

**Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 44 «Солнышко» с корпусом №2 «Калинка»**

Игры - тренинги как средство снятия психоэмоционального напряжения в работе с детьми дошкольного возраста

Исполнитель: Заморина А.А. старший воспитатель
Зуева А.С. воспитатель

Тренинг (англ. training - «тренировка, выработка навыков»).

- * Особенность данного метода заключается в том, что дошкольники обучаются не только через трансляцию знаний. Метод тренинга создает практические условия: для решения поставленной задачи, ребенок включается в конкретную ситуацию, а не просто представляет её.

Цели и задачи

Развитие навыков конструктивного общения, обеспечение чувства психологической защищенности, доверия к миру, умение получать радость от общения, формирование базиса личной культуры, развитие эмпатии и собственной индивидуальности.

- * Способствовать благоприятной психологической атмосфере;
- * развитие самостоятельности;
- * формирование хороших отношений со сверстниками;
- * развитие способности адекватного реагирования и отображения собственных эмоций в различных жизненных ситуациях

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ:

Беседы, диалоги, монологи

- * Упражнения, направленные на знакомство с различными "волшебными" средствами понимания.
- * Словесные, подвижные и релаксационные упражнения.
- * Конструктивно-практическая деятельность (рисование, конструирование, лепка, аппликация, коллаж, и т.д)
- * Проигрывание психогимнастических упражнений.
- * Анализ и инсценировка различных психологических этюдов.
- * Рефлексия

следующие элементы:

- * РОЛЕВЫЕ ИГРЫ
- * ПСИХОГИМНАСТИКА
- * ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ
- * АРТ-ТЕРАПИЙНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
- * ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ
- * РЕЛАКСАЦИЯ

Результаты

- * Дети познакомились с разными способами общения, научались взаимодействовать и понимать настроение другого.
- * Научились контролировать свои эмоциональные реакции.
- * Умеют выражать свои чувства и понимать чувства других людей с помощью мимики, жестов, движений, пантомимики.
- * Дети могут подстраивать и корректировать свое поведение в соответствии с условиями и содержанием возникшей ситуации

Тренинги с детьми младшего дошкольного возраста

- * Дети младшего дошкольного возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заряжаться сильными - как положительными, так и отрицательными - эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям.

* Игра «Веселые платочки»

- * Игра способствует снятию психоэмоциональному напряжению детей и способствует налаживанию эмоционального взаимодействия взрослого с ребенком.





Игра «Обнимемся и покружимся»

- * Цель игры формирование эмоционального контакта, доверия к окружающему миру и взрослому, подарить малышам минуты радости





- ТРЕНИНГИ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА



Игра - тренинг «Маленькое приведение»

Цель: направлено на обучение детей навыку в приемлемой форме выплескивать накопившийся у них гнев.



Игра - тренинг «Волшебные - шарики»

Цель: снятие эмоционального напряжения.



Игра - тренинг «Это я, узнай меня»

Цель: снятие эмоционального напряжения, агрессии, развитие эмпатии, тактильного восприятия. Создание положительного эмоционального климата в группе.



Игра - тренинг «Мой хороший попугай»

Цель: развитие эмпатии, быстроты реакции, снятие агрессии, расширение словарного запаса и поведенческого репертуара.



Игра - тренинг «Улитка»

Цель: снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение импульсивности.



Игра - тренинг «Я на солнышке лежу»

Цель: снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение импульсивности.



