



**Материал подготовила инструктор
по физической культуре**

Прокопенко Ирина Владимировна

Консультация для воспитателей на тему:

«Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения»

Уважаемые коллеги! Предлагаю Вашему вниманию картотеку психологических игр и упражнений, которые способствуют развитию у дошкольников "эмоционального интеллекта" и помогают педагогу создавать в группе дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с воспитателем, облегчив тем самым процесс совместной деятельности. Предложенные игры будут интересны педагогам и всем взрослым, которые думают о психическом здоровье детей, об их эмоциональном опыте, о необходимом каждому человеку умении строить конструктивные отношения с другими людьми и позитивно относиться к себе. Сегодня особенно важно усиливать психологические связи между детьми, развивать их способность устанавливать и поддерживать контакты, ибо все больше и больше детей страдают от одиночества и изоляции.

Цели, которых можно достичь, организовав интерактивные игры с детьми

помочь детям ощутить единение с другими;
укрепить веру детей в то, что они сами могут управлять своей жизнью. показать детям, что значит уважение;
помочь детям научиться принимать решения — самостоятельно и в группе;
можем учить детей сочувствию;
помочь расцвету личности ребенка;
развивать в детях открытость и мужество выражать свое отношение к другим;
помочь детям справляться со своими страхами и стрессом;
показать детям, как можно жить без насилия;
помочь детям достичь баланса между стремлением к личной свободе и близким отношениям;
помочь детям открыть для себя искусство достигать внутренней гармонии и уравновешенности;
развить в детях чувство юмора; помочь детям развить в себе сильные стороны своего характера;

Игры. Чувство принадлежности к группе

Паутина

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Эта игра помогает детям познакомиться друг с другом и в ходе веселого и приятного общения занять свое место в группе. Поэтому ее хорошо использовать в начале совместной работы. Наряду с этим "Паутина" — прекрасный опыт для прочувствования сплоченности группы.

Материалы: Клубок ниток.

Инструкция: *Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас сейчас есть возможность сообщить нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе. Может быть, кто-нибудь из вас захочет рассказать о своей любимой игрушке, о том, что у него лучше всего получается, или о том, чем он любит заниматься в свое свободное время. У вас есть минута, чтобы подумать, что вы хотите рассказать нам о себе... (Возьмите клубок в руки и начните игру сами.)*

Меня зовут Ольга Васильевна, и я очень люблю петь... (Зажмите свободный конец нити крепко в руке и киньте клубок ребенку, сидящему напротив.)

Если хочешь, ты можешь назвать нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе.

Если ты ничего не хочешь говорить, то можешь просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему.

Таким образом, клубок передается дальше и дальше, пока все дети не окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины. Затем поговорите с детьми обо всем, что может способствовать групповой сплоченности. Спросите их: "Как вы думаете, почему мы составили такую паутину?"

После этого разговора нужно будет снова распустить паутину. Для этого каждый ребенок должен возвращать клубок предыдущему, называя его по имени и, может быть, пересказывая его рассказ о себе. Так продолжается до тех пор, пока клубок не вернется к Вам обратно. Возможно, иногда нить будет запутываться при попытке распустить паутину. В таких случаях можно с юмором прокомментировать ситуацию, сказав, что члены группы уже тесно "связаны между собой".

Анализ упражнения:

— Все ли высказались в ходе игры?

— Как ты чувствуешь себя сейчас?

— Чувствуешь ли ты себя теперь иначе, не так, как в начале игры?

— Трудно ли тебе было запоминать имена?

— Чьи рассказы тебя заинтересовали больше всего?

— Кто в группе вызывает у тебя любопытство?

Имя и движение

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Детям легче прочувствовать свою принадлежность к группе, когда они могут задействовать свое тело. Именно такая возможность и предоставляется им в

этой игре. Также она помогает детям в начале знакомства запомнить имена друг друга и дает им возможность представить себя группе самым необычным и фантастическим способом.

Детям нравится, что вся группа повторяет их жесты. По мере развития игры желание постоять в центре круга и "запечатлеть" свое движение в группе становится все более сильным. На несколько мгновений каждый ребенок становится Режиссером, по воле которого действуют все остальные, включая и учителя. При этом дети не только запоминают имена друг друга, но и получают прекрасную возможность посмеяться.

