

## **Игры на развитие коммуникативных способностей, снятия эмоционального напряжения.**

### **Игра «Парам-парэйро».**

Цель игры: снижение эмоционального мышечного напряжения, сплочения группы, положительный эмоциональный заряд.

Ведущий произносит: «Парам-парэйро!»

Взрослые (дети) отвечают хором: «Хэй!»

Ведущий: «Парам-парэйро!»

Взрослые (дети): «Хэй!»

Ведущий: «Парам-парэйро!»

Взрослые (дети): «Хэй!, Хэй! Хэй!»

### **Игра «Похлопаем в ладошки».**

Цель: сплочение, установление доверительного контакта между детьми.

Участники сидят в кругу. Ведущий говорит: «Похлопаем в ладошки те, кто:

- сегодня веселый (грустный, сердитый...);
- любит смеяться, смотреть мультики, слушать сказки и т.п.;
- у кого в одежде есть красный (или любой другой цвет);
- у кого светлые волосы,
- у кого дома живет собака...

### **Игра «Это я, узнай меня».**

Цель игры: сплочение, установление доверительного контакта между детьми.

Участники сидят на ковре или на стульчиках. Водящий поворачивается спиной к остальным участникам игры. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и говорят: «Это я, узнай меня».

Водящий должен отгадать, кто до него дотронулся. В роли водящего должен побывать каждый ребенок.

### **Игра «Я хочу с тобой подружиться».**

Цель игры: сплочение, установление доверительного контакта между детьми, развитие речи, раскрепощение.

Из участников игры выбирается водящий, который произносит слова: «Я хочу подружиться с...», а дальше описывает внешность одного из игроков. Тому, о ком говорят, нужно себя узнать, быстро подбежать к водящему и пожать руку. Далее водящим становится он.

### **Игра «Волшебник».**

Цель игры: научить проявлять внимание к сверстникам и к самому себе.

Ведущий предлагает превратиться всем в добрых волшебников. Волшебник может все: отправить в необыкновенное путешествие, подарить сказочный подарок и т.п.

Ведущий задает вопросы: «Если бы вы были волшебниками, что вы подарили бы другу?», «Что вы подарили бы самому себе?», «Куда отправились бы путешествовать?»

Примечание: Важно, чтобы дети высказались по очереди, не перебивая друг друга.

### **Игра Пантомима.**

Цель: развитие коммуникативных навыков, снижение эмоционального мышечного напряжения и тд.

Участники выбирают карточки, на которых изображены разные предметы. По очереди каждый показывает без слов свой предмет, остальные угадывают. Можно играть по командам. Вариантов игры множество.

### **Игра «Рисование ладонями».**

Цель: снижение мышечного напряжения.

Перед началом игры взрослый говорит детям, что сейчас они будут ладошками рисовать картины на спине друг друга. Для этого необходимо разбиться на пары. Садятся так, чтобы «художник» рисовал на спине другого. Потом дети меняются местами. Когда дети готовы, взрослый медленно читает текст и одновременно демонстрирует детям движения, как рисовать на спине.

*Море, море, море...*

*(Дети медленно поглаживают верхнюю часть спины партнера по направлению от позвоночника в стороны, и делают это одновременно двумя руками.)*

*Рыбы, рыбы, рыбы...*

*(Быстрые и легкие прикосновения пальцев в том же направлении.)*

*Горы, горы, горы...*

*(Медленные прикосновения всей ладонью.)*

*Небо, небо, небо...*

*(Снова проглаживания).*

### **Игра - релаксация «Дотянуться до звезд»**

Ведущий: Встаньте и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Представьте, что над Вами ночное небо, усыпанное звездами. Посмотри сколько много их: маленькие и большие, яркие и мигающие. Выберите ту, которая связывает вас с вашей мечтой, желанием или целью. Теперь откройте глаза и протяните обе руки к небу, чтобы дотянуться до этой звезды. Старайтесь изо всех сил. Снимите ее с неба и бережно положите перед собой. На небе осталось еще много звезд, и вы можете выбрать другую звезду, которая напоминает вам о другой вашей мечте.

Мы закончили встречу релаксационной игрой и получили незабываемый эффект: снижение напряженности, повышение настроения и главное отработали новые забытые игры.

Литература:

1. «Игры на сплочение детского коллектива», составление Н.В. Плотниковой.
2. «Игры на управление гневом», Е.Лютова-Робертс, Г.Монина.