

<p align="center"><b>«Зеркало»</b></p> <p><i>Цель:</i> наладить доверительные отношения с ребенком, посредством мимических упражнений учить управлять своими эмоциями, переключить малыша со слез на положительные эмоции.</p> <p>Воспитатель, находясь напротив ребенка, говорит: «Я знаю, ты расстроен, я понимаю твоё состояние. Ты расстроен вот так (копирует мимику ребенка). А еще ты наверно сердит. А сердимся мы вот так (Ребенок повторяет мимическое выражение). А когда мы радуемся у нас лицо вот такое (показ воспитателя, мы поднимаем бровки, делаем веселыми глазки, а губки растягиваются в широкую улыбку.» Предлагает ребенку: «А теперь ты попробуй, у тебя получится. Педагог вместе с ребенком меняют эмоции несколько раз, заканчивая упражнение на положительных эмоциях.</p> <p>1 вариант игры: взрослый копирует мимику ребенка; 2 вариант игры: ребенок копирует мимику взрослого.</p>	<p align="center"><b>Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»</b></p> <p><i>Цель:</i> снятие мышечного напряжения.</p> <p>В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой небольшими кубиками и т. д. и поиграть с ними:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;</li> <li>• собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;</li> <li>• приподнять как можно больше предметов на ладонях.</li> </ul> <p>После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения – около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течении одной минуты.</p>
<p align="center"><b>«Шарик возьми - стишок расскажи».</b></p> <p>Оборудование: воздушные шарики с изображением игрушек.</p> <p><i>Цель:</i> создать хорошее настроение; вызвать желание проговаривать знакомые стихи с воспитателем или хором; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Воспитатель предлагает детям выбрать любимый цвет шарика, надувают, смотрят-какая игрушка нарисована, про ту и рассказывают стихотворение.</p>	<p align="center"><b>Хороводная игра «Ау!»</b></p> <p><i>Цель.</i> Развивать внимательное отношение друг к другу, развивать способность преодолеть барьер в общении.</p> <p><i>Ход игры.</i> Ребёнок стоит в кругу с завязанными глазами, он потерялся в лесу. Дети водят хоровод, проговаривая слова «Петя (Маша), ты сейчас в лесу, мы поем тебе АУ! Ну-ка, глазки открывай поскорей, кто тебя позвал, узнай побыстрее. Кто-то из детей кричит ему: «Ау!» – и «потерявшийся» должен угадать, кто его звал.</p>
<p align="center"><b>«Коготки- царапки»</b></p> <p><i>Цель:</i> наладить контакт с ребенком.</p> <p>Взрослый читает стихотворение и изображает котенка: «У белого котенка мягкие лапки (поглаживает одной рукой другую). Но на каждой лапке коготки-царапки! (сжимает и разжимает пальцы)». Затем он предлагает ребенку изобразить котенка, можно предложить игру в паре: взрослый сначала гладит его руку, затем делает вид, что хочет «поцарапать» его «коготками» (в этот момент ребенок может быстро убирать руки). Затем взрослый и ребенок меняются ролями.</p>	<p align="center"><b>«Найди свою звездочку» (с воздушным шариком)</b></p> <p><i>Цель:</i> Вызвать положительные эмоции, воспитание доверительных отношений между детьми и взрослым, доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Воспитатель предлагает детям посмотреть, как он надует шарик. Но шарик этот не простой. (Надувается шарик с изображением звездного неба). Рассказ воспитателя о том, что у каждого есть своя звезда и предлагает детям найти свою звездочку и назвать ее своим именем, рассуждают о том, что небо у звезд общее и им вместе не тесно, и не скучно.</p>
<p align="center"><b>«Дай ручку!»</b></p> <p><i>Цель:</i> наладить контакт с ребенком.</p> <p>Педагог протягивает руку ребенку: «Давай здороваться. Дай ручку.» Не стоит проявлять излишнюю напористость, чтобы не напугать ребенка. Необходимо присесть, чтобы находиться с ребенком на одном уровне, смотреть в лицо друг другу.</p>	<p align="center"><b>«Найди свою улыбочку»</b></p> <p><i>Цель:</i> успокоить ребенка, переключить эмоции.</p> <p>Педагог говорит ребенку: «Тебе грустно? Ты наверно потерял свою улыбочку. Пойдем ее поищем». Подводит ребенка к зеркалу и предлагает улыбнуться, описывая при этом как он хорош, когда улыбается.</p>

**«Давай знакомиться!»**

*Цель:* формирование групповой сплоченности. Дети со взрослым становятся в круг. Ведущий держит мяч. Ребенок называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный участник ловит его, называет свое имя и имя следующего игрока...

