

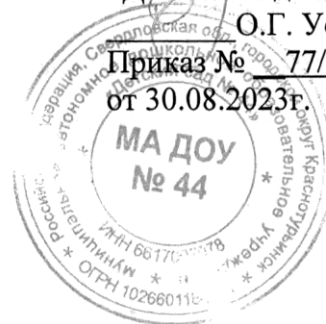
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 44»

Юридический адрес Учреждения: 624449, Свердловская область,
город Краснотурьинск, ул. Ленина, 47а
тел. 8 (34384) 6-46-73, e-mail: rosinka-44@bk.ru

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
МАДОУ «Детский сад №44»
Протокол № 8
от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующим МАДОУ
«Детский сад № 44»

О.Г. Устинова
Приказ № 77/1-ОД
от 30.08.2023г.



**Положение о службе примирения (медиации)
МАДОУ №44**

Составитель:

Педагог-психолог,
руководитель службы
Ибрагимова С. Г.

Правовая основа программы.....	3
Принципы организации деятельности службы примирения.....	4
Краткое описание модели работы службы примирения.....	5
Примерный план работы службы примирения на учебный год	7
Краткое описание работы с воспитанниками.....	8
Словарь ключевых понятий.....	9
Список литературы.....	11

Пояснительная записка

Актуальность

Конфликты являются неизбежной составляющей человеческих взаимоотношений. Опыт участия в конфликтах есть у каждого человека, потому что каждый человек на протяжении своей жизни оказывается участником очень большого количества различного рода столкновений разнонаправленных интересов, потребностей и желаний – даже если человек очень маленький. И понятно, что количество конфликтов резко возрастает в условиях взаимодействия большого количества людей.

В дошкольных образовательных учреждениях конфликты также не являются редкостью. В физическом пространстве МАДОУ могут разгореться самые разные конфликты: начиная с конфликтов между администрацией и педагогическим коллективом либо отдельными сотрудниками, между воспитателями и родителями, и заканчивая конфликтами между самими детьми.

Одним из методов, способствующих развитию культуры конструктивного поведения в конфликтах, может стать – работа службы примирения МДОУ.

Цель Программы: Содействие профилактике правонарушений и социальной реабилитации участников конфликтных и криминальных ситуаций на основе принципов восстановительного правосудия.

Задачи Программы:

1. Проведение примирительных программ (восстановительных медиаций, кругов сообщества, семейных конференций и т.д.) для участников конфликтов и криминальных ситуаций.

2. Обучение воспитанников, педагогов, родителей (законных представителей) и других участников образовательных отношений цивилизованным методам урегулирования конфликтов.

3. Организация просветительных мероприятий и информирование участников образовательных отношений о миссии, принципах и технологии восстановительной медиации.

В процессе своей работы служба примирения ориентируется на основные принципы медиации: добровольности, конфиденциальности, нейтральности.

Ожидаемые результаты

1. Разрешение конфликтов силами образовательного учреждения.

2. Изменение традиций реагирования на конфликтные ситуации, повышение психологопедагогической компетентности работников и родителей (законных представителей) воспитанников МАДОУ в вопросах профилактики конфликтных ситуаций, поведения в конфликтных ситуациях;

3. Повышение информированности участников образовательного процесса о миссии, принципах и технологии восстановительной медиации.

Технологии используемые для реализации программы:

1. Восстановительная медиация - одна из технологий с участием третьей нейтральной, беспристрастной, не заинтересованной в данном конфликте стороны — медиатора, который помогает сторонам выработать определённое соглашение по спору.

2. Круг поддержки сообщества - форма урегулирования групповых конфликтов, а также форма решения сложных вопросов внутри сообщества. Его проводят по проблемной ситуации, которую признают важной для себя все участники сообщества.

3. Восстановительная профилактическая программа – программа по ситуациям, имеющим риск развития (эскалации) конфликта или совершения правонарушения, в рамках которой участники берут на себя ответственность за их предотвращение и/или улучшение отношений и реализуются принципы восстановительного правосудия (восстановительной медиации – в соответствии со Стандартами восстановительной медиации).

4. Тренинг – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок.

Правовая основа программы

Программа разработана на основе: Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования; Основной общеобразовательной программы дошкольного образования МАДОУ № 44; Устава МАДОУ № 44 и Положения о службе примирения в МАДОУ № 44.

Нормативно-правовые акты, регламентирующие работу службы примирения МАДОУ:

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
3. Концепция развития до 2017 года сети служб медиации в целях реализации восстановительного правосудия в отношении детей, в том числе совершивших общественно опасные деяния, но не достигших возраста, с которого наступает уголовная ответственность в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июля 2014 г. № 1430-р);
4. ФЗ РФ от 27.07.2010 г. № 193-ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедура медиации)»;
5. Методические рекомендации Минобрнауки от 18.11.2013 г. ВК- 844/07 «Об организации служб школьной медиации в образовательных организациях»;
6. Приказ о создании службы примирения МАДОУ № 44;
7. Положение о службе примирения в МАДОУ № 44;
8. Приказ о назначении руководителя службы примирения и утверждении состава СП МАДОУ № 44.

Принципы организации деятельности службы примирения

Деятельность службы примирения основана на следующих принципах:

1. Принцип добровольности, предполагающий как добровольное участие обучающихся (воспитанников), педагогов, родителей (законных представителей) и других участников образовательных отношений в организации работы службы, так и обязательное согласие сторон, вовлеченных в конфликт, на участие в примирительной программе. Допускается направление сторон конфликта и их законных представителей на предварительную встречу с медиатором, после которой стороны могут участвовать или не участвовать в программе восстановительного разрешения конфликта и криминальной ситуации.

2. Принцип конфиденциальности, предполагающий обязательство службы примирения МДОУ не разглашать полученные в ходе программ сведения за исключением примирительного договора (по согласованию с участниками встречи и подписанный ими). Также исключение составляет ставшая известная медиатору информация о возможном нанесении ущерба для жизни, здоровья и безопасности.

3. Принцип нейтральности, запрещающий службе примирения МАДОУ принимать сторону одного из участников конфликта (в том числе администрации). Нейтральность предполагает, что служба примирения не выясняет вопрос о виновности или невиновности той или иной стороны, а является независимым посредником, помогающим сторонам самостоятельно найти решение. Если медиатор понимает, что не может сохранять нейтральность из-за личностных взаимоотношений с кем-либо из участников, он должен отказаться от медиации или передать её другому медиатору.

Краткое описание модели работы службы примирения

Служба примирения МАДОУ является альтернативой другим способам реагирования на споры, конфликты, противоправные поведения или правонарушения работников, родителей (законных представителей) и воспитанников.

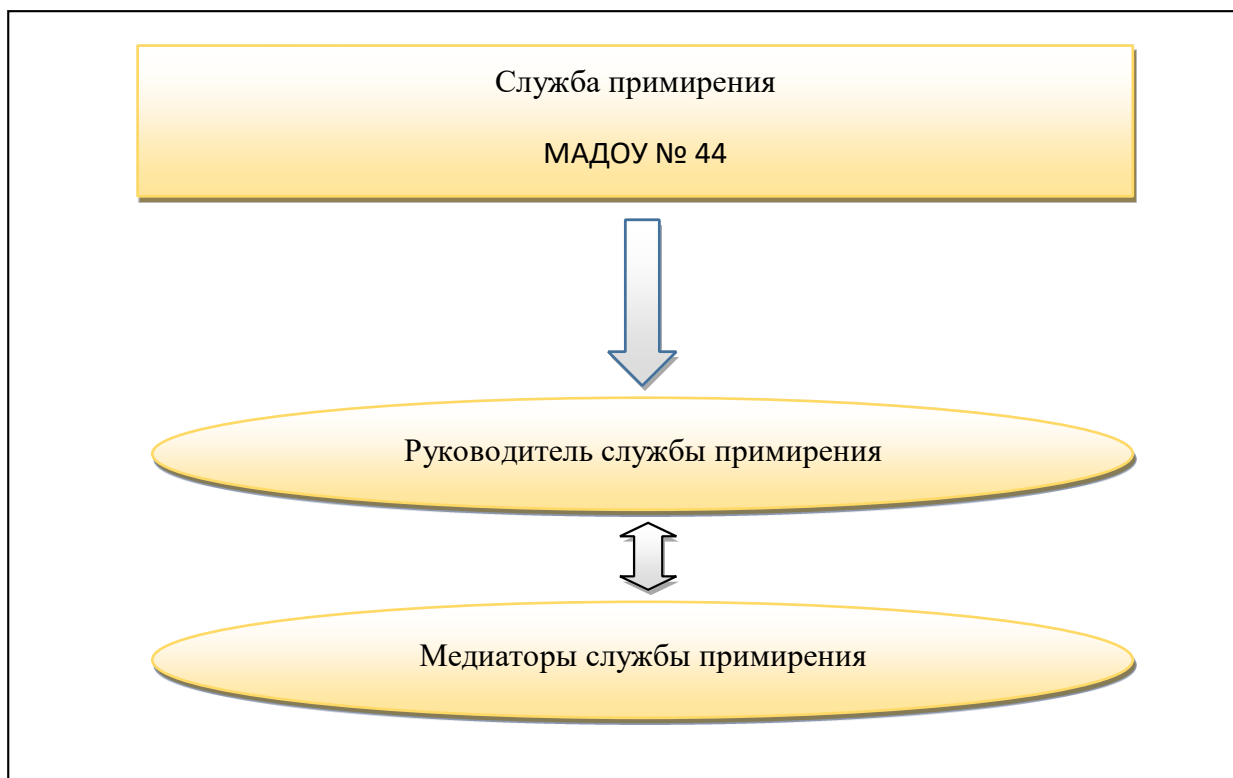
Служба примирения МАДОУ является приоритетным способом реагирования, то есть сторонам конфликта предлагается в первую очередь обратиться в Службу примирения, а при их отказе или невозможности решить конфликт путем переговоров и медиации МАДОУ может применить другие способы решения конфликта и/или меры воздействия.

