

ПРИВЕТ, УШКИ!

Подвижные игры
для детей 3-6 лет

КЛАУС ФОПЕЛЬ



Klaus W. Vopel

Hallo Ohren!



**Bewegungsspiele für Kinder
von 3 bis 6 Jahren**

Band 4

Iskoprress

К. Фопель

Привет, ушки!



**Подвижные игры
для детей 3—6 лет**

Перевод с немецкого





Содержание

Перевод с немецкого
Н. Серебряникова (введение)
А. Шаркова (главы 1–2)
А. Новицкая (главы 3–4)

Художник
Матиас Хюттер

Фопель К.

Ф 789 Привет, ушки! Подвижные игры для детей 3–6 лет: Пер. с нем. — М.: Генезис, 2005. — 143 с.

Предлагаем вниманию читателей новое издание К. Фопеля — пять книг с общим подзаголовком «Подвижные игры для детей 3–6 лет». В этих книгах представлены групповые развивающие игры, дающие детям возможность ловко двигаться, проявлять инициативу, сотрудничать с другими детьми и ведущим, быть внимательными, собранными. Малыши могут научиться расслабляться, стать чуткими, заботливыми по отношению друг к другу, развить позитивный образ своего тела.

В книге «Привет, ушки!» собраны игры и упражнения, способствующие развитию слухового восприятия, музыкального слуха и чувства ритма. Они помогут детям научиться внимательно слушать, тонко различать звуки, выполнять движения по образцу, спонтанно двигаться под музыку.

Книга адресована психологам, воспитателям, родителям.

ISBN 3-89403-360-6 (нем.)
ISBN 3-89403-364-9 (нем.)
ISBN 5-98563-032-3 (рус.)

© bei iskopress, Salzhauseen, 1996.
© Издательство «Генезис», 2005.

От издательства	8
Предисловие	10
Введение	12
Глава 1. Внимательные ушки	21
1. Запоминаем имена	22
2. Ганс и Гретель	23
3. Под аккомпанемент газеты	24
4. Труба, колокол, барабан	26
5. Копируем шумы	28
6. Щенки, котята	30
7. Скотный двор	32
8. Подушки	33
9. Острова	34
10. Встаем по команде	35
11. Помоги мне!	37
12. Где же колокольчик?	38
13. Робот	39
14. Где ключи?	40
15. Тигр там!	41
16. Пожар!	43
17. Мышеловка	45
18. Я здесь!	47
19. Внимательные ушки	48
20. Дракон и козлята	49
Глава 2. Задаем ритм	51
21. Дождь	53
22. Слова и слоги	55
23. Сколько?	56
24. Дрожащий ведущий	58
25. Передай другому	60
26. Передаем ботинок	61
27. Все быстрее и быстрее	63

28. Ха-ха-ха!	64
29. Давай пожем друг другу руки	65
30. Только четверо	66
31. Туда-сюда, мне весело всегда!	67
32. Цветная капуста	68
33. Мышь и клетка	69
34. Эхо	71
35. Барабанные палочки	73
36. Раз, два, три	75
37. Хлопаем вместе	76
38. Маленькие ансамбли	77
39. Четыре четверти – 1	78
40. Четыре четверти – 2	79

Глава 3. Креативные движения

41. Волшебная корзина	82
42. Мосты	84
43. Зеркало	85
44. Волчки	86
45. Домик на спине	88
46. Мост, змеи, поезд	89
47. Личинка, гусеница, бабочка	90
48. Пламя	92
49. Все вместе	94
50. Дерево зимой	95
51. Такие разные шары	96
52. Снеговик	98
53. Прогулка	99
54. Волшебные превращения	100
55. Необычный разговор	102
56. Я вижу, что...	103
57. Круглый дом	105
58. Хм?	106
59. Время духов	107
60. Воображаемая страна	108

Глава 4. Креативные движения под музыку

61. Застыли, как лед	114
62. Хороший друг	115

63. Ласковое прикосновение	116
64. Колыбельная	118
65. Лодочка	119
66. Танец перед сном	120
67. Танец с обручами	122
68. Внутри и снаружи	123
69. Танец с полотенцем	124
70. Растущая скульптура	125
71. Снежинки	126
72. Аэробика с лентами	128
73. Танцы с платками	129
74. Птичье гнездо	131
75. Умелые ручки	133
76. Моя песня лучше!	134
77. Танцем вслепую	135
78. Танец с лентами	136
79. Куда?	137
80. Добро пожаловать!	138

Приложение

139

От издательства

Уважаемый читатель!

Мы рады предложить вашему вниманию новую серию книг немецкого психолога Клауса Фопеля.

Имя этого автора хорошо известно нашим читателям. Многие из его книг выдержали уже не одно издание на русском языке. «Как научить детей сотрудничать?», «Игры для детских вечеринок», «Энергия паузы» — эти названия прекрасно знакомы тем, кто работает с детьми и подростками.

Новый комплект включает в себя пять книг, в которых представлены групповые подвижные игры, помогающие малышам научиться ловко двигаться, проявлять инициативу, сотрудничать с другими детьми и ведущим, быть внимательными, собранными.

«Привет, ножки!», «Привет, ручки!», «Привет, глазки!», «Привет, ушки!», «С головы до пят» — названия книг говорят сами за себя и отражают основное назначение игр, собранных в той или иной книге. Они предназначены для тренировки ног и рук, глаз и ушей, всего тела в целом. Дети учатся бегать и прыгать, ползать и лазать, бросать и ловить, совершать тонкие манипуляции с предметами, внимательно прислушиваться и присматриваться, различать звуки и образы, ориентироваться в пространстве, действовать по образцу, спонтанно двигаться под музыку, расслабляться и справляться со стрессом и многому другому. Ведь именно в игре дети осваивают мир, пробуют, примеряют на себя разные роли, переживают успех и неудачи.

Игры предназначены для работы с детьми 3—6 лет, однако играть в них с успехом могут и более старшие дети, и даже взрослые.

Мы надеемся, что эти книги помогут вам в работе и в обычной жизни, что с их помощью задача обучения, воспитания и развития детей станет для вас значительно более легкой и приятной.

Предисловие

Книги с общим подзаголовком «Подвижные игры для детей 3—6 лет» — сборники разнообразных игр для дошкольников. Однако игры направлены не только на развитие двигательных умений детей, но и на развитие их познавательных способностей. Упражнения совершенствуют зрительное, слуховое и кинестетическое восприятие, развивают чувство пространства и чувство ритма.

Задания будят любопытство детей, формируют у них готовность к обучению, дают возможность задействовать в игре все свое тело и творчески выразить себя без слов, облегчают процесс вхождения в группу трудным, замкнутым и гиперактивным детям, включая их в совместную деятельность.

Вы найдете в книгах более 400 веселых и оригинальных игр, которые облегчат вашу работу и помогут детям лучше узнать свое тело и сформировать позитивный образ себя.

Для нас не столь важны отдельные успехи или неудачи детей, главное — готовность маленького человечка отвечать новым жизненным требованиям. Каждый ребенок вправе совершить ошибку, которую может сам увидеть и исправить. Играя, малыш задействует свое тело, справляется с новым для него заданием, что приносит ему несомненное личное удовлетворение.

Игры учат выдержке и умению справляться с сиюминутными фрустрациями, с которыми постоянно сталкивается дошкольник. Участвуя в этих играх, дети смогут прочувствовать, что способность к самоконтролю играет решающую роль в их социальной успешности. Очень важно, что упражнения дают детям опыт позитивных социальных взаимодей-

ствий. Ни один ребенок не игнорируется и не исключается из игры. Все дети получают поддержку.

Способность умело и красиво двигаться — одно из важных условий дальнейших социальных достижений ребенка. Участвуя в подвижных играх, он учится воспринимать «интеллект» и эстетику своего тела, что, в свою очередь, необходимо для формирования и развития положительной я-концепции.

*Клаус Фопель
Зальцхаузен, апрель 1996*

Введение

Мы предлагаем вашему вниманию разнообразные игры — тихие и подвижные, развивающие восприятие и эмоциональную сферу детей, воображение и конкретные навыки. Эти игры можно проводить в помещении и на улице, в солнечную и дождливую погоду, в любое время суток. С их помощью можно развлечь детей, сблизить и подружить их, а также многому научить, способствуя таким образом их развитию. Детям от трех до шести лет важно учиться:

- концентрироваться,
- быть внимательными,
- наблюдать за окружающими и учиться у них,
- сотрудничать с другими,
- доверять,
- быть самостоятельными,
- проявлять инициативу,
- развивать выдержку,
- справляться со стрессом и расслабляться,
- наблюдать за собой,
- развивать позитивный образ своего тела,
- ловко двигаться.

В этих книгах собраны специально разработанные групповые игры, которые предоставляют психологам, воспитателям детских садов, учителям начальной школы и родителям прекрасную возможность с легкостью достичь перечисленных целей.

Играя, дети могут по-разному проявлять себя. Они взаимодействуют то в парах (с ведущим или партнером), то в трой-

ках или четверках, то со всей группой. Игры создают особое пространство, в котором дети получают новый опыт, развивают социальные, эмоциональные, телесные, интеллектуальные способности, готовятся к новым жизненным требованиям, и в том числе школьным. Особенно важно то, что дети учатся фокусировать внимание, слушать и наблюдать. Благодаря этому в школе им будет легче перерабатывать информацию и выполнять задания по образцу. Игры пробуждают в детях любопытство, которое вызывает у них желание экспериментировать и помогает добиваться результата, развивают решительность и силу воли, умение видеть разные возможности, принимать решения и справляться с проблемами. Дети, обладающие такими достоинствами, становятся успешными в школе и лучше воспринимают новые задачи.

Тщательно отобранные и хорошо спланированные игры помогают детям чувствовать себя успешными и компетентными. Мы стараемся создать такие условия, чтобы каждый ребенок мог проявить себя в рамках его собственных возможностей. Никто не исключается из игры, никто не становится «неудачником». Основная цель — не достижение совершенства, а развитие.

Все игры структурированы так, чтобы детям не было страшно или скучно, чтобы каждый чувствовал себя нужным. Особенно важно для нас, чтобы ребенок получал удовольствие от игры, ощущал свою значимость и принадлежность к группе, мог внести свой вклад в развитие событий и взаимодействие детей. Игры создают атмосферу, в которой развиваются доверие, самостоятельность, инициатива, дисциплина и готовность помочь.

Эти книги не содержат завершенной программы, не являются предписанием. В них представлены игры и упражнения, которые легко могут быть адаптированы к различным ситуациям и разным детским группам и способствуют общему развитию детей.

ДОВЕРИЕ, ИНИЦИАТИВА И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Доверие. Доверие к другим детям и к ведущему (психологу, воспитателю, учителю) — существенный фактор развития детей в любом возрасте. Дети нуждаются в атмосфере безопасности и надежности. В незнакомых ситуациях и перед лицом новых требований ребенку особенно важно ощущать, что его принимают. Только в доверительной атмосфере он может рисковать и пробовать что-то новое, только в этих условиях он начинает верить в себя: «Я способный, у меня получается!»

Поэтому важно, чтобы дети играли в некоторые игры несколько раз и привыкали к определенным требованиям. Тогда у ребят появится чувство непрерывности, они научатся распознавать образцы и взаимосвязи. Если у детей есть чувство безопасности, если они могут прогнозировать ситуацию, если они ощущают, что их компетентность возрастает, они не боятся снова и снова рисковать, пробовать, ставить эксперименты, учиться и развивать самостоятельность.

Самостоятельность. Дошкольники становятся все более независимыми, уверенными в себе и самостоятельными. У них постепенно развивается чувство идентичности, они обнаруживают, что могут выбирать, решать, какие требования готовы принять и стоит ли рисковать.

Эта новая уверенность в себе неизбежно ведет к тому, что дети начинают ставить под сомнение авторитеты, иногда отказываясь делать что-либо, обретают способность говорить «нет». Поэтому важно, чтобы дети могли сами решать, насколько они готовы к риску, выбирать, каким образом будут выполнять задание, учиться делать что-то вместе с другими и принимать на себя ответственность.

Растущая самостоятельность развивает их уверенность в себе и в дальнейшем помогает проявлять инициативу.

Инициатива. Дошкольники с удовольствием экспериментируют, примеряют на себя различные роли и начинают

лучше понимать, что им самим больше нравится. Они готовы действовать лишь в знакомом, безопасном окружении. Поэтому необходимо создавать условия, в которых дети могли бы пробовать, искать альтернативы, рисковать, участвовать в решении задач и время от времени выступать в роли лидера.

Подвижные игры помогают развить у детей доверие, ответственность, инициативу. В результате ребята становятся более самостоятельными в жизни.

