

**Практико – ориентированные формы работы с детьми 2 - 3 лет,
направленные на развитие личностных качеств**

Месяц	Неделя	Игровые упражнения	Источник
Сентябрь	1, 2 неделя	<p>Игра «Раздувайся, пузырь» <i>Цель: развитие чувства сплоченности</i> Дети стоят в кругу очень тесно – это «сдутый пузырь». Потом они его надувают: дуют в кулачки, поставленные один на другой, как в дудочку. После каждого вдоха делают шаг назад – «пузырь» увеличивается, сделав несколько вдохов, все берутся за руки и идут по кругу, приговаривая: <i>Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, Оставайся такой, да не лопайся!</i> Получается большой круг. Затем воспитатель говорит: «Хлоп!» - «пузырь» лопается, все сбегаются к центру или разбегаются по комнате (разлетелись пузырьки).</p>	Широкова Г.А. Практикум для детского психолога с. 158
	3, 4	<p>Игра «Дождик и солнышко» <i>Цель: снижение импульсивности, повышение двигательной активности</i> Дети ходят по комнате, изображая, что собирают листья. Как только взрослый включает кассету со звуками дождя или дает команду «Дождик!», - дети бегут под большой зонт, который держит кто-нибудь из взрослых, и прячутся так, чтобы всем хватило места. Взрослый может барабанить пальцами по поверхности зонта, имитируя звук дождя. Шум дождя прекращается и звучит команда «Солнышко!» - дети выбегают из-под зонта. Игра повторяется 2-3 раза.</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 14
Октябрь	1, 2 неделя	<p>Игра «Зеркало» <i>Цель: снятие застенчивости, тревоги</i> Дети становятся полукругом вокруг взрослого, который показывает разнообразные позы, демонстрирует разные выражения лица. Дети должны повторить их.</p>	Широкова Г.А. Практикум для детского психолога с. 208
	3, 4	<p>Игра «Карусели» <i>Цель: развитие умения согласовывать</i></p>	Роньжина А.С. Занятия психолога

		<p><i>свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха</i></p> <p>Дети встают вокруг и вместе со взрослым рассказывают потешку и показывают движения.</p> <p><i>Еле-еле, еле-еле, завертелась карусели,</i> (идут медленно)</p> <p><i>А потом, потом, потом,</i> (идут быстрее)</p> <p><i>Все бегом, бегом, бегом!</i> (бегут)</p> <p><i>Тише, тише, не спешите,</i> (переходят на шаг)</p> <p><i>Карусель остановите!</i> (останавливаются)</p> <p><i>Раз, два, раз, два!</i> (берутся руками за голову, наклоняют голову вправо-влево)</p> <p><i>Закружилась голова!</i> (делают вращательные движения головой)</p> <p>Игра повторяется несколько раз. Чтобы у детей не закружилась голова, направление каждый раз меняется в противоположное.</p>	<p>с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 24</p>
Ноябрь	1, 2 неделя	<p>Игра «Час тишины и час «можно»» <i>Цель: развитие произвольности поведения</i></p> <p>Взрослый договаривается с детьми о том, что у них теперь будет час тишины и час «можно». Это значит, что в час тишины дети будут вести себя тихо и заниматься спокойными делами – рисованием, лепкой и т.п. Зато в час «можно» они смогут делать все, что захочется – бегать, прыгать, кричать, петь и т.п. При этом желательно предупредить, что даже в час «можно» нельзя драться, ругаться, обижать кого-либо и т.д.</p> <p>Эти часы можно чередовать в течение дня или играть в них в разные дни. Для детей можно предложить для начала не час, а несколько минут.</p>	Широкова Г.А. Практикум для детского психолога с. 164
	3, 4	<p>Игровое упражнение «С мячами» <i>Цель: развитие коммуникативных навыков</i></p> <p>Оборудование: мячи</p>	

