

КАРТОТЕКА ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ КУЛЬТУРЫ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Информацию подготовила инструктор по ФК: Вирясова С.Н.

Игровые упражнения

1. Игровое упражнение «У костра».

Цель: формирование внимания и произвольной регуляции собственной деятельности.

Дети садятся на ковер вокруг «костра» и выполняют действия в соответствии с командой ведущего: 1) «жарко» – отстраняются от «костра», 2) «замерзли руки» – протягивают руки к «костру», 3) «большой костер» – встают и машут руками, 4) «искры полетели» – кружатся, 5) «костер принес дружбу и веселье» – берутся за руки и ходят вокруг «костра». Игра может проводиться с ведущим-ребенком.

2. Игровое упражнение «Змейка».

Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками.

Дети строятся в колонну по одному, держась за талию впереди стоящего ребенка. Первый ребенок – это «голова змеи», последний – «кончик ее хвоста». Змея будет ловить свой хвост. Дети должны цепко держаться друг за друга. Если змея не поймает свой хвост за определенное время, то место головы змеи занимает другой ребенок.

3. Коммуникативное игровое упражнение «Клоун».

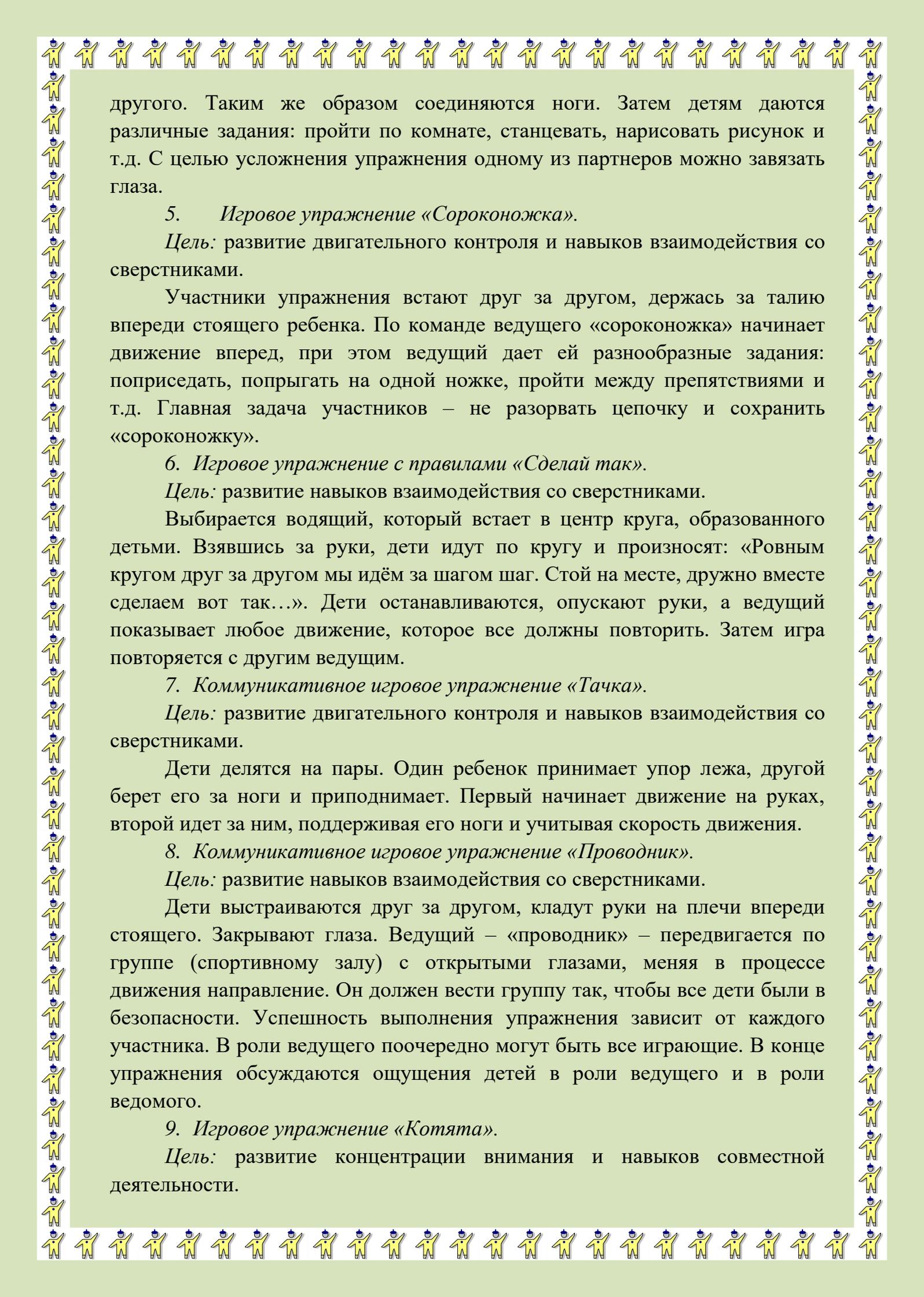
Цель: эмоциональное развитие, развитие навыков взаимодействия со сверстниками.