Играя, они могут:

- учиться наблюдать за своим окружением, осознанно его воспринимать и задумываться над тем, что увидели и услышали;
- пробовать новое, оценивать свое поведение и что-то в нем менять;
- на основе своего опыта делать прогнозы и оценивать последствия;
- развивать социальные, эмоциональные, познавательные и физические способности;
- различать, какие способы поведения целесообразны, а какие — неуместны;
- учиться творчески, с исследовательским интересом подходить к решению задач.

К тому же все дети учатся ловко, непринужденно и красиво двигаться, а это тоже является важной предпосылкой развития уверенности в себе.

ЗНАЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Играя, дети учатся с удовольствием. Игры дают им шанс порадоваться собственной силе, ловкости и находчивости, сделать что-то самостоятельно, с партнером, в небольшой группе или вместе со всеми.

Подвижные игры ориентированы на взаимодействие и очень наглядны. Не только ведущий, но и все участники игры

быстро получают обратную связь. Каждый ребенок может на месте оценить себя, особенности своего взаимодействия с другими детьми и ведущим, научиться справляться с неудачами и переживать успех. Как правило, у каждого ребенка успешных случаев бывает больше, чем неудач. Действия, которые предлагается осуществить ребенку (справиться с проблемой, принять практическое решение, достичь определенного результата), повышают его способность рисковать, демонстрировать выдержку, делать над собой усилия, стремление совершенствоваться. Удовлетворение, которое ребенок получает, когда чувствует, что может выполнить задание или что-то делает хорошо, становится основой позитивного образа себя. Душевная радость тесно связана с телесной, и они в равной степени важны для нормального развития ребенка.

Чтобы подвижные игры могли развивать у детей образ «я» и чувство компетентности, мы старались соблюдать следующие основные принципы.

- В играх создаются разнообразные возможности для экспериментирования и получения нового опыта; каждый ребенок может побыть в центре внимания и почувствовать себя успешным.
- Благодаря тому, что предлагаемые задания выполняются разными способами, дети могут играть в соответствии со своими возможностями.
- Игры составлены так, что опасность получить физическую или эмоциональную травму минимальна.
- Цели игр ясны и достижимы.
- Дети быстро получают обратную связь на свои действия и могут почувствовать и понять, что является причиной, что — следствием.
- Ошибки и недостатки в выполнении заданий становятся источником как нового опыта, так и (по большей части) веселья и удовольствия.

- Дети имеют возможность повторять свои попытки, чтобы постепенно приближаться к решению задачи.
- Игры построены так, чтобы у ребенка развивались терпение и способность выдерживать ожидание.
- Достижение желаемой цели требует от ребенка как самоконтроля, так и спонтанности.
- Тщательно продуманное музыкальное сопровождение и хорошо подобранный реквизит способствуют эстетическому развитию ребенка.
- Образы, метафоры и небольшие истории развивают фантазию детей.
- Игры построены таким образом, что все участники включаются в активное социальное взаимодействие, сотрудничают между собой и оказывают друг другу помощь.
- Ни один ребенок не исключается из игры. Только отдельные игры имеют соревновательный характер.

ПРАКТИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К РАБОТЕ

1. В начале занятия вы можете использовать игры из книги «С головы до пят», глава «Напряжение и расслабление». Целый ряд игр предназначен для «разогрева»*.

2. Дошкольники любят знакомое, им нравится надежность повторяющегося. Когда они уже знают, что надо делать, они в состоянии оценить свои действия и заранее предположить, что можно опробовать в игре. Поэтому мы рекомендуем чаще повторять игры, чтобы дети имели возможность изменять свое поведение и совершенствовать ловкость. Кроме того, многие игры становятся горячо и искренне любимыми, и дети хотят играть в них снова и снова.

* В приложении приведен Указатель игр, классифицированных в соответствии с задачами работы ведущего. — *Примеч. ред.*

3. В подвижных играх особенно важно поддерживать дисциплину в группе. Внимание детей должно быть сосредоточено на вас. Вы можете продемонстрировать образец выполнения задания, обратившись к одному из детей с вопросом: «А ты так сумеешь?» Это поможет вам контролировать группу. Вы не должны давать длинных объяснений, поскольку маленькие дети быстро теряют терпение, если им приходится ждать, — им нужно действовать немедленно. И еще один совет: внимание детей можно сконцентрировать, показав им небольшую плюшевую игрушку или что-то подобное и сказав: «Тише, тише! Пусть этому малышу будет с нами хорошо. Он хочет знать, во что мы сейчас сыграем».

4. В конце занятия рекомендуется иногда возвращаться к «Завершающим играм» из книги «С головы до пят». С помощью этих игр можно поднять настроение детей на весь оставшийся день.

5. Время от времени кто-то из детей или вся группа нуждаются в более тесной эмоциональной связи с вами. Для них вы очень значимая поддерживающая фигура, и иногда дети испытывают потребность в дополнительном внимании с вашей стороны. Не забывайте об этом:

6. Дошкольники очень энергичны и деятельны. При этом они должны учиться развивать самоконтроль. Включайте в план занятия игры, помогающие детям решить эту задачу.

7. Некоторые игры можно использовать, чтобы помочь детям конструктивно выразить свою агрессию и улучшить взаимоотношения друг с другом.

8. Иногда от вас потребуется сделать игру более доступной и понятной детям.

- Вы можете исключить из игры сложные этапы, а затем при последующем ее повторении шаг за шагом добавлять их.
- Чтобы все дети справились с заданием, снизьте темп игры и дайте дополнительное время.
- С помощью интонации и жестикуляции вы можете добиться тишины и сосредоточенности в группе.

- Повторяйте задание несколько раз, пока дети не поймут идею игры. В некоторых случаях мы рекомендуем вам принять активное участие в игровом процессе или показать детям отдельные движения, чтобы у них был образец для подражания. Конечно, по своему желанию, вы можете сделать это на любом этапе игры.

- Повторите игру через пару дней, чтобы дети почувствовали, что они уже что-то умеют делать. Главная цель детей — не победа на мировом чемпионате, а ощущение возрастающей компетентности.

- Чтобы дети лучше смогли выполнить задание (например, в играх, где малыши работают с несколькими мячами или воздушными шарами), уменьшите количество реквизита.

9. Поддерживайте сотрудничество и взаимопомощь в группе. Обращайте внимание на то, чтобы соблюдался баланс между играми, в которых дети участвуют по одному, и играми, в которых они выполняют задание с партнером, в малых группах, вместе со всей группой. Младшие дети должны постепенно учиться взаимодействовать со взрослым и со сверстниками в группе. Чем старше дети, тем больше удовольствия они получают от совместной работы и помощи другим.

10. Иногда необходимо усложнить игру. Проследите за тем, чтобы часть детей имели возможность выполнять более сложные действия, но не делайте игру труднее для всей группы. Важно, чтобы каждый ребенок мог определять для себя степень сложности самостоятельно.

11. Игры должны способствовать развитию детей. Учитывайте, что некоторые дети добиваются успеха медленно. Внимательно наблюдайте, как меняются реакции ребенка на одну и ту же игру при ее повторении. Дети лучше всего учатся, когда полагаются на собственный опыт. Поэтому попытайтесь так организовать процесс обучения, чтобы ребята могли подумать над тем, что они делают. Исследовательский подход включает фазы поиска и неуверенности. Старайтесь избегать ситуаций, когда вы довольны лишь в том случае, если игра идет совер-

шенно гладко, все дети поступают одинаково или делают задание «правильно».

12. Конечно, хорошо, когда в игре участвуют все дети, но дайте им право выйти из игры или идти своим собственным путем до тех пор, пока они не мешают остальным.

13. Как руководителю группы вам следует ожидать успеха в той же степени, что и неудачи. Если вы выбрали игру, которая не нравится детям, оставьте ее и попробуйте альтернативную ей. При выборе игры для группы позвольте себе довериться своей интуиции. Если вы хорошо знаете группу и вас вдохновляет какая-то игра, есть большая вероятность, что эта игра «сработает».

14. В целом ряде игр вам потребуется реквизит. Самое непривычное — шифоновые платки, которые очень нравятся и взрослым, и детям. Приобретение таких легких «волшебных» платков стоит того, вы будете долго использовать их во многих играх. Другие часто используемые материалы есть в любом оборудованном детском саду или группе продленного дня начальной школы: шерстяные одеяла, гимнастические маты, мячи различной величины, прыгалки, воздушные шары, обручи, простыни, маленькие подушечки. Карандаши, спички и губки также легко приобрести.

15. В некоторых играх мы рекомендуем использовать музыку, в других она неуместна. Мы убеждены, что подходящее музыкальное сопровождение является замечательным источником вдохновения во многих подвижных играх, в которых как ведущий, так и участники получают много удовольствия и достигнут желаемого. При выборе музыкальных фрагментов мы руководствовались собственным вкусом*, вы можете выбрать что-то другое, что больше нравится и подходит вам и детям.

* В конце книги приведен список компакт-дисков, на которых записаны рекомендуемые автором музыкальные произведения.

Глава 1 Внимательные ушки

Для социальной успешности детей важно, чтобы они учились быть хорошими слушателями. В дошкольном возрасте большое значение приобретают приятели по игре. У ребенка, умеющего внимательно слушать своих друзей и чувствительно к невербальным сигналам, больше шансов наладить отношения со сверстниками и быть желанным партнером по игре.

Так же важно быть хорошим слушателем, чтобы общаться со взрослыми. Ребенок должен научиться усваивать пожелания и распоряжения родителей, воспитателей и учителей.

Однако способность слышать важна не только для межчеловеческой коммуникации: тембр голоса, интонация и музыка затрагивают сердце ребенка. На уровне эмоций вы можете поговорить с малышом о высоких материях. Поэтому важно, чтобы мы как можно раньше открыли детям путь к музыке. Музыка может помочь детям развить позитивное отношение к жизни, испытать желание что-то сделать или ощутить умиротворенность, открыв мир, наполненный разными ритмами и звуками. В следующих главах мы поговорим об этом подробнее.

В этой главе мы собрали множество увлекательных подвижных игр, в которых дети с интересом слушают, прислушиваются, вслушиваются и благодаря которым их ушки «растут» и становятся чуткими. Разумеется, именно в этих случаях важно, чтобы вы как ведущий говорили уверенно и выразительно. Это значит, что вы должны говорить то громко, то тихо, то деловито, то интригующе, чтобы дети прислушались к вам с интересом и удовольствием.



1 Запоминаем имена

Описание. Это прекрасная игра, которая помогает участникам познакомиться друг с другом в случаях, когда группа только что создана и когда к уже работающей группе присоединяются новые дети. Дети могут потренироваться говорить громко и отчетливо и соответственно прислушиваться и запоминать имена других детей.

Материалы: потребуется мягкий предмет, например, маленькая подушка или пластиковый пакетик, наполненный скомканной бумагой, на котором вы можете нарисовать фломастерами веселую рожицу. Преимущество мягкого предмета в том, что даже не очень ловким детям будет легче поймать его, чем, например, резиновый мяч.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Сядьте, пожалуйста, в круг на пол. Сейчас вы должны будете перекидывать подушку от одного ребенка к другому — по кругу. Тот, кто ловит подушку, громко произносит свое имя. Все внимательно слушают и стараются запоминать имена.

(Во втором туре подушка снова движется по кругу, но на этот раз есть повод для «группового крика» — все громко выкрикивают имя ребенка, который получил подушку.)

В третьем туре подушка уже не передается по кругу, а перекидывается через круг вдоль и поперек. Группа хором снова выкрикивает имя ребенка, который получил подушку.)



2 Ганс и Гретель

Описание. Это прекрасная возможность для детей потренировать свой слух и тактильное восприятие. Кроме того, дети поработают над памятью своего тела и побывают в ситуациях, от которых они могут получить удовольствие. Чем старше дети, тем больше должен быть круг.

Материалы: длинная веревка и две повязки на глаза.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Станьте все, пожалуйста, в круг и возьмите в руки веревку. Внутри круга — большой темный лес.

В лес отправятся два ребенка — Ганс и Гретель. Оба получают повязки на глаза. В этом большом темном лесу они должны найти друг друга.

Они не могут разговаривать, только звать друг друга, издавая еле слышные звуки: жужжать, гудеть и так далее. Когда один ребенок издает звук, другой должен ответить своим звуком. Звуки помогают им найтись.

Если они друг друга нашли, то могут обрадоваться и обнять друг друга.

Кто хочет стать первыми Гансом и Гретель?

(Следите за тем, чтобы звуки действительно были тихими, но все же слышными. Вы можете сказать, например, что дети потерялись, они боятся воров, разбойников и зверей, поэтому издают лишь совсем тихие звуки, чтобы не привлечь их.)



3 Под аккомпанемент газеты

Описание. В этой игре дети должны хорошенько навести уши, чтобы различить и истолковать относительно тихие шумы. Не удивляйтесь тому, что можно играть с таким будничным предметом, как газета. Особенно интересна та часть игры, где дети могут переключить внимание от шумов к движениям своего тела.

