

Игры - разминки

«Давайте поздороваемся»

Взрослый говорит: «Давайте сядем сейчас все так, чтобы мы с вами видели друг друга. Я начну здороваться, а вы повторяйте за мной. А теперь мы убедились, что никто не спрятался и я вижу вас всех, и все видят меня, пусть каждый из вас поздоровается глазами с рядом сидящим в круге. Я начну первая, а вы за мной. (Можно руками, плечами, носами, ушами и т.д.)

«Зеркало»

Взрослый говорит: «Наверно, у каждого из вас дома есть зеркало. А что же делать, если зеркало под рукой нет? Давайте поиграем в зеркала. Выберите себе пару и встаньте друг к другу лицом. Решите, кто из вас будет зеркало. Потом вы поменяетесь ролями. Пусть зеркало повторяет все действия человека. Только нужно стараться делать это очень точно, ведь неточных зеркал не бывает. Давайте попробуем!».

«Прикоснись к синему цвету»

Попросите детей прикоснуться к чему-нибудь синему на одежде своей или соседа. Затем предложите другие варианты: дотронуться до тапочек, светлых волос, до чего-нибудь красного и т.д.

«Передай движение»

Дети становятся в круг и закрывают глаза. Взрослый придумывает какое-нибудь движение (например, причёсывается, моет руки, ловит бабочек и т.д.), затем «будит» своего соседа и показывает ему своё движение. Тот «будит» следующего и показывает ему и так – по кругу, пока все дети не «проснутся» и не дойдёт очередь до последнего.

«Ветер дует»

Все сидят на стульях, кроме ведущего (он в центре). Ведущий: «Ветер дует на всех, у кого есть заколка». В этот момент, у кого есть этот предмет (ведущий называет только то, что есть у него самого), встают и меняются местами. Одному не хватает стула, и он становится ведущим. Ведущий столько раз «запускает ветер», пока не займёт стул. Ещё можно сказать «Ураган!», и тогда все меняются местами. Кто остался – тот ведущий.

Игры, направленные на создание положительных эмоций

«Ласковое имя» (с 5 лет)

Инструкция. «Вспомните, как вас ласково зовут дома. Мы будем бросать мяч друг другу. Тот, кому попадёт мяч, называет ласковое имя. Вам надо запомнить, кто бросил мяч и как его называть. Когда все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдёт в обратную сторону. Нужно не перепутать, кто тебе бросал мяч, и вспомнить его ласковое имя».

«Представься с помощью куклы» (с 5 лет)

Ход игры: ребёнку предлагают представить себя с помощью куклы и рассказать о себе. Ведущий и дети задают вопросы: Твоя любимая игра? Какая у тебя любимая игрушка? Любимое животное? Почему? Самая вкусная вещь на свете? О чём мечтаешь? и т.д.

«Переходы» (дети сидят в кругу, с 6 лет)

Ход игры: Взрослый просит детей посмотреть внимательно друг на друга: « У каждого из вас волосы отличаются по цвету. Теперь поменяйтесь местами так, чтобы вот на том стуле сидел тот, у кого самые светлые волосы, а на том, у кого самые тёмные волосы. Начали». Взрослый помогает детям, подходит, гладит по голове, советует. Дальше дети могут меняться по цвету глаз».

«То, что я люблю делать» (с 5 лет)

Ход игры: образуйте круг и попросите детей средствами пантомимы показать то, что им особенно нравится делать. Не выдвигайте догадки о том, что изображается, раньше, чем закончиться пантомима. Участвуют все желающие.

«Волны» (с 4 лет)

Инструкция «Наверно, вы любите купаться в речке, в пруду, но особенно на море. Почему на море? Наверно потому, что на нём обычно большие волны и так приятно, когда они ласково омывают тебя. Давайте сейчас превратимся в морские волны. Попробуйте подвигаться как они. Попробуйте улыбнуться, как волны, когда они искрятся на солнце. Попробуйте «прошуршать», когда они накатывают на камушки на берегу. Попробуйте сказать, что они говорят людям, если бы они могли говорить. Наверно, они говорят: «Мы любим вас!». Затем мы по очереди предлагаем «искупаться в море». «Купающийся» становится в центр, «Волны» по одной подбегают к нему, поглаживают тихонько и говорят: « Мы любим тебя!».