		<p>Взрослый включает ритмичную, плавную музыку (можно без музыки), делит детей на пары и дает каждой паре по мячу. По команде взрослого пары, не выпуская мяча из рук, должны пройти по группе, попрыгать, покружиться, присесть и т.д.</p>	<p>к дошкольному учреждению. с. 30</p>
Декабрь	1, 2 неделя	<p>Игра «Медвежонок» <i>Цель: сплочение группы, развитие эмпатии</i> Дети встают в круг – это берлога. Одного ребенка выбирают «медвежонок» и он ложится в центр круга и закрывает глаза. Взрослый и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют: <i>Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.</i> <i>Громко не кричите, Мишку не сердите,</i> <i>Тихо подходите, ласково будите.</i> Дети и взрослый подходят к «медвежонку» и «будят» его (аккуратно, ласково прикасаются к нему, гладят). «Медвежонок» открывает глаза и улыбается. - <i>Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся.</i> Все поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки. Игра повторяется несколько раз.</p>	<p>Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 45</p>
	3, 4	<p>Игра «Непослушные мышата» <i>Цель: преодоление упрямства, негативизма в период кризиса 3-х лет</i> - Ребята, давайте с вами поиграем. Я буду мамой-мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками. Будете делать все наоборот. <i>Непослушные мышата</i> <i>Маму слушать не хотят.</i> <i>Ножками топайте. (- нет, нет, нет!)</i> <i>Ручками похлопайте. (- нет, нет, нет!)</i> <i>Головкой покивайте. (- нет, нет, нет!)</i> <i>Со мною поиграйте. (- нет, нет, нет!)</i> «Мышка» качает головой: -Ах, какие озорные, непослушные какие! <i>Ножками не топайте. (- будем,</i></p>	<p>Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 49</p>

		<p>будем, будем! Топают ногами) <i>Ручками не хлопайте.</i> (- будем, будем, будем! Хлопают в ладоши) <i>Головой не кивайте.</i> (- будем, будем, будем! Кивают головой) <i>Со мною не играйте.</i> (- будем, будем, будем! Прыгают на месте) - Ах, какие озорные, непослушные мышата!</p>	
Январь	1, 2 неделя	<p>Игра «Собака» <i>Цель: развитие умения выражать эмоции</i> - Давайте поиграем, ч буду мамой-кошкой, а вы котятами. - <i>Котята, скоро мы пойдём гулять во двор. Во дворе живёт собака, вы должны уметь защищаться. Сейчас мы будем учиться шипеть и выпускать коготки.</i> Все садятся на корточки, сжимают пальцы в кулаки, произносят: «Ш-ш-ш», затем разжимают кулаки, разводят пальцы («показывают коготки») и произносят «Мяу». Упражнение повторить 2-3 раза. - <i>Пора выходить на прогулку. Будьте внимательны, а когда услышите слово «собака», защищайтесь, как я вас учила.</i> Дети ходят на четвереньках по группе. По сигналу «собака» дети выполняют вышеописанное упражнение.</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 60
	3, 4	<p>Игра «Раздувайся, пузырь» <i>Цель: развитие чувства сплоченности</i> Дети стоят в кругу очень тесно – это «сдутый пузырь». Потом они его надувают: дуют в кулачки, поставленные один на другой, как в дудочку. После каждого вдоха делают шаг назад – «пузырь» увеличивается, сделав несколько вдохов, все берутся за руки и идут по кругу, приговаривая: <i>Раздувайся, пузырь, раздувайся большой,</i></p>	Широкова Г.А. Практикум для детского психолога с. 158

		<p><i>Оставайся такой, да не лопайся!</i> Получается большой круг. Затем воспитатель говорит: «Хлоп!» - «пузырь» лопается, все сбегаются к центру или разбегаются по комнате (разлетелись пузырьки).</p>	
Февраль	1, 2 неделя	<p>Игра «Дождик и солнышко» <i>Цель: снижение импульсивности, повышение двигательной активности</i> Дети ходят по комнате, изображая, что собирают листья. Как только взрослый включает кассету со звуками дождя или дает команду «Дождик!», - дети бегут под большой зонт, который держит кто-нибудь из взрослых, и прячутся так, чтобы всем хватило места. Взрослый может барабанить пальцами по поверхности зонта, имитируя звук дождя. Шум дождя прекращается и звучит команда «Солнышко!» - дети выбегают из-под зонта. Игра повторяется 2-3 раза.</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 14
	3, 4	<p>Игра «Зеркало» <i>Цель: снятие застенчивости, тревоги</i> Дети становятся полукругом вокруг взрослого, который показывает разнообразные позы, демонстрирует разные выражения лица. Дети должны повторить их.</p>	Широкова Г.А. Практикум для детского психолога с. 208
Март	1, 2 неделя	<p>Игра «Карусели» <i>Цель: развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха</i> Дети встают в круг и вместе со взрослым рассказывают потешку и показывают движения. <i>Еле-еле, еле-еле, завертелась карусели,</i> (идут медленно) <i>А потом, потом, потом,</i> (идут быстрее) <i>Все бегом, бегом, бегом!</i> (бегут) <i>Тише, тише, не спешите,</i> (переходят на шаг) <i>Карусель остановите!</i> (останавливаются) <i>Раз, два, раз, два!</i> (берутся руками за</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 24

