

# Игры и упражнения по социальному развитию детей старшего дошкольного возраста



## "Солнечный зайчик"

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, по носу, на ротике, на щечках. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь голову, шею, руки, ноги... Он забрался на животик, погладь его там. Солнечный зайчик любит и ласкает тебя, а ты погладь и подружись с ним.

## "Доброе животное"

Мы одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох – все делают шаг вперед, выдох – шаг назад. Наше животное дышит очень ровно и спокойно. А теперь давайте изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад. и т. д.

## "Морщинки".

Несколько раз вдохните и выдохните. Вдох – выдох, вдох – выдох. Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь соседу слева, Наморщите лоб – удивитесь, нахмурьте брови – рассердитесь, наморщите нос – вам что – то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох – выдох, вдох – выдох. Молодцы!

## "Я очень хороший"

Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая"

Цель: создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности.

Сначала произнесем слово "Я" – шепотом, потом обычным голосом, а затем прокричим его. Теперь таким же образом поступим со словом "очень", и "хороший".

И наконец, дружно скажем : "Я очень хороший (ая)."

## "Мы охотимся на льва"

Мы охотимся на льва.  
Не боимся мы его.  
У нас длинное ружье.  
И подзорная труба.  
Ой! А что это?  
А это поле: топ – топ - топ.  
Ой! А что это?  
А это – болото: чав – чав - чав.  
Ой! А что это?  
А это - море: Буль – Буль – Буль.  
Ой! А что это?  
А это тропинка: Шур –шур – Шур.  
Под ней не проползти.  
Над ней не пролететь.  
Ее не обойти, а дорожка напрямик,  
Вышли на полянку.

Кто это здесь лежит? Давайте его потрогаем. (Дети "трогают" воображаемого льва). Да это же лев! Ой, мамочки! Испугались его и побежали домой.

По тропинке: Шур – Шур – Шур.  
По морю: Буль-буль-буль.  
По болоту: чав-чав-чав.  
По полю: топ-топ-топ.  
Прибежали домой.  
Дверь закрыли  
Ух! Устали.

## "Волшебные конфеты"

Показать коробочку, закрытую крышкой . Потрясти ее, дети должны определить на слух, что там.

Цель: развитие чувства эмпатии.

На самом деле это конфеты. Но они не простые. Как только вы их съедите, вы превратитесь в волшебников и сможете пожелать всем людям, что-то такое, от чего они смогут стать радостными. Давайте подумаем, что мы можем пожелать всем людям, которые живут на земле...

Примеры высказывания детей:

- пусть они избавятся от болезней
- пусть никогда не умирают
- пусть у всех будет дом
- пусть у всех будет обед
- пусть все хорошо живут
- пусть все будут счастливы

**И ТОГДА ВСЕ ЛЮДИ БУДУТ СЧАСТЛИВЫ!**

## "БОЙ"

Сейчас нам понадобятся 2 шарфа, концы которых завязаны в узлы, и колокольчик. (Цель упражнения – снятие напряжения.) Представьте себе, что вы с кем – то поссорились и очень сердиты: брови сдвинуты, в руках шарф, которым размахиваете. Вы наступаете на своего соперника и начинаете с ним сражаться шарфами, но по правилам, которые никто из вас не может нарушать. Правила такие:

- можно начинать бой только по сигналу колокольчика;
- можно касаться шарфом только тела и ног;
- заканчивать сражение нужно по сигналу колокольчика.

А как называется в спорте человек, который дает сигнал к началу и концу боя? Да, это может быть судья. Кто сегодня хочет быть судьей? Теперь мы можем начинать. Первым противника выбирает тот, кто сидит справа от меня, но нельзя выбирать одного и того же. Не забывайте, какое чувство мы с вами изображаем. Какие звуки мы можем при этом издавать?.. Помните правила игры? Начали!

### **"Мостик дружбы"**

Ведущий просит детей по желанию образовать пары, придумать и показать какой –нибудь мостик (при помощи рук, ног, туловища). Если желающих не будет, ведущий может сам встать в пару с кем –нибудь из детей и показать, как можно изобразить мостик (например, соприкоснувшись головами или ладошками).

### **«Назови себя».**

Цель. Учить представлять себя коллективу сверстников. Ход. Ребенку предлагают представить себя, назвав свое имя так, как ему больше нравится, как называют дома, или как он хотел бы, чтобы его назвали в группе.

### **"Листопад"**

Посмотрите, что я вам принесла. (Покажите детям коробку с сухими листочками.) Осмотритесь, выберите для себя место в зале, ложитесь на пол и закройте глаза. Представьте себе, что начался листопад...

Отпускайте над каждым ребенком по одному листку так, чтобы он упал на ребенка.

Тот, кто почувствует, что на него упал листок, должен открыть глаза и сесть в круг на канат.

Посмотрите на свой листочек. Почувствуйте его, ощупайте, подбросьте его вверх и послушайте звук, который возникает при его движении.

– Как вы думаете, откуда он?

– Почему он слетел с дерева?

– Куда он хотел улететь?

– Если бы лист мог говорить, что бы сказал ваш листочек?

Дети отвечают по желанию.

