Старший воспитатель МКДОУ «Чернышковский детский сад №1 Солнышко» Искиндирова С.М.

**«Использование игр для обеспечения психологической безопасности дошкольника»**

 Детский сад является одной из важнейших ступеней на пути развития ребенка, становления личности, ее включения в социум. Дети в детском саду это совокупность разных характеров, привычек, наклонностей, способностей, различных интересов, отличающихся систем ценностей, мотивов поведения, т.е. совершенно разные индивидуумы в психосоциальном смысле.

 Именно в детском саду начинается социальное взаимодействие ребенка со взрослыми, со сверстниками. Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, как только закроется дверь за мамой или дедушкой? Почему некоторые дети долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя как «рыба в воде» ? Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми себе подобными могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, безтравматичным.

 «Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех его физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества», - пишет В.А. Сухомлинский.

Создание условий психологического комфорта, когда окружающая среда оказывает не травмирующее, а развивающее воздействие на ребенка, получило название «психологической безопасности». Такие условия начинают создаваться в нашем детском саду с первой минуты пребывания ребенка в группе.

Отношения в нашем коллективе, с детьми строятся на принципах сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности. Детям нравится участвовать в совместной деятельности, вместе играть, создавать проекты и коллективные творческие работы. В детско-взрослых отношениях преобладают одобрение и поддержка, критика высказывается с добрыми пожеланиями. В нашем детском садике существуют нормы справедливого и уважительного отношения ко всем его членам.

Индивидуальная программа психологической защиты выстраивается на основании изучения личностных особенностей данного ребенка, его опыта, привычек, условий воспитания в семье. Делает это психолог нашего учреждения при участии родителей и воспитателей группы.

Надежными показателями того, что средства психологической безопасности выбраны верно, служат хорошее настроение малыша, проявляемое им чувство бодрости, радости, уверенности. Устойчивый оптимистический настрой говорит о том, что адаптация в социально-гигиенической среде сада проходит или уже прошла успешно.

**Психологическая безопасность**— такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка.

В нашем детском саду для психологической разгрузки проведена работа по созданию в каждой группе психологических уголков – уголков уединения, в которых ребенок может отдохнуть от шума группы, порисовать, полистать детские журналы книги, поиграть с любимой игрушкой, послушать музыку и др.

На психосоматическое состояние ребенка оказывает влияние эмоциональное состояние педагога, стиль его общения с детьми. Педагоги нашего ДОУ имеют возможность освоить и внедрить с воспитанниками методические приемы и психокоррекционные методы, способствующие сохранению психического здоровья и предупреждению психоэмоциональных перегрузок у детей:

- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня: использование в практике детского сада таких режимных ритуалов как «Утреннее приветствие», «Минутки вхождения в день», которые объединяют детей, настраивают на доброжелательные взаимоотношения со взрослыми и детьми; игровое общение (подвижные игры немецкого психолога К.Фопеля); минутки задушевного общения, когда воспитатель, расположившись на ковре вместе с детьми, хвалит детей, обсуждает их достижения, читает, играет с ними;

- применение психолого-педагогических приемов, направленных на блокирование и предупреждение нежелательных аффективных вспышек: релаксационные паузы; психологические настройки для привлечение внимания детей, выравнивания психологического климата в группе, выработки дисциплины; снятие напряженности в организации режимных процессов (профилактика переутомления); использование специальных игр для профилактики конфликтов, которые развивают у детей коммуникативность, навыки сотрудничества, эмоциональность, умение рефлексировать, повышают самооценку.

 В создании психологически комфортной среды для детей можно и нужно использовать игры, игровые моменты, игрушки. Игры и игровые упражнения должны отбираться по соответствию задачам проводимой работы: бесконфликтное внедрение в социум, формирование позитивного отношения, развитие самостоятельности и положительной самооценки. Широкий спектр игровых занятий представлен в пособии Крюковой С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»

 Основной вид детской деятельности – игровая деятельность. Целесообразно использовать игры и игровые моменты, которые предлагаются для работы.

