

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №4
«Малыш» городского поселения Терек» Терского муниципального района
Кабардино Балкарской Республики

**Консультация для воспитателей
на тему: «Роль воспитателя в сохранении
и укреплении психологического
здоровья детей»**

Педагог-психолог: Пашенцева А.А.

2023г.

Тема: «Роль воспитателя в сохранении и укреплении психологического здоровья детей».

Возрастающий интерес ученых и практиков к проблеме психологического здоровья детей в значительной степени обусловлен тем, что сегодня она занимает центральное место в деятельности психологической службы на первых ступенях образования. Задачам, связанным с сохранением и укреплением психологического здоровья отведено значительное место и в современных программах дошкольного образования.

Причины, обуславливающие как психологическое здоровье детей, так и его нарушение разнообразны. Их обычно условно делят на 2 группы: объективные (факторы среды) и субъективные, обусловленные индивидуально-личностными особенностями. Поскольку детские трудности, как свидетельствуют исследования, имеют более сильную связь с окружающей обстановкой, обратимся к факторам среды. Это семейные факторы, негативно влияющие на психологическое здоровье детей и неблагоприятные факторы, связанные с детским образовательным учреждением. Мы с вами поговорим о последнем.

Как показывают результаты исследований эмоциональное благополучие дошкольников в значительной степени определяется удовлетворенностью своими взаимоотношениями с «членами детского общества». Установление дружеских взаимоотношений со сверстниками способствует преимущественно благополучному эмоциональному состоянию ребенка, формирует позитивное отношение к миру, т.к. удовлетворяется важнейшая потребность ребенка в принадлежности к референтной малой группе, принятии и признании, дружеских отношениях. Ребенок, у которого данная потребность депривируется (не удовлетворяется), испытывает отрицательные эмоции. В дальнейшем это может стать причиной не только формирования негативного отношения к миру, но и серьезных нарушений в развитии его личности.

Важнейшим фактором, влияющим на положение ребенка в группе сверстников, характер взаимоотношений в «детском обществе», а значит и на эмоциональное благополучие ребенка в детском саду, его психологическое здоровье, является педагог, стиль его общения с детьми и система ценностей.

В зарождении и установлении духовной близости в системе «ребенок - взрослый» (наличие которой тесно связано с психологическим здоровьем ребенка) особо важная роль отводится воспитательному такту (понимание и принятие взрослым детской самобытности, учет возрастных возможностей, субъектного опыта ребенка) и личностной зрелости. Отсутствие данных качеств у воспитателя создает вероятность неблагоприятного состояния психологического здоровья у его воспитанников.

Значим и стиль педагогического общения (авторитарный, либеральный, демократический). Ученые обнаружили, что наиболее сильное влияние на характер межличностных отношений в детской группе оказывают такие параметры педагогического общения, как форма и модальность оценочных обращений к детям: соотношение мягких и жестких форм оценок, позитивных и негативных оценочных суждений.

Наиболее продуктивным является демократический стиль педагогического общения, которому характерны предвосхищающая позитивная оценка, превалирование положительных оценок деятельности дошкольников, мягких форм воздействия. В группах воспитателей демократического стиля руководства взаимоотношения детей отличаются наибольшей доброжелательностью, наименьшей конфликтностью, высоко развиты коммуникативные умения дошкольников.

Состояние психологического здоровья детей является одной из серьезнейших проблем детской психологии и педагогики. Мы живём в эпоху кризисов и социальных проблем. Тем не менее, в одних и тех же обстоятельствах люди ведут и чувствуют себя по-разному.

