

## **Семинар-практикум для педагогов «Психологические основы дошкольной игры. Виды игр и их роль в жизни, воспитании и обучении детей дошкольного возраста»**

Игра – основной вид деятельности ребенка дошкольного возраста, потребность растущего организма. Игра доставляет детям радость, вызывает разнообразные чувства и переживания, является интересной и доступной для ребенка формой познания и творческого воображения впечатлений об окружающей действительности. Дети дошкольного возраста приобретают в игре первые навыки общественного поведения: умение взаимодействовать с другими детьми, вступать с ними в различные отношения, договариваться и объединяться для осуществления общих игровых замыслов, считаться с интересами своих партнеров по игре. В игре у ребенка формируются те стороны психики, от которых зависит, насколько впоследствии он будет преуспевать в учебе, работе, как сложатся его отношения с другими людьми. В игре происходят существенные преобразования в интеллектуальной сфере, являющейся фундаментом развития личности. Все это делает игру незаменимым средством воспитания и формой организации жизни и деятельности детей.

В психологии существует множество взглядов на игру, имеется множество теорий игры. Игра характеризуется тем, что мотив игрового действия лежит не в результате действия, а в самом процессе. Так, например, у ребенка, играющего в кубики, мотив игры лежит не в том, чтобы сделать постройку, а в том, чтобы делать ее, т. е. в содержании самого действия. Это справедливо не только для игры дошкольника, но и для всякой настоящей игры вообще. Не выиграть, а играть – такова общая формула мотивации игры. Существуют различные по своему содержанию и происхождению формы игры. Например, существуют игры, которые возникают лишь в определенной ситуации и исчезают вместе с этой ситуацией, но существуют и игры традиционные. Такова, например, игра «в классы». В ней могут варьироваться правила, способы расчерчивания площадки, но и принцип игры остается неизменным. Таким образом, игра необыкновенно многообразна не только по своему содержанию, но и по своим формам и источникам. Однако, для того чтобы попытаться вскрыть психологическую сущность игры, следует начать с анализа самого простого примера, самой простой игровой деятельности ребенка. В комнате развертывается игра в «детский сад». Двое из детишек играют, а третий еще не вошел в игру, он сидит и смотрит на играющих. По ходу игры дети собираются устроить перевозку имущества «детского сада» на игрушечной тележке, но для этого нет подходящей «лошади». Один из участников игры предлагает использовать в роли лошади кубик. Конечно, наблюдающий за игрой ребенок не может удержаться от реплики. Это реплика, наполненная величайшим скептицизмом: «*Разве такая лошадь бывает?*» Как и всякий ребенок, он остается реалистом. Но вот ему надоело

наблюдать, он включается в игру, и если теперь вслушаться в его собственные игровые предложения, то оказывается, что, по его мнению, кубик не только может стать лошадью, но даже парой лошадей сразу.

Итак, типичное для игры своеобразное соотношение смысла и значения не дано заранее в ее условиях, но возникает в самом процессе игры. Когда игра продолжается уже достаточно долгое время, когда действие в связи с данными игровыми предметными условиями повторено уже множество раз, то вы можете наблюдать своеобразное явление: игра оборвалась, а ребенок все еще во власти игрового смысла. Игровой смысл как бы заслонил собой реальное значение.

Второе явление, характеризующее динамику отношения смысла и значения в игре, – это явление обыгрывания предмета, например обыгрывания куклы, части сада и т. п. Известно, что ребенок предпочитает иметь дело со старой куклой, что ребенок воспринимает ее интимнее, ближе, чем новую. Он как бы вкладывает в этот предмет свое игровое отношение к ней. Это отношение кристаллизуется не только в самом сознании ребенка, но оно как бы проецируется им и ассоциативно закрепляется за игровыми предметами – игрушками. Это и есть процесс их «обыгрывания». Так обыгрываются кукла, уголок сада, который кажется теперь наполненным таинственными и заманчивыми опасностями, возбуждающими целую гамму чувств, обыгрывается какая-нибудь заброшенная коляска, приобретающая в игре героический облик боевой тачанки, и т. п.