Дети садятся в круг. Первый ребенок изображает на своем лице какое-нибудь выражение («гримасу»), демонстрирует его всем детям и «передает» соседу справа (слева). Сосед должен в точности повторить это выражение, поменять на новое и «передать» следующему участнику. Так же делают все остальные. Выражение лица может быть абсолютно любым: страшным, смешным, печальным и т.д.

4. Игровое упражнение «Сиамские близнецы».

Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками.

Дети делятся на пары и встают как можно ближе к своему партнеру. Педагог лентой завязывает правую руку одного партнера к левой руке



другого. Таким же образом соединяются ноги. Затем детям даются различные задания: пройти по комнате, станцевать, нарисовать рисунок и т.д. С целью усложнения упражнения одному из партнеров можно завязать глаза.

5. *Игровое упражнение «Сороконожка».*

Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками.

Участники упражнения встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего ребенка. По команде ведущего «сороконожка» начинает движение вперед, при этом ведущий дает ей разнообразные задания: попроситься, попрыгать на одной ножке, пройти между препятствиями и т.д. Главная задача участников – не разорвать цепочку и сохранить «сороконожку».

6. *Игровое упражнение с правилами «Сделай так».*

Цель: развитие навыков взаимодействия со сверстниками.

Выбирается водящий, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу и произносят: «Ровным кругом друг за другом мы идём за шагом шаг. Стой на месте, дружно вместе сделаем вот так...». Дети останавливаются, опускают руки, а ведущий показывает любое движение, которое все должны повторить. Затем игра повторяется с другим ведущим.

7. *Коммуникативное игровое упражнение «Тачка».*

Цель: развитие двигательного контроля и навыков взаимодействия со сверстниками.

Дети делятся на пары. Один ребенок принимает упор лежа, другой берет его за ноги и приподнимает. Первый начинает движение на руках, второй идет за ним, поддерживая его ноги и учитывая скорость движения.

