

# *КАРТОТЕКА ИГР*

## *НА АДАПТАЦИЮ И СПЛОЧЕНИЕ ДЕТСКОГО КОЛЛЕКТИВА ПОСЛЕ ОТМЕНА КАРАНТИНА ПО ПАНДЕМИИ*

Воспитатель:  
Блинова А.А.

### **КАРТОЧКА №1.**

#### **«Как здороваются олени».**

Педагог: давайте поздороваемся сегодня не совсем обычным способом. Поздороваемся так, как здороваются олени. Вы знаете, как здороваются олени? Они здороваются так: кивают головой, трутся ушками — вот так, здороваются плечами, боками и спинками — вот так трутся друг от друга. Они здороваются коленками — вот так! А теперь давайте поздороваемся так, как здороваются люди: давайте пожмем друг другу руки.

#### **«Кого не хватает».**

**Цель:** развитие понимания необходимости и важность каждого члена детского коллектива.

**Инструкция:** Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Замечаете ли вы, когда в группе нет вашего друга или подруги? А замечаете ли вы, когда нет кого-то другого? Каждый ребенок в группе очень важен для нас. Когда кого-то нет, мы по нему скучаем. Разделяете ли вы это мнение? Я очень рада, что сегодня все здесь (если действительно никто не отсутствует). Мы уже с вами поздоровались, теперь можно начинать игру. Я хочу попробовать сыграть с вами в такую игру: один из нас будет прятаться, а остальные будут отгадывать, кто именно спрятался. Сначала я попрошу всех закрыть глаза, и пока никто этого не видит, тихо подойду к одному из вас и прикоснусь к его плечу. Тот, кого я выберу, должен будет открыть глаза и тихо-тихо спрятаться. После того, как он спрячется, я попрошу вас всех открыть глаза и угадать, кого не хватает. А теперь закройте глаза...

### **КАРТОЧКА №2.**

Собирайся детвора- ра-ра ,  
Начинается игра-ра-ра.  
Ты ладошки не жале-лей-лей,  
Бей в ладошки веселей-лей-лей.

#### **«Аплодисменты по кругу».**

**Цель:** развитие сплоченности детского коллектива.

**Инструкция:** У нас очень хорошая группа, и каждый из вас заслужил аплодисменты. Я хочу предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Игра проходит следующим образом. Вы становитесь в общий круг. Один из вас начинает: он подходит к кому-нибудь из ребят, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего ребенка, который также получает свою порцию аплодисментов — они оба подходят к нему, встают перед ним и аплодируют ему. Затем уже вся тройка выбирает следующего претендента на овации. Каждый раз тот, кому аплодировали, имеет право выбирать следующего. Таким образом, игра продолжается, а овации становятся все громче и громче.



### КАРТОЧКА №3.

Дети за педагогом маршируют, образуя круг.

Эй, ребята, шире шаг!  
Нам нельзя скучать никак!  
Нет, наверно, в целом мире  
Веселей, Дружней ребят.  
Не грустим в семействе нашем,  
Мы поем, танцуем, пляшем.

Все занятия хороши - веселимся от души!

#### «Возьмемся за руки, друзья»

**Цель:** учить детей чувствовать прикосновения другого человека.

Педагог и дети стоят в кругу, на небольшом расстоянии друг от друга, руки вдоль туловища. Нужно взяться за руки, но не сразу, а по очереди. Начинает педагог. Он предлагает свою руку ребенку, стоящему рядом. И только после того, как ребенок почувствовал руку взрослого, свою свободную руку он отдает соседу. Постепенно круг замыкается.

### КАРТОЧКА №4.

Лето, лето к нам пришло!  
Стало сухо и тепло.  
По дорожке напрямиком  
Ходят ножки босиком.  
Приходит летняя пора,  
И снова к нам идет игра.

#### «Да и нет».

**Цель:** трансформирование накопленного напряжения, агрессии в готовность к общению и взаимную внимательность.

Педагог предлагает детям разбиться на пары и встать друг напротив друга. Кто-то в паре будет говорить "Да", а кто-то — "Нет". Один начинает игру, произнеся слово "Да". Второй сразу же отвечает ему: "Нет!". Тогда первый снова говорит: "Да!", может быть, чуть-чуть громче, чем в первый раз, а второй опять отвечает ему: "Нет!", и тоже слегка сильнее. Каждый должен произносить только то слово, которое он выбрал с самого начала: или "Да", или "Нет". Педагог предлагает провести с помощью этих двух слов прекрасный небольшой спор, но при этом важно, чтобы никто никого никакие обидел. Через некоторое время педагог подает сигнал о том, что пора заканчивать "спор".