Материалы: нужны различные газеты.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. *(Дети сидят в кругу на полу. У каждого ребенка и у вас есть двойной газетный лист.)*

Я хочу узнать, хорошо ли вы умеете слушать. Пожалуйста, закройте глаза и внимательно слушайте. Сейчас я буду шуршать газетой и заставляю ее издавать разные звуки, а вы должны представить, что я делаю. *(Оторвите от газеты кусочек.)*

Я еще раз повторю этот звук. Пожалуйста, не открывайте глаза... А теперь я в третий раз повторю этот звук. Но ваши глаза при этом по-прежнему остаются закрытыми.

Теперь откройте глаза и скажите мне, что я делал(а)... А сейчас постарайтесь сами произвести точно такой же звук с помощью своей газеты...

(Пусть дети подобным же образом идентифицируют еще два разных звука — когда вы скомкаете газету и соответственно когда вы ее разгладите. Дети слушают с закрытыми глазами.)

Теперь вы сами будете шуршать газетами. Снимите обувь. Положите лист газеты на пол и станьте на него.

Попробуйте бесшумно пройти по бумаге. Вы можете это сделать?... Ощутите ногами, какова газета на ощупь.

Теперь подвигайте ногами так, чтобы газета шуршала. Попробуйте сделать это по-разному — как получится.

А сейчас я снова буду шуметь своей газетой, а вы одновременно с этим совершайте движения, которые, как вам кажется, подойдут к звуку. Закройте глаза, чтобы вы лучше могли сконцентрироваться.

(Быстрым движением оторвите от газеты примерно 5 см. Посмотрите, что будут делать дети, и прокомментируйте их движения. Также спросите их, каким им показался звук отрываемой газеты, и попросите их описать свои движения словами.)

На этот раз я буду шуршать газетой по-другому. Когда вы услышите новый звук, подвигайтесь как-нибудь так, чтобы это подошло к нему. Каждый может двигаться по-своему, как ему удобно.

(На сей раз рвите газету медленно и мягко. Наблюдайте за движениями детей, комментируйте их, и пусть сами дети тоже опишут то, что они услышали, и то, что они делали.)

Чередуйте короткие, резкие движения и длинные, мягкие, чтобы возник своего рода ритм, на который дети смогут реагировать.

После этого издайте газетой принципиально другие звуки. Например, можно свернуть газету до размеров А4 и ударить ею по ноге. Очень интересный звук получится, если вы будете быстро-быстро трясти свернутой газетой. Она зазвучит как трещотка, а дети будут «танцевать» под эту «музыку». Можете сделать и еще что-то, если ребятам интересно и они готовы продолжать.)

Спасибо! Очень интересно было смотреть, как вы двигались. А теперь давайте вы будете шуршать газетой, а я подвигаюсь под эти звуки.

(Пусть несколько детей по очереди пошуршат газетами, а вы двигайтесь под музыку этих звуков.)



4 Труба, колокол, барабан

Описание. В этой игре дети должны быть хорошими слушателями, понимать и запоминать «значения» различных звуков и, наконец, переводить услышанные сигналы в действия.

Материалы: дудочка, колокольчик и тамбурин. (Вы можете создавать различные шумы и без специального реквизита, просто хлопая в ладоши, посвистывая или шелкая пальцами.)

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Представьте, что вы — электронные куклы. Вы начинаете двигаться в ответ на мои особые сигналы. Например, когда электронная кукла слышит звук трубы, она начинает бежать. А при громком ударе в барабан, кукла останавливается и не двигается с места.

Давайте попробуем, сможете ли вы быть электронными куклами...

(Коротко протрубите и дайте детям 10 секунд, чтобы побегать, потом подайте при помощи барабана сигнал «стоп».)

Но кукла двигается не только под трубу. Заслышав звук колокольчика, она останавливается и начинает двигать руками вверх-вниз, как крыльями. Покажите, как вы можете это делать. *(Подайте короткий сигнал колокольчиком, пусть дети помашут руками примерно в течение 10 секунд, а затем ударьте в барабан.)* Очень хорошо у вас получилось.

Ну-ка проверим, все ли запомнили кукольные сигналы: сигнал «стоп», сигнал для бега и сигнал для рук.

(Подавайте детям эти сигналы — пусть они реагируют на них. Интервалы между сигналами могут быть короткими и длинными, и пусть их ритм постепенно усложняется. Когда дети будут успешно справляться с вашими заданиями, вы можете снова обратиться к ним.) Готовы ли вы выучить четвертый сигнал?.. Он таков: когда я очень тихо бью в барабан, электронные куклы двигаются, как игрушечные солдатики. В такт барабану они поднимают по очереди левую и правую ноги и подтягивают колени вверх. Давайте потренируемся. *(Легко отбивайте в барабан ритм две четверти, так чтобы дети могли двигаться в этом ритме.)*

А теперь мне очень хочется посмотреть, смогут ли электронные куклы реагировать на все четыре сигнала... *(Подавайте детям в различных комбинациях четыре разных сигнала, пусть ребята выполняют ваши команды в течение одной-двух минут. Если вы увидите, что они действуют достаточно уверенно, можете добавить еще и пятый сигнал.)*



5 Копируем шумы

Описание. Для этой игры не нужно никакого реквизита. Его заменяют воображение участников и их способность внимательно слушать. Игра интересна тем, что в ней есть два уровня сложности (сначала дети должны прислушиваться с открытыми глазами, а затем — с закрытыми), и тем, что она дает детям возможность побыть в роли ведущего, управляя вами.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Я хочу предложить вам поиграть в игру, во время которой вы все должны быть очень внимательными и слушать, наострив ушки. Я буду издавать разные звуки, а вы должны будете подражать им. *(В этой игре у вас нет никакого реквизита, поэтому вы должны издавать самые разные звуки — высокие и низкие, громкие и тихие, короткие и долгие — только голосом и телом. Вы можете, например, мычать с закрытым ртом, подражать крикам животных или свистеть. Можно также стучать пальцами и ладонями по полу, по столу или по собственному телу, можно потирать руки или топтать ногами. Пусть дети копируют все эти шумы.)*

Теперь я хочу узнать, сможете ли вы подражать моим шумам, если закроете глаза. Как вы думаете, вы на это способны? *(Для начала лучше повторить те звуки, которые уже звучали в первой серии игры, а затем постепенно перейти к новым. Можно комбинировать уже знакомые детям звуки, порождая таким образом нечто новое.)*

Что ж, теперь вы можете сами стать ведущими и проверить, насколько я смогу справиться с той же задачей. Я закрою гла-

за, и каждый ребенок может произвести какой-то звук, а я попробую его воспроизвести. Но вы должны шуметь по очереди, то есть строго по одному, чтобы я мне удалось как следует сосредоточиться. Договоритесь, кто за кем будет выполнять роль ведущего...

(Если группа с фантазией и у нее подходящий настрой, под конец игры вы можете придумать все вместе «музыку», которой до сих пор не существовало. Один ребенок издает какой-то звук, потом подключается второй, производя уже другой звук, затем вступает третий и т.д. Основной упор может быть сделан на ритмичность звуков. Каждый ребенок решает, издает ли он свой звук один раз или многократно. Эта «музыка» не обязательно должна звучать красиво, но она должна быть интересной, потому что к ней подключаются все. Хорошо, если дети смогут при этом двигаться по кругу.)



6 Щенки, котята

Описание. В этой игре из массы разнообразных звуков дети должны вычленить только один. Для маленьких детей это сложная задача. Чтобы они смогли это сделать, им предлагается простой вариант игры — с двумя животными: котятами и собачками. Работая со старшими детьми, вы можете усложнить игру: ввести еще одного-двух животных или птиц или же поиграть в открытый вариант игры, когда каждый ребенок самостоятельно выбирает себе животное, чтобы изобразить издаваемые им звуки. Тогда для всех станет неожиданностью, какие звери или птицы будут в итоге участвовать в общем game.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Представьте, что мы все находимся во дворе, где гуляют щенки и котята.

Для начала всем маленьким собачкам и маленьким кошечкам мы должны дать голос. Щенки еще не умеют лаять, но могут рычать. Давайте послушаем, как рычит маленькая хорошенькая собачка... Вот такой голос мы можем дать собачке: «Ррррр».

А теперь давайте послушаем, как звучит голос котенка. Представьте, что перед вами маленькие, нежные котята, у которых голоса такие же мягкие, как их шерстка... Да, очень красив кошачий голос: «Мяу».

Теперь вы должны немного друг от друга отойти. Я буду подходить к каждому ребенку и шептать ему на ухо, кем он должен стать, а потом мы начнем все вместе играть.

(Пройдите от одного ребенка к другому и шепните каждому одно из двух: «Ты — маленький щенок» или «Ты — маленький котенок». При этом вы сами решаете, должно ли количество щенков и котят быть одинаковым.)

Хорошенько запомните, какой вы зверек. Вы должны ходить по комнате и издавать те звуки, которые подходят именно вашему животному. Ищите других детей, которые «говорят» на том же языке, что и вы. Щенки собираются со щенками, котята — с котятами.

Зверят, которые уже нашлись, по-прежнему должно быть слышно. Это помогает другим детям найти свою группу.

(Когда все дети найдут свои группы, вы можете завершить игру. Обе группы встанут друг против друга и общаются короткими, быстрыми собачье-кошачьими диалогами: «Мяу! Рррр! Мяу! Рррр!..»)



7 Скотный двор

Описание. Эта прелестная игра опирается на те же идеи, что и игра «Шенки, котята». Однако ее структура несколько другая, поэтому мы хотели бы представить ее отдельно.

Поскольку дети двигаются с закрытыми глазами, комната должна быть оборудована так, чтобы для них не существовало никакой опасности.

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. Представьте, что наша комната — это скотный двор. Уже вечер, звери голодные и ждут, чтобы их покормили. Коровы хотят пожевать свежей травы, уткам больше хочется пшеничных зерен. Но коровы хотят есть вместе с другими коровами, а утки — с другими утками. Поэтому каждое животное должно найти себе компанию.

Вы можете решить, кем вы больше хотите быть: коровой или уткой. Никому не говорите, какое животное вы выбрали. После этого корова скажет «му», а утка скажет «кря». А поскольку на дворе уже темно, вы все закроете глаза и будете передвигаться по полу на четвереньках и при этом или мычать, или кричать.

Если вы встретите другого ребенка, который издает тот же звук, оставайтесь вместе. Позаботьтесь о том, чтобы больше не теряться. И когда вы уже будете вдвоем или втроем, продолжайте мычать или кричать. Тогда животным, которые еще не нашли свою компанию, будет легче найти ее. В конце игры все коровы должны быть вместе и все утки тоже. Когда я это увижу, то скажу вам, что обе группы собрались и настало время всем поесть. *(Наблюдайте за ходом игры и помогите заблудившимся детям.)*



8 Подушки

Описание. В этой игре дети должны определенным образом среагировать на начало звучания музыки и на ее прекращение. Им надо зрительно фиксировать лежащие на полу подушки или куски поролона, находить свой собственный путь между ними, а затем, запрыгивая на них, принимать разнообразные интересные позы. Эта игра задействует оба мозговых полушария и доставляет детям огромное удовольствие.

Материалы: вам нужно столько подушек или кусков поролона, сколько детей в группе. Положите эти предметы в случайном порядке на пол. Кроме того, вам потребуется магнитофон и подходящая музыка.

Музыкальное сопровождение: быстрая инструментальная музыка, например, «Любовный дуэт» Паганини.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Пока играет музыка, вы можете танцевать по комнате, не трогая лежащие на полу подушки и куски поролона. Когда музыка прекращается, вы запрыгиваете на ту подушку, которая к вам ближе всего. Запрыгнув, вы становитесь всякий раз как-нибудь по-новому, чтобы я снова и снова удивлялась тому, что вы придумали. Вы можете разводить руки в стороны, стоя на одной ноге, в общем, вы можете сделать все так, как захотите... Потом сойдите со своей подушки и снова танцуйте по комнате.

(Попробуйте и другие веселые вариации игры. Дети запрыгивают на «островок» только одной ногой; касаются его только локтями, головой, носом или ухом; садятся на «остров». Если дети вошли в азарт, вы можете выдумывать все новые и новые условия.)



9 Острова

Описание. В этой игре дети тоже должны внимательно прислушиваться к музыке, чутко реагируя на ее прекращение. Они могут свободно двигаться по комнате, но должны отмечать, какие «острова» они уже посетили. Отличие этой игры от предыдущей в том, что здесь детям необходимо разделять «острова» с другими детьми. Это развивает способность к сотрудничеству и усиливает чувство сплоченности в группе.

