

# Игротерапия



## Игротерапия

### *Веселый хоровод.*

*Цель: формировать у детей умение общаться, выполнять несложные движения, подражая взрослому.*

*Веселитесь народ! (взявшись за руки*

*Встанем все в хоровод! притоптывают на*

*Будут дети играть, месте)*

*Все, как я повторять.*

*Посмотрите на меня,*

*Повторите, как я.*

*Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп 2 раза*

*Шоп-топ-топ-топ 2 раза, притоптывают одной ногой.*

*Шу-ту-ту-ту! (играет труба)*

*Быстро я иду! (идут, топя друг за другом по кругу).*



## Игротерапия

---

*Если в гости ты пришел.*

*Если в гости ты пришел, Это очень  
хорошо!*

*Научись себя вести!  
Не шуметь и не кричать,  
И игрушки не ломать,  
Не капризничать, не драться,  
А играть и улыбаться!  
Если сели вы за стол-  
Не стучи ногой об пол!  
Всех гостей домой зовет.  
До свиданья, в добрый путь!*

*Только прежде чем идти*

*Аккуратен будь везде,  
И, особенно в еде!  
Вежливым ты должен быть!  
Всем спасибо говорить  
Никогда не забывай,  
И хозяев уважай!  
Вечер поздний настает,  
Прощаться не забудь!*

3



## Игротерапия

---

*Гусята.*

*Живет в деревне серый гусь.  
Кричит он важно: «Га-га-га»,-  
А рядом с ним его ребятки,  
Веселые пушистые гусятки.  
Все вместе как они кричат?  
«Га-га, га-га, га-га».  
Кричат? Нет, не кричат!  
Нам песню спеть они хотят.  
Кто сплет песенку гуся?  
«Га-га, га-га, га-га».*

4



### Свинка.

Вот свинка – розовая спинка,  
А на боках ее щетинка!  
«Хрю-хрю», - зовет она ребенка  
Сыночка, Борьку – поросенка.  
А он, как мама, отвечает,  
И головой смешно качает.  
Как? «Хрю-хрю, хрю-хрю!»

5



### Ворона.

На дереве сидит ворона.  
Глядит ворона удивленно  
И вдруг, как закричит: «Кар-кар!».  
На крик подружки прилетали  
И так же громко прокричали.  
А ты повторишь,  
Как кричали вороны громко?  
«Кар-кар-кар!»

6



### Кошка.

Сидит на стуле кошка,  
Мяукает во сне:  
«Мур-мяу, мяу-мяу!  
Мне снится мышка, птичка,  
Еще мне снится рыбка!  
О, как приятно мне!»  
Проснулась наша кошка  
И к блюдицу подошла.  
Как прокричала кошка?  
Мур-мяу, мур-мяу!  
Пойду я спать обратно»,  
Голодно спать легла.  
Пчелка.

7



### Здравствуй, пчелка!

Как дела?  
Где летала,  
Где была?  
Все труж-ж-жусь,  
Жуж-жу, жуж-жу!  
Мед я в улей приношу!  
С утра до вечера летаю,  
Цветы над лугом выбираю!  
С цветка я на цветок лечу,  
Найти нектар я там хочу,  
Ну а потом домой спешу,  
Нектар я в улей приношу,  
Чтоб меда набралось сполна.  
Работа у меня трудна!  
До свиданья, улетаю!  
Вас к себе я приглашаю.  
Жду вас вечером в субботу  
Чай попить с цветочным медом.

8



## Игротерапия

---

### *Насосик* (по методике А. Стрельниковой).

Дети ставят руки на пояс. Делают легкий вдох и выдох. Затем слегка приседают – вдох, выпрямляются – выдох (ртом).

Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох – длительнее. Надо добиваться, чтобы движения были ритмичными, дыхание контролируемо. Можно добавить музыкальное сопровождение. Приседание – вдох-такт, подъем-выдох-такт.