**Игра «Волшебный стул»**

 Все дети встают в круг. Внутри круга, у края, ставится стул.

*Дети идут по кругу и поют:*

*Кто сегодня всех красивей,*

*Кто сегодня всех счастливей?*

*Поскорее появись,*

 *На волшебный стул садись.*

 После того, как песенка закончилась, тот , кто окажется ближе всех к стулу, садится на него. Каждый ребенок из круга ,по очереди, начиная с того места, где стоит стул, должен сказать о сидящем на стуле что-нибудь хорошее и доброе.

 Мотивация : формирование положительного отношения к сверстникам.

**Игра «Эмпатии героев»**

Педагог читает детям сказку. Заранее выдаются маленькие карточки с изображениями, выражающими различные эмоциональные состояния.

 В процессе чтения ребенок откладывает на столе несколько карточек, которые , по его мнению, отражают эмоциональное состояние героев в различных ситуациях.

 По окончании чтения каждый ребенок объясняет, почему ему кажется, что герой был весел, грустен и т.д.

 Также можно предложить детям передать свое эмоциональное состояние во время прослушивания отрывка из сказки.

( «Гуси-лебеди», «Сестрица Аленушка и братец Иванушка» «Снегурочка»)

Мотивация: учимся определять настроение других людей.

**Игра «Дождик»**

Дети встают вокруг воспитателя. Воспитатель берет чашку с водой. И предлагает вспомнить, какие добрые дела совершает дождик?

*Умывает землю*

*Поит растения*

*Прибивает пыль*

*Очищает воздух*

*Прогоняет жару и т.д.*

Детей, которые назвали одно из добрых дел дождика, воспитатель слегка обрызгивает водой.

Мотивация: дождик всем несет чистоту, красоту и радость, мы с вами стали чище и добрее от этого дождика, теперь мы можем увидеть радугу

**ИГРА «Круг вежливости»**

*Вариант 1*

 Дети встают в круг. Воспитатель становится с детьми.

Перебрасывая друг другу мяч, нужно называть вежливые слова (очень приятно, не стоит труда, всего доброго, будьте любезны, желаю удачи, очень рад, спасибо, пожалуйста, извините, добрый день и т.д.)

*Вариант 2*

 Воспитатель встает на ковер – это центр солнышка.

Дети называют по одному вежливому слову и встают к воспитателю, формируя лучи солнышка по лексическому значению слов: луч – приветствие (здравствуйте, добрый день); луч – прощание (до свидания, прощайте, всего хорошего); луч- извинение (извините, простите)

Мотивация: активизация запаса вежливых слов

**Игра «Кошки –мышки»**

 Ведущий – кот (спит)

Дети – мыши тихо ходят вокруг кота с колокольчиками в руках (прижимают язычок)

Тише-тише, ходят мыши, дремлет черный кот на крыше.

Если будете звенеть – черный кот вас сможет съесть

 Затем дети отпускают язычок колокольчика и осторожно ходят вокруг кота, услышав звон, кот «просыпается» и ловит мышку.

Мотивация: учимся вести себя тихо, чтобы не мешать другим.

**Игровое упражнение «Мы идем – идем – идем»**

Дети двигаются по залу и , соответственно словам воспитателя, имитируют разные виды движений.

*Весело шагаем по тропинке*

*Переходим болото – прыгаем с кочки на кочку*

*Промахнулись мимо кочки, провалились по колено – но берег совсем рядом, дойдем по воде*

*Отряхиваем тину с ног*

*Карабкаемся на горку*

*Пробираемся сквозь заросли лесной малины – аккуратно – не поцарапайтесь, придерживайте ветки.*

*Спускаемся с горки*

*Перелезаем через ствол дерева*

Мотивация: учимся помогать друг другу

**Игра «ЖУЖА»**

Ведущий выбирает «Жужу», которая садится на стул (в до мик), остальные дети начинают дразнить «Жужу», кривляться перед ней.

