко раздвинув ноги и руки, и спокойно лежат, слушая музыку 3 минуты.

Предостережение: следите, чтобы, ударяя руками по подушке, дети не попадали очень часто по рукам соседа. Отдельные попадания полезны...

МЕТОДЫ РЕГУЛЯЦИИ И СНЯТИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ У ДЕТЕЙ

"ВОЗЬМИТЕ СЕБЯ В РУКИ" (авторская, для детей с 5 лет)

Ребенку говорят: "Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди - это поза выдержанного человека".

"СТОЙКИЙ СОЛДАТИК" (авторская, с 5 лет)

Скажите ребенку: "Когда ты сильно возбужден и не можешь остановиться, взять себя в руки, встань на одну ногу, а другую подогни в колене, руки опусти по швам. Ты - стойкий солдатик на посту, ты честно несешь свою службу, оглянись по сторонам, заметь, что вокруг тебя делается, кто чем занят, кому надо помочь. А теперь поменяй ногу и посмотри еще пристальней. Молодец! Ты настоящий защитник!"

"ЗАМРИ" (авторское, с 5 лет)

Скажите ребенку: "Если ты расшалился и тобой недоволен, скажи себе мысленно: "Замри!". Посмотри вокруг, что делают другие, найди себе интересное занятие, подойди к кому-нибудь и попроси поиграть с тобой. Кто-то обязательно согласится, и тебе будет интересно"...

Педагог-психолог Кулиева Л.Б.

8-918-675-32-06