Материалы: вам потребуется «остров» для каждого ребенка, проще всего взять для этого обруч. Также вы можете использовать одинаковые куски ковра, большие полотенца или упаковочную бумагу. Важно, чтобы дети могли прыгать на острова уверенно, не соскальзывая.

Музыкальное сопровождение: «Большая соната» Паганини.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Пока играет музыка, вы можете танцевать вокруг «островов», но при этом вы не должны наступать на них. Можно двигаться по всей комнате и делать это так, как вам хочется. Когда музыка остановится, вы должны забраться на «острова». В принципе их хватит на всех, но вы можете разделить «остров» с кем-то из детей.

(Некоторое время спустя обсудите с детьми, готовы ли они выполнять новое задание.)

Теперь постарайтесь всякий раз прыгать на новый «остров»...

Можем ли мы сейчас убрать один «остров», чтобы вы стали делиться друг с другом «островами»?..

Сколько «островов» должно остаться в конце игры, чтобы каждый из вас нашел себе место?..



10 Встаем по команде

Описание. В этой игре, чтобы решить, как надо реагировать, дети должны четко различать два слова. Это потребует от маленьких детей собранности. Возможно, отдельным детям потребуется помощь других участников игры. Вначале команды должны сидеть отдельно друг от друга. Потом все дети должны перемешаться.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Часть детей должна сесть на пол слева от меня, а другая справа от меня. Можете ли вы сделать так, чтобы группы были одинаковыми по размеру? Дети слева от меня — это команда зайцев, дети справа от меня — команда собак. Когда я выкрикиваю название команды, все дети, которые принадлежат к ней, должны быстро встать. Дети, которых я не называю, остаются сидеть. Так, когда я выкрикиваю «Зайцы!», встают только дети из команды зайцев. Дети из другой команды остаются сидеть.

Когда зайцы встали, они должны показать мне заячьи уши, приставив руки к голове и помахав ими. Когда встают собаки, они должны показать огромную пасть. Вы держите руки перед лицом и распахиваете и захлопываете их, как будто это рот. Теперь давайте потренируемся...

(Детям может потребоваться какое-то время, чтобы правильно понять идею этой игры. Будьте терпеливы, ведь ребята могут многому при этом научиться. Попробуйте поиграть в эту игру, предложив детям стать еще кем-нибудь, например, слонами и птицами. Когда поднимаются слоны, они показывают свой

хобот, сложив руки впереди и помахивая ими туда-сюда. Птицы демонстрируют свои крылья, разведя руки в стороны.

Когда вы почувствуете, что дети вполне готовы к усложнению задачи, перемешайте команды.)

Запомните хорошенько, кто из вас слон, а кто — птица. Сядьте все вместе передо мной. Давайте посмотрим, знаете ли вы, когда должны встать, а когда — остаться сидеть.

(Если дети легко выполняют это задание, можно дать командам новые названия, которые на сей раз не обязательно должны сопровождаться жестами.) Теперь ваши команды получают новые названия. Слоны будут командой «Мерседес», а птицы будут командой «БМВ». *(По очереди объявляйте марки машин. Можете подразнить детей, называя и другие марки, например: «БМВ»... «БМВ»... «Мерседес»... «Ауди»... Посмотрите, что произойдет. Конечно, в ходе игры вы можете спросить детей, как им самим хотелось бы назвать свои команды.)*



11 Помогите мне!

Описание. Дети тренируются воспринимать и правильно интерпретировать вербальные указания. Во время игры также тренируются и другие коммуникативные навыки, например, умение четко передавать информацию, учитывая при этом ситуацию, в которой находится адресат. Кроме того, это прекрасная возможность для детей освоить понятия «вперед» и «назад», «налево» и «направо». Ну и, наконец, эта игра очень сплачивает группу.

Материалы: в качестве цели вам потребуется коврик, кусок картона или лист бумаги. Чем больше цель, тем, разумеется, легче детям ее обнаружить. Сделайте цель настолько большой, насколько это будет отвечать доступному детям уровню сложности. Следите, пожалуйста, за тем, чтобы диаметр круга, в котором сидят дети, соответствовал размеру цели.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Сядьте в круг на пол. Я положу этот коврик куда-нибудь в круг. Одному ребенку я завяжу глаза. Он должен пройти по кругу, найти коврик и стать на него. Ребенок ищет не один: дети в круге должны подсказывать, куда идти «слепому» ребенку. Вы можете сами придумывать, как помочь своему товарищу найти коврик.

(Следите, пожалуйста, за тем, чтобы ребенок не пользовался руками и двигался только тогда, когда получит указание от группы. Предоставьте возможность направлять «слепого» ребенка как можно большему количеству детей.)



12 Где же колокольчик?

Описание. Эта игра дает детям прекрасную возможность потренироваться в умении локализовать источник звука. В то же время она развивает самодисциплину, так как дети в кругу должны сидеть совершенно молча, а это, как правило, создает атмосферу собранности.

Материалы: маленький колокольчик.

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. Соберитесь в круг. Один ребенок должен выйти на середину и закрыть глаза.

Другие дети медленно передают колокольчик по кругу. Каждый, кто получает его, должен один раз позвонить. Однако каждый из вас имеет право решить, что колокольчик не должен дальше путешествовать, и тогда, позвонив в него, вы не передаете колокольчик дальше, а ставите его перед собой на пол.

Тогда я спрашиваю ребенка, стоящего в центре: «У кого колокольчик?» «Слепой» ребенок осторожно идет к тому ребенку, который, как он думает, звонил в колокольчик последним. Он трогает этого ребенка рукой и спрашивает: «У тебя есть колокольчик?» Ребенок отвечает «да» или «нет».

Если ребенок отгадал правильно, он говорит, кто следующим должен идти в центр круга...



13 Робот

Описание. В этой игре дети могут потренироваться в умении следовать вербальным инструкциям. Более того, ребята получают возможность поучиться описывать направления движения при помощи слов, они могут брать на себя ответственность и выполнять простейшие функции управления другими людьми.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Знаете ли вы, кто такой робот?...

Мы сейчас сыграем в игру, в которой будут действовать роботы. Эти роботы понимают три простые команды: «Вперед!», «Стоп!» и «Обратно!».

Станьте здесь. Первая команда — «Вперед!». Если робот это слышит, он идет маленькими шагами вперед, как бы с усилием. Вы поняли, как надо идти? Давайте попробуем. Вторая важная команда, которую должен понимать робот — «Стоп!». Если робот слышит «стоп», он останавливается и больше не двигается. Третья команда — «Обратно!». Робот разворачивается и начинает медленно двигаться в обратном направлении.

Покажите мне, что вы понимаете эти команды: «Вперед! Стоп! Обратно!» Теперь объединитесь друг с другом. Один из вас будет роботом, другой — инженером, который хочет проверить, как работает робот. Инженер дает роботу команды, робот выполняет их. Инженеры также отвечают за то, чтобы роботы не сталкивались и не ломались. Давайте начнем играть, а потом вы поменяетесь ролями.

Чтобы все поняли, что надо делать, давайте один раз посмотрим, как это будет выглядеть. *(Для демонстрации игры выберите двух наиболее понятливых детей.)*



14 Где ключи?

Описание. Задача детей в этой игре — определить локализацию звука и самостоятельно проверить себя. При этом у них развивается чувство пространства.

Материалы: вам потребуется связка ключей или что-то аналогичное, с помощью чего можно производить ощутимые звуки.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Распределитесь по комнате в беспорядке на таком расстоянии, чтобы вы не касались друг друга разведенными в стороны руками. Положите, пожалуйста, руки за спину и закройте глаза.

Я пройду через комнату. Всегда, когда я прохожу мимо какого-то ребенка, я тихонько потряхиваю ключами. В какой-то момент я останавливаюсь рядом с кем-то из вас и трясую ключами очень громко. Затем я даю этому ребенку ключи в руки. Он становится моим помощником, но никто не должен знать, что ключи у него. Никто не подсматривает!

Затем я быстро пройду в другое место комнаты, громко скажу: «Откройте глаза!», и досчитаю до трех, а вы должны открыть глаза и показать пальцем на того, у кого, как вы считаете, находятся ключи.

Потом я скажу: «Помощник, покажи ключи», чтобы мы все смогли увидеть, у кого же они были на самом деле.

После этого я снова возьму ключи, и мы продолжим игру.

(Спустя какое-то время вы можете выбирать также детей, которые будут прогуливаться со связкой ключей. Выбирайте, по возможности, детей, которые еще не побывали в роли помощника.)



15 Тигр там!

Описание. Закрыв глаза, дети должны сконцентрироваться, прислушаться и попытаться локализовать источник шума. Правильность своих оценок они проверяют сами.

Вы можете смягчить игру, если превратите тигра в котенка.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Вы представляете, как рычит тигр? Как можно изобразить голос тигра? Наверное, примерно так... *(Порычите несколько раз как можно более низко и угрожающе.)*

Теперь я хочу, чтобы вы все вместе изобразили голос тигра. Раз, два, три, давайте... Да, это звучит очень угрожающе.

Сейчас вы будете искать тигра. Сядьте где-нибудь в комнате на пол, поодиночке или с другими детьми, как вам захочется. Закройте глаза и внимательно прислушайтесь. Когда вы услышите голос тигра, покажите рукой в ту сторону, где он находится.

(Сделайте пару шагов, остановитесь и зарычите, как тигр, но не уходите. Когда дети протянут руки, попросите их открыть глаза, чтобы они увидели, насколько точно выследили тигра.)

Давайте потренируемся еще пару раз. Снова закройте глаза и попробуйте выследить тигра.

(Рычите то громко, то тихо. Когда все участники поймут идею игры, вы можете передать роль тигра детям.) Я хочу найти ребенка, который будет тигром. Кто хочет стать тигром?..

Вы снова закроете глаза. Новый тигр будет кружить по комнате. Когда он зарычит, я спрошу: «Тигр, тигр, где же

тигр?» Тогда вы снова должны, не открывая глаз, показать на тигра и все вместе сказать: «Тигр, тигр, тигр там!» После чего можно будет открыть глаза.

(Походите по комнате, и пусть ребенок-тигра тоже пройдет по ней. Остановитесь где-нибудь и подайте тигру знак, что он должен зарычать. Потом спросите группу: «Тигр, тигр, где же тигр?» Когда дети укажут на тигра, они могут открыть глаза.

Иногда тигры забывают, что они должны остановиться перед тем, как зарычать, тогда вы просто можете сказать: «Тигр, остановись».

Дайте возможность разным детям побыть тиграми. Приготовьтесь к тому, что некоторые дети не только рычат, как тигры, но и, как тигры, подкрадываются!)



16 Пожар!

Описание. В этой игре дети также могут потренироваться в умении локализовать источник звука. Кроме того, игра развивает быстроту реакции.

Вы можете также придумать интересные варианты игры, используя разные музыкальные инструменты, которые начальник пожарной команды применяет вместо своего пугающего крика «Пожар!».

Материалы: для каждого ребенка вам потребуется кусок ковра, шерстяное одеяло или что-то похожее.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Кто из вас когда-нибудь видел на улице большие пожарные машины с приставными лестницами, шлангами и синими сигнальными фарами? Кто-нибудь наблюдал, как пожарная команда тушит пожар?..

Сейчас мы организуем здесь пожарную вахту. *(Продумайте вместе с детьми, какую часть комнаты вы для этого займете.)*

Каждый берет одеяло и кладет его на свою кровать на вахте. Пожарная вахта работает и ночью, чтобы в любое время сразу же выехать по звонку.

Я хочу, чтобы каждый пожарный лег, закрыл глаза и «заснул». Пока пожарная команда спит, ее начальник идет на вышку и смотрит вокруг — нет ли где пожара? Если начальник пожарной команды видит дым и огонь, он кричит: «Пожар, пожар, пожар!» Пожарные вскакивают с кровати и бегут туда, где стоит начальник.

Сейчас я стану начальником пожарной команды.

(Если можно, немного притушите освещение в комнате, чтобы создать ночную атмосферу и чтобы дети смогли лучше прислушиваться. Вы не должны прятаться, но прежде чем крикнуть «Пожар!», вставайте каждый раз на новое место. Дети должны узнавать ваше местоположение преимущественно по голосу, поэтому постарайтесь передвигаться очень тихо, почти бесшумно.)

Когда после крика «Пожар!» дети соберутся вокруг вас, выразите им признательность за то, что они прибыли так быстро. После этого пошлите их обратно на пожарную вахту и скажите им, как они при этом должны двигаться, например, тихо прокрадываясь, длинными прыжками, на четвереньках или осторожно спиной вперед.

Вы можете усложнить игру, если увеличите число начальников. Их может быть два, три или четыре, и стоять они должны в разных местах комнаты. В один момент времени кричать может только один из начальников, и чтобы понять, какой именно начальник пожарной команды их подзывает, дети должны сосредоточенно прислушиваться.)