Итак, в дошкольной игре операции и действия ребенка всегда реальны и социальны, в них ребенок овладевает человеческой действительностью. Игра – это подлинно «путь детей к познанию мира, в котором они живут и который призваны изменить» (М. Горький). Познавательное значение игры уясняется и подчеркивается в связи с еще одной замечательной чертой детского игрового действия. Она заключается в том, что игровое действие всегда обобщено, это есть всегда обобщенное действие. Ребенок, воображая себя в игре шофером, воспроизводит то, как действует, может быть, единственный конкретный шофер, которого он видел, но само действие ребенка есть изображение не данного конкретного шофера, а шофера вообще, не данных конкретных его действий, наблюдавшихся ребенком, но вообще действий управления автомобилем, конечно, в пределах доступного ребенку осмыслиения и обобщения их. Это происходит потому, что мотивом для ребенка является не изображение данного конкретного лица, а осуществление самого действия как отношения к предмету, т. е. именно действия обобщенного.. Именно обобщенность игровых действий есть то, что позволяет игре осуществляться в неадекватных предметных условиях. Благодаря тому что игровое действие носит обобщенный характер, самые способы действия, а следовательно, и предметные условия игры могут изменяться в очень широких пределах. Когда ребенок, сидя за столом, создает игровую ситуацию, в которой фигурирует идущий человек (например, доктор, спешащий к больному или в аптеку, то карандаш, палочка или спичка одинаково могут заменить собой человека. С этими предметами

ребенок может успешно осуществлять операцию перемещения, т. е. обобщенное движение, требуемое данным игровым действием. Другое дело, если в руке ребенка мягкий круглый мяч. Требуемая операция с ним невозможна, движение лишается своей характерной конфигурации «ходьбы», и наступает такой момент, при котором игровое действие становится уже невозможным.

Итак, в игре не всякий предмет может быть всем. Более того, различные игровые предметы-игрушки выполняют в зависимости от своего характера различные функции, по-разному участвуют в построении игры. Как же развивается игра? В сюжетных, или ролевых, играх играющий ребенок принимает на себя ту или иную роль. Ребенок играет «*в шофера*», «*в воспитательницу*» и т. п., строя соответствующую ситуацию и сюжет игры. Когда ребенок берет на себя в игре, например, роль воспитательницы детского сада, то он ведет себя в соответствии с теми правилами действия, которые скрыты в этой социальной функции: он организует поведение детей за столом, отправляет их спать и т. д.

Классические игры, с которых начинается игра дошкольника, – это сюжетные игры, с открытой игровой ролью, с открытой воображаемой ситуацией и со скрытым правилом. Ролевые игры с воображаемой ситуацией превращаются в игры с правилами, в которых воображаемая ситуация и игровая роль содержатся в скрытой форме. Игры с правилами, т. е. такие игры, как, например, игры «*в прятки*», настольные игры и т. п., резко отличны от таких ролевых игр, как игра «*в доктора*», «*в полярного исследователя*» и пр. Они кажутся не связанными друг с другом никакой генетической преемственностью и как бы составляющими различные линии в развитии детской игры. Однако в действительности одна из этих форм игры непосредственно развивается из другой, в силу потребности, заложенной в самой игровой деятельности ребенка, причем игры с правилами возникают на более позднем этапе. Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного развития ребенка в процессе его жизнедеятельности.

В Государственном Обязательном Стандарте Образования РК дошкольного образования важнейшей задачей, является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия)».

Согласно Всемирной организации здравоохранения психическое здоровье – это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.

Если мы говорим о психически здоровом ребенке дошкольного возраста, то, прежде всего, подразумеваем, что это ребёнок активный и творческий, жизнерадостный и весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Понимающий и знающий

себя и принимающий других. Ребенок, который полноценно проживает период дошкольного детства.

Показатели психологического комфорта детей:

- устойчивое бодрое состояние;
- доминирование положительных эмоций, радостное настроение;
- высокий физический тонус;
- отсутствие тревожности;
- высокие показатели адаптивности;
- хороший сон, аппетит;
- высокая познавательная и творческая активность;
- дружелюбность, открытость, готовность к взаимодействию с окружающими людьми;
- отсутствие агрессии;
- низкая заболеваемость.

Психическое здоровье формируется при взаимодействии внутренних и внешних факторов.