Инструкция: *Сядьте в один большой общий круг. Сейчас каждый из вас будет произносить свое имя и при этом делать какое-нибудь движение — руками, ногами, всем телом. Вся группа хором говорит имя ребенка и повторяет движение, сделанное им. Я начну первая. (После этого передайте ход своему соседу слева или справа).*

Анализ упражнения:

- Чьи имена тебе было легко запомнить?
- Чьи имена ты забывал?
- Чьи движения тебе понравились больше других?

Что я люблю делать...

ИГРА (с 6 лет)

Цели: В этом упражнении дети имеют возможность рассказать что-нибудь о себе, проявив при этом оригинальность и артистизм. Поскольку игра построена на принципе отгадывания, она нравится детям и развивает их любознательность.

Часто дети старшего дошкольного возраста — гениальные актеры. В этом упражнении Вы можете задействовать эту их склонность, при этом создавая для остальных ситуацию загадки. Однако не у всех детей в равной мере развиты артистические наклонности, поэтому очень важно, чтобы участие в игре было только добровольным. Следите, пожалуйста, за тем, чтобы дети начали высказывать свои предположения только после того, как выступающий ребенок завершил свою пантомиму.

Инструкция: *Я хотела бы, чтобы мы лучше узнали друг друга. Для этого я хочу предложить вам следующую игру. Один из нас выберет что-то, что он очень любит делать, и начнет без слов показывать нам это. Все остальные внимательно смотрят, что делает выступающий, и пытаются угадать, что он хочет сказать нам, но сами пока ничего не говорят. Как только выступающий завершит свою пантомиму, поблагодарив нас за внимание, мы можем начать высказывать наши догадки. После того, как все желающие выскажутся, мы сможем спросить выступавшего, есть ли среди нас те, кто понял его правильно. После обсуждения будет выступать следующий. Давайте я буду первой выступающей.*

В первый раз имеет смысл помочь детям. Через некоторое время они поймут смысл игры и смогут полностью насладиться этой формой импровизации.

Анализ упражнения:

- Из выступлений каких детей тебе удалось понять, что они любят делать?
- Кто из детей любит делать то же, что и ты сам?

- Кто из выступавших удивил тебя своими увлечениями?
- Трудно ли было объяснять что-либо другим без слов?
- Трудно ли было тебе отгадывать?

Машины

ИГРА (с 6 лет)

Цели: В ходе этой игры у детей высвобождается много энергии, и они с радостью объединяются в большие группы. Шаг за шагом количество взаимодействующих друг с другом детей увеличивается, пока вся группа не составит собой одну единую фантастическую машину. Игра пробуждает у детей положительные эмоции и веру в сплоченность класса.

Инструкция: *Вы можете представить машину, составленную из вас самих? Вначале игры каждый сам по себе должен быть просто человеком-машиной. Превратитесь в маленьких роботов. Побудьте старой моделью, которая передвигается резкими толчками и движениями. Возможно, время от времени ваш механизм функционирует недостаточно точно, что-то заедает, тогда "робот" останавливается и начинает двигаться слишком медленно или, наоборот, слишком быстро...*

Теперь разбейтесь на пары. Можете ли вы вместе стать единой стиральной машиной? Как вы будете двигаться? Что вы делаете при предварительной стирке? Как вы ведете себя при полоскании?

Теперь соберитесь в четверки. Теперь вы сами можете выбрать, какой машиной вы станете. Вы можете стать такими машинами, какие существуют на самом деле. А если захотите, можете придумать такую машину, какой и не существует вовсе. Соберитесь вместе и подумайте над следующими вопросами:

- Какую машину вы хотите составить?
- Из каких частей она будет состоять?
- Какой частью машины хочет стать каждый из вас?
- Должна ли машина издавать какие-либо звуки?

Когда вы выберете, какой машиной вы хотите стать, "запустите" ее для пробы. А другие дети должны будут угадать, что за машину вы придумали. (3-5 минут. Пусть все команды по очереди покажут свои машины.)