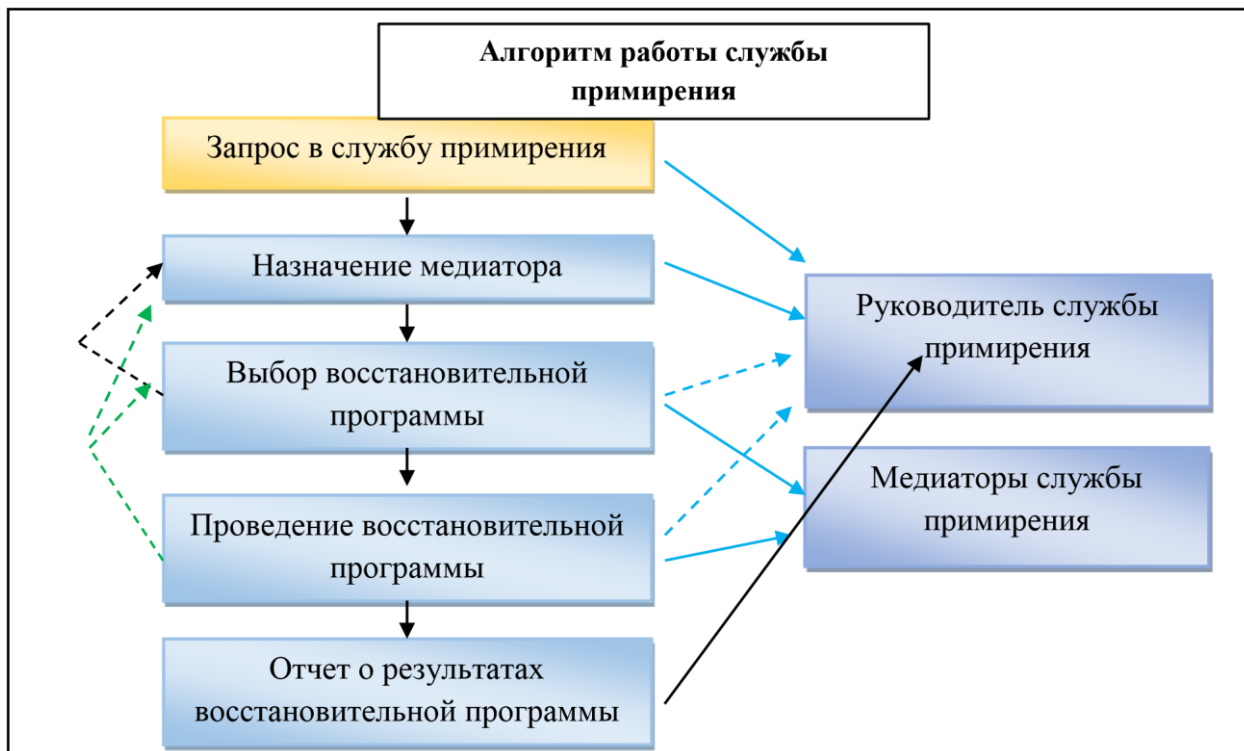
В состав службы примирения МАДОУ входят заведующий МАДОУ, педагог-психолог, педагоги МАДОУ, прошедшие обучение проведению примирительных программ.

Руководитель службы – педагог МАДОУ, который прошел специальное обучение методам и технологиями восстановительной медиации. Руководитель назначается заведующим МАДОУ на добровольной основе. В его обязанности входит: планирование работы, написание отчетов, координация деятельности медиаторов, распространение принципов медиации, проведение восстановительных программ.

Медиатор службы – педагог МАДОУ, который прошел специальное обучение методам и технологиями восстановительной медиации. Медиатор назначается заведующим МАДОУ совместно с руководителем службы на добровольной основе. В его обязанности входит: выбор и проведение восстановительных программ, предоставление отчетности руководителю службы в виде карточки описания случая, распространение принципов медиации.

Участники восстановительных программ – работники МАДОУ и родители (законные представители) воспитанников МАДОУ, которые являются участниками конфликтной ситуации.





На этапе запроса в службу примирения о случаях конфликтного или криминального характера руководитель службы получает информацию от работников, воспитанников, администрации МАДОУ, членов службы примирения, родителей (законных представителей) (Приложение 1).

На этапе назначения медиатора руководитель службы принимает решение о том, какой медиатор будет работать с данным случаем, учитывая пожелания сторон. В том числе проводить восстановительную программу может и руководитель службы.

На этапе выбора восстановительной программы медиатор принимает решение о возможности или невозможности примирительной программы в каждом конкретном случае самостоятельно, в том числе на основании предварительных встреч со сторонами конфликта. При необходимости о принятом решении информируются должностные лица МАДОУ. При несогласии сторон, им могут быть предложены психологическая помощь или другие существующие в образовательной организации формы работы, а также рекомендовано консультирование с необходимыми специалистами других организаций (юристы, медицинские работники и т.д.). В некоторых случаях, при появлении различного рода затруднений, возможна смена медиатора.

На этапе проведения восстановительной программы медиатор службы примирения самостоятельно определяет сроки и этапы проведения программы в каждом отдельном случае. В некоторых случаях, при появлении различного рода затруднений, возможна смена медиатора, а также смена выбора восстановительной программы. В случае если в ходе примирительной программы конфликтующие стороны пришли к соглашению, достигнутые результаты могут фиксироваться в письменном примирительном договоре (Приложение 2) или устном соглашении.

На этапе отчета о результатах восстановительной программы медиатор заполняет карточку случая (Приложение 3) и сдает ее руководителю службы примирения. При необходимости и согласии сторон, руководителю службы передается письменный договор, заключенный между конфликтующих сторон, а также заведующему МАДОУ.

Управлением внедрение модели в практику деятельности МАДОУ руководят заведующий МАДОУ и руководитель службы примирения МАДОУ, которые

обеспечивают эффективность работы службы, а также обеспечивают организацию просветительных мероприятий и информирование участников образовательных отношений о миссии, принципах и технологии восстановительной медиации.

**Примерный план работы службы примирения
МАДОУ № 44**

п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственные
1	Планирование мероприятий Службы медиации на 2023-2024 год	Сентябрь 2023	Члены службы примирения
2	Составление и утверждение Плана работы на 2023-2024 год	Сентябрь 2023	Члены службы примирения
3	Изучение медиаторами литературы по восстановительной медиации	В течение года	Куратор службы медиации
4	Разработка методических материалов для функционирования службы медиации	В течение года	Члены службы примирения
5	Организация информационно-просветительских мероприятий по вопросам медиации среди сотрудников: «Зачем нужна медиация в ДОУ?»	Октябрь 2023	Члены службы примирения
6	Обновление информации на официальном сайте о работе службы медиации	Октябрь 2023	Куратор службы медиации
7	Консультация для родителей: «Добрые дела – добрые поступки»	Ноябрь 2023	Члены службы примирения
8	Циклы бесед с воспитанниками 4-5 лет на тему: «Расскажи о своем друге», «Дружба и ссоры», «Остров примирения», «Волшебные нитки»; - игры: «Игра объединяет нас!» «Помоги другу в беде»	Ноябрь 2023	Куратор службы медиации
9	Организация информационно-просветительских мероприятий по вопросам медиации среди родителей (законных представителей) воспитанников	В течение года	Члены службы примирения
10	Работа службы по разрешению поступающих конфликтных ситуаций в течение года	В течение года	Куратор службы медиации Члены службы примирения
11	Занятие для воспитанников старшего дошкольного возраста «В мире правит доброта»	Январь 2024	Воспитатели

12	Беседы с воспитанниками старшего дошкольного возраста на тему: «Общение без конфликтов», «Как избегать конфликтных ситуаций с родителями?», «Вежливые слова, хорошие поступки».	Февраль 2024	Воспитатели
13	Разработка и размещение на информационных стендах наглядно-текстовой информации для родителей «Ребенок и конфликты в семье»	Март 2024	Члены службы примирения
14	Проведение тренингов со старшими дошкольниками по способам конструктивного решения конфликтов	Дважды в год	Куратор службы медиации
15	Проведение тренинга для педагогов «Выходы из конфликтной ситуации»	Апрель 2024	Куратор службы медиации
16	Использование медиативных технологий в образовательном процессе	В течение года	Куратор Службы медиации
17	Анализ информации о конфликтах и способах реагирования на конфликты (число конфликтов, число административных вмешательств)	Май 2024	Куратор службы медиации Члены службы примирения
18	Подведение итогов работы службы примирения (медиации) за год	Май 2024	Куратор службы медиации

Краткое описание работы с воспитанниками

Целевая группа: воспитанники старших и подготовительных групп в возрасте 5-7 лет, не умеющие продуктивно сотрудничать со сверстниками.

Количество участников: предпочтение отдается подгрупповым игровым занятиям, так как формирование умения сотрудничать осуществляется в процессе общения со сверстниками. Размер группы составляет 4 - 7 человек.

Цель тренингов: Создание условий для развития навыков бесконфликтного взаимодействия и сотрудничества детей старшего дошкольного возраста

Задачи:

- выявить детей, имеющих недостаточно сформированные навыки продуктивного сотрудничества;
- формировать умение выслушать другого человека, с уважением относиться к его мнению, интересам;
- развивать способность соотносить свои желания с интересами других людей, согласовывать собственное поведение с поведением других детей;

-воспитывать умение сотрудничать, умение находить общие решения в конфликтных ситуациях;

-учить выстраивать отношения детей друг с другом и с взрослыми.

Ожидаемый результат

-дети умеют проявлять положительные качества личности: доброту, отзывчивость, терпение, милосердие, сочувствие;

-воспитанники знают этические нормы и правила общения;

-сформированы представления детей о различных способах бесконфликтного разрешения проблемных ситуаций со сверстниками;

-умеют устанавливать и поддерживать контакты со сверстниками, умеют слушать собеседника, согласовывать собственное поведение, желания с интересами других детей;

- дети умеют договариваться; взаимодействовать в парах, малыми подгруппами;

-улучшился психологический климат в группе, снизились агрессивные проявления.

Сроки и формы реализации

Программа состоит из 16 игровых занятий, их продолжительность по времени приблизительно 25 – 30 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю, длительность реализации программы составляет 4 месяца.