### КАРТОЧКА №5.

Сколько солнца! Сколько света!  
Сколько зелени кругом!  
Что же это? Это ЛЕТО  
Наконец спешит к нам в дом.  
Сколько солнца! Сколько света!  
Как прекрасен летний зной!  
Вот бы сделать так, что лето  
Было целый год со мной!

#### «Прошепчи имя!»

**Цель:** сближение членов группы.

**Ход игры:** дети двигаются в разных направлениях и по желанию могут шепнуть на ухо свое имя любому ребенку. (2-3 минуты.). Теперь, пожалуйста, остановитесь... Сейчас, когда вы снова начнете бродить по группе, вам нужно будет подходить к разным детям и шептать им на ушко теперь уже не свое, а их имена. Если вы не помните чьего-то имени, то попытайтесь угадать его. Ваш партнер поправит вас, если вы ошибетесь. (2-3 минуты.)

### КАРТОЧКА №6.

#### «Счастливая ошибка».

Меня напугал так сильно страх в потемках у ворот,  
Что я в испуге крикнул: «Ах!» совсем наоборот.  
Я крикнул: «Ха!», и мигом страх забился под забор...  
Он струсил сам! И слово «Ах!» Я позабыл с тех пор.

**Педагог:** что чувствовал мальчик в начале стихотворения

#### «В лесу».

**Цель:** осознание своего эмоционального состояния, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать.

**Педагог** читает детям рассказ, который называется «В лесу».

Друзья пошли прогуляться в лес. Один мальчик отстал, оглянулся — нет никого. Он стал прислушиваться: не слышно ли голосов. Вроде бы слышит он какой-то шорох, потрескивание веток. А вдруг это волк или медведь? Но тут ветки раздвинулись, и он увидел своих друзей — они тоже искали его. Мальчик обрадовался: теперь можно возвращаться домой.

**Педагог:** Что чувствовал мальчик, потерявшийся в лесу? Дети : Страх. Педагог предлагает детям показать страх. Как изменилось его настроение, когда он увидел своих друзей?

Дети : Он обрадовался. Педагог предлагает показать радость.



### КАРТОЧКА №7.

Приходит летняя пора,  
И снова к нам идет игра.

#### «Превращения».

**Цель:** осознание своего эмоционального состояния, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать.

Педагог предлагает детям:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса.

#### «Котенок и лимон».

Педагог: представим, что в правую руку мы все взяли лимон и стараемся его сдавить, чтоб потек сок. Мы напрягаем руку и постепенно сжимаем ее в кулак. Выдавили сок!

А теперь представим, что мы все стали котятами, которые только что проснулись и тянутся. Потянемся хорошенько! Поднимем руки, выгнемся и потянемся вправо, влево, вверх, вытягивая шею и выгибая спинку!

### КАРТОЧКА №8.

Раз! Два! Три! Солнышко, свети!  
Три! Четыре! Пять! Мы идем играть!  
Петь и веселиться!  
Бегать и резвиться!  
Раз! Два! Три! Солнышко, свети!

#### «Закончи предложение»

**Цель:** учить детей осознавать свои привязанности, симпатии, интересы, увлечения и рассказывать о них.

Дети стоят в кругу. В качестве ведущего — педагог. У него в руках мяч. Он начинает предложение и бросает мяч — ребенок заканчивает предложение и возвращает мяч взрослому:

- Моя любимая игрушка...
- Мой лучший друг....
- Мое любимое занятие....
- Мой любимый праздник....
- Мой любимый мультфильм....
- Моя любимая сказка...
- Моя любимая песня....



### КАРТОЧКА №9.

Педагог читает текст, дети действуют в соответствии с ним.

Утром бабочка проснулась.  
Потянулась, улыбнулась.  
Раз — росой она умылась.  
Два — изящно покружилась.  
Три — нагнулась и присела.  
На четыре — улетела.

#### «Как говорят части тела»

**Цель:** учить невербальными способам общения.

Воспитатель дает ребенку разные задания. Покажи:

- как говорят плечи «Я не знаю»;
- как говорит палец «Иди сюда»;
- как ноги капризного ребенка требуют «Я хочу!», «Дай мне!»;
- как говорит голова «Да» и «Нет»;
- как говорит рука «Сядь!», «Повернитесь!», «До свидания».

