МДОУ «Детский сад № 16»

**Картотека игр**

**на подавление**

**агрессии и развитие**

**взаимопонимания**

Г. Ярославль

**«Возьми себя в руки»**

**Цель**: Снятие эмоционального напряжения.

**Ход игры:**

Ребенку говорят -  как только ты почувствовал, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди - это поза выдержанного человека.

**«Объятия»**

**Цель:** научить детей физическому выражению своих положительных чувств, тем самым способствуя развитию групповой сплоченности. Игру можно проводить утром, когда дети собираются в группе, для ее «разогрева». Воспитатель должен проявить свое стремление видеть перед собой единую сплоченную группу, объединяющую всех детей, независимо от уровня их общительности.

**Ход игры.**

Воспитатель предлагает детям сесть в один большой круг.

Воспитатель. Дети, кто из вас еще помнит, что он делал со своими мягкими игрушками, чтобы выразить свое отношение к ним? Правильно, вы брали их на руки. Я хочу, чтобы вы все хорошо относились друг другу и дружили между собой. Конечно, иногда можно и поспорить друг с другом, но, когда люди дружны, им проще переносить обиды или разногласия. Я хочу, чтобы вы выразили свои дружеские чувства к остальным детям, обнимая их.

Быть может, будет такой день, когда кто-нибудь из вас не захочет, чтобы его обнимали. Тогда дайте нам знать, что вы хотите, пока же можно просто посмотреть, но не участвовать в игре. Тогда все остальные не будут трогать этого ребенка. Я начну с легкого маленького объятия и надеюсь, что вы мне поможете превратить это объятие в более крепкое и дружеское. Когда объятие будет доходить до вас, то любой из вас может добавить в него энтузиазма и дружелюбия.

Дети по кругу начинают обнимать друг друга, с каждым разом, если сосед не возражает, усиливая объятие.

После игры, задаются вопросы:

— Понравилась ли тебе игра?

— Почему хорошо обнимать других детей?

— Как ты себя чувствуешь, когда другой ребенок тебя обнимает?

— Берут ли тебя дома на руки? Часто ли это бывает?

**«Аплодисменты по кругу»**

**Цель**: формирование групповой сплоченности.

**Ход игры.**

Воспитатель. Ребята, кто из вас может представить, что чувствует артист после концерта или спектакля — стоя перед своей публикой и слушая гром аплодисментов? Возможно, он чувствует эти аплодисменты не только ушами. Быть может, он воспринимает овации всем своим телом и душой. У нас хорошая группа, и каждый из вас заслужил аплодисменты. Я хочу с вами поиграть в игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Становитесь в общий круг, я начинаю.

Воспитатель подходит к кому-нибудь из детей. Смотрит ему в глаза и дарит свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем вместе с этим ребенком воспитатель выбирает следующего, который также получает свою порцию аплодисментов, затем тройка выбирает следующего претендента на овации. Каждый раз тот, кому аплодировали, выбирает следующего, игра продолжается до тех пор, пока последний участник игры не получил аплодисменты всей группы.

**«Попроси игрушку»**

**Цель:** развитие коммуникативных навыков.

**Ход игры**

Группа детей делится на пары, один из участников пары (с голубым опознавательным знаком (цветок)) берет в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой (№ 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику № 1: «Ты держишь в руках игрушку, которая очень тебе нужна, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция участнику № 2: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали». Затем участники меняются ролями.

**«Хороший друг»**

**Цель:** развивать навык налаживать дружеские взаимоотношения.

**Ход игры.**

Для проведения игры понадобятся бумага, карандаш, фломастеры на каждого ребенка.

Воспитатель предлагает детям подумать о своем хорошем друге и уточняет, что это может быть реальный человек или его можно просто себе вообразить. Затем обсуждаются следующие вопросы: «Что ты думаешь об этом человеке? Что вы любите вместе делать? Как выглядит твой друг? Что тебе больше всего в нем нравится? Что вы делаете для того, чтобы ваша дружба крепла? » Ответы на эти вопросы воспитатель предлагает нарисовать на бумаге.

Дальнейшее обсуждение:

— Как человек находит друга?

— Почему так важны в жизни хорошие друзья?

— Есть ли у тебя друг в группе?

«**Ты мне нравишься»**

**Цель:** развитие коммуникативных навыков и хороших взаимоотношений между детьми.

**Ход игры**

Для проведения игры понадобится клубок цветной шерсти. По просьбе воспитателя дети садятся в общий круг.