9



## Игротерапия

---

### *Дыхательно-пластический этюд* *«Надуваем мячи разного размера».*

Цель: закрепить у детей правильность дыхания: вдох носом, выдох – ртом (на один вдох – несколько коротких выдохов). Закрепить у детей верное представление о разных объемах: маленький, средний, большой, о мячах разного цвета (красный, желтый, зеленый). Согласовывать дыхание с плавными движениями рук.

Педагог и дети встают свободно по залу. Обговаривают, какой мяч будут надувать. Показывают размер мяча руками. При этом делают вдох, а далее на выдохе руками показывают размер мяча. Затем начинают надувать воображаемый мяч. Руки ставят у рта, сомкнутыми ладошками и пальцами, образуя отверстие. Затем делают вдох и несколько прерывистых выдохов. На каждый выдох руки, раскрываясь, расходятся – мяч надувается постепенно.

10





## Игротерапия

### Радуга.

Дождь прошел-  
И солнце вышло.  
Чудо над землей повисло!  
Это радуга – дуга  
Семь цветов с земли взяла.  
Все цвета запомнить важно!  
Знать ребенок должен каждый  
Первый – красный, красный огонек;  
Второй - оранжевый, раскаленный песок;  
Третий – желтый, солнца свет;  
Четвертый – зеленый, зелени букет;  
Пятый – голубой, голубой воды поток;  
Шестой – синий, синий василек;  
Последний, седьмой – фиолетовый,  
Сочный такой и красивый,  
Взял себе цвет он у сливы.

13



## Игротерапия

### Пластические упражнения для рук.

Цель: добиваться фиксированного движения рук.

1. Лес рисуем одной и другой рукой.
2. Поле – широкие плавные движения руками. Раскрыли руки, еще раз раскрыли. Вот какое огромное поле! Далеко – далеко видны его просторы.
3. Горы – движения рук вверх, вниз, резкие и плавные: движения рук резко вверх – горы высокие, с острыми вершинами, горы могут быть и пониже, более покатые (движения рук становятся плавные, медленные).

14



## Игротерапия

### Упражнение с воображаемыми предметами.

*Цель: учить узнавать ощущения по представлению.*

*Представьте себе, что вы положили на ладошку тяжелый камень, и ваша ладошка под его тяжестью опустилась вниз, тяжело держать тяжелый камень. А держать надо крепко, чтобы камень не упал.*

*Положим на землю этот тяжелый камень. Устала рука, пусть отдохнет. На другую ладошку положим маленькую легкую пушинку. Она такая легкая, что ладошка ее и не ощущает. Она такая мягкая, улетела. Вот бабочка села на ладошку. Какая она красивая! Крылышки такие хрупкие, что до них даже пальцем нельзя дотронуться – можно испортить. Ребята, можно бабочку крепко держать в ладошке? Пусть бабочка лучше летит. Давайте дунем на ладошку. Улетела бабочка.*

15



## Игротерапия

### Цветок увядает, цветок расцветает.

*Педагог и дети договариваются, как они будут изображать движениями увядающий цветок (головки наклонили – бутончик завял: ручки вниз повесили – лепестки поникли, завяли, цветочек наклонился низко к земле – погибает). Девочка полила цветок, «Напоила» его водой. Цветок расцветает, выздоравливает (поднимается сам – корпус прямой, листики – руки поднимаются, бутончик-голова поднимается, и цветок становится опять красивым и веселым, здоровым).*

16





## Игротерапия

### Пластический этюд для рук «Колоски в поле».

*Цель: добиваться плавности движений.*

*Дети встают ровно, как колоски в поле.*

*Руки, словно колоски тянутся к солнышку. Если нет ветра – колоски стоят ровно. Подул ветер, стал гнуть колоски к земле, они стоят и качаются, не хотят упасть. Дети руками имитируют движения покачивающихся колосьев.*

*Легкий ветерок дует, колоски немного наклоняются. Сильный ветер подул – ниже пригнулись колоски к земле.*

17



## Игротерапия

### Мукомол.

*Цель: развивать координацию движения, согласовывая действия со словами педагога.*

*Мукомол, мукомол!*

*Пы нам зерна молот! (Круговыми движениями рук перед собой показывают мельницу).*

