

## ***ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ЗНАКОМСТВО ДЕТЕЙ ДРУГ С ДРУГОМ, СОЗДАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ, РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ.***

В дошкольном детстве впервые возникает деятельность, свободная от влияния взрослых, - общение со сверстниками. От того насколько успешно складывается это общение, зависит темп развития ребёнка, его самоощущение, самооценка, отношение к другим людям. Дошкольник не может обойтись без сверстников, однако, его общение с ними без помощи взрослых почти всегда оказывается малоэффективным. Ребёнка надо учить выражать свои эмоции и желания, сочувствовать и помогать другому человеку, достойно выходить из конфликтной ситуации, мириться, различать допустимое и недопустимое поведение.

### **«Назови себя.»**

**Цель:** позволяет участникам познакомиться друг с другом, привыкнуть, адаптироваться к новой среде.

**Ход игры:** Упражнение проводится в кругу. Каждый участник называет себя по имени (если хочет, может что-то рассказать о себе).

### **«Снежный ком.»**

**Цель:** позволяет детям скорее запомнить имена, друг друга, установить контакт.

**Ход игры:** Первый участник (например, слева от ведущего) называет свое имя. Следующий повторяет его, и, называет свое. И так по кругу.

Упражнение заканчивается, когда первый участник назовет по именам всю группу

### **«Ласковое имя.»**

**Цель:** упражнение так же позволяет детям запомнить имена друг друга, способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

**Инструкция:** «Вспомните, как вас ласково зовут дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадет, называет одно или несколько своих ласковых имен. Кроме того, важно запомнить, кто каждому из вас бросил мячик. Когда все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдет в обратную сторону. Теперь нужно стараться не перепутать и бросить мяч тому, кто в первый раз бросил его вам, а, кроме того, произнести его ласковое имя».

### **«Давайте поздороваемся.»**

**Цель:** развитие воображения, создание психологически непринужденной атмосферы.

**Ход игры:** В начале упражнения ведущий рассказывает о разных способах приветствия, принятых и шуточных. Затем детям предлагается поздороваться, прикоснувшись плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться посредством его.

### **«Встаньте те, кто...»**

**Цель:** развивает наблюдательность, позволяет детям лучше узнать друг друга. **Ход игры:** Ведущий дает задание: «Встаньте те, кто...

- любит бегать;
- радуется хорошей погоде;
- имеет младшую сестру;
- любит дарить цветы и т. д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети. После завершения всем задаются вопросы, подводятся итоги игры: «Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто у нас в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра?» Затем вопросы усложняются (включают в себя две переменные): «Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру?». Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам — ему помогает группа.

### **«Представь свое имя в движении.» (с 6 лет)**

**Цель:** игра помогает детям запоминать имена своих товарищей, вызывает положительные эмоции и формирует чувство группового единства. В этом упражнении каждый получает шанс выразить себя и привлечь к себе внимание.

**Ход игры:** Дети сидят в кругу. Поочередно, по часовой стрелке, дети делают телодвижения, подсказывающее их имя. Упражнение более эффективно, если попросить всех повторять имена и телодвижения.

### **«Представься с помощью куклы.» (с 5 лет)**

**Цель:** помогает снять напряжение и неуверенность, позволяет детям лучше узнать друг друга.

**Материал:** две куклы разного пола, желательно в рост ребенка, или перчаточные куклы.

**Ход игры:** Ребенку предлагают представиться с помощью куклы и рассказать о себе. Ведущий и дети могут задавать вопросы, уточнять. Например: Твоя любимая игра? Как в неё играть? Любимое животное? Почему? Самая вкусная еда на свете? О чём ты мечтаешь? и т.д.

### **«Переходы.»**

**Цель:** игра переводит внимание на внешность детей, позволяет осознать внешние сходства и отличия.

**Ход игры:**

А) Воспитатель просит детей внимательно посмотреть друг на друга: «У всех у вас волосы отличаются по цвету. Теперь поменяйтесь местами, так, чтобы крайним справа вот на этом стуле, сидел тот, у кого самые светлые волосы, рядом с ним — у кого они потемнее, а крайним справа, на этом стуле, был тот, у кого самые темные волосы. Начали...» Взрослый помогает детям, подходит к каждому, прикасается к волосам, советуется с остальными, куда его посадить, и т. д.

Б) Задание то же, что и в предыдущем варианте, только дети должны поменяться местами по цвету глаз.

### **«Опиши друга.»**

**Цель:** развитие наблюдательности и умения описывать внешние детали.

**Ход игры:** упражнение выполняется в парах (одновременно всеми участниками). Дети стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера. Потом описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько ребенок точен.

### **«Что изменилось?»**

**Цель:** развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения.

**Ход игры:** Каждый ребенок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты. За это время производится несколько изменений в одежде, причёске детей, можно пересесть на другое место (но не больше 2 - 3 изменений; все произведенные изменения должны быть видимы). Задача водящего подметить произошедшие изменения.