Что же позволяет человеку проявлять жизнестойкость? Что даёт ему силы для сохранения здоровья, душевного комфорта? Как помочь человеку уже с детства находить опору в себе самом? Ребёнок беспомощен, но мудрость взрослых даёт ему защиту, так как именно окружающие ребёнка взрослые способны создать приемлемые условия для его полноценного развития. Особенно интенсивно вопрос психологического здоровья разрабатывался в последнее время А.Д.Андреевой, Т.В.Вохмяниной, Н.И.Гуткиной, И.В.Дубровиной, В.В.Зацепиным, А.Б.Николаевой, В.Э.Пахальяном, Н.Н.Толстых, Н.В.Шуровой и другими. Авторы показали необходимость введения в научный психологический лексикон нового термина - "психологическое здоровье" и развели понятия "психическое здоровье" и "психологическое здоровье". Термин «психическое здоровье» имеет отношение, прежде всего к отдельным психическим процессам и механизмам, а термин «психологическое здоровье» относится к личности в целом. Если для психического здоровья норма – это отсутствие патологии, симптомов, мешающих адаптации человека в обществе, то для определения нормы психологического здоровья важно, наличие определенных личностных характеристик. Психологическое здоровье – понятие, которое включает нормальное эмоциональное, социальное, поведенческое самочувствие, наличие динамического равновесия между личностью ребенка и средой, тогда ключевым критерием становится адаптация ребенка к социуму.

Нарушениям психологического здоровья соответствует выраженное повышение тревожности, которое может привести к существенному снижению внимания, в особенности произвольного. У детей с защитной агрессивностью внутреннее напряжение может обусловить повышенную

двигательную активность, склонность к нарушениям дисциплины. Дошкольники, с наличием выраженных страхов, как правило, пребывают в состоянии постоянного напряжения, что обусловит повышенную утомляемость и снижение работоспособности.

Далее рассмотрим отдельно компоненты психологического здоровья – эмоциональный, социальный, поведенческий.

Об эмоциональном здоровье мы можем говорить, когда человек умеет контролировать свои эмоции: гнев, агрессию, страх, что приводит к лучшему самочувствию. У ребенка этот процесс происходит намного сложнее, чем у взрослого из-за неумения выразить чувство или справиться с длительными периодами негативного эмоционального состояния. Задачи, выдвигаемые для реализации данной цели:

1. Способствовать становлению базовых свойств личности: самооценки и образа «Я», нравственных ценностей, смыслов и установок, социально-психологических ценностей в системе отношений с другими людьми.
2. Учить осознавать свои эмоции и распознавать эмоциональные реакции других людей.
3. Помочь ребенку прожить определенное эмоциональное состояние; объяснить, что оно означает, и дать ему словесное обозначение;
1. Учить передавать эмоциональное состояние при помощи мимики и пантомимики.
2. Развитие и коррекция умения снимать эмоциональное напряжение, научить адекватно, выражать негативные эмоции.
3. Формировать положительную направленность в отношении себя и своего будущего.

Далее рассмотрим задачи, стоящие перед педагогами для достижения психологического здоровья дошкольников, а именно социального и поведенческого компонента.

1. Развивать открытость, умение выражать интерес друг к другу и свое отношение к другим.
2. Показать детям, что значит взаимное признание и уважение, сострадание и сочувствие.
3. Корректировать и развивать отношения, построенные на равноправии или готовности (способности) конструктивно решать вопросы, связанные с занимаемым положением (статусом) в группе, помочь детям ощутить единение с другими.
4. Коррекция и развитие коммуникативных навыков и умения без насилия разрешать конфликты.

5. Развитие функций сознания, самоконтроля и саморегуляции.
6. Развивать готовность помочь другому человеку, идти друг другу навстречу.
7. Учить проявлять терпение к недостаткам других, учить умению считаться с интересами других.

Далее предложены рекомендации для воспитателей и специалистов для достижения психологического здоровья дошкольников. Рекомендации взяты из книги Виктора Кляйна “Как воспитать счастливого ребенка”. А так же предложены игры и упражнения для сохранения психологического здоровья дошкольников, а именно игры на повышение самооценки, снижение уровня тревожности, развитие коммуникативных навыков и социальное воспитание.

Восемь «Золотых правил» воспитания счастливых и здоровых детей.

1. Формируйте правильную самооценку у ребенка.