«Кто потерялся в лесу?» (с 5 лет)

Инструкция «Давайте представим себе, что мы с вами в лесу. Что мы там делаем? Конечно, собираем грибы и ягоды. Но один из нас потерялся. Мы очень обеспокоены и громко и ласково по очереди зовём его, например: «Ау, Сашенька!». «Потерявшийся» ребёнок стоит спиной к группе угадывает, кто же позвал его».

«Печём пирог» (с 5 лет)

Ход игры: кого-нибудь из детей накрывают одеялом и предлагают лечь на ковёр лицом вниз. Потом его гладят руками, «просеивают муку», «раскатывают», «замешивают», «втыкают изюм» или «обмазывают вареньем». Затем «пирог» переворачивают и украшают. Когда «пирог» будет готов – он скажет. Тогда его разворачивают, и он поднимается горячий, как будто из печки. Игра проводится с тем, кто захочет.

Игры на формирование группового единства.

«Все вместе» (с 6 лет)

Инструкция. Поделить детей на команды. Надо составить «остров» из газет или листов из журналов. Детям необходимо разместиться на этом пространстве. Газеты и листы нельзя рвать, ни раздвигать. Выигрывает команда, которая смогла разместиться на маленьком пространстве.

«Воздушная кукуруза» (с 6 лет)

Ход игры: в этой игре участвует чётное количество играющих. У них в распоряжении очень маленькое игровое поле. Каждый складывает руки на груди и прыгает, как воздушная кукуруза. При этом уклоняется от встречи с остальными. Если два зерна прикоснутся друг к другу, значит, они «склеились» и должны теперь прыгать вместе. Игра закончилась, если остались прыгать только «парочки».

«Пошли письмо» (с 5 лет)

Ход игры: играющие дети стоят в кругу, крепко держась за руки. Водящий – почтальон – в центре круга. Он говорит: «Я посылаю письмо от Серёжи к Лене». Серёжа начинает передавать «письмо». Он сжимает руку своего соседа справа или слева, тот сжимает следующему и т.д. по кругу, пока «письмо» дойдёт до Лены. Цель почтальона – перехватить «письмо», т.е. увидеть, у кого оно находится. Ребёнок до тех пор водит, пока письмо не будет «перехвачено». Желательно, чтобы каждый попробовал себя в роли почтальона.

«Путаница» (с 5 лет)

Ход игры: водящий выбирается считалочкой. Он выходит из комнаты. Остальные берутся за руки и образуют круг. Не разжимая рук, они начинают запутываться – кто как умеет. Когда образовалась путаница, водящий входит и распутывает их, не разжимая рук у детей.

«Ладонь на ладонь» (с 4 лет)

Ход игры: дети прижимают ладони друг к другу и таким образом двигаются по комнате, где можно установить препятствия, которые пара должна преодолеть. Это может быть стул, стол или сооружённая детьми гора или река.

Игры доверия.

«Прогулка с завязанными глазами» (с 5 лет)

Ход игры: дети по желанию разбиваются на пары – ведомый с завязанными глазами и ведущий. Ведущий берёт ведомого за руку и объясняет, где они сейчас движутся, что их ожидает и как избежать падения и столкновения с вещами. Ведомый должен полностью доверять ведущему. Попросите детей через некоторое время поменяться ролями. В конце упражнения обсудите чувства детей во время игры, в какой роли им понравилось больше.

«Надёжное падение (свеча)» (с 6 лет)

Ход игры: попросите детей образовать небольшой круг и крепко взяться за руки. Один ребёнок стоит в центре круга и, стараясь держать тело прямо, падает на круг в любом направлении. Дети, на которых этот ребёнок падает, ловят его и ставят в вертикальное положение. Если есть время, то можно дать возможность каждому ребёнку побывать в круге. Взрослый страхует детей.