*А теперь из муки*

*Все что хочешь пеки (сыплют руками муку сверху вниз, быстро перебирая пальцами).*

*Мишке – пышки; (Показывают руками пышную круглую булочку. «Пышка» - пышная, высокая, сдобная булочка, меняя руки – правая вверху, левая внизу, и наоборот).*

*Зайке – сайки; (Показывают перед собой длинные тонкие булочки округлой формы. «Сайки» - булочки, которые напоминают длинные ушки зайчика).*

*Для ежы отличные*

*Бублики пшеничные (Описывают в воздухе указательными пальцами круговые движения от кисти, изображая бублик).*

*Всех обрадовал нас!*

*Веселимся мы сейчас.*

18



## Игротерапия

### Курица и цыплятки.

Цель: закрепить звукоподражание курице и цыплятам на правильном выдохе, выполнять движения одновременно со словами (ходьба друг за другом, без врассыпную).

Мама курица идет и цыплят своих ведет:

«Ко-ко-ко, ко-ко-ко, нам идти далеко».

А цыплятки-ребятки побежали без оглядки.

Разбежались кто куда, не собрать их вот беда!

Все из разных мест пицат,

С мамой поиграть хотят,

В прятки поиграть хотят

Желтые цыплятки.

«Пи-пи-пи, пи-пи-пи».

Строго мама прокричала:

«Ко-ко-ко, ко-ко-ко».

Все цыплята прибежали

Друг за другом пропицали:

«Пи-пи-пи, пи-пи-пи».

И за мамой все пошли.

19



## Игротерапия

### Пластическое упражнение

#### «Лебедушка плывет».

Вдоль по реченьке

Лебедушка плывет.

Вдоль по быстрой, да,

Лебедушка плывет.

(Руки отведены назад, немного поднимаются и кисти плавно и быстро выполняют движения; хороводный шаг).

Она крылья белые поднимает, (Делают несколько постепенных взмахов руками вверх – крылья поднялись).

Она крылья белые опускает. (Делают несколько постепенных взмахов (движений) вниз – крылья опустились).

20



## Игротерапия

### Пластическое упражнение «Девушка – красавица идет».

Вдоль по бережку, да,

Девушка идет.

Вдоль по песчаному

Красавица идет.

(Идут плавным шагом, не торопясь, руки широко раскрыты, движения повторяются).

Она свои рученьки поднимает.

(Плавно поднимает руки вверх над головой).

Она красно-солнышко вызывает.

(Кистями рук над головой выполняет движения вперед-назад-«зовет солнце»).

21



## Игротерапия

### Подснежник.

Цель: учить детей изображать руками и телом пробуждающийся цветок – подснежник.  
Учить выполнять спокойные плавные движения под музыку.

Самым первым весной пробуждается цветок подснежник. Он чувствует теплые лучи солнца и тянется к нему, пробивается сквозь снег. Осторожно появляется росток, листики, и наконец сам бутон. Цветок распускается и наклоняет в сторону свою нежную головку (показывает движения одной, затем другой рукой).

Показ пробуждения цветка всем телом.

Сидя на корточках, голова опущена вниз, медленно поднять голову, медленно подняться, осторожно раскрыть одну руку в сторону, другую (показать листики), приподнять глазки выше, к солнцу, наклонить голову и улыбнуться.

К. Фобанов.

Когда в лесу глухом валежник

Поутру иней серебрил,

На солнце выглянул подснежник

И день весны предвозвестил.

Недолго цвел он, жизнью светел,

22



## Игротерапия

*Вверяясь счастью своему,  
И умер только потому,  
Что слишком рано солнце встретил! Вопросы о настроении.*

- Настроение всегда бывает радостным?
- Каким еще может быть настроение?
- Как можно определить настроение человека?
- Может ли настроение человека подняться?
- Нужно ли человеку уметь управлять своим настроением?
- Что еще можно рассказать о настроении человека? (Его походка, движения).