МАСТЕР-
КЛАСС

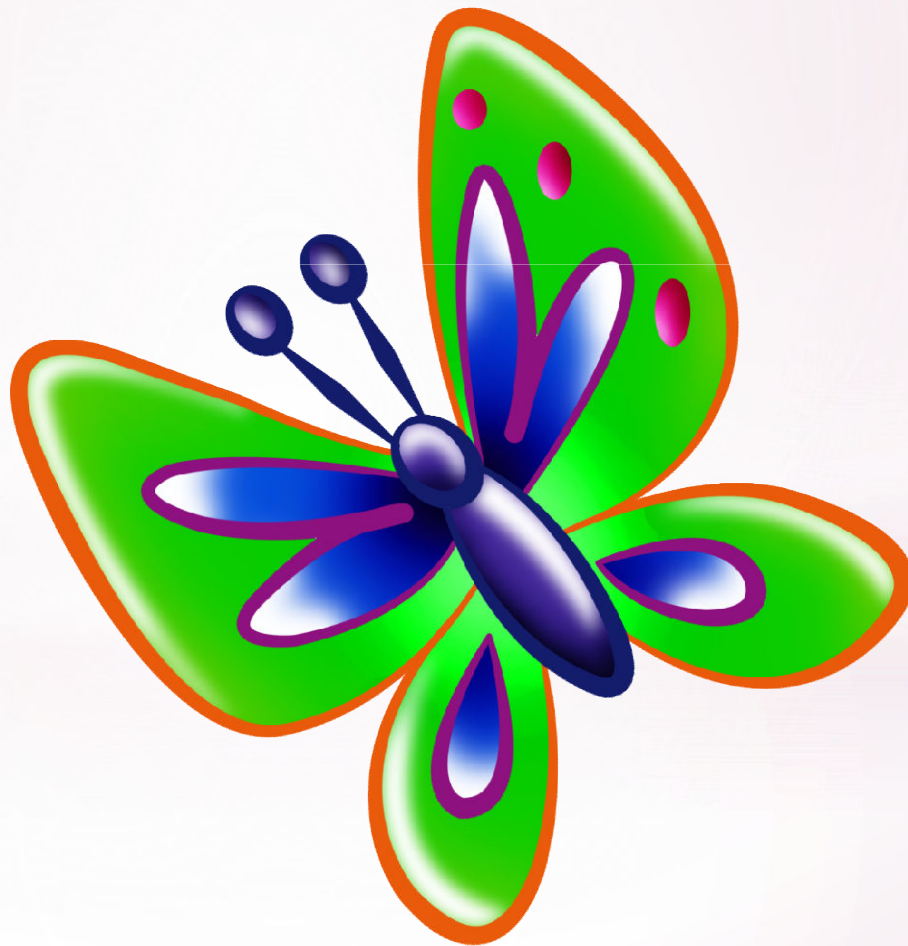


Цветок настроений - цветик- ВОСЬМИЦВETИК



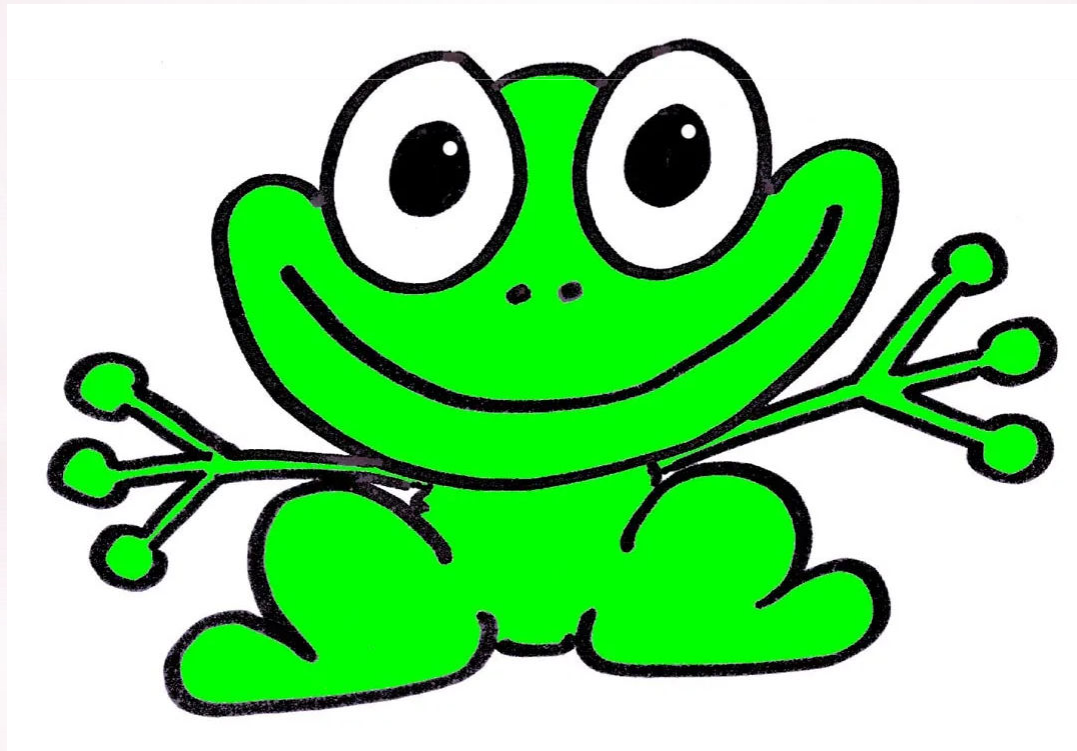
Игра - тренинг «Бабочки на лугу»

Цель: снятие уровня тревожности, Создание
положительного эмоционального климата в
группе.