К внешним факторам (среда) можно отнести неблагоприятные семейные условия и неблагоприятные условия, связанные с детским учреждением. В детском учреждении психотравмирующей может стать ситуация первой встречи с воспитателем, отвержение (непринятие) воспитателем личности ребенка, игнорирование обращений ребенка, появления конфликтных отношений со сверстниками и т. д. Это нарушает эмоциональный комфорт, тормозит формирование личности ребенка.

К внутренним (личностным) факторам относятся характер, темперамент, самооценка. Учет индивидуальных особенностей ребенка при построении работы, особенно оздоровительной, создаст благоприятную почву для эффективного созидания психологического комфорта и формирования психологического здоровья каждого конкретного ребенка.

Итак, предлагаю начать нашу встречу как раз со снятия напряжения, усталости и создания благоприятного психологического настроя на работу.

Для этого предлагаю нам вместе с вами выполнить следующее

**Упражнение: «Разогревки - самооценки»**

(участвуют все педагоги)

Задания:

если вы считаете, что ваше эмоциональное состояние помогает общению с окружающими, похлопайте в ладоши;

если вы умеете слышать только хорошее, независимо от того, какие звуки произносятся вокруг, улыбнитесь соседу;

если вы уверены, что у каждого человека свой индивидуальный стиль внешних проявлений эмоций, дотроньтесь до кончика носа;

если в магазине вы отвергаете предложенную одежду, не примеряя только потому, что вам не улыбнулся продавец, покачайте головой;

если вы полагаете, что при обучении эмоции не столь важны, закройте глаза;

если вы не можете удержаться от спора, когда люди не согласны с вами, топните ногой;

если вы можете удивить знакомых неординарным поступком, помашите рукой;

если вы считаете, что не всегда получаете то хорошее, что заслуживаете, подпрыгните;

если вы уверены, что переживаемые вами отрицательные эмоции имеют для вас только нежелательные последствия, кивните головой;

если вы верите в то, что эмоции ваших воспитанников зависят от того эмоциональны ли вы, потанцуйте.

Вопросы к педагогам:

- Что нового вы узнали о себе и о ваших коллегах, выполняя эти задания (педагоги высказываются)

Этим небольшим упражнением я вывела вас на откровенность, из чего мы узнали много нового друг о друге, а также сняла напряжение, создала атмосферу психологического и коммуникативного комфорта и настроила вас всех на положительные эмоции в дальнейшей работе, тем самым способствовала укреплению и сохранению вашего психического и психологического здоровья. Тоже самое происходит и с детьми.

Какие игры и упражнения, направленные на сохранение и укрепление психического и психологического здоровья можно использовать в работе с детьми?

Сохранить и укрепить психологическое здоровье дошкольников помогают здоровьесберегающие и арт-технологии. К таким технологиям относятся:

Релаксационные методы;

Коммуникативные игры;

Психогимнастика;

Игры и задания, направленные на развитие произвольности;

Игры, направленные на развитие воображения;

Уголки уединения;

Дыхательные упражнения;

Элементы сказкотерапии;

Элементы песочной терапии;

Элементы изотерапии;

Элементы куклотерапии;

Элементы фототерапии.

Остановимся более подробно на некоторых из них.

**Коммуникативные игры и упражнения.** Цель таких игр, создание положительного настроя и внимательного отношения друг к другу.

- Речевые настройки. Маленькие стихотворения с движениями или текстовые заготовки, которые помогут показать детям, что вы их рады видеть, помогут настроить на доброжелательные отношения со взрослым и сверстниками. Они могут проводиться утром, после приема детей. При произнесении речевых настроек голос воспитателя полностью должен

соответствовать тому, о чем он говорит, то есть голосом и мимикой должны передаваться доброжелательность, радость встречи и т. д. Давайте попробуем

- Здравствуйте ребята! Я очень рада вас видеть в нашем детском саду. Сегодня нас ждут волшебные сказки, увлекательные игры и еще много чего интересного. Я хочу, чтобы у вас все получалось, и целый день было хорошее настроение.

- Ребята, давайте друг друга согреем своими улыбками! Для этого поставьте руки на пояс и произнесите слова: «Влево - вправо повернись и друг другу улыбнись».