Остальные дети должны отгадать, какие задания давал воспитатель.

### КАРТОЧКА №10.

Доброе лето! Доброе лето!  
Сколько тепла в нем  
И сколько в нем света!  
Лето стучится к нам в окна с утра:  
- Вставай, детвора!

#### «Это очень хорошо»

**Цель:** сплочение группы, формирование чувства близости с другими людьми; формирование нравственных норм.

После каждой строчки ведущего дети хором говорят или «Это очень хорошо», или «Это очень плохо».

Собрались сегодня вместе...  
И сегодня смех уместен...  
Будем петь и танцевать...  
И девчонок обижать...  
Мы нарядны и красивы...  
И немножечко плаксивы...  
Игрушки новые берем...  
Все испачкаем, порвем...  
Дружно мы в поход пойдем...  
В речку мальчика столкнем...

Соберем цветов букет...  
Мусор сложим мы в пакет...  
Ветки все переломаем...  
В белку шишки покидаем...  
Грибы увидим у пенька...  
Повстречаем лесника...  
Дома ждут нас папы, мамы...  
Мы их видеть очень рады...  
Будем хныкать и хандрить...  
За обед благодарить...



### КАРТОЧКА №11.

Солнечному лету рады все ребята.  
Отдых, солнце, дружба, - что еще нам надо.  
Обещаем загореть и не разу не болеть.  
Дружно лету детвора грянем громкое "УРА!"

#### «Хохотунья».

**Цель:** снижение психоэмоционального напряжения, создание позитивной атмосферы в группе.

Играет любое количество участников. Все участники игры, если это свободная площадка, образуют большой круг. В центре - водящий с платочком в руках. Он кидает платочек вверх, пока он летит до земли все громко смеются, платочек на земле - все утихают.

### КАРТОЧКА №12.

Раз, два! Носом вдох!  
Три, четыре! Выдох ртом!  
Пять, шесть! Дышим глубже!  
Семь, восемь, двести! Шаг на месте!  
Десять, девять! Не спеша!  
Как погода? Хо-ро-ша!!!

#### «Да-нет»

**Цель:** снижение психоэмоционального напряжения, создание позитивной атмосферы в группе.

Вновь игра приходит к нам — всех мы делим пополам:

Слева «да» кричат в ответ, справа отвечают «нет».

Жить, ребята, без конфет очень плохо, скучно?.. Да!

Есть такой велосипед, что летает в космос?.. Нет!

Замерзает ли вода в знойный летний вечер?.. Нет!

Все ли ездят поезда лишь по рельсам только?.. Да!

Может богатырь-атлет до луны допрыгнуть?.. Нет!

Все стоят на красный свет — и авто, и люди?.. Да!

Все ответы хороши, вы кричали от души.

Давайте на прощанье крикнем... Молодцы!



### КАРТОЧКА №13.

Солнце только что проснулось  
И ребятам улыбнулось!  
Поскорей, дружок, вставай,  
И играть к нам выбегай!

#### «Шумелка»

**Цель:** развитие внутригруппового взаимодействия; снятие психоэмоционального напряжения.

Дети, услышав слово «мяч», кричат «Ура!», при слове «машина» обнимаются с друзьями, «кукла» — хлопают в ладоши.

У меня игрушек много: есть машина, кукла, мяч...  
Но одной играть-то скучно, может, мне гостей позвать?  
Мише мы дадим машину, куклу лучше Ане дать,  
А себе возьму я мячик, буду с мячиком играть.  
Мой веселый, звонкий мяч прыгал долго и скакал,  
А потом пустился вскачь и машинке в бок попал!  
Поломал машину мяч! Тише, куколка, не плачь!  
Починю машину я, будет еще лучше!  
Кукла мяч мой повезет, не вспомнит этот случай.

### КАРТОЧКА №14.

Ласковое, доброе солнышко встает,  
Если даже пасмурно, нам жару несет.  
Теплыми, лучистыми будут эти дни.  
Очень нам понравятся, знаю я, они.

#### «Акула».

**Цель:** сплочение группы, формирование чувства близости с другими людьми.  
На полу чертятся несколько «островков». Всем участникам ведущий дает инструкцию.