«Жужа, Жужа выходи, Жужа, Жужа, догони!»

«Жужа» смотрит из окошка своего домика (со стула), показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят за «волшебную черту» выбегает и ловит детей. Кого «Жужа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в плен «Жужи»).

Мотивация: снятие общей коллективной агрессии.

**Игра «КЛОУНЫ РУГАЮТСЯ»**

 «Клоуны показывали детям представление, веселили их, а потом стали учить детей ругаться. Да, да, сердито ругаться друг на друга «овощами и фруктами\*. Например: «Ты, — говорит клоун, — капуста!» А ребенок отвечает ... (пауза для того, что бы ребенок придумал ответ). «А ты, — продолжает клоун, - клубника». Другой ребенок отвечает (ругает взрослого). Обращается внимание на адекватное, сердитое интонирование. Дети могут выбирать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди «ругать» всех детей. Взрослый руководит игрой, сигналом объявляет начало и конец игры, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия.

Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей.

«Когда клоуны научили детей ругаться, родителям это не понравилось». Клоуны, продолжая игру, учат детей не только ругаться овощами и фруктами, но и ласково называть друг друга цветами. Например: «Ты — колокольчик...» (ребенок ласково называет взрослого). Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т.п. и ласково называют друг друга цветами.

Мотивация: снятие вербальной агрессии.

**«УПРЯМАЯ ПОДУШКА»**

Взрослые подготавливают «волшебную, упрямую подушку» (подушка с темной наволочкой) и вводят ребенка в игру-сказку: «Волшебница-фея (или другой любимый сказочный персонаж) подарила нам подушку. Эта подушка не простая, а волшебная. Внутри нее живут детские «Упрямки». Это они заставляют вас капризничать и упрямиться. Давайте, прогоним «Упрямки».

Ребенок бьет кулаками в подушку изо всех сил, а взрослый приговаривает: «Сильнее, сильнее, сильнее!» (снимается стереотип и эмоциональный зажим).

Когда движения ребенка становятся медленнее, игра постепенно останавливается (время определяется индивидуально — от нескольких секунд до 2-3 минут).

Взрослый предлагает послушать «Упрямки» в подушке: «Все ли «Упрямки вылезли и что они делают?» Ребенок прикладывает ухо к подушке и слушает. Некоторые дети говорят, что «Упрямки шепчутся», другие ничего не слышат. «Упрямки» испугались и молчат в подушке», — отвечает взрослый (этот прием успокаивает ребенка после возбуждения).

Мотивация: снятие общей агрессии, негативизма, упрямства.

**«УПРЯМЫЙ, КАПРИЗНЫЙ РЕБЕНОК»**

Дети, входящие в круг (в обруч), по очереди показывают капризного ребенка. Все помогают словами: «Сильнее, сильнее, сильнее ...». Затем дети разбиваются на пары «родитель и ребе нок»: ребенок капризничает, родитель его уговаривает и успокаивает. Каждый играющий должен побывать в роли капризного ребенка и уговаривающего родителя.

Мотивация: преодоление упрямства и негативизма.

**Игра «МИНУТА ШАЛОСТИ»**

Ведущий по сигналу (удар в бубен и т.п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется — прыгает, бегает, кувыркается и т.п. Повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты объявляет конец шалостям.

Мотивация: психологическая разгрузка.

 **Игра «ВОРОБЬИНЫЕ ДРАКИ»**

Дети выбирают себе пару и «превращаются» в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры («лечат крылышки и лапки у доктора Айболита»). «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого.

Мотивация: снятие физической агрессии.

**Игра-сказка «О РЫБАКЕ И РЫБКЕ»**

Взрослый читает отрывок из сказки А.С. Пушкина или кратко пересказывает эту сказку. Дети выбирают роли старика, старухи, золотой рыбки. Остальные дети держатся за руки, изображая море (поднимают и опускают сцепленные руки). Можно использовать музыкальный фон — морские звуки. Взрослый может предложить детям продолжить сказку по-своему или пере делать ее.