Важнейшая характеристика каждой человеческой личности - ее самооценка. Свой собственный образ, закреплённый в нашем сознании, будет определять любое решение, которое придется принимать в жизни. Высокая самооценка дает ребенку смелость идти на риск, исследовать неизведанное, браться за что-то новое, иногда терпеть неудачи, но в конце концов побеждать.

Уметь принимать детей такими, какие они есть, любить их, конечно очень важно - и все же недостаточно. Говорить детям о том, как вы их любите, какие они замечательные, слишком мало для формирования у них высокой самооценки. Нужно, чтобы ценность личности измерялась какими-то реальными успешными делами. Для этого надо, чтобы ребенок умел что-то делать, отличался какими-то способностями или навыками, которые помогли бы ему заслужить признание и одобрение окружающих. Каждый ребенок должен преодолеть свои трудности, справиться с ними. Воспитатели могут их предвидеть и сделать так, чтобы у детей появились возможности, способности и силы влиять на свое окружение, на ход событий, одерживать победы. Надо, чтобы дети обязательно, знали, что они не беспомощные существа и от них самих многое зависит.

Для этого учите своего ребенка быть компетентным, выделяться в избранных им видах деятельности, делать кое-то дело лучше, чем большинство сверстников. И еще: у каждого юного человека должен быть близкий друг - хороший человек, который его любит. Родители могут сделать очень многое для того, чтобы укрепить такую дружбу.

1. Научите ребенка выражать любовь, проявлять свои чувства.

До того как к человеку придет настоящее чувство, он уже должен испытать, что такое любовь. Самый простой и надежный способ вырастить

ласковых, любящих детей - окружить их заботой и нежностью с самого детства.

3. Научите ребенка общаться.

Благополучное будущее наших детей в немалой степени зависит от их способности правильно общаться с окружающими. Их истинная человеческая сущность проявляется в том, насколько они умеют сотрудничать и взаимодействовать с другими людьми.

Шесть условий, которые способствуют воспитанию ребенка с хорошими социальными навыками.

1. Истинная, глубокая любовь, дающая ребенку ощущение полной защищенности.
 2. Открытость всем людям не только близким и родным.
 3. Внешняя привлекательность в одежде, манерах, но без чрезмерностей, что может отдалить от окружающих.
 4. Постоянная возможность у детей наблюдать примеры правильного социального поведения родителей, сверстников, друзей, гостей.
 5. Достаточно высокая самооценка, которая порождает у ребенка уверенность, что он достоин дружбы.
 6. Средний (как минимум) уровень развития речевых навыков, что способствует облегчению общения, умению поддержать разговор.
4. Воспитывайте у ребенка ответственность, совесть, честность.

Доктор Чарльз Е. Шафер, психолог из Нью-Йорка, недавно опросил пятьдесят родителей, которые вырастили достойных, благополучных людей. Он задал родителям такой вопрос: "Исходя из вашего личного опыта воспитания детей, какой совет вы бы дали молодым родителям?" Большинство советов сводилось к следующему: самое главное - воспитать в своих детях такие качества, как честность, ответственность, совесть, благожелательное отношение к другим людям.

Родители могут сделать очень многое, чтобы помочь детям обрести совесть, усвоить нравственные понятия. Это надо закрепить в младшем возрасте, пока дети не достигли бурной подростковой стадии, когда их стремления и привязанности переместятся от родителей к сверстникам.

1. Установите разумные правила работы и поведения в рамках четкой дисциплины.

Судя по многочисленным научным данным, можно сделать вывод, что дети с чувством собственного достоинства, высокой самооценкой, многое знающие и умеющие, были воспитаны так, когда к ним предъявлялись высокие требования. Ведущая роль принадлежит взрослым, которые имеют

свои убеждения и хорошо знают, что необходимо и полезно детям, что им понадобится в жизни. Это ведь не означало, что такие взрослые были тиранами, не допускавшими участия детей в принятии решений, ограничивавшими взаимное общение друг с другом. Всего этого было предостаточно. Но вместе с тем эти взрослые умели устанавливать необходимый порядок, организовать целесообразную деятельность детей, требовать дисциплинированного поведения.