17

Мышеловка

Описание. В этой игре дети могут дальше оттачивать точность слуха, быстро реагируя на звуковой сигнал. Кроме того, у них тренируется умение следовать правилам. Дети очень любят эту игру, потому что в ней есть элемент неожиданности, авантюрная напряженность. Поскольку правила таковы, что в итоге все мыши все равно будут пойманы, на детей не давит необходимость достичь каких-то результатов. Тот, кого поймали, не выходит из игры, а остается в ней, приняв на себя другую, очень интересную роль.

Игра тем не менее получается лишь тогда, когда все дети выполняют правила. Пожалуйста, сообщите эти правила в полной тишине и объясните, почему вы считаете их очень важными, тогда дети сосредоточатся и будут вести себя корректно.

Материалы: чтобы обозначить круг, вам потребуется длинный канат (можно нарисовать круг мелом или обозначить липкой лентой). Также нужен тамбурин, барабан или колокольчик, чтобы подавать звуковые сигналы.

Возраст участников: от 6 лет.

Инструкция детям. Я хочу попробовать сыграть с вами в игру, которая называется «Мышеловка».

Круг обозначает путь, по которому постоянно бегают мышки.

Двое детей будут мышеловкой. Они встают справа и слева от этого пути, подают друг другу руки и поднимают их высоко вверх, образуя таким образом мост, под которым пролегал путь.

Пока дети держат руки поднятыми вверх, мышеловка открыта и мышка может свободно бегать через ловушку. Но когда я ударяю в барабан, ловушка зашелкивается и оба ребенка быстро и мягко опускают руки.

Мышь, которую поймали, испуганно пищит, приблизительно так: «Пи-пи-пи!..» После этого она становится частью мышеловки. *(Мышеловка будет постоянно увеличиваться и выглядеть как цепь детей, выстраивающихся вдоль круга, по которому бегут мыши. Так что мышам будет все сложнее проскочить.)*

И так будет происходить и дальше, пока все мыши не будут пойманы.

Теперь мы должны договориться о некоторых правилах игры.

Сначала правила для мышеловки:

1. Дети, которые образуют мышеловку, должны опускать руки только тогда, когда услышат мой сигнал. Я подаю сигнал, громко стуча в барабан.

2. Захлопывать мышеловку надо всегда, когда вы слышите сигнал, в том числе и тогда, когда внизу нет мыши.

3. Опускайте руки быстро, но мягко, чтобы не раздавить ни одну мышку.

А это правила для мышей:

1. Мышки не имеют права останавливаться, когда слышат мой сигнал.

2. Мышки не должны замедлять свой бег, бежать быстрее или пригибаться, когда бегут через ловушку.

(Дайте возможность детям, которые составляли мышеловку первыми, тоже побыть мышками и попасться в ловушку.)

Время от времени вы можете закрывать глаза, чтобы не видеть, кто именно проходит через ловушку. Кроме того, хорошо, если ловушка иногда захлопывается и тогда, когда детей в ней нет.)



18 Я здесь!

Описание. Эта игра способствует развитию у детей умения локализовать шумы. Простая структура игры помогает группе расслабиться и собраться.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Сядьте в круг.

Одному из вас мы завяжем глаза. Когда он уже ничего не будет видеть, встает другой ребенок и очень тихо уходит как можно дальше, например, в угол.

Когда он дойдет до угла, то просто скажет: «Я здесь!» Тогда ребенок с повязкой на глазах встает и показывает рукой туда, откуда донеслись эти слова.

(Если ребенок неверно указывает направление, обратитесь к нему.) Послушай еще раз. Ты можешь подойти ближе.

(Если и вторая попытка оказывается неточной, возьмите ребенка за руку и отведите его туда, откуда раздается голос. При этом вы можете обратиться к нему.) Ты знаешь, кто сказал: «Я здесь»? Можешь описать этого ребенка?

(Затем повязку на глаза может получить другой ребенок.)



19 Внимательные ушки

Описание. Это живая, остроумная игра, в которой с энтузиазмом принимают участие даже самые маленькие дети. В ней каждый может почувствовать себя успешным, позволить себе ошибиться. При этом дети учатся внимательно слушать и быстро реагировать.

Кроме того, в игре тренируется способность удерживать равновесие.

Материалы: если в помещении на полу ковровое покрытие, вам потребуется старое шерстяное одеяло, или же нарисуйте мелом в середине комнаты четырехугольник, размер которого примерно соответствует размеру одеяла.

Возраст участников: от 3 лет

Инструкция детям. Станьте, пожалуйста, вокруг шерстяного одеяла и четко следуйте моим указаниям. Когда я скажу: «Каждый запрыгивает на одеяло», вы все должны на него запрыгнуть. Когда вы услышите: «Каждый спрыгивает с одеяла», вы все спрыгиваете с него. Если я не произношу слово «каждый», вы ничего не делаете.

(подавайте команды по-разному — медленно и быстро, громко и тихо, с ключевым словом «каждый» и пропуская его, чтобы дети могли ошибиться. Попросите детей следить за тем, чтобы, прыгая, они не делали никому больно.)



20 Дракон и козлята

Описание. В основном умение прислушиваться формируется у детей по ходу жизни, однако всегда есть такие дети, которым имеет смысл специально развивать эту способность. «Дракон и козлята» принадлежит к числу лучших игр, которые помогают в этом. Дети любят эту инсценировку знаменитой сказки, и вдруг оказывается, что ребята, которые обычно не могут ни на чем сконцентрироваться, демонстрируют потрясающую внимательность и самоконтроль.

Материалы: вам потребуется бубен, звучание которого будет символизировать хrap дракона, а для того чтобы построить мост, нужны четыре швабры, бамбуковых шеста или что-то похожее, восемь стульев и низкий стол. Мост состоит из стульев, расположенных в два ряда по четыре стула в каждом. Стулья стоят попарно, друг против друга, сиденьями наружу. Одна пара отстоит от другой примерно на 80 см. На спинки первой пары стульев вы кладете швабру. На следующую пару стульев тоже положите швабру, но уже не на спинки: пропустите швабру под спинками так, чтобы она лежала на сиденьях. Третью швабру вы снова кладете на спинки третьей пары стульев, а в конце моста, на сиденья четвертой пары положите последнюю швабру. Окончание моста образует небольшой стол, который также отстоит от последней пары стульев примерно на 80 см.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Я хочу рассказать вам историю про козлят и дракона.

Глава 2 Задаем ритм

Давным-давно высоко в горах жила-была семья молодых козлят. Чтобы попасть на зеленые луга, где так вкусна трава, козлята должны были идти по старому, ветхому мосту. Под мостом жил большой и страшный дракон, который с удовольствием поймал бы козлят, чтобы затащить их в свою пещеру и съесть. Козлята должны были ждать, пока дракон не заснет и не начнет храпеть. Только тогда они могли идти через мост. Всегда, когда дракон прекращал храпеть, чтобы глотнуть воздуха, козлята останавливались. Ведь никак нельзя допустить, чтобы дракон услышал, что они здесь. Когда дракон снова начинал храпеть, они делали еще шагок по мосту.

Здесь мы построили мост. По мосту козлята могут проходить по одному. Через низкие перекладины вы должны перешагивать, под высокими перекладинами бесшумно пролезать. Если перекладины сдвигаются с места и издают какие-то звуки, дракон просыпается и ловит вас. Если вас поймали, вы должны снова стать в конце очереди из козлят и попробовать еще раз. Козленок должен двигаться, только пока он слышит храп дракона. Это означает, что вы можете двигаться лишь тогда, когда слышите быстрые, равномерные удары моего бубна. Когда у дракона перехватывает дыхание, бубен замолкает. Тогда козленок должен замереть, как будто оцепенеть, даже если одна нога у него застыла в воздухе.

Если козленок успешно прошел по мосту, все остальные дети весело хлопают в ладоши от радости, что козленок ускользнул от дракона. Пройдя по мосту один раз, вы можете попытаться это сделать снова. Каждый ребенок может попробовать перейти через мост пару раз.

(Обязательно проверьте предварительно, соответствует ли ваша конструкция возможностям детей вашей группы.)

Детям присуще врожденное чувство ритма, оно регулирует циклы сна и бодрствования, ощущения голода и насыщения, медленного и быстрого дыхания и т.д.

Чем старше дети, тем в большей степени их внутренний ритм должен увязываться с их действиями. Когда ребенок чистит зубы, его руки должны освоить ритмичные и достаточно частые движения зубной щеткой; одеваясь, он также вырабатывает собственный ритм действия: сначала влезает в один рукав свитера, а потом — в другой; когда ребенок зачерпывает кашу, ритм, с которым ложка движется вверх-вниз, он должен координировать с другим ритмом — пережевывания и т.д.

Чем ближе ребенок к школьному возрасту, тем важнее для него становится чувство ритма, так как оно необходимо, например, для чтения и письма. Глазами он должен воспринимать заданный словом ритм, различать, какие буквы составляют слово и что считается паузой между словами. Рука должна запомнить различные ритмы движений, которые связывают штрихи и дуги в буквы и целые слова. Ей надо почувствовать разницу в написании двух дуг в письменной букве «и» и трех — в «ш» и т.д.

Развиваясь, ребенок сталкивается с ритмами, не только слушая и исполняя детские песенки и музицируя, свой ритм есть в каждом повторяющемся движении, в ходьбе, в прыжках, в рисовании и письме. Чувство ритма влияет на восприятие ребенком времени, последовательности и темпа происходящих событий, на координацию его собственных движений.



Описание. В этой игре дети должны постоянно прислушиваться и выполнять движения, действуя по образцу. Это потребует от них терпения и самодисциплины. Игра носит характер группового ритуала и усиливает сплоченность группы. Она помогает детям восстановить силы.

Эту прекрасную игру можно часто повторять. Когда дети освоят ее, введите новое правило — делать все с закрытыми глазами.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Сядьте все в круг. Я буду сидеть в кругу вместе с вами.

Мы все должны сидеть очень тихо и не говорить ни слова. Надеюсь, что у нас получится прекрасная игра. Она называется «Дождь».

Каждый из вас будет производить такой же звук, который производит его правый сосед. Сначала, когда начну я, звук будет очень тихим. Потом ребенок рядом со мной (*покажите на ребенка слева от вас или назовите его по имени*) тоже начнет так шуметь, потом то же самое будет делать ребенок рядом с ним и так далее по кругу, пока в конце концов мы все не будем производить этот звук.

Сначала дождь слегка накрапывает, а потом это звучит так... (*Потрите свои ладони друг о друга. Когда все дети потрут ладошками, вы можете сделать следующий шаг.*)

А теперь дождь пошел куда сильнее... (*Мягко похлопайте руками по бедрам и подождите, пока так не пошумят все.*)

Более того, можно сказать, что ритмичное сознание важно не только для формирования и развития частных навыков. Это общая способность, важная для всей жизни ребенка. Малыш должен научиться согласовывать свой внутренний ритм с ритмами, в котором живут и действуют другие люди. Уже с раннего детства ребенок учится подчинять свой режим дня общему ритму жизни всей семьи, например, есть вместе с другими членами семьи; в детском саду он должен научиться соотносить свои интересы с желаниями других детей и с требованиями воспитателя. А в школе он часто должен подчинять собственный ритм обучения ритму учебного плана и учителей.

В нашей культуре, где ритмы чаще всего изнурительны и мало гармоничны, детям и взрослым все сложнее отстаивать свое право на тот конструктивный минимум собственного ритма, который всем нам нужен, чтобы чувствовать себя самими собой.

Хорошо, если, экспериментируя с играми этой главы, вы будете учитывать эти аспекты, имеющие большое значение для жизни и развития детей. Тем самым вы можете научить детей почувствовать свой внутренний ритм и уважать ритмы жизни других людей.

Теперь дождь идет уже изо всех сил... *(Сильно хлопайте обеими руками и снова подождите, пока не похлопают все дети.)*

Ну а теперь ливень превратится в настоящую грозу. Ливень обрушился, гремит гром, ревет ветер... *(Топайте по полу обеими ногами попеременно в быстром темпе и имитируйте ураганные звуки, выдыхая воздух сквозь зубы. Как только все дети потопают ногами и воспроизведут звуки ветра, громко крикните.)*

Стоп! Теперь погода должна постепенно улучшаться. Мы все снова потопаем ногами и изобразим ураганные звуки. При этом вы один за другим должны прекращать шуметь. Сначала остановится ребенок справа от меня *(покажите на ребенка или назовите его имя)*, потом останавливается ребенок рядом и так далее по кругу, пока мы не перестанем слышать какие бы то ни было грозовые звуки.

А сейчас давайте все вместе воспроизведем сильный шум дождя, слегка похлопав себя по бедрам... При этом останавливаются один ребенок за другим...

Теперь давайте все пошумим, как морозящий дождь, при этом вы будете останавливаться один за другим...