Мотивация: воспитание ответственности, адекватности оценки поступков

**Игра-сказка «ВОРОБЬИНАЯ СЕМЬЯ»**

Взрослый рассказывает сказку, дети изображают героев сказки с помощью мимики, жестов, интонации.

«Жила-была в лесу воробьиная семья: мама, папа, сын. Мама улетала мошек ловить, семью кормить. А папа-воробей укреплял жилище веточками, утеплял мхом. Сын тоже помогал отцу, и этим всегда хвастался перед своими друзьями. Он всем пытался доказать, что он самый ловкий и сильный. А с тем, кто не соглашался с ним, воробышек ссорился и даже дрался. Как-то раз мама и папа прилетели в гнездо, а сына нет. Они ждали его к обеду, но воробышек не прилетал. Родители стали волноваться, не съели ни крошки. Папа-воробей сердился и ворчал, а мама даже всплакнула. Ведь она думала, что с ее любимым сыночком что-то случилось. А сыночек поссорился с друзьями. Взъерошенный воробушек наконец-то прилетел к родителям. И в воробьиной семье был серьезный разговор... (дети чирикают, интонациями передавая чувства мамы, папы, сына). Воробышку пришлось сознаться в том, что он хвастается и дерется. Сын рассказал родителям, как ему хотелось доказать всем, какой он взрослый. Воробышек объяснял, что очень хотел бы, что бы его родители гордились им, как самым сильным сыном. Но вместо радости и гордости он увидел грусть в их глазах. Воробышек попросил прощения, и родители его простили. Они накормили сына вкусной едой и, погладив по перышкам, ласково объяснили, что очень любят его, и для них он самый ловкий и сильный воробышек во всем лесу»

Мотивация: коррекция отношений между ребенком и родителями, нравственных норм поведения в обществе.

**Игра-сказка «ТРИ ПОРОСЕНКА»**

Взрослый рассказывает последнюю часть сказки, а все дети выполняют действия героев (мимикой, пантомимикой, интонациями). Можно распределить роли между детьми, использовать маски.

Мотивация: воспитание взаимопомощи.

**Игра-сказка «БРЫКАЮЩАЯСЯ ЛОШАДКА»**

Все дети превращаются в «лошадок» и свободно размещаются на ковре (стоят на коленях, опираясь о пол руками). Взрослый читает текст сказки.

«Жила-была лошадка, которая очень любила брыкаться и капризничать. Ей мама говорит: «Покушай, доченька, травки свеженькой». «Не хочу, не буду», — кричит лошадка и брыкается ножками (дети выполняют действия). Папа уговаривает лошадку: «Погуляй, поиграй на солнышке». «Не хочу, не пойду!» — отвечает лошадка и опять брыкается. Не смогли уговорить мама с папой свою упрямую доченьку, оставили ее дома, а сами ушли по делам. Лошадка подумала, подумала и ушла гулять одна. А навстречу ей хитрый серый волк. Говорит волк лошадке: «Не уходи, лошадка, далеко в лес, ты еще маленькая». Лошадка опять упрямится: «Я не маленькая, куда хочу, туда и хожу!» А волку это и надо было. Подождал он, пока лошадка в самую чащу леса зайдет и как набросится на нее сзади. Лошадка давай брыкаться. Сначала одной ножкой сильно ударила волка, затем другой ножкой. А потом двумя ножками вместе так стала брыкаться, что волк убежал и никто его там больше не видел (дети выполняют все действия). Лошадка перестала упрямиться и капризничать, выросла и теперь работает в цирке, брыкается ножками, подбрасывает высоко мячики на радость зрителям».

Мотивация: тренировка толерантности.

**Игра-сказка «ДВА ЖАДНЫХ МЕДВЕЖОНКА» («ДВА ЩЕДРЫХ МЕДВЕЖОНКА»).**

Используется текст венгерской народной сказки «Два жадных медвежонка»

В эту сказку могут играть все дети, выполняя движения, изменяя мимику, пантомимику жестов в процессе чтения сказки. Можно предложить детям распределить роли между собой (два медвежонка и хитрая лиса), использовать кукольный театр. Текст к сказке «Два щедрых медвежонка» дети придумывают сами и проигрывают сценку.