### **«Мое настроение.»**

**Цель:** развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроение других, стимулирование эмпатии.

**Ход игры:** Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, физическим состоянием, показать его в движении. Все зависит от фантазии и желания ребенка.

### **«Передача чувств.»**

**Цель:** научить детей передавать различные эмоциональные состояния невербальным способом.

**Ход игры:** Ребенку дается задание передать «по цепочке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Когда дети передали его по кругу, можно обсудить, какое именно настроение было загадано. Затем ведущим становится любой желающий. Если кто-то из детей хочет побыть ведущим, но не знает, какое настроение загадать, воспитатель может помочь ему, подойдя и подсказав ему на ушко какое-нибудь настроение.

### **«Цвета эмоций.»**

**Цель:** развитие воображения, выразительных движений.

**Ход игры:** Выбирается водящий, по сигналу он закрывает глаза, а остальные участники задумывают между собой один из основных цветов. Когда водящий откроет глаза, все участники своим поведением, главным образом эмоциональным, пытаются изобразить этот цвет, не называя, а водящий должен его отгадать. Можно разделить на две команды, при этом одна команда будет изображать цвет (поочередно или одновременно), а вторая — отгадывать.

### **«Тихий разговор.»**

Цель: формирование умения передавать определенное смысловое содержание невербальным способом.

Ход игры: Участники садятся в круг. Задание — невербально сказать выбранному партнеру фразу (которую взрослый предварительно шепнул ребенку на ушко). Каждый по очереди выполняет задание без слов. Остальные наблюдают и определяют «произнесенную» фразу.

### «Собери пиктограмму.»

Цель: развивает умение дифференцировать различные эмоциональные состояния по мимическим проявлениям.

Ход игры: Каждому ребенку дается пиктограмма определённого эмоционального состояния, разрезанная на несколько частей. Задача участников – как можно быстрее и правильно собрать пиктограмму. Как вариант, можно самому пантомимикой изобразить это состояние.

### «Подарок другу.»

Цель: развивать умение невербально «описывать» предметы.

Ход игры: Один ребенок становится «именинником», остальные дарят ему «подарки», передавая движениями и мимикой свое отношение к «имениннику».

### «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся.»

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Ход игры: Упражнение выполняется в парах, с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2—3 минуты):

- ◆ Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь лучше узнать своего соседа. Опустите руки.
- ◆ Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.
- ◆ Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы снова друзья.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

### «Передай улыбку по кругу.»

Цель: выполнение группового правила, обмен переживаниями.

Ход игры: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, улыбнуться соседу.

### «Сижу, сижу на камушке.»

Цель: развитие эмпатии, умения выражать поддержку другому человеку (сверстнику).

Ход игры: Игроки становятся в хоровод и поют, а один (или несколько) садятся на корточки в круг, накрыв голову платочком.

Сижу, сижу на камушке,  
Сижу на горячем,  
А кто ж меня верно любит,  
А кто ж меня сменил,  
Меня сменил-переменит,  
Еще приголубит?

После этих слов любой желающий может подойти и погладить сидящего в кругу по голове, обнять, сказать ласковые слова (приголубить). Затем он уже сам садится в круг и накрывает голову платочком. Его «голубит» следующий желающий.

### «Эмоции героев.»

Цель: способствовать развитию эмпатии, умения оценить ситуацию и поведение окружающих.

Ход игры: Взрослый читает детям сказку. Ребенку заранее выдаются маленькие карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний. В процессе чтения ребенок откладывает на стол несколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, в какой ситуации и почему ему кажется, что герой был весел, грустен и т. д. В эту игру лучше играть или индивидуально или в малой подгруппе. Текст сказки должен быть невелик и соответствовать объему внимания и памяти детей определенной возрастной группы.

### Этюд на различные позиции в общении.

Цель: прочувствование различных позиций в общении.

Ход игры: Дети разбиваются на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: «Мое любимое животное», «Мой самый радостный день в прошлом месяце» и пр. Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами), затем партнеры, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор. В заключение, у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения: как больше понравилось общаться, почему?

### «Интонация.»

Цель: развитие у детей понимания и чувствования друг друга, дифференцировка слухового восприятия, развитие эмпатии.

Ход игры: Ведущий вводит понятие интонации. Затем детям предлагается по очереди повторить с различными чувствами, с различной интонацией различные фразы (зло, радостно, задумчиво, с обидой). Как вариант, можно интонационно проиграть и обсудить диалог сказочных героев.

### «Рисование.»

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Ход игры: Детям дается задание — «Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите каким-нибудь волшебным средством понимания». Рисование проводится под тихую, спокойную музыку, красками или яркими мелками, фломастерами. Затем устраивается конкурс на самое доброе животное. В качестве жюри можно пригласить детей из другой группы. Победителю вручается картонная медаль - смайлик.