А теперь дождь прекратился совершенно. Стало совсем тихо, и воздух такой замечательно свежий и чистый. Каждый из нас может трижды глубоко вздохнуть и представить красивую цветную радугу.



22

Слова и слоги

Описание. Эта игра помогает детям научиться разделять слова на слоги. Для этого они должны чувствовать ритмическую структуру слова. Кроме того, дети смогут быстрее выучить имя новичка или трудные, непривычные имена некоторых детей.

Приступая к игре, вы должны точно знать имена всех детей. Тот же принцип — разделение слов на слоги и выполнение соответственно структуре слова ритмических действий — можно применять не только к именам, но и к другим самым разнообразным словам. Можно таким образом прислушиваться к временам и месяцам года, названиям цветов, мебели и др. Когда дети освоят эту деятельность, они могут сами предлагать вам слова.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Соберитесь, пожалуйста, в круг. Я хочу, чтобы каждый называл свое имя и на каждый слог хлопал в ладоши. Некоторые имена так коротки, что нужно хлопнуть лишь один раз: например, Марк. Для других имен нужно хлопнуть в ладоши дважды: например, Виктор. Можете мне сказать, сколько раз нужно хлопнуть в ладоши, называя имя Александра?..

Теперь я хочу, чтобы все дети по очереди назвали свои имена, хлопая в ладоши на каждый слог. Тогда мы сможем повторить все имена и при этом к тому же похлопать в ладоши.

(Затем вы можете называть месяцы рождения детей. Вместо того чтобы хлопать, дети могут шагать на месте, передавая ритм слова с помощью движений. Затем попросите собраться вместе слова с помощью движений. Затем попросите собраться вместе тех, у кого имя состоит из одинакового количества слогов.)



23 Сколько?

Описание. Для маленьких детей это хорошая возможность поучить числа и соответственно стать увереннее в обращении с ними. Суть игры в том, что дети образуют группы, количество участников в которых равно называемому вами числу.

Сначала вы можете назвать это число, когда музыка останавливается. Позже, когда дети освоят правила игры, называйте число уже в начале танца, чтобы они запомнили его. Время от времени следующее число вы можете объявлять, не называя его, а молча делая знаки руками; а когда дети будут выполнять задания совершенно уверенно, вы можете сообщать им желаемое число, хлопая в ладоши, тоная по полу или стуча в бубен соответствующее количество раз.

Подобные вариации делают эту простую игру интереснее для детей.

Материалы: медленная, ритмичная музыка.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Сейчас будет играть музыка, в это время вы можете прогуливаться по комнате и пританцовывать. Когда музыка прекратится, остановитесь и наведите ушки.

Я назову какое-нибудь число, а вы должны будете собраться в группки, в каждой из которых должно быть столько детей, сколько я назову. Возьмитесь за руки и покажите мне, сколько детей составляют это число. Посоветуйтесь друг с другом,

чтобы на самом деле в каждой группе оказалось столько детей, сколько было сказано.

(В тех случаях, когда количество детей таково, что не делится ни на какие равные части, вы можете заранее обратиться к детям.) На этот раз у нас будет одна группа, в которой детей окажется меньше, чем в остальных. Это особенно интересно. Я подойду к этой группе, и дети должны мне будут сказать, сколько их.



24 Дрожащий ведущий

Описание. Как правило, мы совсем не радуемся, когда вдруг начинаем произвольно дрожать. Однако намеренная дрожь — это действенный способ расслабить мышцы и ускорить кровообращение.

Но никто из детей не ожидает увидеть дрожащего ведущего. Потому эта игра принадлежит к числу тех, которые дети запоминают надолго. Будьте готовы к тому, что они захотят повторять эту игру снова и снова.

Материалы: вам потребуется бубен и мат. Кроме того, очень хорошо, если кто-то из взрослых будет помогать вам, потряхивая бубном. Объясните ему, что он должен трясти бубном, а вы в это время будете дрожать какой-то частью тела. Как только вы перестаете дрожать, он останавливает бубен.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Подойдите все ко мне и станьте на мат. Я хочу показать вам кое-что необычное. *(Ложитесь на мат.)*

Когда я слышу звук бубна, я всегда начинаю дрожать... *(Покажите детям, что ваша нога начинает дрожать.)* Я совершенно не знаю, как избавиться от дрожи. Помогите мне, пожалуйста, успокоить ногу и подержите ее как следует.

(Дети с удовольствием исполняют вашу просьбу, но тут же возникает новая проблема. Бубен начинает звучать снова, а у вас дрожит другая нога.) О Боже, теперь начала дрожать моя

другая нога. Не могли бы вы мне снова помочь успокоить ногу?

(Когда дети успокоят эту ногу, вы можете поблагодарить их за помощь, но тогда снова зазвучит бубен. На этот раз начнет трястись ваша левая рука. Пусть дети вам снова помогут; а потом история повторяется с правой рукой. Когда и ваша правая рука будет успокоена, обратитесь к детям.) Наконец все снова в порядке. Теперь мы можем поиграть во что-нибудь другое.

(Встаньте и соберите детей вокруг себя. Вновь звучит бубен, и на этот раз вы трясете руками и ногами стоя.) О Боже, мне ужасно неловко! Теперь я дрожу еще больше. Не могли бы вы мне еще раз помочь успокоиться?..

(Когда дети сделают все, чтобы вас успокоить, поблагодарите их.)

Большое спасибо, вы мне здорово помогли. Мне тут пришло в голову, что вы можете вылечить меня окончательно. Когда бубен снова зазвучит, вы все должны начать дрожать. Пусть сначала у вас дрожит одна рука *(подайте коллеге сигнал, чтобы в этот момент вступил бубен)*, потом другая рука, а потом обе ноги.

(Пусть дети подрожат с ног до головы около 30 секунд.)

Да, это мне помогло. Думаю, что теперь я никогда не начну дрожать.



25 Передай другому

Описание. Игра успокаивает детей и приводит в приятное сосредоточенное состояние. Особенно она хороша в конце дня, когда становится завершающей точкой занятия.

Чтобы дети могли сохранять внимание, в группе должно быть не более восьми человек.

Возраст участников: от 6 лет.

Инструкция детям. Сядьте в круг вместе со мной. Мы все возьмем друг друга за руки.

Один из нас может подать сигнал, встряхнув руку правого соседа. Сигнал может состоять из длинных и коротких покачиваний руки, например, он может быть таким: два раза длинно, один — коротко. Сосед передает тот же сигнал дальше направо.

Мы должны внимательно следить за тем, чтобы сигнал передавался очень точно, то есть то, что мы передаем, должно быть точно таким же, как то, что мы получили. Пройдя по кругу, сигнал возвращается к ребенку, который его послал. Тогда этот ребенок скажет нам, изменился ли сигнал, а мы начнем передавать по кругу уже другой сигнал. Каждый имеет право один раз придумать свой сигнал и начать передавать его.

Кто хотел бы начать?



26 Передаем ботинок

Описание. В этой игре у детей развивается чувство времени. Игра требует внимательности, собранности и умения слушать. Кроме того, она поможет освоить координацию «глаз—рука». Наконец, ожидая, пока подойдет их очередь и фокусируя в это время внимание на объекте, который будет передаваться по кругу, дети учатся контролировать себя.

Материалы: вам потребуется барабан и различные предметы, которые можно будет передавать по кругу, например, ботинок или разнообразные самодельные мячики. (Засуньте скомканные газеты в полиэтиленовый мешок и завяжите его, чтобы получился «мячик» диаметром примерно 40—50 см.)

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Сядьте в круг на пол.

Я буду стучать в барабан. *(Отсчитайте четыре такта, акцентировав первый удар.)*

На первый удар представьте, что вы поднимаете что-то с пола. Передайте эту воображаемую вещь ребенку рядом с вами. На четвертый удар ребенок, у которого окажется «вещь», должен поставить ее на пол.

В следующий раз вы можете передавать настоящий предмет, например, этот ботинок.

(Пусть ботинок тоже передается в такт. Иногда детям легче выполнять задание, если одновременно с этим они тихо считают вслух, и на счет «раз» поднимают ботинок или воображаемый объект, на счет «два» бросают его по воздуху сидящему

слева соседу, на счет «три» передают дальше, а на счет «четыре» ставят на пол. Когда дети начнут легко справляться с этим, вводится новое правило — все, у кого в это время нет предмета, на счет «четыре» должны постучать руками по полу. Спустя какое-то время вы можете спросить детей, не хотят ли они попробовать передавать по кругу 2 или 3 настоящих предмета. Можно также усложнить задачу, увеличив темп. Время от времени подсказывайте детям, что надо делать, чтобы тот, кому передают предмет, мог легко и уверенно поймать его.)



27 Все быстрее и быстрее

Описание. Особенность этой игры в постепенном увеличении темпа работы. Дети должны совершать два разных действия: принимать мяч и, прежде чем передавать его дальше, громко называть свои имена.

Материалы: вам потребуются разные маленькие мячи, лучше всего старенькие и легкие теннисные мячики.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Сядьте в круг на пол. Я хочу, чтобы вы передавали мяч по кругу — от одного ребенка к другому, причем делали это очень-очень быстро. Покажите мне, как вы можете это делать.

(Когда мяч пройдет один круг, усложните задачу.) Когда вы получаете мяч, громко выкрикните свое имя, а потом быстро передайте мяч следующему ребенку.

(Дети должны именно передавать мяч, а не кидать его. Скажите, что ребенок, которому передается мяч, должен подготовиться к тому, чтобы поймать его.) Смотрите на ребенка, который передаст вам мяч.

(Скажите группе, что вы хотите, чтобы мяч передавался из рук в руки все быстрее и быстрее. Когда группа будет достаточно натренирована, вы можете добавить в игру еще несколько мячей. Время от времени изменяйте направление движения мячей. Кроме того, бывает целесообразно менять способ передачи мяча.)

Теперь давайте сделаем пару медленных кругов. Не могли бы вы передавать мяч только правой рукой... А теперь только левой...



28 Ха-ха-ха!

Описание. Этой игрой наслаждаются и маленькие, и большие дети, потому что рано или поздно она вызывает у участников безудержный смех.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция детям. Я хочу пригласить вас поиграть в очень веселую игру.

Один ребенок начинает, он ложится на пол на спину. Другой ребенок тоже ложится на спину, но поперек первого — так, чтобы его голова лежала у него на животе.

(Помогите детям. Следите, чтобы они ложились не рядами, а под прямым углом к другим детям).

Теперь ребенок, который лег первым, должен сказать «ха». Второй ребенок говорит после этого «ха-ха», а третий говорит «ха-ха-ха». Вы поняли, как надо говорить?

(Обязательно наступает момент, когда кто-нибудь запутывается и раздражается заразительным смехом. Предоставьте детей самим себе, чтобы они смогли проследить, как долго у них получится оставаться серьезными.)



29 Давай пожмем друг другу руки

Описание. В этой игре дети могут потренироваться подстраиваться под ритм друг друга. Это дает возможность войти в дружеский контакт со многим членами группы.

Вы с успехом можете использовать эту игру для сплочения группы.

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. Я хочу, чтобы вы рассчитались на три. *(Следите за тем, чтобы дети стояли в кругу и громко считали друг за другом: раз, два, три... раз, два, три... и т.д.)*

Теперь разойдитесь равномерно по комнате и пожимайте руку детям, которые вам встречаются. Все дети, которые перед этим сказали «раз», пожимают руку один раз, дети, которые сказали «два», пожимают руку два раза, а дети, которые сказали «три», пожимают ее трижды.

Если вы находите кого-нибудь, кто должен пожимать руку столько же раз, сколько и вы, то хватайтесь за руки и вместе идите дальше, пока все дети, которые назвали одинаковые числа, не соберутся вместе.



30 Только четверо

Описание. Эта игра доставляет детям массу удовольствия, так как она содержит элемент неожиданности. Ребята должны делать сразу две вещи: контролировать время и удерживать в фокусе внимания всех детей, стремясь к тому, чтобы в один момент времени стояли только четыре ребенка.

Вы можете изменять условия: количество стоящих детей может быть разным и временной интервал, который они могут простоять, — тоже.

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. Сядьте со мной на пол в круг. Каждый из вас может встать, если захочет, но стоять он может не дольше пяти секунд. Потом он снова должен сесть. Давайте вместе посмотрим, сколько это — пять секунд? *(Сосчитайте вместе с детьми до пяти).*

Но есть важное условие — в один момент времени стоять могут только четыре ребенка. Попробуйте следить за этим.



31 Туда-сюда, мне весело всегда!

Описание. В этой игре дети тренируются в умении считать в пределах десятка. Кроме того, чтобы выполнить задание ведущего, они должны реагировать быстро и очень творчески.