Структура занятия (Описание игр и упражнений в Приложении 4)

1. Игра – приветствие

2. Игры на формирование навыков сотрудничества и бесконфликтного взаимодействия

I блок - игры на сплоченность, сотрудничество

II блок - игры на умение активно слушать

III блок – игры на обучение эффективным способам общения и взаимодействия

IV блок - игры на умение конструктивно решать конфликтные ситуации

3. Ритуал прощания – релаксационные упражнения, психогимнастика

Диагностический инструментарий

1. Методика «Секрет» социометрическое обследование по варианту Репиной Т.А. Цель методики – изучение и оценка межличностных отношений в группе детей дошкольного возраста.
2. Методика «Маски» Крепанова М. В., Харламова Е. В. Цель: изучение эмоционального состояния ребенка в группе.
3. «Неоконченный рассказ» Фопель К. Цель: выявление уровня сформированности эмпатии у детей старшего дошкольного возраста.
4. Методика «Рукавички» Цукерман Г.А. Цель: выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества (кооперация); умение слышать, слушать и понимать партнера, планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, взаимно контролировать действия друг друга.
5. Методика «Братья и сестры» Ж.Пиаже. Цель: оценить коммуникативные действия,

Словарь ключевых понятий

Медиатор - это третье нейтральное, независимое лицо (посредник, примиритель), привлекаемое сторонами в качестве посредника в урегулировании спора для содействия в выработке сторонами решения по существу спора.

Стороны - физические или юридические лица, желающие урегулировать с помощью процедуры медиации споры, возникающие из гражданских правоотношений, в том числе в связи с осуществлением предпринимательской и иной экономической деятельности, а также споры, возникающие из трудовых, семейных и иных правоотношений.

Спор - столкновение мнений в процессе доказательства и опровержения, в ходе которого одна из сторон (или обе) стремится убедить другую в справедливости своей позиции.

Предмет спора - положения, которые подлежат обсуждению и юридически закрепляются представленными основаниями - фактическими обстоятельствами, на основании которых сторона делает соответствующие выводы и предъявляет требования.

Конфликт - столкновение, обнаружение несоответствия и/или разнонаправленности во взглядах, представлениях о будущем, ценностях и пр., которые чаще всего выражаются в конфликтных интеракциях - обмене противодействиями, сопровождающимися попытки преобразовать реальность.

Восстановительная медиация - одна из технологий с участием третьей нейтральной, беспристрастной, не заинтересованной в данном конфликте стороны — медиатора, который помогает сторонам выработать определённое соглашение по спору.

Восстановительная программа – восстановительная медиация, Семейная конференция, Круг сообщества и, возможно, иные формы работы с участниками криминальных, конфликтных и проблемных ситуаций, где реализуются базовые ценности и принципы восстановительного правосудия.

Восстановительная профилактическая программа – программа по ситуациям, имеющим риск развития (эскалации) конфликта или совершения правонарушения, в рамках которой участники берут на себя ответственность за их предотвращение и/или улучшение отношений и реализуются принципы восстановительного правосудия (восстановительной медиации – в соответствии со Стандартами восстановительной медиации).

Медиативный подход - деятельностный подход, основанный на принципах медиации, предполагающий владение навыками позитивного осознанного общения, создающими основу для предотвращения и (или) эффективного разрешения споров и конфликтов в повседневных условиях без проведения медиации как полноценной процедуры.

Разрешение конфликта - ослабление конфликтного напряжения, прекращение обмена противодействиями сторонами, достижение договоренностей, нахождение способов сосуществования и восстановление коммуникации, использование конфликтной энергии для конструирования будущих действий, устраивающих все стороны.

Список литературы

1. Коновалов А.Ю. Школьная служба примирения и восстановительная культура взаимоотношений [Текст]: практическое руководство / под общей редакцией Л.М. Карнозовой. – 2-е изд., доработанное. – М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2014. – 306 с.
2. Литавор В. С. Образовательное пространство и пространство «личное» обучающихся: соотносимость, взаимосвязанность как условие становления универсальных учебных действий [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, февраль 2012 г.). — СПб.: Реноме, 2012. — С. 1824.
3. Сборник материалов «Становление служб медиации в Ярославской области (из опыта работы образовательных организаций, учреждений социального обслуживания, территориальных комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав)» - Ярославль: 2015.
4. Службы медиации в образовательных организациях: формирование навыков восстановительной культуры отношений: методические рекомендации / сост. И.Г. Назарова, О.В. Чиркун. – Ярославль: ГОАУ ЯО ИРО, 2015. – 52 с. – (Служба медиации)
5. ФГОС ДО
6. ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)» от 27 июля 2010 г. //СЗ РФ. 2010. № 31. Ст. 4162.
7. Шамликашвили Ц.А. Основы медиации как процедуры урегулирования споров.
8. Зедгенидзе В.Я. Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников: пособие для практических работников ДОУ. – М.:Айрис-пресс,2009.
9. Клинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. – СПб.:Речь,2001
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения:- М.:Генезис, 2003
11. Гавриш, С.В. Проблемы коммуникативного поведения у дошкольников [Текст] // Ребенок в детском саду. – 2003. - №1. – С.17 – 22.
12. Иовлева Т.Е., Салмина Н.Г., Тиханова И.Г., Социально желательное поведение детей и построение отношений в новой социальной ситуации [Текст] // Вопросы психологии. – 2007. - №4. - С.24 – 31.
13. Смирнова, Е.О. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция [Текст]. – Москва: ВЛАДОС, 2005. – 158с.
14. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2005. – 160 с. (В помощь психологу)

Журнал регистрации конфликтных ситуаций

№ п/п	Дата поступления заявления	ФИО заявителя	Краткое содержание запроса	№ и дата протокола заседания комиссии дата ответа заявителю	Роспись заявителя

ПРИМИРИТЕЛЬНЫЙ ДОГОВОР

Участники восстановительной программы (круга поддержки, круга взаимопонимания, круга примирения, круга по заглаживанию вреда, круг поддержки жертв, круг исцеления, круг решения проблем, профилактический круг, семейной конференции) в лице

провели личную встречу, на которой обсудили ситуацию, состоящую в том, что _____

и пришли к следующим выводам (договоренностям): _____

Проверять выполнение условий договора и уведомлять ведущего об их успешном завершении будет

Встреча для аналитической беседы состоится (место, дата, время) _____

Чтобы в дальнейшем подобное не повторилось, мы договорились сделать следующее:

1. Мы понимаем, что копия данного договора может быть передана администрации и другим заинтересованным в решении лицам. Обсуждавшееся на примирительной встрече ведущий никому сообщать не будет.

2. Если это соглашение не будет выполнено, а у нас останутся проблемы, мы согласны вернуться к решению конфликта.

Фамилии, имена и подписи участников встречи:

Дата _____

РЕГИСТРАЦИОННАЯ КАРТОЧКА

Дата ситуации		Дата передачи дела куратору	
Источник информации о ситуации (Ф.И.О., должность, контактные данные)			
Собираются ли стороны или администрация обращаться в правоохранительные органы?		Да	Нет
Информация о сторонах (Ф.И.О., возраст, адрес, телефон, школа\должность (место работы), класс)			
Сторона конфликта		Сторона конфликта	
Представитель\родитель (адрес, телефон)		Представитель\родитель (адрес, телефон)	
Дата ситуации			
Описание ситуации			
Дополнительная информация для ведущего (медиатора)			
Ф.И.О. медиатора(ов)			
Ф.И.О. остальных участников программы			

Примирительная программа

Вид программы примирения: _____

Дата проведения: _____

Участники:

Результат: _____

Не проведена (причина):

—

Описание упражнений и игр 1. Игры – приветствия

Цель: создание благоприятной атмосферы непосредственного, свободного общения и эмоциональной близости, помочь детям познакомиться друг с другом и в ходе веселого и приятного общения занять свое место в группе, снять эмоциональное напряжение и настроиться на хорошее взаимодействие со сверстниками и взрослым.

«Давай знакомиться» Дети с воспитателем (ведущим) становятся в круг, воспитатель держит мяч, затем он называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный ребенок должен поймать мяч, назвать свое имя и имя того, кому он бросит мяч, и т.д.

«Давайте поздороваемся» Участники по сигналу ведущего хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (возможно, что кто-то будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

один хлопок — здороваемся за руку, два

хлопка — здороваемся плечиками, три

хлопка — здороваемся спинками.

Примечание. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры.

«Говорящие очки» Инструкция: «Я хочу предложить вам поиграть в игру в ходе, которой вы сможете сказать друг другу много приятных и добрых слов. Для этого необходимо одеть очки и повернуться к своему соседу справа. Он должен посмотреть в твои очки и произнести следующие слова: «Наяву, а не во сне, что прекрасного во мне?» Как только вы услышите это заклинание, тут же должны от имени волшебных очков сказать что-нибудь доброе в адрес своего соседа. После должны передать очки следующему.

«Комплименты» Дети становятся в круг. Взрослый спрашивает, знают ли они что такое комплименты (приятные слова, которыми люди радуют друг друга). Взрослый предлагает, передавая мячик по кругу, говорить комплименты тому, кто его получает. В ответ на комплимент в свой адрес ребенок должен обязательно говорить: «Спасибо, очень приятно!». Начать, разумеется, должен взрослый. Он первым передает мячик соседу и говорит, например: «Люба, какие у тебя сегодня красивые бантики!» Обязательное условие – смотреть в глаза тому, с кем в данный момент говоришь.

«Вежливые слова» Игра проводится с мячом в кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Назвать только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет, мы рады вас видеть, рады встречи с вами); благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста, будьте любезны); извинения (извините, простите, жаль, сожалею); прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи).

«Конкурс хвастунов» Дети садятся в круг в случайном порядке, а взрослый объявляет: «Сегодня мы проведем с вами конкурс хвастунов. Выиграет тот, кто лучше похвастается. Но хвастаться мы будем не с собой, а своим соседом. Ведь это так приятно и почетно иметь самого лучшего соседа! Посмотрите внимательно на того, кто сидит справа от вас. Подумайте, какой он, что в нем хорошего, что он умеет, какие хорошие поступки он совершил, чем он может понравиться. Не забывайте, что это конкурс. Выиграет тот, кто лучше похвалится, кто найдет в своем соседе больше достоинств». После такого вступления дети по кругу называют преимущества своего соседа и хвастаются его достоинствами. Здесь совершенно не важна объективность оценки – реальные эти достоинства или придуманные. Не важен также «масштаб» этих достоинств – это могут быть новые тапочки, или громкий голос, или аккуратная прическа. Главное, чтобы дети заметили все эти особенности сверстников и смогли не только похвалить других детей, но и похвалиться ими перед остальными. Победителя выбирают сами дети, но в случае необходимости взрослый может высказать свое мнение. Выигрывает тот, кто лучше похвалится своим соседом. Чтобы победа стала более значимой и желанной, можно наградить победителя каким-нибудь маленьким призом (картинка, бумажная медаль и значок и пр.). Такая организация игры вызывает даже у

самого замкнутого и враждебно настроенного ребенка интерес к сверстнику и явное желание найти у него как можно больше достоинств.