### **«Позови ласково».**

Цель. Воспитать доброжелательное отношение детей друг к другу. Ход. Ребенку предлагают бросить мяч или передать игрушку любому сверстнику (пожеланию), ласково назвав его по имени.

**«Волшебный стул».**

Цель. Воспитать умение быть ласковым, активизировать в речи детей нежные, ласковые слова. **Ход.** Один ребенок садится в центр на «волшебный» стул, остальные говорят о нем добрые, ласковые слова, комплименты. Можно погладить сидящего, обнять, поцеловать.

**«Волшебный стул».**

Цель. Воспитать умение быть ласковым, активизировать в речи детей нежные, ласковые слова. **Ход.** Один ребенок садится в центр на «волшебный» стул, остальные говорят о нем добрые, ласковые слова, комплименты. Можно погладить сидящего, обнять, поцеловать.

**«Передача чувств».**

Цель. Учить передавать различные, эмоциональные состояния невербальным способом. **Ход.** Ребенку дается задание передать «по цепочке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Затем дети обсуждают, что они чувствовали при этом.

**«Перевоплощение».**

Цель. Учить, умению перевоплощаться в предметы, животных, изображая их с помощью пластики, мимики, жестов. **Ход.** Дети (по очереди) загадывают определенный «образ», изображают его, не называя. Остальные отгадывают, давая словесный портрет.

### **«Моя любимая игрушка».**

Цель. Развивать умение слушать друг друга; описывать любимую игрушку, отмечая ее настроение, поведение, образ жизни. Ход. Дети выбирают, какую игрушку будут описывать, не называя ее, и рассказывают о ней. Остальные отгадывают.

### **«Подарок другу».**

Цель. Развивать умение не вербально «описывать» предметы. Ход. Один ребенок становится «именинником», остальные, «дарят» ему подарки, передавая движениями и мимикой свое отношение к «имениннику».

### **«Скульптор».**

Цель. Учить договариваться и взаимодействовать в группе сверстников. Ход. Один ребенок – скульптор, трое – пятеро детей – глина. Скульптор «лепит» композицию из «глины», расставляя фигуры по задуманному проекту. Остальные помогают, затем вместе дают название «композиции».

### **«Волшебный цветок».**

Цель. Учить выражать свою индивидуальность, представлять себя другим детям в группе. Ход. Детям предлагают представить себя маленькими ростками цветов. По желанию они выбирают, кто каким цветком будет. Далее под музыку показывают, как цветок распускается. Затем каждый ребенок рассказывает о себе: где и с кем он растет, как себя чувствует, о чем мечтает.

### **«Разноцветный букет».**

Цель. Учить взаимодействовать друг с другом, получая от этого радость и удовольствие. **Ход.** Каждый ребенок объявляет себя цветком и находит себе другой цветок для букета, объясняя свой выбор. Затем все «букетики» объединяются в один «букет» и устраивают хоровод цветов.

### **«Свеча».**

Цель. Развивать умение управлять своим эмоциональным состоянием, расслабляться, рассказывать о своих чувствах и переживаниях.

Дети в удобных позах рассаживаются вокруг свечи, в течение 5 – 8 секунд пристально смотрят на пламя, затем закрывают глаза на 2 – 3 секунды (свеча гаснет). Открыв глаза, рассказывают, какие образы увидели в пламени свечи, что чувствовали при этом.

### **«Солнечный зайчик».**

Цель. Продолжать воспитывать дружелюбное отношение детей друг к другу, развивать атмосферу тепла, любви и ласки. **Ход.** Детям предлагают с помощью зеркала «поймать» «солнечного зайчика». Затем воспитатель говорит, что он тоже поймал «зайчика», предлагает пере дать его по кругу, чтобы каждый мог приласкать его, согреться его теплом. Когда «зайчик» возвращается к воспитателю, он обращает внимание на то, что за это время «зайчик», обласканный детьми, вырос и уже не умещается в ладонях. «Зайчика» вы пускают, но каждый ловит частички его тепла, нежные лучики своим сердцем.

### **«Пирамида любви».**

Цель. Воспитать уважительное, заботливое отношение к миру и людям; развивать коммуникативные способности. **Ход.** Дети сидят в кругу. Воспитатель говорит: «Каждый из нас что-то или кого-то любит; всем нам присуще это чувство, и все мы по-разному его выражаем. Я люблю свою семью, своих детей, свой дом, свой город, свою работу. Расскажите и вы, кого и что любите вы. (Рассказы детей.) А сейчас давайте построим «пирамидку любви» из наших с вами рук. Я назову что-то любимое и положу свою руку, затем каждый из вас будет называть свое любимое и класть свою руку. (Дети выстраивают пирамиду.) Вы чувствуете тепло рук? Вам приятно это состояние? Посмотрите, какая высокая у нас получилась пирамида. Высокая - потому что мы любимы и любим сами».

**«Волшебники».**

Цель. Продолжать воспитывать дружелюбное отношение друг к другу, умение проявлять внимание и заботу. Ход. Детям предлагают вообразить, что они волшебники и могут исполнять свои желания и желания других. Например, Володе мы прибавим смелости, Алеше – ловкости и т. п.