Воспитатель. Ребята, давайте все вместе составим одну большую цветную паутину, связывающую нас между собой. Когда мы будем ее плести, то каждый из нас может выразить свои добрые мысли и чувства, которые он испытывает к своим сверстникам. Итак, обмотайте два раза свободный конец шерстяной нити вокруг своей ладони и покатите клубок в сторону одного из ребят, сопровождая свое движение словами: «Лена (Дима, Маша)! Ты мне нравишься, потому что... (с тобой очень весело играть в разные игры)».

Лена, выслушав обращенные к ней слова, обматывает нитью свою ладонь так, чтобы «паутина» была более-менее натянута. После этого Лена должна подумать и решить, кому передать клубок дальше. Передавая его Диме, она также произносит добрые слова: «Дима! Ты мне нравишься, потому что нашел мой бантик, который я вчера потеряла». И так игра продолжается, пока все дети не будут опутаны «паутиной». Последний ребенок, получивший клубок, начинает сматывать его в обратном направлении, при этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок и произносит сказанные ему слова и имя сказавшего, отдавая ему клубок обратно.

Дальнейшее обсуждение:

— Легко ли говорить приятные вещи другим детям?

— Кто тебе говорил что-нибудь приятное до этой игры?

— Дружные ли дети в группе?

— Почему каждый ребенок достоин любви?

— Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

**«Король»**

**Цель:** формировать у детей адекватную самооценку, привить новые формы поведения.

**Ход игры.**

Воспитатель: Ребята, кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это может принести? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого?

После выяснения мнения детей воспитатель предлагает им поиграть в игру, в которой каждый может побывать королем в течение минут пяти. При помощи считалки выбирается первый участник в роли короля, остальные дети становятся его слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей, но он может приказать, например, чтобы слуги ему кланялись, подавали питье, были у него на «посылках» и т. п. Когда приказы короля выполнены, по считалке выбирается другой исполнитель роли, за время игры в роли короля могут побывать 2-3 ребенка. Когда время правления последнего короля закончится, воспитатель проводит беседу, в которой обсуждает с детьми полученный ими опыт в игре.

Дальнейшее обсуждение:

— Как ты чувствовал себя, когда был королем?

— Что тебе больше всего понравилось в этой роли?

— Легко ли было тебе отдавать приказы другим детям?

— Что ты чувствовал, когда был слугой?

— Легко ли тебе было выполнять желания короля?

— Когда королем был Вова (Егор), он был для тебя добрым или злым королем?

— Как далеко добрый король может заходить в своих желаниях?

**«Доброе животное»**

**Цель:** способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

**Ход игры**

Ведущий тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы — одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе! На вдох делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох — два шага назад. Так не только дышит животное, так же ровно и четко бьется его большое доброе сердце, стук — шаг вперед, стук — шаг назад, и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

**«Расставь посты»**Цель: Развитие внимания, произвольного контроля поведения.

**Ход игры**

Дети выстраиваются в ряд, выбирают командира, который становится во главе шеренги. Затем командир начинает движение. Все маршируют следом за ним, повторяя движения. В какой-то момент командир хлопает в ладоши, тогда идущий последним должен остановиться, а все остальные продолжать идти. Командир расставляет детей в тех местах, где считает нужным (по кругу, по периметру комнаты и т.д.). Когда все дети будут стоять по местам, назначается новый командир. Игра продолжается, пока все дети не побывают командирами.

Комментарии: В игру можно вводить дополнительные правила.