«Паутина» Ребенок берет в руки клубок ниток, называет свое имя и рассказывает о себе. Если ничего не хочет говорить, то может просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему. Т.о., клубок передается дальше, пока все дети не окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины.

«Знакомство» Разбиться на пары, выбрать место, где спокойно можно поговорить друг с другом. Один из детей начинает и проводит пятиминутное интервью. Дети меняются ролями. Далее все образуют большой круг, где каждый представляет своего партнера.

«Великолепная Валерия» Участники встают в круг. Первый участник называет свое имя и прилагательное, характеризующее его (игрока) и начинающееся с той же буквы, что и его имя. Например: великолепная Валерия, интересный Игорь и т.д. Второй участник называет словосочетание первого и говорит свое. Третий же участник называет словосочетания первых двух игроков и так до тех пор, пока заключительный участник не назовет свое имя.

«Имя + что обо мне никто не знает» Инструкция: сейчас тот, у кого в руках мячик должен назвать свое имя и то, что о нем никто не знает, и передать мячик любому участнику. Все остальные должны внимательно слушать и запоминать что говорят. Пример: « Я, Оксана Константиновна, никто не знает что я.....». 2 часть: А теперь мы с вами делаем наоборот тот, у кого мячик, передает его любому участнику и называет его имя и то, что о нем узнал.

Например: Варя, я узнала что ты...»

«Когда я был маленьким» Взрослый предлагает вспомнить и рассказать случай из раннего детства, который произошел с вами и мог бы претендовать на роль самого занятного. По кругу передается детская соска, и игроки по очереди рассказывают забавные истории детства.

«Услышь своё имя» Играющие становятся в круг, спинами внутрь круга. Игрок, у которого в руках мяч, бросает его в круг, называя при этом имя. Названный ребёнок должен повернуться лицом внутрь круга и поймать мяч. Победителем становится тот, кто ловил мяч чаще других. Комментарий: часто в порыве игры первый участник очень сильно забрасывает мяч, и названный ребёнок не может его поймать. В таком случае с детьми оговариваются штрафы, которые будут накладываться на первых игроков. Это может быть чтение стихотворения, прыжки на одной ноге по кругу – всё зависит от участников.

«Ты мне нравишься» Для проведения игры понадобится клубок цветной шерсти. По просьбе воспитателя дети садятся в общий круг. Взрослый: «Ребята, давайте все вместе составим одну большую цветную паутину, связывающую нас между собой. Когда мы будем ее плести, то каждый из нас может выразить свои добрые мысли и чувства, которые он испытывает к своим сверстникам. Итак, обмотайте два раза свободный конец шерстяной нити вокруг своей ладони и покатайте клубок в сторону одного из ребят, сопровождая свое движение словами: «Лена (Дима, Маша)! Ты мне нравишься, потому что... (с тобой очень весело играть в разные игры)». Лена, выслушав обращенные к ней слова, обматывает нитью свою ладонь так, чтобы «паутина» была более-менее натянута. После этого Лена должна подумать и решить, кому передать клубок дальше. Передавая его Диме, она также произносит добрые слова: «Дима! Ты мне нравишься, потому что нашел мой бантик, который я вчера потеряла». И так игра продолжается, пока все дети не будут опутаны «паутиной». Последний ребенок, получивший клубок, начинает сматывать его в обратном направлении, при этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок и произносит сказанные ему слова и имя сказавшего, отдавая ему клубок обратно.

Дальнейшее обсуждение:

- Легко ли говорить приятные вещи другим детям?
- Кто тебе говорил что-нибудь приятное до этой игры?
- Дружные ли дети в группе?
- Почему каждый ребенок достоин любви?
- Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

2. Игры на формирование навыков сотрудничества

Цель: установление доверительных отношений, развитие умения согласованно взаимодействовать со сверстниками, развивать уважение в общении, развивать умение согласовывать свои действия, мнения, установки с потребностями товарищей, учитывать интересы других детей, учить помогать и поддерживать тех, с кем общаешься, проявлять терпение к недостаткам других.

«Липучка» Все дети двигаются, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают «Я, липучка – приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребёнка «липучки» берут за руку, присоединяя его к своей компании. Затем они все вместе ловят в свои «сети» других. Когда все дети становятся «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

«Работаем вместе» Взрослый делит группу на подгруппы. Каждой из подгрупп он дает задание: вымыть посуду, приготовить суп, посадить дерево и т.д. Затем взрослый помогает детям распределить обязанности (например: один ребенок копает яму, другой — опускает в яму дерево и расправляет корни, третий — закапывает яму, четвертый — поливает дерево). После этого в течение пяти минут каждая группа репетирует свою сценку. Затем каждая из групп по очереди показывает сценку остальным детям, и те должны угадать, что изображает группа.

"Добрый волшебник" Если бы ты был добрым волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил всем нам вместе?" Игра продолжается пока каждый не станет волшебником, желания повторять нельзя. В конце можно провести конкурс на самое лучшее желание для всех.

«Сиамские близнецы» Сиамские близнецы - это два человека, некоторые части тела у которых общие. Игрокам предлагается разбиться на пары и стать такими близнецами: свободными должны остаться правая рука одного и левая другого. После этого они должны на время выполнить простые задания: зажечь свечу с помощью спичек, вдеть нитку в иголку, завязать шнурок на ботинке. Побеждает пара, которая смогла это сделать быстрее остальных.

«Меняются местами те кто...» Группа садится на стульях в кружок. Взрослый встает, убирает подальше свой стул и говорит: «Как вы все видите – я стою. Но я, также как и вы, хочу сидеть. Поэтому я сейчас организую ситуацию таким образом, чтобы у меня появился шанс сесть на чей-нибудь стул. По моей команде и как можно быстрее (чтобы не остаться без стула) меняются местами все те, кто обладает каким-либо свойством, которое я сейчас назову. Например, меняются все те, у кого в одежде есть черный цвет». Свойство каждый раз должно быть новое.

«Сороконожка» Игроки становятся в ряд, друг за другом и каждый держится за пояс игрока, стоящего впереди него. Взрослый дает «сороконожке» различные задания, которые она должна выполнять. Так же можно проводить соревнования между несколькими «сороконожками». При этом выигрывает та команда, которая выполнит больше всех заданий, прежде чем их «сороконожка» развалится.

Примеры заданий, которые может давать ведущий «сороконожке»:

- Сороконожка поднимает все свои правые (левые) ножки.
- Сороконожка прыгает.
- Сороконожка садится (игроки должны присесть на корточки).
- Сороконожка ползет сидя (игроки передвигаются на корточках).
- Сороконожка встала и побежала.
- Сороконожка чешет передней ножкой самую заднюю пятку.

«Слепой танец» «Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет «слепой». Другой останется «зрячим» и сможет водить «слепого». Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом под легкую музыку (1 – 2 минуты). Теперь поменяйтесь ролями. Помогите партнеру завязать повязку».

«Паровозик с именем» «Паровозик у нас будет необычный, у каждого вагона — свое имя. Сначала у паровоза не будет вагонов, и тот из вас, кого мы выберем паровозиком, будет «ездить» по кругу, хлопать в ладоши и называть свое имя. Потом паровозик соскучится и

подъедет к любому мальчику или девочке со словами: «Паровозик, чух-чух-чух» и назовет свое имя». Тот ребенок, к которому подъедет паровозик, в ответ назовет свое имя и станет новым паровозиком, а первый — его вагоном. Теперь они едут вместе и называют имя нового паровозика. (Игра продолжается до тех пор, пока в «паровозик» не будут включены все дети.)

«Запретное движение» Дети стоят полукругом напротив психолога. Психолог говорит:

- Я буду показывать различные движения. Вы будете повторять различные движения, кроме одного.

Сначала психолог показывает разные движения (например, руки вверх, в стороны и т.д.). Дети повторяют их.

Затем психолог называет и показывает «запретное» движение (например, подпрыгивание), которое дети не должны повторять. Дается сигнал к началу игры. Дети должны повторять все движения психолога, кроме «запретного».

Примечание. Ошибки обычно вызывают бурные эмоциональные реакции, смех, но выводить детей из игры не следует.

«Иголка и нитка» Один из детей становится ведущим – «иголкой», а все остальные – «ниткой». Ребёнок, выполняющий роль иголки, бегает по залу, меняя направление, а все остальные дети бегут за ним. Ведущий меняется, игра повторяется. Примечание. Каждый ребёнок должен побывать в роли иголки.

«Дракон кусает свой хвост» Играющие стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего. Первый ребёнок – это голова дракона, последний – кончик хвоста. Первый играющий пытается схватить последнего – дракон ловит свой хвост. Остальные дети цепко держатся друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост («не укусит» хвост), то на место головы дракона встаёт другой ребёнок.

«Зеркало» Перед началом игры проводится разминка. Взрослый становится перед детьми и просит как можно точнее повторять его движения. Он демонстрирует легкие физические упражнения, а дети воспроизводят его движения. После этого дети разбиваются на пары и каждая пара по очереди «выступает» перед остальными. В каждой паре один совершает какое – либо действие (например, хлопает в ладоши, или поднимает руки, или делает наклоны в сторону), а другой пытается как можно точнее воспроизвести его движение, как в зеркале. Каждая пара сама решает, кто будет показывать, а кто воспроизводить движения. Все остальные оценивают, насколько хорошо работает зеркало. Показателями «правильности» зеркала является точность и одновременность движений.

Если зеркало искажает или опаздывает, оно испорченное или кривое. Паре детей предлагается потренироваться и «починить» испорченное зеркало. Показав 2-3 движения, пара детей садится на место, а следующая демонстрирует свою «зеркальность».

«Сборы в поход» Все играющие делятся на пары. Взрослый объясняет, что они живут на 9-ом этаже и собираются идти в поход. Один ребёнок из пары уже спустился на улицу, но вспомнил, что забыл взять некоторые вещи. Подниматься вверх с рюкзаком тяжело, поэтому он пытается жестами передать своему напарнику, выглянувшему в окно, что же он забыл. После этого один ребёнок из каждой пары получает листок, на котором печатными буквами написаны названия трёх предметов (например, мяч очки, ложка). Все пары становятся в ряд и выполняют задания. Примечание. Разговаривать при проведении этой игры нельзя.