Ведущий: все вы сейчас будете рыбками. Вы будете плавать, играть, веселиться по всей комнате, то есть по морю, а как только я крикну: «Акула!» — все рыбки сразу заскочат на остров, чтоб спастись. Как только я скажу: «Акула ушла!» — вы все опять начинаете плавать и веселиться.

После каждого «прихода» акулы один из островков убирается (стирается); таким образом, в конце игры остается только один остров, на котором должно сохраниться как можно больше участников — «рыбок».



### КАРТОЧКА №16.

Долгожданная пора!  
Детвора кричит: «Ура!»  
Что ж за радость это?  
Наступило... Лето!

#### «Ветер дует на...».

**Цель:** развитие внутригруппового взаимодействия, сплочение группы,  
Ведущий начинает игру словами: «Ветер дует на...». Чтобы участники побольше узнали друг о друге, заканчивать эту фразу необходимо словами «...на светловолосых», «...на тех, кто в красном», «у кого есть брат, сестра», «кто любит сладкое» и т.д. Все светловолосые (имеющие братьев и т.д.) собираются в группу, поднимают руки вверх и раскачиваются из стороны в сторону, подражая деревьям, на которые дует ветер.

### КАРТОЧКА №17.

Лето - это солнца луч, тёплый дождик из-под туч,  
Лето - яркие цветы необычной красоты,  
Лето - тёплая река, стайкой в небе облака.  
Лето! лето к нам идёт! Всё ликует и поёт.

#### «Нехочуха».

**Цель:** выплеснуть агрессию и снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Ведущий рассказывает стихотворения и сопровождает его движения, дети повторяют их.

Я сегодня рано встал, я не выспался, устал!

Мама в ванну приглашает, умываться заставляет!

У меня надулись губы, и в глазах блестит слеза.

Целый день теперь мне слушать:

— Не бери, поставь, нельзя!

Я ногами топочу, я руками колочу... Не хочу я, не хочу!

Тут из спальни папа вышел: Почему такой скандал?

Отчего, ребенок милый, Нехочухой ты стал?

А я ногами топочу, я руками колочу...

Не хочу я, не хочу!

Папа слушал и молчал, а потом он так сказал:

— Будем вместе топотать, и стучать, и кричать.

С папой мы поколотили, и еще поколотили...

Так устали! Прекратили...

*Потянулись*

*Показали руками, умываемся*

*Опустили голову, вытираем «слезы»*

*Топаем ногой*

*Погрозили пальцем*

*Топаем ногами, колотим руками по коленям*

*Удивленно разводим руками*

*Обращаемся к другим, разводим руками*

*Топаем ногами, колотим руками по коленям*

*Топаем ногами, колотим руками по коленям*

*Топаем ногами, колотим руками по коленям*

*Шумно выдохнули, остановились*



**КАРТОЧКА №18.**

Собирайся детвора,  
Начинается игра.  
Ты ладошки не жалей,  
Бей в ладошки веселей.

**«Добрый бегемотик».**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, агрессии, создание позитивной атмосферы в группе.

**Ход:** дети встают в колонну. Воспитатель говорит, что все вместе они маленький добрый бегемотик. Каждый ребенок обнимает за талию или кладет руки на плечи стоящего впереди. Воспитатель просит каждого ребенка погладить своего соседа по плечу, по головке, по спинке, по ручке... Затем воспитатель просит “бегемотика” походить по комнате, присесть.

**КАРТОЧКА №19.**

Солнце только что проснулось  
И ребятам улыбнулось!  
Поскорей, дружок, вставай,  
И играть к нам выбегай!

**«Зеркало»**

**Цель:** актуализация опыта и знаний из области эмоциональной сферы.

Дети образуют круг. Один ребенок показывает какую-либо гримасу соседу. Тот, в свою очередь “передразнивает” его как можно точнее и передает дальше — своему соседу. “Гримаса” передается по кругу. Упражнение заканчивается, когда она возвращается к первому участнику.

Так же “передается” еще несколько эмоций: радость, страх, удивление и другие.



### КАРТОЧКА №20.

Лето, лето к нам пришло,  
Целый день сейчас тепло!  
На прогулку мы бежим  
И играть скорей спешим!

#### «Маленькое приведение».

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

“Ребята! Сейчас мы с вами будем играть в маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга: По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (взрослый приподнимает согнутые в локтях руки с растопыренными пальцами) и страшным голосом завывать: “у-у-У!” Если я буду хлопать тихо, вы будете гудеть тихо, если я буду хлопать громко, вы будете пугать друг друга громким голосом. Но, помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить”. Дав детям пошуметь, взрослый прекращает игру: Пошутили — и достаточно. Давайте снова станем детьми!”