- Ребята, а что еще нас согревает и улучшает наше настроение?

Конечно, солнышко! Давайте представим, что наши руки – это солнечные лучики. Коснемся друг друга и подарим тепло своим друзьям (дети становятся в круг, вытягивают руки вверх, соприкасаясь друг с другом, и произносят слова)

Солнышко, солнышко,

Мы твои лучи.

Быть людьми хорошими

Ты нас научи!

- Здравствуйте, мои хорошие! Сегодня на улице пасмурно и сыро, а в нашей группе светло и весело. А весело нам от наших улыбок, ведь каждая улыбка – это маленькое солнышко, от которого становится тепло и хорошо. Поэтому сегодня мы с вами будем чаще улыбаться друг другу.

- Ребята, хотите, я подарю вам огромное «здравствуйте». А тебе отложить маленький кусочек? Я насыплю тебе в кармашек горсть «здравствуйте» сладкого, как сахар. А тебе, сегодня, какое хочется «здравствуйте»?  
«Возьмите в ладошку «здравствуйте» - тёплое, ласковое, солнечное, светлое и передайте тепло своих сердец нашим гостям.

• Коммуникативные игры, на сплочение, способствующие объединению детей в группе. Они снимают конфликтность, воспитывают умение понимать чувства других людей и реагировать на них, корректировать нарушения поведения детей, формировать положительный психологический микроклимат в группе. К такому типу игр относятся любые игры, в которых решаются задачи социализации, психоэмоционального развития, сплочения коллектива детей.

- Встаньте дети, встаньте в круг,

Встаньте в круг, встаньте в круг,

Ты – мой друг, и я – твой друг.

Самый лучший друг.

(Дети хлопают в ладоши.)

- «Дружба начинается с улыбки»

Сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.

- «Комplименты»

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он произносит комплимент своему соседу. При затруднении педагог может сделать комплимент или предложить сказать что-то «вкусное», «сладкое», «цветочное».

В течении дня или даже на занятии, дети часто сильно возбуждаются, становятся неуправляемыми, теряют интерес к происходящему, вертятся на стуле или начинают толкать, щипать соседа. Для профилактики возникновения таких состояний можно и нужно использовать релаксационные игры и упражнения.

#### Релаксационные игры и упражнения

Релаксация – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием эмоционального напряжения. Цель релаксационных игр – снять психоэмоциональное напряжение, создать положительный эмоциональный фон. В результате релаксации у детей нормализуется эмоциональное состояние, они успокаиваются, приходят в равновесие, у них налаживается сон.

Существуют разные релаксационные игры:

- Игры, помогающие достичь состояния релаксации путем чередования сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышц тела

#### Упражнение «Муха»

Инструкция: «Сядьте удобно, руки свободно положите на колени, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте, что на ваше лицо хочет сесть муха. Она садится то на нос, то на лоб, то на глаза. Ваша задача, не открывая глаза. Согнать назойливое насекомое».

#### Пушистый шарик (с 3 лет)

Описание. Эта игра дает детям прекрасную возможность расслабиться и сконцентрировать внимание. Игра развивает телесное сознание детей — в особенности их тактильное восприятие.

Инструкция: У меня в руках пушистый шарик, которым я коснусь разных мест вашего тела. Он приятен на ощупь, и его прикосновение подарит вам бодрость и веселье. Я поочередно буду подходить к каждому из вас. Тот, с кем я рядом останавливаюсь, закрывает глаза. Тогда я нежно коснусь пушистым шариком его лица, шеи, ладони или руки. Не открывая глаза, вы должны дотронуться указательным пальцем до того места, которого коснулся шарик.

#### Упражнение «Лимон»

Инструкция: Сядьте удобно, руки свободно положите на колени (ладонями вверх) плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор пока не почувствуйте, что «выжали» весь сок. Затем бросьте «лимон» и расслабьте руку. Запомните свои ощущения. Теперь представьте себе, что лимон находится в левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполняйте

упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Наслаждайтесь состоянием покоя.

