



*Карточка
игр с
тревожными
детьми*

Апельсины

- **Цель:** развитие уверенности в себе, коррекция тревожности, развитие навыков саморегуляции.
- На листе акварельной бумаги или картона нарисовать несколько кругов. Подготовить пластилин оранжевого цвета, бархатную бумагу зеленого цвета. Пластилин разделить на небольшие кусочки. Под музыку С. Прокофьева «Токката» скатать кусочки пластилина в шарики, прикрепить к кругам и размазать. Из бархатной бумаги зеленого цвета вырезать овалы – листья, прикрепить к кругам, чтобы получились «апельсины».

Придумываем сказку

- **Цель:** развитие уверенности в себе, коррекция тревожности и страхов.
- Сочините вместе с детьми сказку о волшебном сундуке, в котором лежит то, что побеждает все страхи. Попросите детей нарисовать иллюстрации к своей сказке.



Волшебный стул

- *Цель:* формирование положительного самоощущения, повышение самооценки, развитие умения выражать позитивные эмоции, на развитие навыков взаимодействия.
- Один из детей садится в центр на «волшебный» стул, остальные говорят ему ласковые слова, комплименты, можно погладить сидящего, обнять.



Тюльпаны

- **Цель:** развитие уверенности в себе, коррекция тревожности, развитие навыков саморегуляции.
- На листе бумаги нарисовать контуры трех тюльпанов (рисунок для каждого ребенка). Выбрать карандаши, мелки, фломастеры желтого цвета разных оттенков. Под музыку П. И. Чайковского «Симфония №1, финал» раскрасить тюльпаны, чередуя оттенки желтого цвета.

Сижу, сижу на камушке

- *Цель:* развитие эмпатии, умения выразить поддержку другому человеку (сверстнику), повышение самооценки детей.
- *Игроки* становятся в хоровод и поют, а один (или несколько) садятся на корточки в круг, накрыв голову платочком.

*Сижу, сижу на камушке,
Сижу на горячем,
Кто ж меня верно любит,
А кто ж меня сменит-переменит,
Еще приголубит?*

- *После этих слов* любой желающий может подойти и погладить сидящего в кругу по голове, обнять, сказать ласковые слова (приголубить). Затем он уже сам садится в круг и накрывает голову платочком. Его «голубит» следующий желающий.

Пальчиковый кукольный театр

- *Цель:* развитие уверенности в себе, коррекция тревожности и страхов.
- *Разыгрывать сценки, в которых одна из кукол всего боится, а другие помогают ей справиться со страхом. Следует спрашивать всех детей, какие варианты борьбы со страхом они могут предложить.*



Похвалилки

- **Цель:** формировать умение выделять положительные качества в людях, коррекция низкой самооценки.
- Ребенок бросает мяч другому и говорит о нем что-нибудь хорошее (личностные качества, умения, поведение, внешность и т.д.). тот отвечает: «Да это так, я ... (ловкий), а еще я ... (и называет еще одну похвалу в свой адрес).



Ветка мимозы

- **Цель:** развитие уверенности в себе, коррекция тревожности, развитие навыков саморегуляции.
- На листе акварельной бумаги нарисовать ветку мимозы. Из бархатной бумаги желтого цвета сделать конфетти. Под музыку М. Равеля «Болеро» наклеить конфетти на изображение ветки, ветку и листья раскрасить акварельной краской зеленого цвета.

Волшебные очки

- **Цель:** формировать умение выделять положительные качества в людях, коррекция низкой самооценки.
- Детям предлагается «надеть волшебные очки». Инструкция: «Сегодня мы будем поочередно надевать волшебные очки. А волшебные они потому, что позволяют увидеть самое лучшее, что есть в каждом из нас, даже то, чего мы обычно не замечаем. Представьте, что вы внимательно смотрите через волшебные очки на всех присутствующих, и постарайтесь увидеть как можно больше хорошего в каждом».
- Дети должны рассказать о тех качествах, которые они заметили в других после того как «надели» волшебные очки.
- Можно «надевать» воображаемые очки, а можно и оправу, позаимствованную в театральном уголке или сделанную вручную из подручных материалов.