Если дети легко выполняют ваши задания, играя по одному, то условия можно усложнить, предложив им поиграть парами. Тогда задание адресуется паре детей, а не каждому из них.

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. В этой игре вы можете бегать по комнате и при этом кричать: «Туда-сюда, мне весело всегда!»

Время от времени я кричу «Стоп!» и называю число. Этим числом может быть, например, три. Тогда вы должны моментально остановиться и коснуться пола тремя частями тела, например, двумя ногами и одной рукой, а может, двумя руками и одной ногой, подняв одну ногу вверх.

Когда я крикну «Дальше!», вы можете снова двигаться, бегать и кричать: «Туда-сюда, мне весело всегда!»

Иногда я буду называть и числа побольше, например, восемь. Как вы коснетесь пола, если я крикну «Стоп: восемь»?.. *(Одно из решений: две ноги, один кулак и пять растопыренных пальцев руки. Обратите внимание детей на то, что они могут придумывать самые разные решения, и поощряйте наиболее оригинальные из них, например: «У Марка появилась очень интересная идея, он коснулся пола двумя коленями и головой!»)*



32 Цветная капуста

Описание. «Цветная капуста» — отличная ритмичная игра, в которой дети должны контролировать себя, вступая во взаимодействие с другими.

Следите за тем, чтобы дети двигались действительно плавно и неспешно, как при замедленной съемке.

Возраст участников: от 6 лет.

Инструкция детям. Покажите мне, пожалуйста, можете ли вы двигаться очень-очень медленно... Спасибо, остановитесь, пожалуйста. Я хочу поиграть с вами в одну очень интересную игру. Игра проходит так...

Вы все медленно-медленно идете по комнате. Один человек — ловец. Он тоже двигается очень медленно. Когда он касается кого-то из ребят, оба они останавливаются и берут друг друга за руки.

Оба ловца медленно-медленно идут дальше и касаются следующего ребенка, который присоединяется к ним, и они идут уже троим, держась за руки. Когда они касаются еще одного ребенка, их уже четверо, и они делятся на две пары. Все они — ловцы, которые медленно-медленно идут дальше и касаются других детей.

А когда до всех уже дотронутся, все вместе кричите: «Цветная капуста, цветная капуста, цветная капуста». Тогда все дети узнают, что игра закончилась.



33 Мышь и клетка

Описание. Большинству детей невероятно сложно пересчитывать то, что нельзя потрогать. Поэтому считая, сколько раз подскакивал мяч, ребенок может легко запутаться. Несмотря на то что до семи лет дети еще не могут в полной мере понять абстрактную категорию «число», освоение умения пересчитывать движения продвигает их к этому и является весьма ценным дополнением к умению пересчитывать конкретные предметы. Если вы будете терпимо относиться к ошибкам детей, то каждый из них сможет вынести из этой игры что-то полезное для себя.

Наряду с осваиванием счета дети в этой игре развивают координацию глаз и рук, чувство пространства и времени, учатся выполнять движения обеими руками одновременно.

В эту игру можно играть только с маленькими группами детей (не более 4–6 человек), чтобы иметь возможность помогать им.

Материалы: каждому ребенку потребуется мячик для настольного тенниса и бумажная тарелка, желательнее с высокими краями. (Мячик для пинг-понга — это мышь, а тарелка — это клетка.)

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. Я хочу поиграть с вами в игру, которая называется «Мышь и клетка». Каждый из вас получает мячик для настольного тенниса, это — мышь, и бумажную тарелку, это — клетка. Теперь я хочу вам показать, как играть...

Сначала я буду управлять мышью, а кто-нибудь из вас — клеткой. Виктор, возьми, пожалуйста, свою тарелку и подойди ко мне.

Посмотри хорошенько, сейчас я выпущу мышь на волю. Я отпускаю мяч, он падает на пол и отскакивает от него. Ты можешь поймать мышь в свою клетку, для этого надо, чтобы, отскочив от пола, мячик попал в твою тарелку. *(Если пол твердый, отпустите мяч приблизительно с уровня колена. Если пол покрыт ковром, вы можете провести игру на столе. Повторите этот процесс несколько раз, сначала с Виктором, потом с другими детьми.)*

Теперь я буду пытаться поймать мышек в клетку, а вы будете отпускать их. Смотрите, что я делаю — я подношу тарелку под мяч и чуть-чуть ее приподнимаю, когда мяч падает в нее. Виктор, отпусти, пожалуйста, свою мышку попрыгать... *(Дайте каждому ребенку возможность отпустить мышку, но следите, чтобы они просто отпускали мяч, а не бросали его с силой.)*

Теперь вы сами можете управлять и мышью, и ловушкой. Пусть мяч падает у вас из левой руки, а тарелку вы держите правой рукой. Вам надо поймать мышь после того, как мяч коснется пола только один раз...

(Когда дети освоят этот процесс, вы можете перейти на следующий уровень сложности.)

Теперь пусть мяч отскакивает от пола дважды, и только после этого ловите его... Когда мяч будет касаться пола, считайте вслух — раз... два...

А теперь пусть мяч подпрыгнет три раза... и т.д.

(Пятилетним детям можно дать задание насчитать от четырех до пяти отскоков.)



34 Эхо

Описание. Эта игра прекрасно развивает внимание. Нам, взрослым, она кажется очень простой, а детям играть в нее непросто. Поэтому очень важно, чтобы вы поддерживали такой уровень сложности, который доступен детям, но при этом пробуждает у них интерес. Ведущий должен учитывать возможности каждого ребенка. Обратите внимание — очень важна маленькая разминка, с которой начинается эта игра.

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. Сядьте в круг на пол так, чтобы между вами было достаточно места и чтобы вы все могли хорошо меня видеть. Разведите руки в стороны.

Я буду медленно-медленно сводить ладони. Вы делаете, пожалуйста, то же самое. Я хочу заставить вас врасплох. Совершенно неожиданно я хлопну в ладоши, и вы должны постараться хлопнуть в ладоши сразу за мной. Если вы будете очень внимательны, мы хлопнем в ладоши почти одновременно... Давайте попробуем... Хорошо у вас получилось.

(Эта маленькая разминка сосредотачивает внимание детей для выполнения следующих заданий.)

Слышали ли вы когда-нибудь эхо?... Я хочу, чтобы вы стали моим эхом — попробуйте хлопать в ладоши точно так же, как я... *(Хлопок — пауза — хлопок. Посмотрите, могут ли дети поддерживать этот ритм. Если задаваемый вами ритм сложен для большинства детей, попросите стать вашим эхом не всех, а только одного-двух участников. Если группа хорошо справляется с задачей, можно усложнять ее, задавая все более сложные рит-*

мы: громкий хлопок — тихий хлопок — громкий — громкий — тихий — громкий — громкий — громкий — тихий и т.д.)

А теперь я буду произносить разные слова, а вы будете повторять их за мной — точно так же, как это делаю я. Вслушайтесь внимательно, потому что я буду говорить по-разному, быстро и медленно, громко и тихо, делать паузы или шептать, например: все собаки (*быстро*) спят (*медленно*.) Сильные лвы (*громко*) зевают (*тихо*). Где (*пауза*) ты? Тише (*шепотом*).

(Придумайте самые разные предложения, которые могут быть интересны детям, произносите их напористо. Работая с более взрослыми или более опытными детьми, вы можете использовать и более длинные предложения. Дети получают большое удовольствие от выдуманного языка, так называемых абсурдных слов, которые непонятно что означают, зато красиво звучат. Это могут быть какие-нибудь иностранные слова или слова, придуманные вами, — скажите детям, что это язык гномов, драконов и т.д. Когда дети будут выполнять ваши задания легко и свободно, некоторые из них могут побыть ведущими.)



35 Барабанные палочки

Описание. Это прекрасная игра, которую дети очень любят. Детям нравится, когда им позволяют шуметь. Кроме того, в этой игре они активны и чувствуют себя из-за этого сильнее, важнее, мощнее... В то же время они учатся слушать и двигаться под музыку. Дети должны следовать музыкальному ритму и вырабатывать общий ритм — единый для всей группы.

Материалы: каждый ребенок получает по две барабанные палочки, сделанные из старых газет. Вы просто сворачиваете газету и обматываете ее скотчем. Кроме того, вам потребуются записи медленной музыки с инструментальным соло, например «Ария» Генделя, и записи маршей.

Возраст участников: от 5 лет.

Инструкция детям. Сядьте на пол в круг, так чтобы вы могли меня видеть. *(Положите по две барабанные палочки на пол перед каждым ребенком и перед собой. После того как вы сами сядете в круг, обратитесь к детям.)* Теперь делайте то же, что делаю я.

(Поднимите руки без барабанных палочек над головой, а потом положите их на бедра. Разведите руки в стороны и сложите их на коленях. Возьмите барабанные палочки и поднимите их вертикально над головой, коснитесь своих носков, разведите руки в стороны, положите барабанные палочки на пол и сложите руки на коленях. Теперь дети готовы приступить к следующей части игры.)

Теперь возьмите правой рукой одну барабанную палочку. Я включу музыку и хочу, чтобы вы постучали палочкой по полу, тихо, в такт музыке. Когда музыка остановится, поднимите руку с палочкой высоко над головой... (1–2 минуты.)

Теперь барабанная палочка в вашей левой руке, и пока музыка продолжает играть, вы постукиваете палочкой по полу в такт музыке... (1–2 минуты.)

А сейчас у вас две палочки, по одной в каждой руке, и вы стучите ими по полу в такт музыке...

(Лучше, если дети не просто стучат палочками в такт музыке, а барабанят по полу. Затем вы можете использовать другое музыкальное произведение с более быстрым ритмом. Дайте детям возможность стучать по полу скрещенными руками. В конце игры вы можете дать им задание следовать ритму музыки всем телом, а под марш — маршировать по комнате.)



36 Раз, два, три

Описание. Взрослым эта игра может показаться очень простой. Но что касается детей, то это совсем не так. Прыгая, они должны связать с определенным числом свои зрительные, слуховые и кинестетические ощущения. Попутно они упражняются в счете.

Начните с трех обручей. Как только вы заметите, что дети готовы к усложнению, можете добавить еще два обруча.

Материалы: от трех до пяти обручей, которые нужно положить в ряд.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Сейчас мы с вами будем считать. Если я попрошу вас досчитать до трех, это будет так просто, что с таким заданием справится и кроха. Вы же должны не просто считать вслух, но при этом еще и прыгать. Это уже довольно сложно.

Всякий раз, когда вы называете какое-то число, вы должны подпрыгнуть. Давайте я покажу вам, как это будет выглядеть. Я захожу в первый обруч, произношу число «один» и один раз высоко подпрыгиваю.

После этого я захожу во второй обруч, говорю «два» и подпрыгиваю на месте два раза. Теперь я захожу в третий обруч и говорю: «Три» (Прыгните три раза на месте.)

А вы можете так же? (Наблюдайте внимательно и помогайте по необходимости, особенно детям, которым сложно скоординировать счет и прыжки.)



37 Хлопаем вместе

Описание. У каждого ребенка свой темперамент и свой привычный ритм движений. Именно поэтому дети должны уметь хотя бы иногда синхронизировать собственный ритм с ритмом других. Для этого необходимо чувствовать свой ритм и одновременно ритм других, а это не так-то легко. Всему этому дети могут научиться в ходе предлагаемой игры.

Кроме того, игра предлагает детям возможность самим решить, хотят ли они изменить собственный ритм, чтобы подстроиться под других, или будут ждать, пока другие подстроятся под них.

Группа не должна быть слишком большой.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Сядьте на пол в круг. Начните хлопать в ладоши.

Постепенно попытайтесь найти общий ритм, чтобы все хлопали в ладоши одновременно.

Может быть, вы сумеете время от времени менять скорость хлопков: один раз хлопнуть медленнее, другой раз — быстрее, а потом снова медленнее.

Я буду внимательно наблюдать за вами, и когда вы начнете хлопать в ладоши одновременно, мы вместе порадуемся этому.



38 Маленькие ансамбли

Описание. В этой игре дети могут познакомиться с простыми музыкальными ритмами.

Материалы: вам потребуются музыкальные инструменты, например, барабаны, тамбурин, бубен, цимбалы. Подойдут и пустые консервные банки, крышки от кастрюль и т.п. Каждый ребенок должен получить один инструмент.

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Выберите понравившиеся вам музыкальные инструменты и разбейтесь на группы по четыре-пять человек.

Играть на выбранном вами инструменте очень просто — вы можете стучать по нему, быстро или медленно. Попробуйте...

А теперь вы уже стучите не просто так, а стараетесь играть так, чтобы вся ваша группа отбивала один и тот же ритм. (*Задайте одной группе размер в две четверти, другой — в три четверти и т. д. до размера в четыре четверти. Покажите каждой группе, как звучит тот или иной размер, и сделайте акцент на сильную долю.*) Потренируйтесь... Отлично...

