

**ИГРОТЕРАПИЯ** - это метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств, в основу которого положен свойственный ребёнку способ взаимодействия с окружающим миром - игра.

**В.А.Сухомлинский** писал:

"Игра - это искра, зажигающая огонёк пытливости и любознательности".

В процессе игры у ребёнка есть возможность переработать внутренние конфликты, страхи и одновременно обучиться чему - то новому.

Итогом проведённой терапии является повышение самооценки у ребёнка, развиваются коммуникативные навыки, понижается уровень тревожности.

**Роль в игре взрослого:**

\* **ДИРЕКТИВНАЯ** - направленный процесс, где взрослый (педагог) является организатором, которому предлагаются готовые варианты решения той или иной проблемы, во время игры ребёнок сам приходит к пониманию себя и собственных конфликтов.

\* **НЕДИРЕКТИВНАЯ** - ненаправленная игровая терапия проводится во время игровой деятельности детей, куда взрослый старается не вмешиваться, создавая вокруг ребят уютную, тёплую атмосферу надёжности и доверия.

## Игры - упражнения

для создания весёлой атмосферы:

### 1. "Я - ЛУНОХОД"

Ход игры:

Один из участников игры начинает ползать на коленях и говорить: "Я - Луноход 1". Тот, кто первым засмеётся, становится следующим "Луноходом", ползает и говорит: "Я - Луноход 2" и так далее, пока все участники не станут "Луноходами".

### 2. Игра в "ФАНТЫ"

Ход игры:

Эта игра хорошо известна всем. Задания должны вызывать смех, раскрепощать. **Например:**

\* Попрыгай на левой ноге и прокричи: "Я вам рад!"

\* Прикрой лицо ладонями и раскрывая их прокричи:

"Вы ещё тут?"

\* Встань перед зеркалом и скажи:

"Я самая чудесная, девчонка интересная!" итд.

**Игры - упражнения для выстраивания взаимоотношений и роста доброжелательности:**

### 1. "РАНДЕВУ"

Ход игры:

Перемещаясь по игровой комнате и встречаясь друг с другом, дети должны останавливаться на мгновение и, глядя друг другу в глаза, говорить приятные слова - комплименты. Комплимент следует подтвердить кивком головы или прикосновением руки, что является усиливающим знаком. **Привычка** говорить друг другу приятные слова вырабатывается довольно быстро вне зависимости от настроения и внешних отношений участников группы.

Это упражнение можно проводить и на принципе постепенности:

- \* Дети перемещаются по игровой комнате, стараясь не сталкиваться друг с другом, но глядя в пол.
- \* Перемещения детей происходят с молчаливым контактом: глазами и улыбкой.
- \* Перемещения происходят с приветственными словами.
- \* Перемещения детей происходят с комплиментами, рукопожатием и даже с объятиями.

## 2. "ПОДАРКИ"

### Ход игры:

Приятное упражнение подчёркивающее значимость каждого присутствующего ребёнка и оказаться преподнесением друг другу виртуальных подарков.

**На первых порах** инициативу в свои руки берёт педагог, который направляет или корректирует содержательную сторону подарков, чтобы увести от материального к душевному. **НАПРИМЕР:** настроение, радость, улыбку.

**В момент** "преподнесения подарков" внимание всех должно быть обращено к одному из группы ребёнка, с самым добрым настроением, с удовольствием от того, что появилась возможность сделать другому приятное и от этого почувствовать себя на высоте.

## Игры - упражнения для прочувствования сплочённости группы:

### 1. "ПАУТИНА"

**Материал:** клубок ниток.

### Ход игры:

Педагог обращается к детям:

"Сядьте в круг. У каждого из вас сейчас есть возможность назвать своё имя и рассказать о себе".

Игру начинает ведущий. Он берёт клубок ниток и сказав что - то о себе, зажимает свободный конец нити в руке и кидает клубок ребёнку, сидящему напротив. Дети

"договариваются глазами". Если ребёнок не готов говорить, то может просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему, таким образом все дети оказываются в "ПАУТИНЕ".

Темы для разговора с детьми могут быть разные, главное, чтобы они способствовали групповой сплочённости.

## 2. "Пересядьте все те, кто..."

**Оборудование:** стульчики, но по количеству меньше на один, чем участников игры.

**Ход игры:**

Стоящий в центре круга предлагает поменяться местами (**пересесть**) всем тем, кто обладает каким - то общим признаком. Этот признак называет ведущий.