А теперь вы все вместе можете составить одну общую машину, которая будет двигаться и издавать звуки. Каждый из вас станет частью этой машины. В этот раз нам не нужно знать заранее, для чего данная машина существует. Это должен быть некий фантастический аппарат, которого никогда раньше не существовало. Первые из вас могут начать строить эту чудо-машину, а остальные пусть присоединяются сразу, как только найдут подходящее для себя место. Помните о том, что все составные части машины должны быть связаны друг с другом.

Анализ упражнения:

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Что тебе больше нравится — быть самостоятельной машиной или быть частью одной большой машины?
- Какая "машина" тебе понравилась больше всего?

— Что еще вы можете из себя сделать?

Только вместе!

ИГРА (с 6 лет)

Цели: В ходе этой игры дети получают возможность почувствовать то же, что и их партнер. Для этого им необходимо настроиться друг на друга. Очень хорошо, если у детей есть возможность поиграть в эту игру с разными партнерами.

Инструкция: *Разбейтесь на пары и встаньте, пожалуйста, спина к спине. Сможете ли вы медленно-медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? А теперь мне очень интересно, сможете ли вы точно также встать? Постарайтесь определить, с какой силой вам нужно опираться на спину своего партнера, чтобы обоим было удобно двигаться.*

Анализ упражнения:

— С кем тебе вставать и садиться было легче всего?

— Что было самым трудным в этом упражнении?

Все вместе!

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Эта игра годится для детей любого возраста, она уместна и в разновозрастной группе. Вам надо нарисовать на полу круг такого размера, чтобы озадачить детей сложной, но решаемой проблемой: как им всем разместиться на очерченном пространстве. Если вы захотите задачу усложнить, то можете попросить детей составить остров из газет, которые нельзя ни рвать, ни раздвигать.

Материалы: Мелки для рисования или листы газет.

Инструкция: *Вы видите перед собой на полу небольшой остров (нарисованный или составленный из газет — в зависимости от Вашего выбора). Мне очень интересно, сколько человек может разместиться на этом острове. Это на самом деле получился совсем небольшой островок, но, может быть, вы сможете придумать, как разместиться на нем вам всем.*

Друг к дружке!

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Это упражнение обеспечивает возможность контакта и взаимодействия почти всех детей друг с другом, также оно является быстрой освежающей разминкой во время перемены или отдыха. В этой игре дети могут почувствовать все свое тело. Кроме того, детям самого младшего возраста это упражнение помогает научиться более точно идентифицировать различные части тела.

Инструкция: *Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Вы покажете мне, насколько*

внимательно вы меня слушаете и насколько быстро вы можете сделать то, что я буду вам говорить. Сейчас у вас ровно пять секунд, чтобы выбрать себе партнера и быстро-быстро пожать ему руку... А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро "поздороваться" друг с другом:

— правая рука к правой руке!

— нос к носу]

— спина к спине¹.

Ну, что ж, это вы смогли сделать быстро. А теперь запомните, пожалуйста, следующее. Каждый раз, когда я крикну: "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 будете дотрагиваться друг до друга. Итак: "Друг к дружке! Ухо к уху!"

— бедро к бедру!

— пятка к пятке!

Пусть дети поменяют пять или шесть партнеров. Всякий раз называйте новые части тела, посредством которых дети должны вступать в контакт друг с другом.

Анализ упражнения:

— Понравилась ли тебе игра?

— Легко ли тебе было действовать столь быстро?

— Были ли названы такие части тела, которые ты не сразу понял?

Игры. Чувственное восприятие

Волшебная котомка

ИГРА (с 6 лет)

Цели: В этой игре дети должны понимать, что без слов хочет сказать им другой человек. Это весьма интересная, но в то же время и сложная задача для детей. Игра развивает любознательность и способность составлять из отдельных зрительных впечатлений целостный осмысленный образ.

Кроме того, эта игра может служить отличной разминкой перед работой, требующей от детей внимания и собранности.

Инструкция: *Я хочу поиграть с вами в игру под названием "Волшебная котомка". Сядьте, пожалуйста, в один общий круг.*

Вот моя Волшебная котомка. (Покажите детям с помощью пантомимы, что на полу перед Вами стоит большая сумка). Из этой Волшебной котомки я буду сейчас "доставать" разные вещи, а вы сможете увидеть их, но не наяву, а только с помощью своего воображения. Для того, чтобы вы смогли понять, что за вещь я "достала", я буду показывать, как пользоваться ею. Как только кто-нибудь из вас угадает, что именно я "достала из волшебной котомки", он должен встать со стула, но пока не должен ничего говорить. Когда все дети встанут, они смогут рассказать, что же они "увидели".