«Волшебные очки» Взрослый приносит в группу коробочку с сюрпризом и торжественно объявляет: «Я хочу показать вам волшебные очки. Тот, кто их наденет, увидит только хорошее в других, и даже то хорошее, что человек иногда прячет от всех. Вот я сейчас примерю эти очки... Ой, какие вы все красивые, веселые, умные!»

Подходя к каждому ребенку, взрослый называет какое-либо его достоинство (кто-то хорошо рисует, кто-то умеет строить из кубиков, у кого-то красивое платье и пр.). «А теперь мне хочется, чтобы каждый из вас примерил эти очки и хорошенько рассмотрел своего соседа.

Может они помогут рассмотреть то, что вы раньше не замечали». Дети по очереди надевают волшебные очки и называют достоинства своих товарищей. В случае, если кто-то затрудняется, можно помочь и подсказать. Повторения одних и тех же достоинств здесь не страшны, хотя желательно расширять круг хороших качеств.

«Жмурки» С помощью считалки выбирается водящий. Психолог завязывает ему глаза шарфом. Задача водящего – поймать кого-нибудь из игроков. Пойманный ребёнок становится водящим, игра продолжается. Примечание. Эта известная игра рекомендуется детям, испытывающим страх темноты, она учит ориентироваться в пространстве, способствует лучшему ощущению своего тела, развивает координацию движений, произвольное поведение. В роли водящего должен побывать каждый ребёнок. Если игрок попался во второй раз, ему предлагают сесть на стульчик, а нового водящего выбирает психолог.

«Поймай рыбку» Часть детей стоят в кругу, держась за руки («сети»). Остальные дети – «рыбки» «плавают» (бегают, прыгают) внутри круга, «выплывают» из него (подлезают под сцепленными руками детей). По сигналу взрослого «Сети!» дети, держащиеся за руки, садятся. Кто из «рыбок» остался в кругу, того и «поймали». Примечание. Игра может проводиться под музыку.

«Светофор» Дети кладут руки на плечи друг другу, ходят по залу и гудят, изображая автобус. Психолог, изображая светофор, показывает «автобусу» круги разного цвета. При показе красного круга дети должны остановиться, жёлтого – «гудеть» и маршировать на месте, зелёного – продолжать движение. По окончании упражнения психолог говорит: - А теперь каждый из вас будет водителем собственного автомобиля. Внимательно следите за сигналами светофора и выполняйте правила дорожного движения. Дети, изображая автомобилистов, движутся по залу и следят за сигналами «светофора». Примечание. За нарушение правил дорожного движения можно «ставить автомобиль на стоянку» – сажать ребёнка на стульчик.

«Зоопарк» Психолог говорит: - Попробуйте изобразить движения различных животных. Если я хлопну в ладоши один раз, прыгайте, как зайчики; хлопну два раза – ходите вразвалочку, как медведи, хлопну три раза – «превращайтесь» в аистов, которые умеют долго стоять на одной ноге. Начинаем игру.

«Только вместе!» Инструкция: «Разбейтесь на пары и встаньте, спина к спине. Сможете ли вы медленно-медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? Сможете ли вы точно также встать?»

3. Игры на умение активно слушать

Цель: развитие умения слушать партнера и совершенствовать коммуникативные навыки, умение вступать в процесс общения и вежливо отвечать на вопросы собеседников, кратко и корректно формулировать ответ.

«Робот» Дети делятся на пары. Один из детей исполняет роль изобретателя, другой — робота. Робот, ища спрятанный предмет, движется по указанию изобретателя прямо, влево и т.д. Затем дети меняются ролями.

«Закорючка» Воспитатель предлагает детям волшебный фломастер, который превращает простые закорючки в разные предметы, животных, растения. Первый игрок берет фломастер и рисует на листе небольшую закорючку. Затем предлагает этот лист следующему игроку, который дополнит закорючку так, чтобы получился какой-нибудь предмет, или животное, или растение. Потом второй игрок рисует для следующего игрока новую закорючку и т.д. В конце определяют победителя игры.

«Интервью» Участники разбиваются на пары и в течение 5 минут беседуют со своим партнером, пытаясь узнать о нем как можно больше, и меняются ролями. Затем каждый готовит краткое представление своего собеседника. Главная задача – подчеркнуть его индивидуальность, непохожесть на других. После чего участники по очереди представляют друг друга, рассказывая от имени своего собеседника.

«Имя + я люблю...» Сейчас тот, у кого в руках мячик, должен назвать свое имя и то, что он любит делать. Все внимательно слушаем друг друга. Вторая часть у кого мяч, тот задает вопрос: «Что любит делать Аня?»

«Пресс-конференция» Все дети группы участвуют в пресс-конференции на любую тему (например: «Твой выходной день», «Экскурсия в зоопарк», «День рождения друга», «В цирке» и др.). Один из участников пресс-конференции «гость» (тот, кому будут заданы все вопросы) – садится в центр и отвечает на любые вопросы детей.

«Рассказ по кругу» Дети садятся в круг. Воспитатель начинает рассказ: “Сегодня выходной день и...” его подхватывает следующий ребёнок. Рассказ продолжается по кругу.

«Волшебные водоросли» Каждый участник (по очереди) пытается проникнуть в круг, образованный детьми. Водоросли понимают человеческую речь и чувствуют прикосновения и могут расслабиться и пропустить в круг, а могут и не пропустить его, если их плохо попросят.

«Ищем клад» Эта игра включает в себя две части. Первая часть способствует развитию доверия детей друг к другу и помогает им лучше осознать и понять себя и своих товарищей. Взрослый просит детей разбиться на две команды несколько необычным способом, по цвету волос – тёмные и светлые. Во второй части игры детям говорится о том, что сейчас каждая команда начнёт искать “клад”, спрятанный в комнате. Для этого детям предлагается план комнаты с отмеченным местом, где спрятан клад.

«Без маски» Перед началом игры взрослый говорит ребятам о том, как важно быть честным, открытым и откровенным по отношению к своим близким, товарищам. Все участники садятся в круг. Дети без подготовки продолжают высказывание, начатое взрослым.

Вот примерное содержание незаконченных предложений:

“Чего мне по-настоящему хочется, так это...”;

“Особенно мне не нравится, когда...”;

“Однажды меня очень напугало то, что...”;

“Помню случай, когда мне стало невыносимо стыдно. Я...”.

«Друг к дружке» Инструкция: «Сейчас вы будете играть в игру, во время которой все нужно делать быстро. Вы покажете мне, на сколько внимательно вы меня слушаете и на сколько быстро вы можете сделать то, что я буду вам говорить. Сейчас у вас ровно 5 секунд, чтобы выбрать себе партнера и быстро-быстро пожать ему руку.... А теперь я вам буду говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро «поздороваться» друг с другом. При этом каждый раз я буду говорить «Друг к дружке», вам будет нужно быстро-быстро найти себе нового партнера и пожать ему руку. А после этого я снова буду называть части тела, которыми вы должны поздороваться.

«Найди друга» Дети становятся в круг. Выбирается водящий. Он произносит слова “Я хочу с тобой подружиться...”, а дальше описывает одного из детей. Тот, кого загадали, должен себя узнать, подбежать к водящему и пожать ему руку. После этого он сам становится водящим.

4. Игры на обучение эффективным способам общения и взаимодействия

Цель: помочь детям установить контакт друг с другом и преодолеть мешающие общению стереотипы и предрассудки, развить коммуникативные навыки; способствовать формированию адекватной самооценки.

«Сходство» Инструкция: «Разбейтесь на тройки. Постарайтесь себе выбрать в тройку тех, у кого есть что-то общее с вами, например цвет глаз. Сядьте где-нибудь в группе и начните разговор. Каждому из вас нужно будет рассказать о себе. За время беседы вы должны найти несколько вещей объединяющих вас между собой. Совершенно не важно, что это будет, важно, чтобы это было у всех в вашей тройке. Как только вы обнаружите такое сходство, вы втроем должны одновременно подпрыгнуть и прокричать: «Первое». Затем снова садитесь и ищите второе сходство и т.д. Задача каждой тройки - в течение последующих 5 минут обнаружить 10 сходств.

«Хочу сделать что-нибудь хорошее» Предложить детям проиграть следующие ситуации: подойти к другому, попросить игрушку, задать вопрос, пригласить поиграть, похвали за что-то, сказать что-нибудь хорошее, утешить расстроенного, обратиться к чужому человеку на улице с просьбой, к продавцу в магазине...

Игры-ситуации Цель: развить умение вступать в разговор, обмениваться чувствами, переживаниями, эмоционально и содержательно выразить свои мысли, используя мимику и пантомимику.

Детям предлагается разыграть ряд ситуаций

1. Два мальчика поссорились – помири их.

2. Тебе очень хочется поиграть в ту же игрушку, что и у одного из ребят твоей группы – попроси его.

3. Ты нашёл на улице слабого, замученного котёнка – пожалей его.

4. Ты очень обидел своего друга – попробуй попросить у него прощения, помириться с ним.

5. Ты пришёл в новую группу – познакомься с детьми и расскажи о себе.

6. Ты потерял свою машинку – подойди к детям и спроси, не видели ли они ее.

7. Ты пришёл в библиотеку – попроси интересующую тебя книгу у библиотекаря.

8. Ребята играют в интересную игру – попроси, чтобы ребята тебя приняли.

Что ты будешь делать, если они тебя не захотят принять?

9. Дети играют, у одного ребёнка нет игрушки – поделись с ним.

10. Ребёнок плачет – успокой его.

11. У тебя не получается завязать шнурок на ботинке – попроси товарища помочь тебе.

12. К тебе пришли гости – познакомь их с родителями, покажи свою комнату и свои игрушки.

13. Ты пришёл с прогулки проголодавшийся – что ты скажешь маме или бабушке.

14. Дети завтракают. Витя взял кусочек хлеба, скатал из него шарик. Оглядевшись, чтобы никто не заметил, он кинул и попал Феде в глаз. Федя схватился за глаз и вскрикнул. – Что вы скажите о поведении Вити? Как нужно обращаться с хлебом? Можно ли сказать, что Витя пошутил.