**НАПРИМЕР:** "Пересядьте все те, кто любит апельсины". Участники игры меняются местами. При этом, кто стоит в кругу, должен постараться успеть занять одно из мест, а тот, кто останется без места, выходит в круг и продолжает игру.

## 3. "ДОБРОТА"

**Ход игры:**

Педагог: "В каждом из нас, в той или иной степени развивается чувство доброты, доброе отношение к людям. Что вы можете сказать доброго и хорошего о своих близких, знакомых, друзьях? У вас есть 5 минут для того, чтобы подготовиться. Вы самостоятельно выберете человека (**лучше из группы**), о котором будете рассказывать, ваш рассказ должен быть кратким, конкретным, при этом нужно подчеркнуть, что именно вы цените в каждом из тех, о ком рассказываете".

## 4. "Какой он?"

**Ход игры:**

Один из участников (**водящий**) выходит за дверь. а остальные загадывают кого - то из группы. водящий, задавая вопрос "Какой он?", должен по качествам, называемым участниками, догадаться. кто был загадан.

---

## Игры - упражнения на знакомство с эмоциями:

### 1. "Передай маску"

Это упражнение взбадривает участников, делает их более внимательными, помогает настроиться на работу в группе. Упражнение может проводиться в качестве разминки или завершения в любой вида деятельности.

#### Ход игры:

Педагог: "Посмотрите, пожалуйста на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение (педагог медленно поворачивает голову, чтобы все участники увидели выражение его лица). Дальше я повернусь к моему соседу слева, чтобы он мог лучше разглядеть выражение моего лица. он должен в точности повторить это выражение на своём лице. как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, поменяв при этом выражение лица на новое, которое он "передает" своему соседу слева. Итак, все по очереди.

### 2. "На что похоже моё настроение?"

Это упражнение позволяет участникам осознать своё эмоциональное состояние "здесь и сейчас" и выразить его в образной, символической форме.

**Материал:** мяч.

#### Ход игры:

Педагог: "Прислушайтесь к себе. На какой цвет похоже ваше настроение?"

(упражнение выполняется по кругу с мячиком)

#### ВАРИАНТЫ:

- \* "На какую погоду похоже ваше настроение?"
  - \* "На какую птицу похоже ваше настроение?"
  - \* "На какую музыку похоже ваше настроение?" итд.
-

## **Игра - упражнение для преодоления боязни темноты и замкнутого пространства:**

### **1. "ЖМУРКИ"**

#### **Ход игры:**

С завязанными глазами ведущий должен поймать кого - либо из играющих, на ощупь его узнать. чётко назвав имя.

## **Игра - упражнение для преодоления страха перед животными, неуверенностью:**

### **1. "Большой пёс"**

#### **Ход игры:**

На стул усаживается ведущий, который изображает лохматое животное, притворяясь, будто спит. Остальные дети подходят медленно, будят его четверостишием:

Посмотрите - страшный пёс,

Спит, уткнувши в лапы нос.

Мы его сейчас разбудим,

И узнаем, что же будет".

На последних словах "ПЁС" должен проснуться и броситься ловить детей. Их задача - убежать, не стать пойманными.

## **Игры - упражнения для снятия агрессии и напряжения:**

### **1. "Добрые привидения"**

#### **Ход игры:**

Ведущий предлагает детям поиграть роль добрых привидений, чтобы немного похулиганить и слегка попугать друг друга.

По хлопку ведущего нужно согнуть руки в локтях, растопырив пальцы и произносить страшным голосом звук "У".

## 2. "ДРАКА"

### Ход игры:

Представьте, что вы поспорили с другом.

Вот вот начнётся драка. Глубоко вдохните, крепко сожмите челюсти. Пальцы рук сожмите в кулаки, до боли вдовите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд.

**Задумайтесь: "А может не стоит драться?"**

Выдохните и расслабьтесь. **Ура! Неприятности позади!**

## Приём создания игровой ситуации

направлен на развитие поисковой деятельности.

**Основой** данного приёма является **игровая мотивация** - оказание помощи кому - либо, например взрослому, педагогу.

**НАПРИМЕР:** "Я забыла"

(ребёнок помогает вспомнить, например, песню педагогу итд)