|  |
| --- |
| **КАРТОТЕКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИГР для детей 3-4 лет**  ***«Воздушные шарики»***  Цель: Снять напряжение, успокоить детей.  Все играющие стоят или сидят в кругу. Воспитатель дает инструкцию: «Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу».  ***«Корабль и ветер»***  Цель: Настроить группу на рабочий лад, особенно если дети устали.  «Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!»  ***«Зайки и слоны»***  Цель: Дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки.  «Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется "Зайки и слоники". Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся» и т. д. Дети показывают. «Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?» Дети разбегаются по группе, классу, прячутся и т. д. «А что делают зайки, если видят волка?..» Педагог играет с детьми в течение нескольких минут.  «А теперь мы с вами будет слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра...» Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.  После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему. |

|  |
| --- |
| ***«Веснянка»***  Коммуникативная игра  Цель: Расширение эмоциональной сферы ребёнка; развитие умения передавать эмоциональное состояние при помощи интонации, мимики, поз, жестов.  (Поочерёдно выбрасываем руки вверх)  Солнышко, солнышко  (Покачиваем туловище со сцепленными над головой руками)  Золотое донышко!  (2 раза прыжки на двух ногах)  Гори, гори ясно,  Чтобы не погасло!  (Бег на месте)  Побежал в саду ручей,  (Взмахи руками, как крыльями)  Прилетело сто грачей,  (медленно приседаем)  И сугробы тают, тают,  (Ладошки разводим в стороны в форме цветка)  И цветочки вырастают    ***Позови ласково***  Цель: Воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу.  Дети стоят по кругу. Воспитатель предлагает ребёнку передать мяч (или игрушку) ребёнку, стоящему рядом, ласково назвав его по имени. Ребёнок берёт мяч и передаёт его следующему ребёнку с тем же заданием. После этого дети делятся своими впечатлениями и ощущениями. |

|  |
| --- |
| ***Тёплый дождик***  Цель: Развитие эмоциональной сферы ребёнка, снятие психоэмоционального напряжения.  Воспитатель рассказывает детям: дождик смочил землю, освежил траву и листья. Давайте поиграем с дождевыми каплями.  Вначале дети прячут руки за спину, затем выносим вперёд прямую правую руку ладонью вверх, левая остаётся за спиной. Затем руки меняем местами. Дети пытаются представить, что они чувствуют. Повторить 6 – 8 раз.  ***Мыльные пузыри***  Цель: Развитие воображения, выразительности движений, снятие эмоционального напряжения.  Воспитатель имитирует выдувание мыльных пузырей, а остальные дети изображают полёт этих пузырей. Дети свободно двигаются по всему свободному пространству. После команды «Лопнули», дети ложатся на пол.  ***Котята***  Цель: Коррекция психо-эмоциональной сферы ребёнка, расслабление мышц, освоение позы покоя  Дети лежат на ковре, свернувшись «клубочком» с закрытыми глазами. Воспитатель говорит слова:  На ковре котята спят. Мур - мур.  Просыпаться не хотят. Мур – мур.  Тихо спят спина к спине  И мурлыкают во сне.  Вот на спинку все легли. Мур – мур. (Дети выполняют)  Лапки вытянули. Мур – мур.  Потянулись и проснулись. |