### КАРТОЧКА №21

#### «Мимическая гимнастика»

Предложите ребенку выполнить следующие мимические упражнения: сморщить лоб — расслабиться. Поднять брови — расслабиться. Сморщить лоб — поднять брови — расслабиться. Закрывать глаза — открыть и расширить глаза — поднять брови — раскрыть рот — расслабиться. Сморщить нос, расширить ноздри — расслабиться. Улыбнуться.

#### «Говори».

**Цель:** направлено на развитие умения контролировать импульсивные действия.

**Ход:** “Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них будет только один из вас и только тогда, когда я дам команду: “Говори!”. Давайте потренируемся: “Какое сейчас время года?” (взрослый делает паузу). “Говори!”, “Какого цвета у нас в группе потолок?”...”Говори!”, “Какой сегодня день недели?”...”Говори!”, “Сколько будет два плюс три?” и т.д.

Упражнение можно проводить как с группой детей, так и индивидуально.



### КАРТОЧКА №22.

Радость – если солнце светит, если в небе месяц есть.  
Сколько радости на свете не измерить и не счесть.  
Только радостные слышат песни ветра с высоты,  
Как тихонько травы дышат, как в лугах звенят цветы.

#### «Бабушка приехала»

Ваня живет в городе с мамой и папой. Каждое лето он ездит отдыхать в деревню к бабушке. Зимой, когда Ваня ходит в детский сад, он сильно скучает по бабушке и ждет, когда наступит лето.

Однажды вечером в квартире раздался звонок. «Кто бы это мог быть?» — подумал Ваня и побежал открывать дверь. Он распахнул ее и увидел свою бабушку, которая приехала из деревни. Это был настоящий сюрприз!

Ребенку предлагается изобразить лицо Вани в тот момент, когда он увидел бабушку: брови подняты вверх, глаза широко открыты.

### КАРТОЧКА №24.

На окошко села птаха, брат закрыл глаза от страха:  
Это что за птица? Он ее боится!  
Клюв у этой птицы острый, встрепанные перья.  
Где же мама? Где же сестры? - Ну, пропал теперь я!  
- Кто тебя, сынок обидел? – засмеялась мама. –  
Ты воробышка увидел за оконной рамой.

#### «Мой хороший попугай»

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

**Ход:** дети стоят в кругу, плотно прижимаясь плечами друг к другу. Педагог передает одному из них плюшевого попугая или другую мягкую игрушку. Ребенок должен прижать ее к себе, назвать ласковым именем и передать другому ребенку. Сначала игра проходит в очень медленном темпе, так как детям трудно найти ласковое имя для попугая, трудно передать игрушку другому ребенку. По мере освоения этих операций темп игры, как правило, ускоряется.



**КАРТОЧКА №25.**

**«Взаимоотношения»**

**Цель:** развитие социальных эмоций, снятие эмоционального дискомфорта.

Эта игра построена на обсуждении стихотворения «Дом с колокольчиком».

Стоит небольшой старинный Дом над зеленым бугром.

У входа висит колокольчик, украшенный серебром.

И если ты ласково, тихо в него позвонишь, то поверь,

Что в доме проснется старушка, седая-седая старушка,

И сразу откроет дверь. Старушка приветливо скажет:

— Входи, не стесняйся, дружок. На стол самовар поставит

В печи испечет пирожок. И будет с тобою вместе

Чаек распивать дотемна. И старую добрую сказку

Расскажет тебе она. Но если, но если, но если

Ты в этот уютный дом начнешь кулаком стучаться,

Поднимешь трезвон и гром, то выйдет Баба-яга,

И не слышать тебе сказки, и не видеть пирога.

После прочтения стихотворения обсудите его с ребенком и выясните, что результат зависит от поведения, от отношения к людям, от намерений, что от того, как ты относишься к другим, зависит то, как будут относиться к тебе. Задайте следующие вопросы:

— Почему во второй части стихотворения вышла к ребенку из того же дома не добрая старушка, а Баба-яга?

— Почему старушка поила ребенка чаем с пирогами и читала добрую сказку?

Комплект состоит из тридцати карточек.

Файл оказался тяжёлым. Есть ограничения по объёму загрузки.

Полный комплект можно просмотреть на сайте ДОУ.