**«Гусеница»**

*Цель:* формирование групповой сплоченности. Дети встают друг за другом и держатся за плечи. В таком положении нужно подняться и сойти со стула, проползти под столами, обогнуть «широкое озеро», пробраться через дремучий лес, спрятаться от «диких животных»...

**«Кленовые листочки»**

*Цель:* снятие мышечного напряжения. Под спокойную музыку взрослый раздает каждому ребенку кленовые листочки. Произносит: «Представьте, что вы - кленовые листочки. Пришла осень, ветер сорвал листочки с деревьев, и они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру». Дети, изображая листья, кружатся под музыку

**«Догонялки»**

*Цель:* снятие мышечного напряжения. Игра проводится с 2-3 детьми. Воспитатель побуждает детей убежать от куклы, прятаться за ширму. Кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: «Вот мои ребятки!».

**«Нам мешают слезки»**

*Цель:* успокоить ребенка, сбросить эмоциональное напряжение. Педагог берет за руку плачущего малыша, присаживается возле него и говорит: «Тебе грустно, давай поговорим, но тебе мешают слезки». Ребенку предлагают вырезанные из голубой бумаги капельки-слезки, их нужно хорошенько смять, скомкать. Ребенок успокаивается, выполняя задание. Взрослый может ему помочь.

**Игра «Рисунки на песке»**

*Цель:* снятие мышечного напряжения. Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапают дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.

**Игра «Разговор с игрушкой»**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения. Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т. д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

**Кто в кулачке?**

*Ход игры:* Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать, и просит его повторить. Возможно придется помочь ему убрать большой палец в кулак. Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения. «Кто залез ко мне в кулачок? Это, может быть, сверчок? (сжать пальцы в кулак) Ну-ка, вылезай! Это пальчик? Ай-Ай-ай! (выставить большой палец вперед)

**Игра: Лови-лови!**

*Оборудование:* палочка 0,5-0,75м с прилепленной лентой, на конце легкий мячик. Все становятся в круг, ведущий с палочкой в центре (сначала взрослый, затем может быть ребенок) «Лови-лови! –говорит ведущий, подходя то к одному, то к другому ребенку. Задача участников игры- схватить мяч, который почему-то все время подлетает вверх, заставляя тянуться, подпрыгнуть.

**Выдувание мыльных пузырей!**

*Ход игры:* Воспитатель выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, а не дует в неё. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись пола. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдуть пузыри. (напрягать мышцы полезно для развития речи)

**Хоровод.**

*Ход игры:* Воспитатель держит ребенка за руки и ходит по кругу, приговаривая: Вокруг розовых кустов, Среди травок и цветов, Кружим, кружим хоровод, До того мы закружились. Что на землю повалились. БУХ! (при произнесении последней фразы можно упасть или присесть)

**Чей голосок?**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения. Дети садятся полукругом, ведущий — спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает по имени ведущего, который, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голос он услышал. Сначала дети окликают ведущего своим обычным голосом; со временем, когда они хорошо узнают друг друга, можно специально изменять интонацию, высоту голоса.

### **Соберем игрушки.**

*Ход игры:* пригласите ребенка помочь вам собрать разбросанные игрушки, в которые играл. Сядьте рядом с малышом, дайте в руки игрушку и вместе с ним положите её в коробку, корзинку. Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить её в коробку. Пока вы складываете игрушки, напевайте: «Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем, тря-ля-ля, тра-ля-ля, их на место убираем».

### **Мы топаем ногами.**

*Цель:* четко выполнять инструкции взрослого.  
*Ход игры:* выполняем движения согласно тексту. «Мы топаем ногами, мы хлопаем руками, киваем головой. Мы руки поднимаем, мы руки опускаем, мы руки подаем.» (дети берутся за руки, образуя круг) Мы бегаем кругом. Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой» все дети останавливаются.