"Доставая разные вещи из волшебной котомки", Вы можете, например:

— забить молотком гвоздь

- очистить и съесть банан
 - развернуть и съесть принесенный из дома бутерброд
 - распилить бревно
 - разрезать ножницами бумагу
 - выпить стакан воды
 - записать что-нибудь в тетрадь
 - достать монеты из кошелька
- и т.д.

А теперь представьте, что Волшебная котомка стоит и перед вами. Кто хочет что-нибудь "достать" из нее?

Предоставьте детям достаточное количество времени для пантомимических загадок. В завершение Вы можете продемонстрировать дополнительные возможности Волшебной котомки. Например, "достаньте" из нее "отдельные детали автомобиля" и позовите детей на помощь.

Теперь нам нужно вытащить из нашей Волшебной котомки нечто очень большое и собрать из составных частей это нечто в центре класса. Кто догадается, что именно я делаю, может прийти мне на помощь, чтобы вместе "построить" этот большой предмет.

Попросите в конце этой работы всех детей окружить воображаемый автомобиль и осторожно "вынести" его из класса.

Анализ упражнения:

- Легко ли тебе было угадывать, что имели в виду другие участники игры?
- Что ты показывал сам?
- Какие люди часто используют язык жестов?
- Разговариваешь ли ты иногда с друзьями языком знаков?
- Понравилось ли тебе угадывать?

Иван да Данила

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Данная игра требует высокой концентрации внимания от обоих ее участников — "Ивана" и "Данилы". Тонкий слух и хорошая интуиция помогут им решить задачу. Игра сплачивает детей и является эффективным и увлекательным отдыхом перед каким-нибудь сложным занятием или после него.

Инструкция: *Я хочу предложить вам сыграть в игру под названием "Иван да Данила". Встаньте, пожалуйста, в один общий круг. Два игрока выходят в центр круга. Выберите, кто из вас будет Иваном, а кто — Данилой. Иван закрывает глаза и пытается поймать Данилу, крича ему: "Где ты, Данила?". Данила должен отвечать ему: "Тут я, Иванушка!", при этом Данила играет с открытыми глазами и пытается ускользнуть от Ивана. Естественно, и Иван, и Данила должны все время оставаться в пределах круга. Остальные дети должны смотреть, чтобы Иван не заблудился. У Ивана есть ровно одна минута на то, чтобы поймать Данилу. После этого играет следующая пара.*

Игры. Групповая сплоченность

Объятие

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Это очень увлекательная игра, которая особенно нравится детям старшего дошкольного возраста. Она позволяет детям физически выражать свои положительные чувства, тем самым способствуя развитию в классе групповой сплоченности. Стеснительным детям эта игра помогает более близко общаться с другими.

Упражнение вполне годится для "разогрева" класса в начале учебного дня. Проводя его, вы показываете свое стремление видеть перед собой единую сплоченную группу, объединяющую всех учеников класса, независимо от уровня их общительности.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Кто из вас еще помнит, что он делал со своими мягкими игрушками, чтобы выразить свое хорошее отношение к ним? Правильно, вы брали их на руки. Я хочу чтобы вы все хорошо относились друг другу и дружили между собой. Естественно, иногда можно и поспорить друг с другом, ведь когда люди дружны, им проще переносить обиды или разногласия. Я хочу, чтобы вы выразили свои дружеские чувства к остальным ученикам, обнимая их. Быть может, будет такой день, когда кто-нибудь из вас не захочет, чтобы его обнимали. Тогда дайте нам знать, что вы хотите пока просто посмотреть, но не участвовать в игре. Тогда все остальные не будут трогать этого ребенка. Я начну с легкого, совсем маленького объятия и надеюсь, что вы мне поможете превратить это объятие в более крепкое и дружеское. Когда объятие будет доходить до вас, любой из вас может добавить в него энтузиазма и дружелюбия, чтобы мы все сделали наши хорошие взаимоотношения еще более крепкими.