		<p>голову, наклоняют голову вправо-влево) <i>Закружилась голова!</i> (делают вращательные движения головой) Игра повторяется несколько раз. Чтобы у детей не закружилась голова, направление каждый раз меняется в противоположное.</p>	
	3, 4	<p>Игра «Час тишины и час «можно» » <i>Цель: развитие произвольности поведения</i> Взрослый договаривается с детьми о том, что у них теперь будет час тишины и час «можно». Это значит, что в час тишины дети будут вести себя тихо и заниматься спокойными делами – рисованием, лепкой и т.п. Зато в час «можно» они смогут делать все, что захочется – бегать, прыгать, кричать, петь и т.п. При этом желательно предупредить, что даже в час «можно» нельзя драться, ругаться, обижать кого-либо и т.д. Эти часы можно чередовать в течение дня или играть в них в разные дни. Для детей можно предложить для начала не час, а несколько минут.</p>	Широкова Г.А. Практикум для детского психолога с. 164
Апрель	1, 2 неделя	<p>Игровое упражнение «С мячами» <i>Цель: развитие коммуникативных навыков</i> Оборудование: мячи Взрослый включает ритмичную, плавную музыку (можно без музыки), делит детей на пары и дает каждой паре по мячу. По команде взрослого пары, не выпуская мяча из рук, должны пройти по группе, попрыгать, покружиться, присесть и т.д.</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 30
	3, 4	<p>Игра «Медвежонок» <i>Цель: сплочение группы, развитие эмпатии</i> Дети встают в круг – это берлога. Одного ребенка выбирают «медвежонок» и он ложится в центр круга и закрывает глаза. Взрослый и остальные дети водят вокруг него хоровод и поют:</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 45

		<p><i>Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.</i></p> <p><i>Громко не кричите, Мишку не сердите, Тихо подходите, ласково будите.</i></p> <p>Дети и взрослый подходят к «медвежонку» и «будят» его (аккуратно, ласково прикасаются к нему, гладят). «Медвежонок» открывает глаза и улыбается.</p> <p><i>- Мишка проснулся, друзьям улыбнулся, сладко потянулся.</i></p> <p>Все поднимают вверх сначала левую, потом правую руку, встают на носочки.</p> <p>Игра повторяется несколько раз.</p>	
Май	1, 2 неделя	<p>Игра «Непослушные мышата»</p> <p><i>Цель: преодоление упрямства, негативизма в период кризиса 3-х лет</i></p> <p>- Ребята, давайте с вами поиграем. Я буду мамой-мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками. Будете делать все наоборот.</p> <p><i>Непослушные мышата</i></p> <p><i>Маму слушать не хотят.</i></p> <p><i>Ножками топайте. (- нет, нет, нет!)</i></p> <p><i>Ручками хлопайте. (- нет, нет, нет!)</i></p> <p><i>Головкой покивайте. (- нет, нет, нет!)</i></p> <p><i>Со мною поиграйте. (- нет, нет, нет!)</i></p> <p>«Мышка» качает головой:</p> <p>-Ах, какие озорные, непослушные какие!</p> <p><i>Ножками не топайте. (- будем, будем, будем!</i></p> <p>Топают ногами)</p> <p><i>Ручками не хлопайте. (- будем, будем, будем!</i></p> <p>Хлопают в ладоши)</p> <p><i>Головой не кивайте. (- будем, будем, будем!</i></p> <p>Кивают головой)</p> <p><i>Со мною не играйте. (- будем, будем, будем!</i></p> <p>Прыгают на месте)</p> <p>- Ах, какие озорные, непослушные мышата!</p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. с. 49
	3, 4	<p>Игра «Собака»</p> <p><i>Цель: развитие умения выразить эмоции</i></p>	Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в

	<p>- Давайте поиграем, ч буду мамой-кошкой, а вы котятами.</p> <p>- <i>Котята, скоро мы пойдём гулять во двор. Во дворе живет собака, вы должны уметь защищаться. Сейчас мы будем учиться шипеть и выпускать коготки.</i></p> <p>Все садятся на корточки, сжимают пальцы в кулаки, произносят: «Ш-ш-ш», затем разжимают кулаки, разводят пальцы («показывают коготки») и произносят «Мяу».</p> <p>Упражнение повторить 2-3 раза.</p> <p>- <i>Пора выходить на прогулку. Будьте внимательны, а когда услышите слово «собака», защищайтесь, как я вас учила.</i></p> <p>Дети ходят на четвереньках по группе.</p> <p>По сигналу «собака» дети выполняют вышеописанное упражнение.</p>	<p>период адаптации к дошкольному учреждению. с. 60</p>
--	---	---