### **Мяч**

*Ход игры:* Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив ладонь на голову, приговаривает: «Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!» После этого «мячик» убегает, а взрослый ловит его

### **Покажи нос.**

*Цель:* Развитие слухового внимания, обучение детей ориентации на своём теле. *Ход игры:* Дети стоят напротив воспитателя, который говорит: Раз, два, три, четыре, пять. Начинаем мы играть. Вы смотрите, не зевайте. И за мною повторяйте, что я вам сейчас скажу и при этом покажу. Далее взрослый показывает какую-либо часть тела на себе, а дети повторяют: «Уши-уши» - все показывают уши. «Глазки-глазки» - все показывают глаза. «Ручки-ручки» - все показывают руки. *Примечание:* Когда дети привыкнут к этой инструкции, воспитатель может путать, называет одну часть тела, а показывает другую. Дети не повторяют за взрослым. Воспитатель помогает интонацией.

### **Липучки.**

*Цель:* Отработка коммуникативных навыков детей, умения слушать инструкцию. *Ход:* Все дети под веселую музыку бегают по комнате. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они припевают (приговаривают): «Я липучка-приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «Липучки» берут за руку, присоединяя его к своей «липучке» компании. Затем они вместе ловят других детей. Когда все дети в группе станут «липучками», они начинают все вместе танцевать и напевать: «Мы липучки-приставучки. Будем вместе мы плясать»

### **Снеговик (снятие мышечного напряжения)**

Стоя представьте, что вы снеговик, которого только что слепили. Тело напряжено как замерший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «Тает» и повисает голова, затем плечи, расслабляются руки и т.д. В конце упражнения мягко упадите на пол и лежите, как лужица воды.

### **«Платочек»**

Все игроки встают в круг. Водящий встает в центр. Играет музыка.

1. Игроки незаметно за спиной передают платочек.
2. Водящий угадывает, указывая на кого – то из играющих.
3. Тот поднимает руки вверх, демонстрируя «пустые руки»
4. При обнаружении платка меняется водящий.

### **«Необычные мячики»**

*Цель:* развитие зрительно-двигательной координации, общей и мелкой моторики и социальных навыков ребенка.

(Берут корзину или ведро и складывают туда маленькие мячики из носовых платочков. Взрослый должен доставать из корзины мячики и кидать их ребенку, а ребенок должен их ловить. Затем наоборот ребенок должен закинуть эти мячики в корзину, а взрослый должен ловить корзиной эти мячики.)

### **Упражнение «Здравствуй, песочек!»**

*Цель* – снижение психофизического напряжения. Педагог просит «нежно», а потом сильно поздороваться с песочком», то есть различными способами дотронуться до песка:

· Ребёнок дотрагивается до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно;

### **Упражнение «Песочный дождик»**

*Цель* – регуляция мышечного напряжения, расслабление.

Песочная фея: «В моей стране может идти необычный песочный дождик и дуть песочный ветер. Это очень приятно. Вы сами можете устроить такой дождь и ветер. Смотрите, как это происходит»:

- Ребёнок легко /с напряжением сжимает кулачки с песком; затем медленно высыпает его в песочницу;
- Ребёнок дотрагивается до песка всей ладонью – внутренней, затем тыльной стороной;
- Ребёнок перетирает песок между пальцами, ладонями; Песочек в ответ тоже хочет поздороваться - посыпать на ваши пальчики «песочный дождь».

1. Ребенок медленно, а затем быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.
2. Ребенок закрывает глаза и кладет на песок ладонь с расставленными пальчиками, взрослый сыплет песок на какой-либо палец (называя его), а ребенок по возможности повторяет. Затем они меняются (ребёнок сыплет песок на пальцы взрослого и по возможности вместе проговаривают названия пальчиков)

### **Упражнение «Необыкновенные следы»**

*Цель:* развитие тактильной чувствительности, воображения.

- 1 «Идут медвежата» - ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок;
- 2 «Ползут змейки» - ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой;
- 3 «Прыгают зайцы» - ребенок кончиками пальцев ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
- 4 «Бегут жучки-паучки» - ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движения насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком, руками друг с другом – «жучки здороваются»).

### **Упражнение «Узоры на песке»**

*Цель:* закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.

Взрослый пальцем, ребром ладони, кисточкой в верхней части песочницы рисует различные фигуры (в соответствии с возрастными нормами освоения), простые/сложные узоры (прямые и волнистые дорожки, заборчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке, либо продолжить узор взрослого. «Сегодня мы с тобой будем украшать наш песочный дом. Посмотри, какие узоры на песке можно нарисовать. Нарисуй, как я... Придумай свой узор, рисунок.»

Этап разыгрывания игровых ситуаций. Детям предлагается набор игрового материала, они сами выбирают игрушки и самостоятельно играют в песочнице, придумывая различные сюжеты.