Проверьте, хочет ли сидящий рядом с вами ребенок участвовать в упражнении. Вы можете определить это по некоторым невербальным признакам. Но иногда вы можете спросить его и открыто: "Хочешь ли ты, чтобы я обняла тебя?" Большинство детей ответит вам: "Да". После этого начинайте первый кон игры, нежно и мягко обняв сидящего рядом с вами ребенка. Он в свою очередь спрашивает своего соседа, хочет ли он принять участие в игре, и если да, то обнимает его. Таким образом, дружеское объятие передается по кругу, пока не вернется к Вам. Мы надеемся, что, дойдя до Вас, оно станет более крепким и будет сделано с большим энтузиазмом.

Анализ упражнения:

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Почему хорошо обнимать других детей?
- Как ты себя чувствуешь, когда другой ребенок тебя обнимает?
- Берут ли тебя дома на руки? Часто ли это бывает?

Кошки, собаки, медведи и зайцы

ИГРА (с 6 лет)

Цели: Эта игра поможет Вам сформировать в своей группе культуру дружеского прикосновения и объятия. В ней зажатые и агрессивные дети получают отличный шанс найти способ удовлетворения своей потребности в тепле и близости. Использование мягких игрушек является своего рода катализатором, позволяющим сделать первый шаг в этом направлении.

Вам понадобятся четыре мягкие игрушки. Мы предлагаем Вам использовать для упражнения кошку, собаку, медведя и зайца, чтобы предоставить детям некоторое разнообразие возможных идентификаций. Эти игрушки должны постоянно находиться в классе. Время от времени предлагайте детям брать эти игрушки, держать их в руках и прижимать к себе.

Если Вы заметите, что, кто-то из детей испытывает выраженное чувство одиночества, Вы можете сказать ему, что одна из игрушек очень хочет забраться ему на руки. Вы можете спросить ребенка, в состоянии ли он в данный момент дать этой игрушке немного тепла и нежности.

Материалы: Четыре мягкие игрушки —кошка, собака, медведь и заяц

Инструкция: Я принесла вам четыре мягкие игрушки и оставляю их здесь, в группе. Чтобы они чувствовали себя счастливыми, им необходимо как минимум десять крепких объятий в день. В магазине, в котором я их купила, продавцы не могли обнимать их так часто, и от этого игрушкам было плохо. Теперь они довольны, что оказались здесь, потому что от вас они могут получить то, что им так нужно. Вы готовы позаботиться о них? Вы можете объяснить мне, почему нужно брать игрушки на руки и обнимать их?

Сейчас я положу игрушки на пол. Разбейтесь на примерно равные группы. Подойдите к той игрушке, которую вы хотели бы немного поласкать. Теперь пусть в каждой группе один из вас возьмет игрушку, приласкает ее и скажет ей что-нибудь нежное и приятное. Затем он должен будет передать игрушку своему соседу. Тот тоже должен обнять игрушку и сказать ей ласковые слова. Таким образом, игрушка проходит по кругу и получает все ваше тепло и нежность.

В завершение Вы можете предложить детям небольшое творческое задание. Младшие дети могут нарисовать игрушку, которой они давали тепло своей группе. Дети более старшего возраста могут придумать историю о том, как эта мягкая игрушка жила в магазине в ожидании того часа, когда она окажется, наконец, среди детей, которые так хорошо к ней относятся.

Источники консультационного материала

<http://www.universalinternetlibrary.ru/book/27476/ogl.shtml>

http://pedlib.ru/Books/1/0243/1_0243-16.shtml#book_page_top

<http://www.litsoch.ru/referats/read/247872>

<https://profilib.com/chtenie/64589/klaus-fopel-kak-nauchit-detey-sotrudnichat-psikhologicheskie-igry-i-uprazhneniya-chast-1-lib.php>

Рекомендуемая литература для дополнительного ознакомления

Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т. 4.— М.: Генезис,

Вахортова Е.К., Дятко Н.В., Сазонова Е.В. Экспресс-диагностика готовности к школе. Практическое пособие для педагога

"Игры для детских вечеринок" Клаус Фопель

Тренинг. Коучинг. Саморазвитие (К.Фопель)

Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения

"Создание команды. Психологические игры и упражнения." Клаус Фопель