Закрепление положительного опыта творит чудеса в мотивации детей, побуждая их к новой деятельности и успеху. В большинстве случаев положительный опыт гораздо эффективнее любого наказания.

Помните, что ответственными, знающими и умеющими дети становятся постепенно, это процесс, занимающий долгие годы.

6. Обеспечьте своего ребенка знаниями и умениями.

Изучение людей, которые отличались устойчивостью к стрессам, многое знали и умели, показало, что уже с самого младшего возраста они были деятелями. Поэтому педагогам стоит обдумать, как поощрять стремление детей заняться чем-то новым, как увлечь их разнообразной деятельностью. Заполните жизнь своих детей посильными трудностями, преодоление которых приведет их к успеху. Становясь старше, они смогут справляться с большими трудностями. Успех станет спутником их жизни. Они научатся не сдаваться. Они будут добиваться победы, не боясь поражений, потому что с малых лет обрели уверенность, что справятся с любым делом, дайте только срок.

Как известно, мозг человека, как и отпечатки пальцев, отличается уникальностью и неповторимостью, поэтому каждый ребенок отмечен врожденными природными склонностями. А это значит, что придется учитывать его индивидуальные сильные и слабые стороны. Здесь важно вот что: начать развивать способности, пробовать силы в раннем возрасте, чтобы приучить его к постоянной деятельности, ведущей к успеху. Но все это должно быть радостью, игрой, забавой, а не тяжелой повинностью.

7. Воспитывайте самостоятельность и независимость: не делайте за детей то, что они могут сделать сами.

Дети не приучатся к самостоятельности, если им нигде испробовать собственные силы, пережить неудачи.

8. Стимулируйте интеллект ребенка.

Развитие интеллекта ребенка можно как ускорить, так и замедлить с помощью стимулирующей среды. Серьезные научные эксперименты убеждают нас, что если родители специально организуют деятельность ребенка, то тем самым они создают благоприятные условия для стимуляции возникновения многих новых нейронных связей в коре головного мозга. Психолог Д.Мак-Вике Хант обнаружил, что, создавая стимулирующую

среду, можно повысить коэффициент умственного развития на двадцать пять - тридцать единиц. И напротив, понизить его до пятидесяти единиц, если с самого рождения ребенок будет расти в однообразной, угрюмой обстановке.

Самое важное здесь - не упустить время, потому что в раннем возрасте есть определенные периоды, когда мозг ребенка наиболее восприимчив к стимуляции развития тех или иных качеств и навыков. Если это время упустить, то позже будет гораздо труднее их усвоить. Поскольку родители обладают огромными возможностями для создания необходимой обстановки, для организации развития ребенка, то им и принадлежит решающая и ведущая роль в повышении его интеллектуального уровня, при условии, что они знают, что и когда им делать.

Далее предложены игры и упражнения, которые воспитатели могут использовать в работе с детьми для сохранения психологического здоровья дошкольников.

Игры и упражнения, направленные на повышение самооценки

«ЗАКОНЧИ ПРЕДЛОЖЕНИЕ»

Участники игры по очереди заканчивают предложения:

- Я хочу...
- Я умею...
- Я смогу...
- Я добьюсь...

Можно попросить ребенка объяснить тот или иной ответ. Упражнение способствует повышению уверенности в себе (собственных силах).

«НАЗОВИ СВОИ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ»

Каждый участник игры в течение нескольких минут рассказывает о своих сильных качествах, о том, что он любит, ценит, принимает в себе, о том, что дает ему чувство уверенности. Не обязательно говорить только о положительных качествах, важно, чтобы малыш говорил прямо, не умаляя своих достоинств.

Упражнение развивает способность думать о себе в позитивном ключе и не стесняться говорить о себе в присутствии других.

