

Игры с правилами (игры-соревнования).

Само название игр говорит о том, что действия играющих определяются правилами. Поскольку правила в игре имеют силу закона, они должны неукоснительно выполняться участниками.

Почему же так важно научить ребёнка играть в игры с правилами?

☀️ Перед принятыми в игре правилами все игроки находятся в равном положении. Даже если кто-то устал или кто-то слабее или, наоборот, сильнее других, все должны соблюдать общие правила. Такая готовность соблюдать единые для всех нормы поведения является важной предпосылкой для законопослушного поведения человека.

☀️ Игра с правилами способствует овладению различными типичными формами взаимодействия со сверстниками: поочередными действиями, распределением функций внутри группы— все это способствует социальному развитию детей. Очень важно и то, что игры с правилами влияют на развитие способности договариваться между собой.

☀️ Игра по правилам прививает навыки социального поведения. А ведь в обществе люди общаются, следуя огромному количеству правил! Ребенку нужно стремиться не только получить приз, но и получить удовольствие от самого процесса – игры в коллективе. Ведь в будущем это станет основным стимулом в общении.

Можно использовать в своей практике следующие игры:

Воробьиные драки

Дети, присев на корточки и положив руки на колени, изображают воробышков. В такой позе, разбившись на пары, дети-воробьи «дерутся», т.е. толкаются. Тот, кто упал или убрал руки с коленей, - выбывает из игры. Дети, победившие в своей паре, образуют новые пары и продолжают игру до тех пор, пока не выявят самого ловкого воробья.

Эстафета зверей

Играющие делятся на 2-3 команды с равным количеством участников. Команды выстраиваются в колонны по одному и рассчитываются по порядку номеров. Играющие в командах принимают названия зверей. Например, первые номера – медведи, вторые – волки, третьи – лисы, четвёртые – зайцы, пятые – слоны, шестые- тигры и т. д. Каждый игрок запоминает, название какого зверя он получил.

Ведущий громко называет любого зверя. Игроки, носящие имя этого зверя, быстро выбегают вперёд, огибают стоящий напротив них предмет (на расстоянии 15-20 шагов) и возвращаются обратно. Очко для своей команды выигрывает тот, кто первым прибежит назад в свою команду. Если игроки возвращаются одновременно, то каждой команде присуждается по очку.

Ведущий называет зверей вразбивку, по своему усмотрению. Некоторых он может вызывать и по два раза подряд. Вернувшись в команду, игроки встают на свои места. Игра продолжается несколько минут, после чего подсчитываются очки. Побеждает команда, заработавшая большее количество очков.

Лисонька, где ты?

Дети образуют круг. В центре круга – ведущий. Дети поворачиваются к ведущему спиной и закрывают глаза. Ведущий выбирает Лисоньку, молча дотрагиваясь до плеча одного ребёнка. Остальные дети – зайцы. По сигналу ведущего все открывают глаза и поворачиваются лицом в круг, но никто не знает кто же Лиса. Дети вместе с ведущим зовут: «Лисонька, где ты?» Лиса не должна выдавать себя ни словом, ни движением, ни мимикой. Также зовут во второй раз, а в третий – Лиса отвечает: «Я здесь!» - и бросается ловить зайцев. Зайца, присевшего на корточки, ловить нельзя. Пойманные зайцы выходят из игры.

Мяч по кругу.

По команде ведущего дети передают мяч по кругу. По команде: «Стоп!» ребёнок, в чьих руках оказался мяч, выбывает из игры. Также выбывает из игры и тот, кто уронил мяч.

Золушка

Водящему ребёнку завязывают глаза, ставят перед ним тарелку с горохом, чечевицей, фасолью и рядом ещё две пустые тарелки. Задача ребёнка аналогична задаче Золушки – разложить на тарелочки горох и фасоль, чтобы в первой тарелке осталась одна чечевица. Ведущий засекает время, которое ребёнок тратит на выполнение задания. Если в распоряжении играющих достаточное количество тарелок (шесть, девять) и каждого вида крупы (не меньше, чем по горсти), то одновременно могут соревноваться сразу несколько детей.

Предлагаю вам несколько упражнений на релаксацию, на снятие эмоционального напряжения:

Весёлая пчёлка.

Представляем, что пчёлка села на нос, на руку, ногу. (При этом свободный вдох, на выдохе звук «з-з-з»).

Насос и мяч.

Один участник игры имитирует работу насоса со звуковым сопровождением (это может быть взрослый), другие становятся «мячами». Сначала «мячи» стоят, обмякнув всем телом, при согнутых в коленях ногах. Корпус наклонен вперёд, голова опущена. Когда «насос» начинает надувать «мячи», сопровождая действия звуком, дети потихоньку распрямляются, надувают щёки, поднимают руки («мячи» надуты). Ведущий вытягивает «шланг

насоса» из «мячей» - дети с силой издают звук «ш-ш-ш», возвращаясь в исходное положение (опускаются потихоньку на пол).

Птица перед взлётом.

Стоя, подышать спокойно, затем наклон вперёд, ноги не сгибать, голова вперёд, руки за спиной, подняты вверх с напряжением, как крылья. Затем уронить голову, руки расслабленно падают вниз и висят свободно.

Медвежата.

Ребёнок превратился в маленького медвежонка. Он лежит в берлоге. Подул холодный ветер и пробрался в берлогу. Медвежонок замёрз. Он сжался в маленький комочек – греется. Стало жарко, медвежонок развернулся и зарычал.

Зёрнышко.

Ребёнок – «зёрнышко» свернулся калачиком, сжался, но вот пригрело солнышко, полил дождик, «зёрнышко» широко зевает, с удовольствием начинает двигаться, затем медленно потягивает ножки – «корешки» и ручки – «росточки» и начинает поворачиваться, поднимаясь с «росточками» к солнышку.

Поза покоя.

Формула общего покоя произносится медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать,
Но не все пока умеют
Расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая –
Очень лёгкая, простая.
Замедляется движенье,
Исчезает напряженье...
И становится понятно –
Расслабление приятно!

(Сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить.)

Ролевая гимнастика

1. Рассказать известное стихотворение следующим образом: шепотом; с пулемётной скоростью, со скоростью улитки, как робот, как иностранец.
2. Походить как младенец, глубокий старик, лев.
3. Улыбнуться, как кот на солнышке; само солнышко.
4. Посидеть как пчела на цветке; наездник на лошади; Карабас-Барабас.
5. Попрыгать, как кузнечик; козлик; кенгуру.
6. Нахмуриться, как осенняя туча; рассерженная мама; разъярённый лев.

Подсолнух.

Дети становятся в круг, берутся за руки, закрывают глаза.

Ведущий: Вы чувствуете рядом славную, добрую руку своего соседа.

Пожмите легонько руку, вместе с пожатием передайте другу своё внимание, тепло, доброту.

Представьте, что перед вами большой-большой подсолнух. У него красивые жёлтые лепестки- это ваши руки. Поднимите руки вверх, лепестки тянутся к солнцу. Вы отрываете один лепесток (имитируют движения), второй лепесток передали своему другу, а третий лепесток зажали в ладошке.

Загадали желание и подули на ладошку. Желание исполнится, потому что вы все этого очень хотите. А теперь возьмём друг друга за плечи, ласково обнимем. Мы любим весь земной шар, всех людей и всем желаем добра и счастья.

Подготовила материал: педагог-психолог МБДОУ – детский сад № 29
Курцева Н.В.