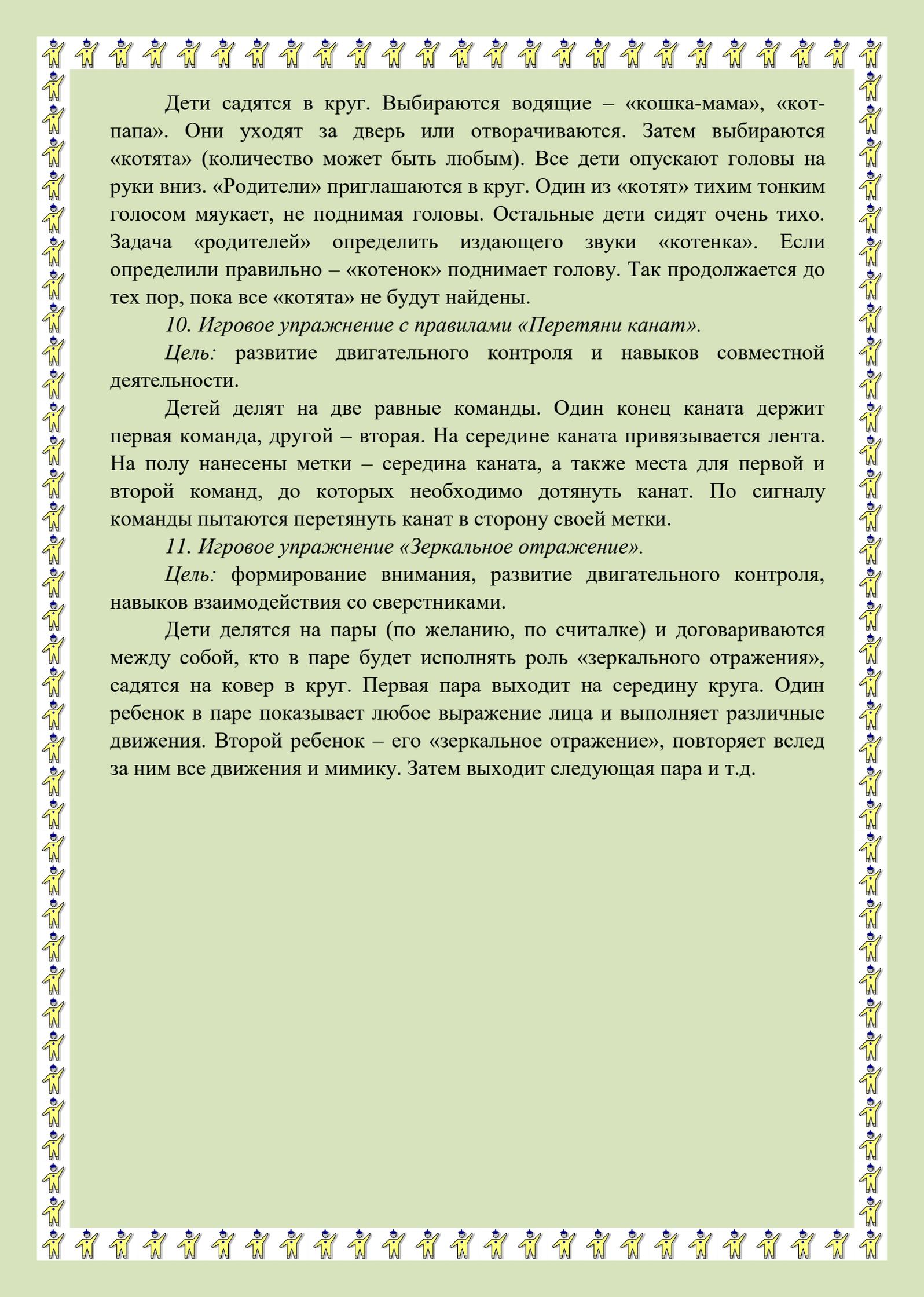
8. *Коммуникативное игровое упражнение «Проводник».*

Цель: развитие навыков взаимодействия со сверстниками.

Дети выстраиваются друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящего. Закрывают глаза. Ведущий – «проводник» – передвигается по группе (спортивному залу) с открытыми глазами, меняя в процессе движения направление. Он должен вести группу так, чтобы все дети были в безопасности. Успешность выполнения упражнения зависит от каждого участника. В роли ведущего поочередно могут быть все играющие. В конце упражнения обсуждаются ощущения детей в роли ведущего и в роли ведомого.

9. *Игровое упражнение «Котята».*

Цель: развитие концентрации внимания и навыков совместной деятельности.



Дети садятся в круг. Выбираются водящие – «кошка-мама», «кот-папа». Они уходят за дверь или отворачиваются. Затем выбираются «котята» (количество может быть любым). Все дети опускают головы на руки вниз. «Родители» приглашаются в круг. Один из «котят» тихим тонким голосом мяукает, не поднимая головы. Остальные дети сидят очень тихо. Задача «родителей» определить издающего звуки «котенка». Если определили правильно – «котенок» поднимает голову. Так продолжается до тех пор, пока все «котята» не будут найдены.

10. Игровое упражнение с правилами «Перетяни канат».

Цель: развитие двигательного контроля и навыков совместной деятельности.

Детей делят на две равные команды. Один конец каната держит первая команда, другой – вторая. На середине каната привязывается лента. На полу нанесены метки – середина каната, а также места для первой и второй команд, до которых необходимо дотянуть канат. По сигналу команды пытаются перетянуть канат в сторону своей метки.

11. Игровое упражнение «Зеркальное отражение».

Цель: формирование внимания, развитие двигательного контроля, навыков взаимодействия со сверстниками.

Дети делятся на пары (по желанию, по считалке) и договариваются между собой, кто в паре будет исполнять роль «зеркального отражения», садятся на ковер в круг. Первая пара выходит на середину круга. Один ребенок в паре показывает любое выражение лица и выполняет различные движения. Второй ребенок – его «зеркальное отражение», повторяет вслед за ним все движения и мимику. Затем выходит следующая пара и т.д.