«ПОЕМ ВСЕ ВМЕСТЕ» (АВТОР В. В. ПЕТРУШИНСКИЙ)

Дети хором поют какую-нибудь всем известную песню. По сигналу ведущего, пение прекращается, и участники продолжают песню мысленно, «про себя». По второму сигналу, они начинают петь вслух. Тот, кто собьется, выбывает из игры и предлагает новую песню.

Игра помогает детям раскрепоститься, особенно она может быть полезна в тех случаях, когда вместе собирается несколько незнакомых друг другу

детей. Взаимодействие, которое спонтанно возникает по ходу этой игры, помогает детям установить контакт друг с другом.

РИСУНОК «Я В БУДУЩЕМ»

Ребенок должен нарисовать себя таким, каким хочет быть в будущем. Обсуждая с малышом рисунок, спросите, как он будет выглядеть, что будет чувствовать, какими будут его отношения с родителями, другими взрослыми, сверстниками.

Упражнение помогает ребенку осознать возможность преодоления в будущем собственных недостатков, формирует перспективу будущего и уверенность в собственных силах.

«КТО Я?»

Ребенку предлагается придумать как можно больше ответов на вопрос «Кто я?». Для описания себя используются характеристики, черты, интересы, чувства. Каждое новое предложение начинается с местоимения «я». Например: «Я - девочка», «Я - хороший человек», «Я - мамина дочка» и т.п. Взрослый следит за тем, чтобы ответы не повторялись. Если упражнение проводится в группе, то дети дают ответы по очереди. Здесь также важно, чтобы малыши не повторяли чужие ответы, а описывали именно себя.

Возможно, данное упражнение окажется сложным для 4-5-летнего ребенка, в этом случае ему понадобится ваша помощь, чтобы вместе найти как можно больше описаний детского Я.

Это упражнение дает возможность взглянуть на себя с разных сторон, лучше осознать себя, расширить представления о себе.

ПАНТОМИМА «ЧТО Я ЛЮБЛЮ ДЕЛАТЬ»

Цели: формирует группу и повышает личную самооценку.

Ход игры: образуйте круг и попросите детей средствами пантомимы показать то, что им особенно нравится делать. Не выдвигайте догадки" о том, что изображается, раньше, чем закончится пантомима. Все желающие участвовать в пантомиме должны получить такую возможность.

Игры и упражнения на развитие навыка общения

дошкольника со сверстниками

«ЗЕРКАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ»

Встаньте с ребенком в пару. Включите музыку, которая вам больше всего нравится. Взрослый начинает танец, выполняя несложные движения. Задача ребенка - повторить их, как будто в зеркальном отражении. Когда ребенок почувствует себя более свободно, предложите ему стать ведущим в паре.

«ПУТАНИЦА» (с 6 лет).

Цель: формирование группового единства. Ход игры: водящий выбирается считалкой. Он выходит из комнаты. Остальные дети берутся за руки и образуют круг. Не разжимая рук, они начинают запутываться - кто как умеет. Когда образовалась путаница, водящий входит в комнату и распутывает их, не разжимая рук у детей.

«ПЕРЕДАЙ ДВИЖЕНИЕ»

Дети становятся в круг и закрывают глаза. Взрослый, находясь в общем кругу, придумывает какое-нибудь движение (например, причесывается, моет руки, ловит бабочку и т.д.), затем «будит» своего соседа и показывает ему свое движение, тот «будит» следующего и показывает ему, и так - по кругу, пока все дети не «проснутся» и не дойдет очередь до последнего. Игра продолжается до тех пор, пока все желающие не загадают свое движение и не передадут его по кругу.

«ПОШЛИ ПИСЬМО» (с 6 лет).

Цель: развитие групповой сплоченности, наблюдательности, дает возможность каждому ребенку побывать в роли ведущего.

Ход игры: играющие дети стоят в кругу, крепко держась за руки. Водящий - почтальон - в центре круга. Он говорит: «Я посылаю письмо от Сережи к Лене». Сережа начинает передавать «письмо». Он пожимает руку своему соседу справа или слева, тот пожимает следующему и так дальше по кругу, пока «письмо» не дойдет до Лены. Цель почтальона - «перехватить» письмо, т. е. увидеть, у кого из детей оно находится. Ребенок водит до тех пор, пока письмо не будет «перехвачено». Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли почтальона.

