

-МОУ ДОД ДДТ «ЛИРА»-

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПЕДАГОГАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ И САМОРЕГУЛЯЦИИ»
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 4-6 ЛЕТ.**

Педагог дополнительного образования
Негробова Галина Вячеславовна.

Липецк 2008

Игры на саморегуляцию «Как научить детей сидеть спокойно»

2. Бабочки.

Педагог. Сегодня мы с вами превратимся в цветочки. Представьте, что вокруг нас появилось множество бабочек, красивых и лёгких. Бабочки летают, кружатся, а ещё им нравится садиться на цветы. Но они сядут только на те цветы, на которых можно сидеть спокойно, не шевелясь. Ведь бабочки такие пугливые, чуть пошевелится цветок- и бабочки сразу улетают.

Вон летят уже бабочки! «Раз, два, три, лепесток- замри!»

Дети замирают и сидят с закрытыми глазами, пока педагог не скажет «Раз, два, три, цветочек- отомри!». Игра продолжается до тех пор, пока она нравится детям.

2. Снежинки.

Зимой можно играть в эту игру.

Педагог. А сейчас мы превращаемся в Снеговичков. Ночью, когда все спят, Снеговички оживают и начинают двигать руками, ногами, хлопать глазами и т.д. (дети повторяют движения, которые называет педагог). А Зима ночью трясёт свою снежную перину, из неё вылетают красивые снежинки и медленно летят на землю и падают на голову Снеговичкам. Но только тем, которые успели замереть. Чтобы не растаять, Снеговички замирают, и на них падают всё новые и новые снежинки. Повторяют вместе с педагогом слова «Замер ночью Снеговик, был он мал, а стал велик .» Дети замирают и представляют себе снежинки, которые потом описывают.

3. Фея Тишины.

Педагог. Дети, давайте сейчас закроем глаза и послушаем тишину. Какие звуки вы слышали в кабине? За окном? За дверью? Когда вы замирали, к нам в окно прилетела Фея Тишины. Сейчас снова закройте глаза и замрите. Фея Тишины будет летать и взмахивать своими крыльями. Она присядет на плечи и ласково погладит тех, кто умеет замирать.

Затем педагог может спросить, кого из детей погладила Фея, во что она одета, как выглядит и т.д. Можно придумать, какие подарки она дарит детям, сочинять про неё сказки.

В эту игру можно играть до тех пор, пока не надоест детям.

В результате в дальнейшем, чтобы настроить детей на спокойное занятие, достаточно напомнить о Фее Тишины. Можно придумывать другие образы, которые будут помогать поддерживать спокойную атмосферу занятия (напр. Фея Облаков, Волшебник Звёздного неба и т.д.)

4. «Слышу-вижу-понимаю»

Когда педагог говорит:

«Слышу», дети берутся за уши,
«вижу», дети прикладывают ладони к глазам,
«понимаю», кладут ладошки на голову,
«расслабляюсь»-изображают это состояние,
«замираю»-замирают, пока педагог не скажет «Отомрите».

Игры на внимание.

1. Хлопки.

Педагог хлопает в ладоши, ребёнок должен принять определённую позу. Один хлопок- поза аиста (на одной ноге, хлопают крыльями).

Два хлопка- поза лягушки (присесть, пятки вместе, носки врозь, колени разведены, руки- между ног на полу).

Три хлопка- поза зайца (руки приподняты, согнуты в кистях, прыжки на месте).

2. Красный, жёлтый, зелёный.

Педагог поочередно показывает детям 3 сигнальных круга красного, жёлтого и зелёного цветов.

Красный цвет круга означает, что все сидят, замирают.

Жёлтый- встают около своих рабочих мест,

Зелёный- маршируют.

3. Актёры и режиссёры.

Дети (актёры) двигаются произвольно, выполняя любые движения, но при этом удерживая внимание на педагоге (режиссёре). Неожиданно педагог- режиссёр громко говорит забавное задание (например, быстро взяться всем за нос, достать свою левую пятку правой рукой и т.д.) Кто не услышал- выходит из игры. Игра повторяется снова с другим заданием.

5. Небо-вода-земля.

Педагог называет слова и показывает движения, дети повторяют:

Небо- руки вверх,

Вода- руки на поясе,

Земля- руки вниз.

Несколько раз можно повторить в таком порядке и медленно, а затем с ускорением. Далее педагог начинает их путать, говоря одно, а показывая другое. Выигрывает тот, кто не ошибается.

Коммуникационные игры.

Любая традиционная игра может стать коммуникационной, если к ней добавить задание на установление дружеских отношений.

1. Дружный круг.

Участники встают в круг и говорят: «Все ребята встали в круг. Каждый в круге – лучший друг. Руку другу протяну, С ним я ссоры не начну.(берутся за руки)

«Ах, дружочек, мой дружок! Ты молчишь, и я –молчок!».

Участники замирают, пока ведущий не скажет:

«Постояли, помолчали, потянулись, поплясали».

2.Салки за руки.

Игра проходит как обыкновенные салочки, но при условии, что салочка не может саливать игроков, если они успеют найти пару и схватиться за руки. Те , кто проиграл, выполняют какое-нибудь забавное задание (например, изображают животных, насекомых и т.д.)

3.Страна Дружбы.

Участники игры представляют, что они мчатся на ковре – самолёте в страну Дружбы. Говорят волшебные слова: «Ковёр мечты, ковёр мечты, неси нас туда, где сбываются сны, где чистое небо и свежий ветер, где никогда не ссорятся дети».

На последних словах становятся в круг и берутся за руки. Затем дети рисуют страну Дружбы, как они её себе представляют.

4.Клоун.

Выбирается клоун, ему надевается шапка и нос клоуна. Он становится перед участниками, которые произносят слова: «Клоун, клоун, друг ты наш .Потянулся- это раз, и нагнулся- это два, три- присел, четыре- встал. Вместе с нами станцевал».

Клоун показывает забавное движение, а дети повторяют его. Затем клоун выбирает, кто будет следующим показывать движения». И т.д.

5.Почтальоны.

Участники делятся на 2 команды (можно разделить группу детей по рядам).

1 ряд. Дзинь-дзинь.

2 команда. Кто там?

1-я. Мы, почтальоны.

2-я. Откуда?

1-я. С почты.

2-я. С чем пришли?

1-я С посылкой.

2-я Что в посылке?

1-я. Что в посылке мы не скажем, но , конечно, вам покажем.

1 команда показывает пластический этюд «Что в посылке», 2-я команды отгадывает предмет. Затем меняются ролями.