«Монстр» Инструкция: «Я хочу сыграть с вами в игру, во время которой вы по очереди будите то смотреть в глаза другу, то отводить взгляд. Встаньте все и начните разгуливать по группе. Остановитесь напротив кого-нибудь и начните рассказывать, как вы планируете провести выходные, при этом не смотрите друг на друга. Теперь разойдитесь по группе и подойдите к другому. Теперь расскажите о чем-нибудь интересном, чем вы занимались на недели. В этот раз внимательно смотрите в глаза друг другу или просто в лицо». Обсуждение. «А теперь встаньте все в круг, один из нас в центр круга. Он будет нашим монстром. Монстр голоден и хочет на нас напасть. Он выбирает жертву и медленно подходит к ней с грозным видом. Для жертвы есть лишь одно спасение: установить глазами контакт с кем-то из детей, что бы тот громко крикнул свое имя и отвлек внимание монстра на себя. Тогда монстр медленно приближается уже к этому ребенку. Спаситель в этот момент должен сам посмотреть на всех и поймать чей-нибудь взгляд, чтобы теперь кто-нибудь спас его». После 3 попыток монстр устает и уходит, его место занимает другой.

«Молчание-золото» Инструкция: «Встаньте и возьмите каждый в руку по шерстяной нити. Зажмите нить между указательным и большим пальцами одной руки так, чтобы ее было хорошо видно. Сейчас мы проверим, кто из вас сможет дольше остальных сохранить у себя свою нить. До тех пор пока вам удастся молчать, вы можете оставлять нить при себе. Тот из вас кто поддастся на шутки остальных или по забывчивости не удержится и что-нибудь скажет, должен будет положить свою нить на мой стол. А до тех пор, пока у вас в руках остается нить, вы можете без слов заставлять остальных что-нибудь сказать. Вы можете делать все, что угодно. Нельзя лишь прикасаться к другим и говорить. Тот, кто потерял свою нить, может продолжать игру и пытаться «разговорить» молчащих обладателей шерстяных нитей уже словами».

«Попроси игрушку» Группа детей делится на пары, один из участников пары (с голубым опознавательным знаком (цветок)) берет в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой (№ 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику № 1: «Ты держишь в руках игрушку, которая очень тебе нужна, 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 меняются ролями.

«Хороший друг» Для проведения игры понадобятся бумага, карандаш, фломастеры на каждого ребенка. Взрослый предлагает детям подумать о своем хорошем друге и уточняет, что это может быть реальный человек или его можно просто себе вообразить. Затем обсуждаются следующие вопросы: «Что ты думаешь об этом человеке? Что вы любите вместе делать? Как выглядит твой друг? Что тебе больше всего в нем нравится? Что вы делаете для того, чтобы ваша дружба крепла? » Ответы на эти вопросы взрослый предлагает нарисовать на бумаге.

Дальнейшее обсуждение:

- Как человек находит друга?
- Почему так важны в жизни хорошие друзья?
- Есть ли у тебя друг в группе?

«Дотронься...» Дети становятся в круг, в центр складывают игрушки. Ведущий произносит: «дотронься до... (глаза, колеса, правой ноги, хвоста и т.д.)». Кто не нашёл необходимого предмета – водит. Комментарий: игрушек должно быть меньше, чем детей. Если у детей коммуникативные навыки развиты плохо, на начальных этапах игры могут развиваться конфликты. Но в дальнейшем, при систематическом проведении бесед и обсуждении проблемных ситуаций с нравственным содержанием, с включением этой и подобных игр, дети научатся делиться, находить общий язык.

«Возьмите меня в игру» Дети перебрасываются мячом, сидя на подушках. Один из детей подходит по очереди к каждому сидящему и громко просит: «Пожалуйста, примите меня в игру». Дети подвигаются, уступая место, ребёнок садится. Упражнение делают все дети по очереди.

«Совет волшебников» Воспитатель рассказывает про мальчика, с которым никто не хотел играть. Однажды мальчик встретил доброго волшебника, и тот ему посоветовал... Каждый ребёнок придумывает и говорит, что посоветовал волшебник.

«Тихо, громко, очень громко» Дети хором говорят: «Я люблю играть с друзьями». Сначала говорят тихо, потом громче, потом очень громко. Повторить 3 раза.

«Твой друг плачет» Один ребёнок лежит на подушках, и делает вид, что плачет. Остальные дети по очереди подходят к нему и говорят утешительные слова. Упражнение делают все дети по очереди, воспитатель помогает подобрать как можно больше утешительных слов.

«Протяни другу руку» Дети стоят по кругу. По сигналу воспитателя ребёнок протягивает руку другому, другой – третьему и т.д. Когда все дети взяли за руки, сказать хором: «Давай дружить!».

5. Игры на умение конструктивно решать конфликтные ситуации

Цель: учить детей анализировать поступки, находить причину конфликта, дифференцировать противоположные эмоциональные переживания: дружелюбие и враждебность. Знакомить детей с конструктивными ненасильственными способами решения конфликтных ситуаций, научить стратегии переговоров и дискуссий в разрешении конфликтов в группе; а также способствовать их усвоению и использованию в поведении, помочь детям трансформировать накопленные напряжение, агрессию и апатию в готовность к общению и взаимную внимательность.

«Купон на одну услугу» Материал: купоны по количеству детей с надписью «Купон на одну приятную услугу. Выдано за совершение одного хорошего поступка». Инструкция: «Для каждого из вас у меня приготовлены «купоны на одно доброе дело». Когда бы вы этого не пожелали, вы можете достать этот купон и положить перед собой как знак того, что именно в данный момент вам очень нужна помощь. Тогда другие дети смогут увидеть этот сигнал и спросить, чем они могут вам помочь. Тот, кто выполнит вашу просьбу, получит ваш купон. А вы пока останетесь без купона до тех пор, пока не сможете кому-нибудь, кто будет нуждаться теперь уже в вашей помощи.

«Да и нет» Инструкция: «Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга. Решите, кто в вашей паре хочет говорить «Да», а кто - «Нет». Один из вас начинает игру, произнося слово «Да». Второй сразу же отвечает «Нет». Первый отвечает-да, но только громче, чем в первый раз, а второй отвечает-нет, но тоже громче. Каждый из вас должен произносить только то слово, которое он выбрал сначала. Если хотите, можете провести с помощью этих двух слов небольшой спор, но при этом важно, чтобы никто никого не обидел. Через некоторое время я подам вам сигнал о том, что пора заканчивать «спор».

«Ссора» Для игры необходима «волшебная тарелочка» и картинка с изображением двух девочек. Взрослый(обращает внимание детей на «волшебную тарелочку», на дне которой лежит картинка с изображением двух девочек). Дети, я хочу вас познакомить с двумя подругами: Олей и Леной. Но посмотрите на выражение их лиц! Как вы думаете, что случилось?

Поссорились

Мы поссорились с подругой И

уселись по углам.

Очень скучно друг без друга!

Помириться нужно нам.

Я ее не обижала — Только

мишку подержала,

Только с мишкой убежала

И сказала: «Не отдам!»

(А. Кузнецова)

Вопросы для обсуждения:

— Подумайте и скажите: из-за чего поссорились девочки? (Из-за игрушки); —

А вы когда-нибудь ссорились со своими друзьями? Из-за чего?

— А что чувствуют те, кто ссорится?

— А можно обойтись без ссор?

— Подумайте, как девочки могут помириться? Выслушав ответы, взрослый предлагает один из способов примирения — автор так закончил эту историю:

Дам ей мишку, извинюсь, Дам ей мячик, дам трамвай И скажу: «Играть давай!»

(А. Кузнецова)

Взрослый акцентирует внимание на том, что виновник ссоры должен уметь признать свою вину.

«Поссорились – помиримся» Взрослый начинает предложения, а дети по очереди продолжают их. «Жили-были два друга. Как их звали?» «Они всегда вместе играли и вдруг... поссорились. Почему?» «Они хотели помириться, но не знали как, и вот один придумал...» «Что придумал один из друзей?» «Они помирились и стали играть. Во что играли друзья?» Взрослый должен выслушать все ответы и дополнения детей.

«Я хочу играть один» Один ребёнок сидит на подушках, отвернувшись от других детей. Дети по очереди подходят и предлагают сыграть в какую-нибудь игру. Ребёнок на все предложения отвечает: «Я хочу играть один». Взрослый помогает детям предложить ему такую игру или занятие, от которых он не сможет отказаться. Как только ребёнка уговорят, его место занимает другой.

«Помогаю другу» Взрослый начинает фразу, а дети продолжают по очереди. Каждый ребёнок должен продолжить начало одной фразы. «Мой друг случайно разлил компот, и я ...». «У меня есть конфета, а у друга нет, и я ...». «Моего друга обидел большой мальчик, и я ...». «У моего друга есть новая игрушка, и я ...». «Мой друг хочет играть только со мной, а с другими детьми нет, и я ...». «Мой друг дразнит одну девочку, и я ...».

«Поступает хорошо, поступает плохо» Взрослый читает стихотворение, а дети говорят после каждой строчки: «Поступает хорошо», или «Поступает плохо».

Даша маме помогает (поступает хорошо)

Дима кактус поливает (поступает хорошо)

Ваня рвёт всё время книжки (поступает плохо)

Саша в парк ведёт братишку (поступает хорошо)

Лиля укусила Свету (поступает плохо)
Витя Свете дал конфету (поступает хорошо)
Гриша в грязь толкнул Катюшку (поступает плохо)
Лёва всем даёт игрушки (поступает хорошо)

«Добрый и злой» Под музыку дети рисуют «добрую» и «злую» картинки. Спросите у каждого ребёнка, что он изобразил на картинке.

«Кто с кем дружит?» Взрослый спрашивает, с кем дружит: муравей, слон, Красная Шапочка, ветер. Баба Яга? Дети отвечают по очереди. Затем воспитатель спрашивает, почему они дружат?

«Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся» Игра выполняется в парах с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый даёт задания «Закройте глаза, протяните руки навстречу друг другу, познакомьтесь руками, постарайтесь получше узнать своего соседа, опустите руки; снова вытяните руки вперёд, найдите руки соседа, ваши руки ссорятся, опустите руки; ваши руки снова ищут друг друга, они хотят помириться, ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстанётесь друзьями».