«СБОРЩИКИ»

По полу разбросано большое количество разнообразных мелких предметов и игрушек. Участники игры делятся на группы по 3-4 человека и берутся за руки. По сигналу ведущего, каждая группа двумя свободными руками должна собрать как можно больше предметов. Во время собирания звучит веселая музыка. После того как все игрушки собраны, подсчитывается их число.

Игра помогает детям научиться координировать свои действия группе. По ходу игры внутри каждой группы или между ними мог возникнуть конфликтные ситуации, которые можно в дальнейшем использовать для ролевого разыгрывания.

Игры и упражнения на снижение

психо-эмоционального напряжения

«БРЫКАНИЕ» (АВТОР М. И. ЧИСТЯКОВА)

Ребенок ложится на спину на ковер. Ноги свободно раскинуты. Он начинает медленно брыкаться, касаясь пола всей ногой. Малыш поочередно брыкается левой и правой ногой, высоко поднимая их. Постепенно увеличиваются сила и скорость брыкания. При каждом ударе ребенок громко произносит: «Нет!», увеличивая интенсивность ударов.

Это упражнение помогает снять эмоциональное напряжение и способствует расслаблению мышц ног и корпуса.

«БРЫКАНИЕ»

Эта игра поможет ребенку расслабиться, снять напряжение, повысит его тактильную восприимчивость. Подготовьте предметы, сделанные из различных материалов. Это могут быть кусочки меха, стеклянные вещи, деревянные изделия, вата, что-нибудь из бумаги и т. д. Положите их на стол перед ребенком. Когда он их рассмотрит, предложите ему закрыть глаза и попробовать догадаться, чем вы прикасаетесь к его руке.

Примечание. Можно также прикасаться к щеке, шее, колену. В любом случае ваши касания должны быть ласковыми, неторопливыми, приятными.

«СОЛДАТ И ТРЯПИЧНАЯ КУКЛА»

Самый простой и надежный способ научить детей расслабляться - это обучить их чередованию сильного напряжения мышц и следующего за ним расслабления. Поэтому эта и последующая игра помогут вам это сделать в игровой форме.

Итак, предложите ребенку представить, что он солдат. Вспомните вместе с ним, как нужно стоять на плацу, - вытянувшись в струнку и замерев. Пусть игрок изобразит такого военного, как только вы скажете слово «солдат». После того как ребенок постоит в такой напряженной позе, произнесите другую команду – «тряпичная кукла». Выполняя ее, мальчик или девочка должны максимально расслабиться, слегка наклониться вперед так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Помогите им представить, что все их тело мягкое, податливое. Затем игрок снова должен стать солдатом и т. д.

Примечание. Заканчивать такие игры следует на стадии расслабления, когда вы почувствуете, что ребенок достаточно отдохнул.

«НАСОС И МЯЧ»

Если ваш ребенок хоть раз видел, как сдувшийся мяч накачивают насосом, то ему легко будет войти в образ и изобразить изменения, происходящие в этот момент с мячом. Итак, встаньте напротив друг друга. Игрок, изображающий мяч, должен стоять с опущенной головой, вяло висящими руками, согнутыми в коленях ногами (то есть выглядеть как ненадутая оболочка мяча). Взрослый тем временем собирается исправить это положение и начинает делать такие движения, как будто в его руках

находится насос. По мере увеличения интенсивности движений насоса "мяч" становится все более накаченным. Когда у ребенка уже будут надуты щеки, а руки с напряжением вытянуты в стороны, сделайте вид, что вы критично смотрите на свою работу. Потрогайте его мышцы и посетуйте на то, что вы перестарались и теперь придется сдувать мяч. После этого изобразите выдергивание шланга насоса. Когда вы это сделаете, "мяч" сдуется настолько, что даже упадет на пол.