Мотивация: воспитание положительных качеств характера.

**Детско-родительская игра-сказка «МИР НАОБОРОТ»**

 «Жил-был мальчик Петя, которому очень хотелось поскорее стать взрослым. Ему не нравилось, что родители всегда учат его, воспитывают, и однажды к нему пришел гном-волшебник, которому тоже надоело быть маленьким. «Давай, Петя, создадим мир наоборот, — предложил волшебник. — Для этого надо нам вместе произнести заклинание:

*Прыг-скок.*

*Ой, смотрите, кто живет*

*В мире все наоборот?*

*Дети стали управлять*

*Мам в колясочках катать.*

*Если надоест нам чудо,*

*Скажем вместе:*

*Прыг отсюда!»*

Услышав заклинание «Прыг-скок », дети начинают ухаживать за родителями, командовать, воспитывать, наказывать. А родители слушаются или капризничают ... После заклинания «Прыг отсюда» мир вновь становится прежним, реальным и привычным

Мотивация: снятие родительских стереотипов и авторитарности взрослого.

**Игра «ПЧЕЛКА В ТЕМНОТЕ»**

 «Пчелка перелетала с цветка на цветок (используются детские скамейки, стульчики, тумбы разной высоты). Когда пчелка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестками, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цветка (используется детский столик, под который залезает ребенок). Незаметно наступила ночь и лепесточки стали закрываться (столики покрываются материей). Пчелка проснулась, открыла глаза и увидела, что кругом темно. Она вспомнила, что осталась внутри цветка и решила поспать до утра. Взошло солнышко, наступило утро (материя убирается), и пчелка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок». Игру можно повторять, усиливая плотность материи, т.е. степень темноты. Игра может проводиться с одним ребенком или с группой детей

Мотивация: коррекция страха тем ноты, замкнутого пространства, высоты.

**Игра «ВЕСЕЛЫЕ КЛОУНЫ»**

 «Веселый клоун» (водящий) пытается рассмешить «Несмеянок». Используется мимика, жесты, интонация, рассказы и др. Самый серьезный из «Несмеянок», становится водящим

Мотивация: развитие воображения, эмоционально-волевых процессов.

**Игра «КТО ЗА КЕМ?»**

Водящий, посмотрев на детей, выстроившихся друг за другом в произвольном порядке, должен отвернуться и перечислить, кто за кем стоит. Затем водящим становится другой ребе нок. Эту игру можно усложнить, например, после того как ребенок отвернулся и перечислил товарищей, он поворачивается и называет изменения в их одежде, прическе (если дети поменялись вещами, сменили прическу и т.п.).

Мотивация: развитие зрительной памяти, знакомство с детьми, их именами.

**Игра «ЧТО СЛЫШНО?»**

Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью, за окном, на улице, затем просит рассказать, какие звуки они слышали. Можно предложить подсчитать услышанные звуки и выбрать победителя (кто больше услышал).

Мотивация: развитие переключения, концентрации внимания, развитие воли

**Игры-этюды (психогимнастика)**

В этюдах участвуют все дети. Взрослый называет образ, который необходимо детям изобразить с помощью мимики и пантомимики. Дети начинают демонстрировать роль и заканчивают перевоплощения по сигналу взрослого (гудок, звонок, музыкальный сигнал или др.)

 Создавая этюды, они меняют мимику, пантомимику героя в соответствии со словами ведущего-взрослого (например: грустный старик, хвастливый воробей и т.д.). В этюдах детям можно пользоваться интонациями.

**Мозаика**

Детям предлагаются коробки с мелкими предметами, желательно разноцветными: камешки, бусины, шнурки, палочки и т.п.

Дети садятся в круг и каждый выкладывает около себя узор в виде солнышка, кружочка. Звучит тихая музыка.