**«Филя и Хрюша»**  
**Цель:** Учить детей способам решения в конфликтной ситуации.  
**Ход игры**

Ведущий: В жизни часто люди пытаются решить свои проблемы по принципу: «око за око, глаз за глаз». Когда кто-то нас обижает, мы отвечаем ещё более сильной обидой. Если кто-нибудь нам угрожает, мы тоже реагируем угрозой и тем самым усиливаем наши конфликты. Во многих случаях гораздо полезнее сделать шаг назад, признать и свою долю ответственности за возникновение ссоры или драки и подать друг другу руки в знак примирения.  
Нам в этой игре помогут Филя и Хрюша (игрушки). Кто-то из вас будет говорить словами Фили, а другой - Хрюши. Сейчас вы будете разыгрывать сцену ссоры между Филей и Хрюшей, например, из-за книжки, которую принёс в группу Филя, (дети разыгрывают ссору с применением обиды и злости). Ну вот, теперь Филя и Хрюша не дружат, они сидят в разных углах комнаты и не разговаривают друг с другом. Ребята, давайте поможем им помириться. Предлагайте, каким способом это можно сделать (дети предлагают варианты: посадить рядом, отдать книжку хозяину и т.д.) Да, ребята, вы правы. В этой ситуации с книжкой можно обойтись и без ссоры. Я предлагаю вам разыграть сцену по-другому. Нужно Хрюше предложить Филе посмотреть книжку вместе или по очереди, а не вырывать из рук, или предложить на время что-нибудь своё — машинку, набор карандашей и т.д. (дети разыгрывают сцену по - другому). А сейчас Филя и Хрюша должны помириться, попросить друг у друга прощение за то, что обидели друг друга, и пусть они подадут друг другу руки в знак примирения.  
Вопросы для обсуждения с детьми, исполняющими роли:  
Вам трудно было простить другого?  
Как вы себя чувствовали при этом?  
Что происходит когда вы сердитесь на кого-нибудь?  
Как вы думаете, прощение - это признак силы или признак слабости?  
Почему так важно прощать других?

**«Паровозик»**

**Цель:** создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, развитие произвольного контроля, умения подчиняться правилам других.

**Ход игры.**

Дети строятся друг за другом, держась за плечи. «Паровозик» везет «вагончик», преодолевая различные препятствия.

Подвижная игра «Дракон кусает свой хвост»

Цель: сплочение группы.

Ход игры. Играющие стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего. Первый ребенок — это голова дракона, последний — кончик хвоста. Под музыку первый играющий пытается схватить последнего — «дракон» ловит свой «хвост». Остальные дети цепко держатся друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост, то в следующий раз на роль «головы дракона» назначается другой ребенок.

**«Подари движение»**

**Цель**: укрепление эмоциональных контактов между детьми, развитие доверия и взаимопонимания.

**Ход игры:**

Выбирается ведущий. Остальные дети становятся в круг, а ведущий - в центре круга. Ведущий начинает выполнять какие – нибудь однотипные движения в течении 10-15 секунд, а остальные повторяют эти движения за ним. Далее меняется ведущий и игра продолжается.

**«Клоуны ругаются»**

**Цель**: снятие вербальной агрессии

**Ход игры:**

«Клоуны стали показывать детям представление, весели 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, чтобы 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 используется 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. Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т. д. И ласково называют друг друга цветами.

**«Рычи, лев, рычи; стучи, поезд, стучи»**

**Цель:** снятие барьеров в общении, мышечного напряжения.

**Ход игры:**

Ведущий говорит детям: «Все мы – львы, большая львиная семья. Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу «Рычи, лев, рычи!», начинайте громко рычать».

Затем ведущий предлагает детям изображать паровоз. Дети встают в шеренгу, положив друг другу на плечи. «Паровоз» едет в разных направлениях то быстро, то медленно, то поворачивая, то изгибаясь, издавая громкие звуки и свист. Машинист на станции меняется. В конце игры происходит «крушение», и все падают на пол.

**«Рвакля»**

**Цель:** помогает снять напряжение, дает выход деструктивной энергии.

**Ход игры:**

Для игры понадобятся ненужные газеты, журналы, бумаги; широкое ведро или корзина. Ребенок может рвать, мять, топтать бумагу, делать с ней все, что заблагорассудится, а потом бросать ее в корзину. Можно прыгать на куче бумажек – они отлично пружинят.

**«Ха–ха-ха! Хе-хе-хе!»**

**Цель:** создание положительных эмоций, снятие напряжения.

**Ход игры:**

Дети стоят  в кругу, соединяют руки в замок. Ведущий показывает следующее:

3 раза прикасается к левому плечу, произнося «ха – ха – ха»

3 раза прикасается к правому плечу, произнося «хо – хо – хо»

3 раза прикасается к левому колену, произнося «хи – хи – хи»

3 раза прикасается к правому колену, произнося «хе – хе – хе»

Затем все движения повторяются в более  быстром темпе по 2 раза. Затем еще быстрее по 1 разу. Затем количество раз увеличиваем, а темп снижаем. Произнося последнее «хе», детям предлагается выплеснуть всю усталость, всю злость, всю обиду, которые накопились в их теле.