Игра «Примирение» Взрослый говорит «В жизни часто люди пытаются решить свои проблемы по принципу «око за око, глаз за глаз». Когда кто-то нас обижает, мы отвечаем еще более сильной обидой. Если кто-нибудь нам угрожает, мы тоже реагируем угрозой и тем самым усиливаем наши конфликты. Во многих случаях гораздо полезнее сделать шаг назад, признать и свою долю ответственности за возникновение ссоры или драки и подать друг другу руки в знак примирения.

Нам в этой игре помогут Филя и Хрюша (игрушки). Кто-то один из вас будет говорить словами Фили, а другой — Хрюши. Сейчас вы попробуете разыграть сцену ссоры между Филей и Хрюшей, например, из-за книжки, которую принес в группу Филя. (Дети разыгрывают ссору между телевизионными героями, с проявлением обиды и злости.) Ну вот, теперь Филя и Хрюша не дружат, они сидят в разных углах комнаты и не разговаривают друг с другом. Ребята, давайте поможем им помириться. Предлагайте, каким способом это можно сделать. (Дети предлагают варианты: посадить рядом, отдать книжку хозяину и т. д.) Да, ребята, вы правы. В этой ситуации с книжкой можно обойтись и без ссоры. Я предлагаю вам разыграть сцену по-другому. Нужно Хрюше предложить Филе посмотреть книгу вместе или по очереди, а не вырывать из рук, или предложить на время что-нибудь свое — машинку, набор карандашей и т. п. (Дети разыгрывают сцену по-другому.) А сейчас Филя и Хрюша должны помириться, попросить друг у друга прощение за то, что обидели друг друга, и пусть они подадут друг другу руки в знак примирения.»

Вопросы для обсуждения с детьми, исполняющими роли:

- Вам трудно было простить другого? Как вы себя чувствовали при этом?
- Что происходит, когда вы сердитесь на кого-нибудь?
- Как вы думаете, прощение — это признак силы или признак слабости?
- Почему так важно прощать других?

Этюд с содержанием проблемной ситуации Взрослый говорит «Ребята, сегодня во время прогулки произошла ссора между двумя девочками. Сейчас я прошу Наташу и Катю разыграть для нас ситуацию, которая возникла на прогулке. «Наташа с Катей играли в мяч. Мяч покотился в лужу. Катя хотела достать мяч, но не удержалась на ногах и упала в лужу. Наташа начала смеяться, а Катя горько заплакала».

Вопросы для обсуждения:

- Почему Катя заплакала? (Ей стало обидно.) —
- Правильно ли поступила Наташа?
- Как бы вы поступили на ее месте?
- Давайте поможем девочкам помириться.

В конце беседы взрослый делает обобщение:

— Если вы являетесь виновником ссоры, то умейте первыми признать свою вину. В этом вам помогут волшебные слова: «Извини», «Давай я тебе помогу», «Давай играть вместе». — Чаше улыбайтесь, и вам не придется ссориться!

«Сладкая проблема» В этой игре каждому ребенку понадобится по одному печенью, а каждой паре детей — по одной салфетке.

Взрослый говорит «Дети, садитесь в круг. Игра, в которую нам предстоит поиграть, связана со сладостями. Чтобы получить печенье, вам сначала надо выбрать партнера и решить с ним одну проблему. Сядьте друг против друга и посмотрите друг другу в глаза. Между вами на салфетке будет лежать печенье, пожалуйста, его пока не трогайте. В этой игре есть одна проблема. Печенье может получить только тот, чей партнер добровольно откажется от печенья и отдаст его вам. Это правило, которое нельзя нарушать. Сейчас вы можете начать говорить, но без согласия своего партнера печенье брать не имеете права. Если согласие получено, то печенье можно взять».

Затем взрослый ждет, когда все пары примут решение и наблюдает, как они действуют. Одни могут сразу съесть печенье, получив его от партнера, а другие печенье разламывают пополам и одну половину отдают своему партнеру. Некоторые долго не могут решить проблему, кому же все-таки достанется печенье.

Взрослый «А теперь я дам каждой паре еще по одному печенью. Обсудите, как вы поступите с печеньем на этот раз».

Он наблюдает, что и в этом случае дети действуют по-разному. Те дети, которые разделили первое печенье пополам, обычно повторяют эту «стратегию справедливости». Большинство детей, отдавшие печенье партнеру в первой части игры, и не получившие ни кусочка, ожидают теперь, что партнер отдаст печенье им. Есть дети, которые готовы отдать партнеру и второе печенье.

Вопросы для обсуждения:

— Дети, кто отдал печенье своему товарищу? Скажите, как вы себя при этом чувствовали?

— Кто хотел, чтобы печенье осталось у него? Что вы делали для этого?

— Чего вы ожидаете, когда вежливо обращаетесь с кем-нибудь?

— В этой игре с каждым обошлись справедливо?

— Кому меньше всего понадобилось времени, чтобы договориться?

— Как вы при этом себя чувствовали?

— Как иначе можно прийти к единому мнению со своим партнером?

— Какие доводы вы приводили, чтобы партнер согласился отдать печенье?

«Коврик мира» Для игры необходим кусок тонкого пледа или ткани размером 90 x 150 см или мягкий коврик такого же размера, фломастеры, клей, блестки, бисер, цветные пуговицы, все, что может понадобиться для оформления декорации.

Взрослый говорит «Ребята, расскажите мне, о чем вы спорите иногда друг с другом? С кем из ребят вы спорите чаще других? Как вы чувствуете себя после такого спора? Как вы думаете, что может произойти, если в споре сталкиваются различные мнения? Сегодня я принесла для нас всех кусок ткани, который станет нашим «ковриком мира». Как только возникнет спор, «противники» могут сесть на него и поговорить друг с другом так, чтобы найти путь мирного решения своей проблемы. Давайте посмотрим, что из этого получится. (Воспитатель кладет в центре комнаты ткань, а на нее — красивую книжку с картинками или занятную игрушку.) Представьте себе, что Катя и Света хотят взять эту игрушку поиграть, но она — одна, а их — двое. Они обе сядут на «коврик мира», а я присяду рядом, чтобы помочь им, когда они захотят обсудить и разрешить эту проблему. Никто из них пока не имеет права взять игрушку просто так. (Дети занимают место на ковре.) Может, у кого-то из ребят есть предложение, как можно было бы разрешить эту ситуацию?»

После нескольких минут дискуссии взрослый предлагает детям украсить кусок ткани: «Сейчас мы можем превратить этот кусок в «коврик мира» нашей группы. Я напишу на нем имена всех детей, а вы должны помочь мне его украсить».

Этот процесс имеет очень большое значение, так как благодаря ему дети символическим образом делают «коврик мира» частью своей жизни. Всякий раз, когда разгорится спор, они смогут использовать его для разрешения возникшей проблемы, обсудить ее. «Коврик мира» необходимо использовать исключительно с этой целью. Когда дети

привыкнут к этому ритуалу, они начнут применять «коврик мира» без помощи воспитателя, и это очень важно, т.

к. самостоятельное решение проблем и есть главная цель этой стратегии. «Коврик мира» придаст детям внутреннюю уверенность и покой, в также поможет им сконцентрировать свои силы на поиске взаимовыгодного решения проблем. Это прекрасный символ отказа от вербальной или физической агрессии.

Вопросы для обсуждения:

- Почему так важен для нас «коврик мира»?
- Что происходит, когда в споре побеждает более сильный?
- Почему недопустимо применение в споре насилия?
- Что вы понимаете под справедливостью?

"Король" Взрослый: «Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого? Я хочу предложить вам игру, в которой вы сможете побыть королем. Не на - всегда, конечно, а всего лишь минут на 10. Все остальные становятся слугами и должны делать все то, что приказывает король. Естественно, король не может отдавать приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей. Но он может позволить себе многое. Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы ему все подавали и т.д. Кто хочет стать первым королем?»

Со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. За 1 раз в роли короля могут быть 2-3 ребенка. Когда время правления короля закончится, все вместе обсуждаем полученный опыт.

- Как ты чувствовал себя, когда был королем?
- Что тебе больше всего понравилось в этой роли?
- Легко ли было отдавать приказы?
- Что ты чувствовал, когда был слугой?
- Когда королем был Игорь, он был для тебя добрым или злым королем?

"Неожиданные картинки" Взрослый: «Сядьте в один большой круг. Возьмите себе каждый по листу бумаги и подпишите свое имя с обратной стороны. Потом начните рисовать какую - либо картину (2 мин.). По моей команде перестаньте рисовать и передайте начатый рисунок соседу справа. Возьмите гот лист, который передаст вам ваш сосед слева, и продолжите рисовать начатую им картину (2-3 мин.) и т.д.». Игру можно проводить под музыку. Как только музыка останавливается, дети меняются рисунками. В конце упражнения каждый ребенок получает ту картину, которую он начал рисовать. Затем обсуждаем:

- Нравится ли тебе рисунок, который ты начал рисовать?
- Нравится ли тебе дорисовывать чужие рисунки?
- Отличаются ли эти рисунки от тех, которые вы рисуете обычно? Чем?

"Пчелы и змеи" Взрослый: «Я хочу предложить вам сыграть в игру под названием "Пчелы и змеи". Для этого вам нужно разбиться на две примерно равные по размеру группы. Те, кто хочет стать пчелами, отойдите к окнам, а те, кто хочет играть в команде змей, подойдите к стене напротив. Каждая группа должна выбрать своего короля. А теперь я расскажу вам правила игры. Оба короля выходят из комнаты и ждут, пока их не позовут. Затем я спрячу два предмета, которые короли должны разыскать в комнате. Король пчел должен найти мед - вот эту губку. А змеиный король должен отыскать ящерицу - вот этот карандаш. Пчелы и змеи должны помогать своим королям. Каждая группа может делать это, издавая определенный звук. Все пчелы должны жужжать: жжжжжжжжжж... Чем ближе их король подходит к меду, тем громче должно быть жужжание. А змеи должны помогать своему королю шипением: шшшшшшшшшшш... Чем ближе змеиный король приближается к ящерице, тем громче должно быть шипение.

Теперь пусть короли выйдут, чтобы я смогла спрятать мед и ящерицу. Пчелы и змеи могут рассестись по своим местам. Внимательно следите за тем, насколько ваш король удален от своей цели. Тогда вы легко сможете ему помочь, повышая громкость жужжания или шипения при его приближении к цели и понижая при удалении. Пожалуйста, помните о том,

что во время этой игры вы не имеете права ничего говорить. Мне очень интересно узнать, кто из королей окажется первым».