Тренинг «Храбрые лягушата»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения,
обучение приемлемому способу выражения
негативных эмоций, агрессивных импульсов



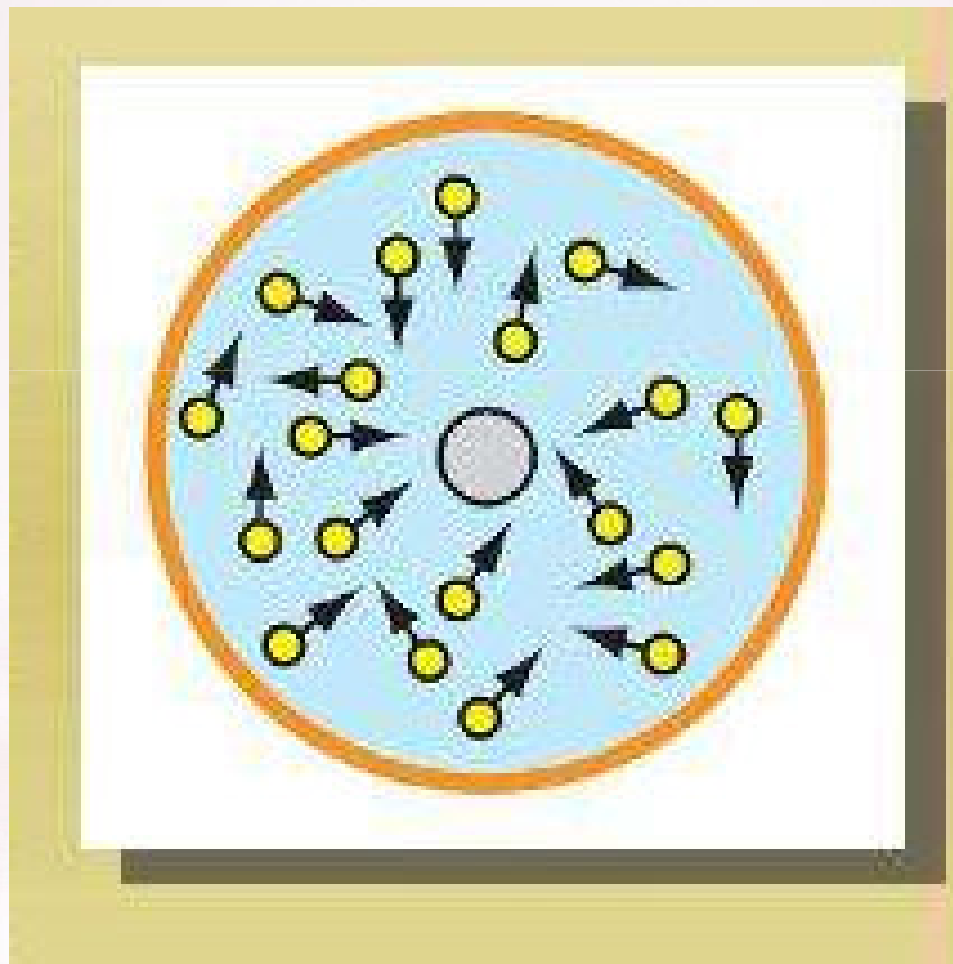
Игра - тренинг «Сделай так»

Цель: направлено на развитие мышечного контроля.
Умения владеть собой.



Игра - тренинг «Броуновское движение»

Цель: развитие умения распределять внимание, снятие эмоционального напряжения.



Игра - тренинг «Яблочко»

Цель: учить взаимодействовать детей друг с другом, развивает координацию движений, раскрепощает.







**Спасибо
за внимание!**