23



## Игротерапия

### *Сосна и пальма.*

*Цель: учить детей передавать еле заметными движениями рук и корпуса состояние, сходно грусти, тоске, мечтам, грезам.*

*Ребенок, подняв руки вверх, изображает сосну, как бы одетую в «ризу», гордую и холодную. Обратить внимание на положение корпуса тела ребенка, руки подняты вверх, кисти направлены внутрь. Другой ребенок изображает пальму – прекрасную, но грустную. Также обращается внимание на осанку тела ребенка, изображающего пальму, его руки разведены в стороны, кисти опущены вниз. Затем стихотворение читается еще раз и дети, изображающие эти деревья, еле заметными движениями тянутся друг к другу, создавая образ желания и невозможности встречи, ибо сосна и пальма не могут встретиться.*

*Сосна*

*М.Ю. Лермонтов.*

*На севере диком стоит одиноко*

*На голой вершине сосна.*

*И дремлет, качаясь, и снегом сыпучим*

*Одета, как ризой, она.*

*И снится ей все, что в пустыне далекой,*

*В том крае, где солнца восход,*

*Одна и грустна на утесе горячем*

*Прекрасная пальма растет.*

24



### Образно-шумовой этюд «Гроза».

Цель: учить детей представлять и переносить действительный образ грозы в звуки.

1. Шуча с молнией – барабаны.

Раскаты грома – бубны и румбы.

Шум ветра и гул.

Капли дождя.

2.- Наползают тучи.

- Вдалеке сверкает молния, гремит гром.

- Поднимается ветер.

- Скрывается солнце.

- Мелкий дождь быстро перерастает в ливень.

- Потоки воды на земле.

- Раскаты грома над головой.

- Почти одновременно гром и молния.

- Постепенно дождь стихает.

- Гром удаляется.

- Открывается ясное небо.

25



### Облака. /А. Мей/.

Светло, цветно, легко, нарядно.

Дивясь собственно красе,

Любовно-близко и отрадно

По небу вы плывете все.

Взглянуть на вас – тоска и мука:

Вы рядом, жизнь вам весела. . .

Но вот не менее светла,

Разоблачила вас наука

И вашу долю поняла.

Одни – вы плаваете низко.

Другие – ох как высоко,

И то, что кажется так близко,

Быть может очень далеко.

Что такое облака?

Как они плывут по небу?

Где плывут облака, на какой высоте?

Все ли они одинаковые?

26



## Игротерапия

### Образно-пластический этюд

#### Умиряющая лилия.

Дети поднимают правую руку вверх, вообразив ее лилией и под музыку медленно опускают ее, передавая движения увядающего цветка.

К. Фофанов.

Умирала лилия лесная,  
Умирала в радужном букете,  
И дрожала трепетно мечтая  
О румянном, благовонном лете.  
Снилась ей тропинка в темной чаще,  
Свет зари в янтарном небосклоне,  
Свет зари, приветливо дрожащий  
На речном, колеблющемся лоне.  
И, поникнув венчиком атласным,  
Как тепло, как искренне вздыхала,  
Что эфир смущенный наполняла  
Сном своим, предсмертным, но прекрасным

27



## Игротерапия

### Пластический этюд

#### «Ритм полета лебедей».

Цель: развивать образное мышление в соотношении изображения движения на картине и пластического движения рук.

Дети изображают взмахи крыльев:

Первый лебедь – крылья раскрыты широко (руки раскрыты широко, чуть загнуты пальцы).

Второй лебедь – раскинул крылья прямо (руки широко раскрыты).

Третий лебедь – крылья чуть приподняты и края их опущены вниз (руки немного приподняты вверх, а кисти опущены вниз).

Четвертый лебедь – крылья как бы отведены назад (руки в стороны, немного отведены назад).

Пятый лебедь – крылья приподнял, закруглил их как дуги (руки приподняты в дугообразном движении).

Шестой лебедь – крылья приобрели вид более сглаженной дуги (руки выполняют движение более сглаженной дуги).

Седьмой лебедь – опустил крылья вниз (руки выполняют движение вниз от ключицы).

Этюд можно перевести из статического состояния в динамичное.

28