Может сопровождаться стихотворением:  
Я возьму в ладонь лимон.  
Чувствую, что круглый он.  
Я его слегка сжимаю  
– Сок лимонный выжимаю.  
Все в порядке, сок готов.  
Я лимон бросаю, руку расслабляю  
• Игры, помогающие добиться состояния релаксации путем чередования ритмичного дыхания и дыхания с задержкой.

Упражнение «Воздушный шарик»  
Инструкция: Представьте, что воздушный шарик находится у нас в животе, и мы должны его надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас не надут. Теперь набираем в него воздух, надуваем живот, будто он большой воздушный шар. Почувствуйте рукой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуем живот. Повторим еще раз. Вдох – выдох, еще один вдох — выдох.

«Согреем бабочку»  
Цель: достичь релаксации через дыхательные техники.  
Инструкция: Представьте, что перед Вами бабочка, она замерзла и не может взлететь. Предлагаю согреть ее своим дыханием. Теперь бабочка согрелась и ее надо сдуть с ладошки.

Упражнение «Шум растет»  
Инструкция: представьте, что на свете жил-был маленький Шумок. Разговаривал он так:  
«Ш-ш-ш!» (шепотом). Потом Шумок немного подрос и стал разговаривать чуть громче: «Ш-ш-ш!» (вполголоса). И наконец, он вырос и превратился в настоящий Шум: «Ш-ш-ш!» (во всю силу голоса). Давайте вместе покажем, как рос Шумок.

• Игры, помогающие добиться состояния расслабления путем активного фантазирования и воображения

«Ленивчики»  
Сегодня вы много занимались, играли и, наверное, устали. Предлагаю вам немного полениться. Представьте себе, что все детки решили полениться, и легли понежиться на мягкому, мягкому ковру. Вокруг тихо и спокойно, все дышат легко и свободно. Так приятно отдыхать, на ковре тепло, спокойно.

Вы спокойно отдыхаете, вы лениитесь. Отдыхают ваши ручки, отдыхают ваши ножки (пауза – поглаживание детей). Отдыхают ручки у, отдыхают ножки у ... Приятное тепло охватывает всё ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно. Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, всё тело расслаблено. Чувство приятного покоя и тепла наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы лениитесь. Приятная лень разливается по всем телу. Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя лень и на счёт «три» откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение.

### «Цветок»

(Звучит спокойная расслабляющая музыка.)

Сядьте на корточки, опустите голову и руки. Представьте, что вы семечки, из которых вырастут прекрасные цветы. Вот теплый луч солнца достиг земли и согрел в ней семечко. Из семечка проклонулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Встаньте, поднимите и разведите руки в стороны.

Нежится цветок на солнышке. Подставляет теплу и свету каждый лепесток, поворачивая головку вслед за солнцем. Приподнимите подбородок, представьте, что вы смотрите на солнышко из-под опущенных век, улыбнитесь, медленно поворачивайте голову вправо-влево.

### «Воздушные шарики»

Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают и вы становитесь всё легче и легче. Все ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушные шарик поднимаются всё выше и выше. Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик ... (пауза – поглаживание детей). Обдувает шарик, ласкает шарик ... Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Улыбнитесь своему шарику.

### «Облака»

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вздохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие. все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако ... (пауза – поглаживание детей). Гладит, поглаживает ... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.

Включение в работу воспитателя проведения психологических минуток должно проходить в несколько этапов:

- разъяснение необходимости проведения психологических минуток для создания эмоционально-психологического здоровья детей;
- обучение способам действия, обеспечение необходимым материалом (упражнения на саморегуляцию, тексты и музыка для релаксации, психологические игры);
- контрольный этап (2 – 4 недели): педагоги включают в работу психологические минутки и проводят самоанализ деятельности, возникшие вопросы решаются с психологом в рабочем порядке.

А завершить нашу сегодняшнюю встречу я предлагаю вам тоже психологическим упражнением «Солнечные лучики» Протяните руки вперед и соедините их в центре круга. Необходимо тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

Я хочу, чтобы вы полнили друг друга своим теплом и положительными эмоциями от сегодняшней встречи. Пусть тот, заряд энергии и знаний, которые вы получили сегодня будут с вами как можно дольше и помогут вам всегда быть в хорошем настроении и с улыбкой на лице! Спасибо большое вам за встречу и вашу работу!