**«Здравствуйте!»**

**Цель**: разогрев группы, снижение напряженности, рефлексия собственного эмоционального состояния, настрой на работу.

**Ход игры:**

Взрослый говорит, что сейчас он будет здороваться, но не со всеми сразу, а по очереди. Те, с кем он поздоровается, должны встать и сказать: «Здравствуйте». Далее игра проходит в два этапа. На первом этапе взрослый предлагает детям осознать свои эмоциональные состояния: «Те, кто сейчас в хорошем настроении, здравствуйте!», «Те, кто сегодня не выспался, здравствуйте!», «Те, кому грустно, здравствуйте!». На втором этапе настраиваем детей на выполнение различных видов деятельности: «Те, кто любит рисовать, здравствуйте!», «Те, кто хочет заниматься, здравствуйте!», «Те, кто хочет стать умным (уверенным), здравствуйте!»,

**«Жучок»**

**Цель:** раскрытие групповых отношений.

**Ход игры:**

Дети встают в шеренгу за водящим. Водящий стоит спиной к группе, выставив из-под мышек свою руку с раскрытой ладонью. Водящей должен узнать, кто из детей дотронулся до его руки, и водит до тех пор, пока не угадает правильно. Водящего выбирают с помощью считалки.

Через три занятия в группе можно по наблюдениям выделить пять стихийных ролей:

1. лидер;

2. товарищ лидера («прихвостень »);

3. неприсоединившийся оппозиционер;

4. покорный конформист (« баран »);

5. «козел отпущения».

**«Все вместе»**

**Цель:** развивает сообразительность, быстроту реакции и координацию, умение действовать согласованно, снятие барьеров в общении.

**Ход игры:**

Для игры нужны мелки для рисования или листы газет. Воспитатель говорит, что надо нарисовать на полу круг такого размера, чтобы озадачить детей сложной, но решаемой проблемой: как им всем разместиться на очерченном пространстве. Чтобы усложнить задачу, можно попросить ребят составить «остров» из газет, которые нельзя ни рвать, ни раздвигать. (Выигрывает команда, которая смогла разместиться на маленьком пространстве).

**«Если «да» — похлопай, если «нет» — потопай»**

**Цель:** развитие коммуникативных навыков детей, развитие слухового внимания.

**Ход игры:**

Количество играющих:2 или более человек.

Взрослый называет предложения, а дети должны оценить их и показать свое отношение, похлопав в ладоши, если они согласны, или потопав ногами, если утверждение неверно.

«Рома навестил бабушку и так обрадовался, что обиделся на нее».

«Саша отнял игрушку у Пети и побил его, Петя поссорился с ним ».

«Лене очень нравился Сережа, поэтому она его по­била».

**«Стихи – мирилки»**

Цель: повысить мотивацию к мирному  разрешению конфликтов в группе, создать ритуал завершения конфликта

1. Мирись- мирись, больше не дерись.

Если будешь драться-

Я буду кусаться!

А кусаться не причем,

Буду драться кирпичом!

Нам кирпич не нужен,

Давай с тобой подружим!

 2. Ручку за ручку

Мы крепко возьмем,

Раньше мы дрались,

А теперь нипочем!

3. Ссориться не будем.

Будем мы дружить,

Клятву не забудем,

Пока будем жить!

 4. Хватит нам уже сердиться,

Веселятся все вокруг!

Поскорей давай мириться:

- Ты мой друг!

- И я твой друг!

Мы обиды все забудем

И дружить, как прежде будем!

 5. Я мирюсь, мирюсь, мирюсь,

И я больше не дерусь.

Ну а если подерусь,-

В грязной луже окажусь!

6. Давай с тобой мириться

И во всем делиться.

А кто не будет мириться-

С тем не будем водиться!

 7. Чтобы солнце улыбалось,

Нас с тобой согреть старалось,

Нужно просто стать добрей,

И мириться нам скорей!

8. Чем ругаться и дразниться

Лучше нам с тобой мириться!

Будем вместе улыбаться,

Песни петь и танцевать,

Летом в озере купаться,

И клубнику собирать,

На коньках зимой кататься,

Баб лепить, в снежки играть,

На двоих делить конфеты,

Все проблемы и секреты.

Очень скучно в ссоре жить,

Потому – давай дружить!