Примечание. Чтобы показать ребенку пример, как играть надувающийся мяч, лучше сначала предложить ему побыть в роли насоса. Вы же будете напрягаться и расслабляться, что поможет и вам отдохнуть, а заодно и понять, как действует этот метод.

«ШАЛТАЙ-БОЛТАЙ»

Персонаж этой игры наверняка понравится гиперактивному ребенку, так как их поведение во многом схоже. Вы будете читать отрывок из стихотворения Маршака, а ребенок станет изображать героя. Для этого он будет поворачивать туловище вправо и влево, свободно болтая мягкими, расслабленными руками. Кому этого недостаточно, может крутить еще и головой.

Итак, взрослый в этой игре должен читать стихотворение:

Шалтай-Болтай
Сидел на стене.
Шалтай-Болтай
Свалился во сне.

Когда вы произнесете последнюю строчку, ребенок должен резко наклонить тело вперед и вниз, перестав болтать руками и расслабившись. Можно позволить ребенку для иллюстрации этой части стихотворения упасть на пол, правда, тогда стоит позаботиться о его чистоте и ковровом покрытии.

Игры и упражнения на коррекцию и развитие эмоций

«РОЛЕВАЯ ГИМНАСТИКА» (АВТОР В.ЛЕВИ)

Детям предлагается выполнить ряд упражнений.

1. Рассказать известное стихотворение шепотом,
с пулеметной скоростью,
со скоростью улитки,
как робот,
как иностранец.
2. Походить, как
младенец,
глубокий старик,
лев,

трусливый заяц.

3. Улыбнуться, как
кот на солнышке,
само солнышко.

4. Посидеть, как.
пчела на цветке,
наездник на лошади,
Карабас-Барабас.

5. Попрыгать, как
кузнечик,
маленький зайчик,
- лягушка,
кенгуру.

6. Нахмуриться, как
осенняя туча,
рассерженная мама,
разъяренный лев.

Игра направлена на снятие напряжения, эмоциональное раскрепощение, способствует расширению поведенческого репертуара ребенка.

«ПЕРЕДАЙ НАСТРОЕНИЕ»

Правила игры - те же, что и в предыдущей, только ведущий должен придумать настроение (грустное, веселое, тоскливое, удивленное и т.д.). 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.

«МАГАЗИН ИГРУШЕК»

Дети делятся на «покупателей» и «игрушки». «Покупатели» отходят на противоположный конец комнаты. «Продавец» подходит к каждому участнику игры и спрашивает, какой игрушке он хочет быть, они вместе придумывают, как лучше изобразить эту игрушку. «Игрушки» усаживаются в ряд на скамеечке, изображая товар, расставленный на полках в магазине. Дети - «игрушки» помощью пантомимы показывают «покупателям» себя. «Покупатель» должен отгадать, какую игрушку ему предлагают. Кто не угадает, уходит из магазина без покупки.

Игра направлена на развитие игровой инициативы, поддержку индивидуального замысла ребенка в сюжетно-ролевой игре, а также способствует развитию умения выполнять различные роли.

«СБОРЩИКИ»

По полу разбросано большое количество разнообразных мелких предметов и игрушек. Участники игры делятся на группы по 3-4 человека и берутся за руки. По сигналу ведущего, каждая группа двумя свободными руками должна собрать как можно больше предметов. Во время собирания звучит веселая музыка. После того как все игрушки собраны, подсчитывается их число.

Игра помогает детям научиться координировать свои действия группе. По ходу игры внутри каждой группы или между ними мог возникнуть конфликтные ситуации, которые можно в дальнейшем использовать для ролевого разыгрывания.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. М., 1997.
2. Ткачева В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений: папа, мама, я - дружная семья. М., 2000.
3. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы./Под ред. Дубровиной И.В. Екатеринбург, 2000
4. Андреева А.Д., Вохмянина Т.В., Воронова А.П., Чуткина Н.И. /под ред. Дубровиной М.В./ Руководство практического психолога. Психическое здоровье детей и подростков. М., 1995, 571с.