Анализ упражнения:

-Твоя группа хорошо помогала королю?

-Вместе ли вы усиливали или уменьшали звук?

-Как пчелы взаимодействовали друг с другом?

-Как змеи взаимодействовали друг с другом?

-Как ты чувствовал себя в роли короля?

-Что для тебя было самым трудным в этой роли?

-Ты остался доволен своими подданными?

-Как вы считаете, губку, и карандаш искать было одинаково легко?

"Поводыри" Играющим предлагается разбиться на пары. Один с закрытыми глазами стоит впереди. Другой на расстоянии вытянутой руки, чуть касаясь спины впереди стоящего, встает с закрытыми глазами. Поводырь сначала медленно начинает передвигаться по помещению, "слепой" следует за ним, стараясь не потеряться. Постепенно траектория и скорость движения увеличивается. Игра продолжается 5 минут, затем пары меняются ролями.

6. Релаксационные упражнения, психогимнастика

Цель: создание образов достижения (установка на доброжелательные отношения между детьми группы детского сада); снятие излишнего мышечного напряжения

«Спасибо за прекрасный день» Взрослый: «Встаньте в круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит 3 ребенок, берет за свободную руку либо 1, либо 2 ребенка, пожимает и говорит: «Спасибо за приятный день» Т.о. группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний ребенок, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук. Этим игра завершается.

«Сходство и различие» Взрослый: «Кто из вас иногда радуется, когда обнаруживает, что в чем-то он похож на других детей? А кто из вас бывает, доволен тем, что в чем-то отличается от остальных? В каждом из нас есть и то и другое. Разбейтесь на пары, и пусть каждая пара сядет за свой стол. Найдите 8 характеристик, которые есть в вашей паре у обоих, а затем 8 характеристик, которыми вы отличаетесь. Теперь нарисуйте две картинки. На одной должно быть изображено что-то такое, чем вы похожи. А другая должна изображать одно, но важное различие между вами».

«Круг друзей» Стоя или сидя в круге, всем взяться за руки, пожать их, посмотреть по очереди на всех. Психолог хвалит детей. Дети припоминают ход занятия, рассказывают об играх, в которые играли, прощаются с психологом.

«Поездка за город» Взрослый: «Представьте, что вы во сне. Видите, как будто мы в автобусе. Кто-то сидит за рулем, а кто-то едет пассажиром. Мы по знакомой улице нашего города. Рядом сидят дети из группы и в (смотрят друг на друга. Нас обгоняет машина «Жигули». Ты слышишь шум мотора. Автобус выезжает за город, мчится по пустому шоссе, притормаживает и съезжает на полянку. Вместе со всеми ты выходишь из автобуса, и сразу ласковыми лучами дотронулось солнышко до твоего лица. Птички поют. В траве стрекочут кузнечики, а в воздухе летают стрекозы и бабочки. Ты чувствуешь, что тебе тепло и приятно на этой полянке. Слышишь голос воспитателя. Он объясняет правила твоей любимой игрысоревнования. Ты договариваешься с детьми, как вы будете играть, распределяете между собой роли. Игра начинается.. И сразу ребята из другой команды начинают выигрывать. Противники сильнее, но они все твои друзья. А победить хочется. Ребята из твоей команды дружные, ловкие, честные, и счет выравнивается. Твоя команда начинает выигрывать. Победа! Радость велика. Жмете друг другу руки. Улыбаетесь. Открываем глаза. Встаем. Потягиваемся».

«Моя комната» Взрослый «Мы закрываем глаза и видим теплую, уютную, освещенную лампой комнату. Тебе даже сейчас показалось, что это твоя комната, но теперь ты рассматриваешь незнакомые предметы круглый стол, старинный диван, стулья с высокими спинками вокруг стола, камин, толстый пушистый ковер на полу. Открылась дверь в комнату, вбежал мальчик, а за ним девочка. Ребенок одет в твою одежду, в руках у него твои игрушки. Он идет к тебе навстречу ты готов сказать ему самые хорошие слова, какие знаешь. Ведь: ты сам в комнате, в одежде, с игрушками. Проговори про себя самые хорошие слова: добрый, ласковый, приветливый, скромный, честный, уступчивый. (Пауза.) А теперь потянулись, улыбнулись, резко вдохнули, глаза открыли».

«Уборка» Взрослый «Мы закрываем глаза ... и видим, как будто ты вместе с детьми выходишь на прогулку. Спускаешься по лестнице, считаешь ступеньки: один, два, три ... десять, выходишь из здания детского сада и следуешь на свой участок. Слышишь голос воспитателя. Он говорит: «Дети, в начале прогулки мы немного потрудимся, уберем опавшие листья с участка, подметим веранду и дорожки». Мальчики берут грабли и сгребают в кучи опавшие листья, другие дети уносят листья на носилках на хозяйственный двор. Девочки подметают веранду, складывают в порядок игрушки чисто выметают дорожки. Шумят листьями огромные деревья. Кругом очень тихо и шум листвы долетает отчетливо ясно. Ты видишь себя вместе с детьми. Делаешь то же самое, что делают дети, но стараешься никому не мешать. У тебя быстро получается, а вот друзья не закончили работать, поэтому тебе хочется им помочь. И что же ты делаешь? Да ты подходишь к ним и трудишься вместе с ними. Радостно чувствовать себя помощником. Ра-дост-но. Радостно! Притянулись, улыбнулись, глубоко вдохнули. На выдохе глаза открыли».

«Мороженое из страны Перепутаницы» Педагог говорит детям, что Старичок-гусачок прислал им из Перепутаницы угощение – мороженое. Только мороженое у него, как и все в его стране, необычное - его нужно изобразить самим. Дети под музыку для релаксации изображают таяние мороженого с «растеканием» его по полу и расслаблением.

«Приход в детский сад» Взрослый «А теперь закроем глаза и представим себе, что утром ты подходишь к двери детского сада, открываешь ее, поднимаешься по лестнице и считаешь ступеньки: «Один, два, три ... десять». Заходишь в раздевалку, приветливо здороваешься с детьми, которые пришли раньше тебя в детский сад, раздеваешься, вещи складываешь в шкафчик, заходишь в группу. До завтрака есть еще время и можно поиграть. Хочется поиграть с другом. Он уже в группе, подходишь к своему другу, ласковым голосом приглашаешь играть. Друг (или подружка) рад видеть тебя. И вы вместе решаете, какую игру взять. Вы друг друга уважаете, никогда не обижаете. В споре другу уступаете, Дружно, весело играете. Радостно, приятно, игра ладится. Ты улыбаешься, потягиваешься, глубоко вдыхаешь, глазки открываются. Встали, потянулись, опустили руки».

«Летний денек» Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

Я на солнышке лежу, Но на солнце не гляжу.

Глазки закрываем, глазки отдыхают.

Солнце гладит наши лица, Пусть нам сон хороший снится.

Вдруг мы слышим: бом-бом-бом!

Прогуляться вышел гром. Гремит гром, как барабан.

«Замедленное движение» Дети садятся ближе к краю стула, опираются о спинку, руки свободно кладут на колени, ноги слегка расставляют, закрывают глаза и спокойно сидят некоторое время, слушая медленную, негромкую музыку:

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая.

Замедляется движенье, исчезает напряженье.

И становится понятно – расслабление приятно!

«Снежная баба» Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает

припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекаясь по земле.

«Птички» Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любят его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

«Макароны» Взрослый «Встаньте все вместе вплотную друг к другу и опустите руки вниз. Представьте, что вы — пучок макарон, которые подают на обед. Вы в кастрюле с водой. Сейчас я включу плиту, и макароны начнут вариться. Макароны варятся и делаются все мягче и мягче. Они медленно, очень медленно опускаются на дно кастрюли легким красивым клубком... А когда я крикну «Кетчуп!», вы можете снова встать, осмотреть свои ладони, руки и ноги и почувствовать, какие вы замечательные».

«Облака» Дети лежат на ковре. Взрослый говорит: «Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака — такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. Вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие, все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно обнимает вас, это пушистое и нежное облако... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке. А сейчас снова вернулись обратно в детский сад».

«Падающее перо» Взрослый «У меня в руке маленькое пушистое перышко. Посмотрите, как мягко оно падает на пол, когда я его отпускаю. Сейчас я отпущу его, а вы считайте вслух: давайте узнаем, сколько времени потребуется перышку, чтобы долететь до пола. Мы можем посчитать вместе: раз... два... три... четыре... пять... Теперь встаньте здесь. Представьте, что каждый из вас — маленькое красивое перышко, которое выпало из крыла птицы, пролетевшей над землей. Вы будете медленно и мягко опускаться вниз, на пол, парить как перышко, и при этом считать до пяти. На счете три, вы, вероятно, уже будете почти лежать на полу... Когда вы долетите до пола, полежите там несколько мгновений совершенно расслабленно. Пока вы летите, я буду громко считать вслух. Начали: раз... два... три... четыре... пять...»

«Мороженое» Взрослый «Встаньте ровно и поднимите руки над головой. Выпрямитесь. А сейчас каждый из вас должен представить, что он — вафельный стаканчик со своим любимым мороженым. Какого вы вкуса?.. А цвета?.. Вы очень вкусные; представьте, что кто-то начал вас медленно есть. Это очень хорошо, вас медленно, очень медленно едят! Почувствуйте, как вы становитесь все меньше и меньше. Почувствуйте, как все больше и больше таете, и в конце концов от вас не остается ничего, что можно было бы еще съесть. Совсем медленно вы можете опуститься на пол, чтобы показать мне, что этот прекрасный вафельный стаканчик целиком и полностью съеден... И когда вы ляжете на пол, то можете отдохнуть, помечтать и подождать, пока я не скажу всем вам, что вы можете снова встать».

«Сон» звучит спокойная приятная релаксационная музыка. Взрослый «Наступила пора отдыха. Ложись на мягкую «травку». Закрывай глазки. Ты лежишь и наслаждаешься покоем. Слышишь треск горящих поленьев костра, пение птиц. Чувствуешь, твое тело наливается добротой и лаской. Ты становишься все добрее и добрее. Ты любишь всех, кто тебя окружает. Тебе приятно и легко. Наш огонек медленно утихает, и тебе пора возвращаться в детский сад, на счет «три» ты откроешь глаза. Ты полон сил, бодр и спокоен».