А сейчас все группы выбивают свой ритм и одновременно двигаются по комнате. Впереди каждой группы идет капельмейстер. Сами решите, кто из вас будет выполнять эту роль.



39 Четыре четверти — 1

Описание. В этой игре у детей развивается ритмичность восприятия, осознание себя и своего тела.

Материалы: вам потребуется барабан или иной ударный инструмент.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Сейчас я буду стучать в барабан, отбивая определенный ритм. Послушайте... *(Отбивайте на барабане ритм в четыре четверти.)*

А вы, пока я стучу, должны аккомпанировать мне, хлопая в ладоши. Очень здорово, спасибо!

А теперь не хлопайте в ладоши, а постукивайте руками по своей голове, голове, голове, голове... ушам, ушам, ушам, ушам... носу, носу, носу, носу... по пальцам на ноге... *(Пусть дети похлопают и по другим частям тела, например, по плечам, груди, бедрам, коленям.)*

Теперь сядьте на пол. Когда я начну отбивать ритм, пожалуйста, касайтесь частей тела, которые я называю, не руками, а головой: рука, рука, рука... нога... коленка... ступня...

Сейчас я опять буду называть вам части тела, а вы должны будете говорить мне, что обычно эти части тела делают. Я буду произносить слово четыре раза, и вы отвечайте тоже четыре раза.

Глаза, глаза, глаза, глаза? *(Дети отвечают: «Смотрят, смотрят, смотрят». Дальше назовите детям уши, нос, рот, ступни, руки и т.п.)*

Когда дети познакомятся с размером в четыре четверти, вы можете задать им и другой ритм, например, в три или в две четверти.)



40 Четыре четверти — 2

Описание. Эта игра дает детям возможность по-разному двигаться в пространстве и передавать ритм своим телом.

Материалы: барабан или другой подходящий ударный инструмент.

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Сейчас я буду отбивать на барабане определенный ритм. Послушайте... *(Начните отбивать ритм размером в четыре четверти.)*

А теперь вы должны делать определенные движения в ритм барабану. Двигайте, пожалуйста, вашей правой рукой: поднимайте ее выше, выше, выше, выше... Теперь опускайте вниз — ниже, ниже, ниже... *(Повторите это с левой рукой и с двумя руками вместе, а также с правой и левой ногами.)*

Сейчас движается все ваше тело: оно становится все больше, больше, больше, больше... Поднимайте обе руки выше, выше, выше...

А теперь руки опускаются вниз, ниже, ниже, ниже — ваше тело уменьшается, оно становится все меньше, меньше...

А сейчас, пожалуйста, раскрывайте руки — вы становитесь шире, шире, шире; а теперь наоборот — уже, уже, уже...

(Предложите детям сделать то же самое с ногами.)

На сей раз растяните свое тело, сделайте его длинным, еще длиннее — выходите вперед, еще, еще, еще... А теперь сожмитесь, сделайте тело коротким, еще короче — шагайте назад, еще, еще назад...

Глава 3 Креативные движения

В этой главе вы найдете много увлекательных подвижных игр, которые доставляют детям радость экспериментирования и будят их фантазию. В отличие от функциональных движений, в которых тренируются отдельные умения, креативное движение дает детям возможность естественно и свободно проявить свою индивидуальность.

Мы поместили главу «Креативные движения» в эту книгу потому, что в ней содержатся игры, в которых ведущий может пробудить творческую активность детей своей выразительной, метафорической речью, рисуя воображаемые картины.

Креативное движение всегда спонтанно. Ребенок не должен продумывать или планировать свои движения. Он может самозабвенно воспринимать слова ведущего, прислушиваясь при этом к своим идеям и образам, может совершенно свободно предаваться собственным настроениям или фантазиям, выражать свою индивидуальность, вырабатывая таким образом собственный стиль и личный репертуар движений. Источником этих фантазий послужит собственный повседневный опыт детей: окружающие их вещи, разнообразные события и природные явления.

Любая ситуация, в которой дети чувствуют себя свободно и которая пробуждает у них желание подвигаться, создает возможность для креативного движения. Например, ребенок может увидеть на улице кошку, и ему вдруг захочется попробовать воспроизвести своим телом пластичные движения животного.

Вызвать такое спонтанное движение у ребенка может все, что угодно: какое-то телесное ощущение, мелодия, настроение,

картина, природное явление, подмеченное взаимодействие между людьми. Ребенок использует свое тело как инструмент, чтобы находить выражение этим импульсам, варьировать их. Таким образом малыш углубляет свое понимание вещей и процессов в мире и учится.

Многое говорит о необходимости включения игр и упражнений с креативными движениями в дошкольные учебные планы. Такие движения гораздо больше соответствуют стилю обучения маленьких детей, чем спортивные функциональные движения, которые доставляют удовольствие детям постарше, когда они, к примеру, учатся кататься на велосипеде, играть в футбол, плавать или ездить верхом.

Креативное движение помогает детям:

- почувствовать себя расслабленными и свободными;
- ощутить свое тело и отдельные его части — руки, ноги, спину, шею и т.д. — в состоянии покоя и в движении;
- освоить некоторые физические понятия: «легкое» и «тяжелое», «высокое» и «низкое», «медленное» и «быстрое» и т.д.;
- научиться творчески выражать свои чувства и идеи;
- наслаждаться подвижностью, силой и ловкостью собственного тела и развивать позитивный образ своего тела;
- радоваться тому, как они двигаются вместе с другими детьми, и чувствовать свою взаимосвязь с ними;
- осознать, что их находчивость, творчество, свобода и естественность движений могут доставлять им удовольствие и улучшать самочувствие.

Кроме того, игры на креативное движение помогают детям учиться лучше владеть своим телом. Они позволяют тренировать крупные и мелкие мышцы тела и развивать зрительное, слуховое и кинестетическое восприятие.

Нередко креативные движения помогают детям справиться с агрессивными чувствами или депрессивными настроениями. Важнее всего, наверное, переживание глубокого удовлетворения, которое наступает, когда тело и дух одинаково активны. Это дает детям возможность получить заряд бодрости и почувствовать себя в согласии с собой и миром.



41 Волшебная корзина

Описание. Эта восхитительная игра способна увлечь каждого ребенка. Суть игры в том, чтобы увязать фантазию и движение. Дети любят загадки и разгадывают их с большим интересом. Ребята могут научиться лучше понимать других, когда попытаются узнать, что те пожелали и что вы достали им из волшебной корзины.

Эту игру можно повторять, меняя содержимое корзины. Возможно, в первый раз корзина наполнится животными, во второй — игрушками, в третий — едой и т. д. — тем, что, как вам кажется, подходит под настроение детей, их возраст или соответствует обстановке в группе.

Замечательна в этой игре та тесная связь, которая устанавливается между вами и детьми. Она предоставляет вам возможность войти вместе с детьми в мир фантазий и насладиться чувством той бесконечной свободы, которое дети и взрослые могут пережить, играя вместе.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. У меня есть для вас нечто особенное — волшебная корзина. Представьте себе ее. Это очень большая круглая корзина. Я поставлю ее посередине комнаты. Давайте сделаем круг возле волшебной корзины. Станьте вплотную друг к другу так, чтобы вокруг корзины практически не было свободного места.

Почему корзина волшебная? Потому что мы не знаем, что внутри. Всегда, когда мы открываем корзину, мы обнаруживаем в ней что-то новое.

Хотите узнать, что сегодня находится в волшебной корзине?

(Выйдите на середину круга к волшебной корзине и откройте двумя руками ее большую воображаемую крышку.)

Сегодня в корзине разные животные. Я вижу маленького медвежонка, котенка и лошадку. А кто там еще есть?

(Идите по кругу, останавливаясь перед каждым ребенком. Показывайте ему пантомимой какое-нибудь животное. Изображая животное, обратите внимание на реакцию ребенка и дождитесь его ответа. Если нужно, подскажите ребенку. Затем подойдите к следующему, пока не обойдете всех детей.)

Сейчас вы должны на мгновение закрыть глаза руками и представить, какое животное вы больше всего хотели бы видеть в волшебной корзине. Вы можете выбрать любое существо в мире животных. И если хотите, можете представить даже несуществующее животное. В волшебной корзине так много зверей, что вы не в состоянии точно сосчитать, сколько их. Это действительно волшебная корзина...

Откройте глаза. Только не рассказывайте никому, какое животное вы выбрали. Это ваша тайна. Когда я подойду к вам, шепните мне на ухо, что вы загадали. И я достану вам это животное из волшебной корзины.

(Попросите каждого ребенка по очереди назвать вам шепотом загаданное животное. Затем вы каждый раз выходите в центр круга и достаете загаданное животное из корзины. Конечно же, дети сразу увидят то, как вы поднимаете и тянете наружу животное, с каким трудом вы тащите его, особенно когда оно тяжелое, такое, например, как бегемот, которого вы берете в руки и с большим усилием, задышавшись, вытаскиваете для того, кто его загадал. Вытащив животное из корзины, изображайте пантомимой, как вы доставляете его к ребенку — тащите, несете на руках, ведете рядом с собой. Все остальные дети, конечно, попытаются догадаться, кого вы достали из корзины.)

Когда вы получите желаемое животное, то можете погладить его или даже покормить.

(Затем дети могут провести свое животное по комнате или поиграть с ним. В конце игры все дети могут отвести свое животное обратно в волшебную корзину и помахать ему рукой, пока волшебная корзина будет медленно улетать в волшебную страну.)



42 Мосты

Описание. Эта игра позволяет детям проявить фантазию. Кроме того, она укрепляет мышцы живота, спины, рук и ног, развивает у детей чувство пространства и ощущение собственного тела.

Материалы: каждому ребенку нужна маленькая подушка или коврик размером 30×30 см.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Выберите себе подушку и положите ее на пол. Представьте, что подушка — это маленькая лужа. Если вы построите над ней мостик, маленькая собачка сможет перейти по нему лужу, не намочив лапок.

Мостик мы будем строить своим телом.

Вы можете построить мостик, став на пол возле одной стороны подушки, а руки поставив по другую сторону от нее.

Вы можете также стать одной ногой возле одной стороны подушки, а другой — возле другой стороны...

Возможно, вам также удастся построить мостик одной ногой и одной рукой, другая нога и другая рука находятся при этом в воздухе...

Вы можете мне еще показать способы, как можно построить мостик через подушку?



43 Зеркало

Описание. Это прекрасная возможность расслабить мышцы лица и получить удовольствие.

Материалы: маленькая подушка для каждого ребенка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите подушку и представьте, что это — зеркало, в которое вы можете посмотреться.

Состройте парочку гримас, которые вам кажутся смешными... Теперь сделайте серьезное лицо... Вы можете выразить радость на лице?... Можете ли вы придать лицу яростное выражение?

Какое выражение лица вам обычно приятнее видеть в зеркале?..



44 Волчки

Описание. Эта замечательная игра развивает координацию движений и чувство пространства. Кроме того, она поможет детям научиться больше доверять самим себе.

Завораживающее зрелище развевающихся шифоновых платков оставляет от игры яркие незабываемые впечатления.

Материалы: вам потребуются волчок и два шифоновых платка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Сегодня к нам в гости пришла очень интересная игрушка. Вот как она работает... *(Заведите волчок.)* Вы можете сказать, как называется эта игрушка?..

Попробуйте покружиться вокруг себя как волчок, оставаясь при этом на месте.

(Предложите детям стать на некотором расстоянии от вас, а сами станьте на колени. Раскройте руки для объятий и улыбнитесь.)

А сейчас вы все по очереди будете кружиться как волчки, но при этом не стоять на месте, а идти ко мне маленькими шажками. Расправьте руки, посмотрите на меня и улыбнитесь. Чтобы у вас не закружилась голова, все время смотрите на меня. Каждого, кто подойдет ко мне, я крепко обниму и нежно подержу в объятиях.

(Обнимайте ребенка до тех пор, пока у него не пройдет головокружение. Если дети очень маленькие, то и расстояние между вами для начала тоже должно быть очень маленьким — та-

ким, чтобы ребенок уже после первого или второго поворота оказывался в ваших руках. Если дети легко справятся с заданием и захотят покружиться еще, расстояние можно увеличить.)

Кто хочет быть первым волчком?

(Если дети не решаются, позовите какого-нибудь ребенка персонально.)

Сейчас поиграем немного иначе. На этот раз я хочу, чтобы вы кружились в другую сторону...

А теперь сделаем вот что. Тому, кто будет волчком, я дам вот эти два платка. Возьми их за кончики и выпрями руки. Когда ты начнешь кружиться, мы увидим, как платки развеваются. Это очень красиво!

(Дети восхищаются видом развевающихся платков, и в то же время необходимость кружиться, держа платки в прямых руках, учит их координировать движения. Игра направлена на развитие чувства пространства, в ней дети тренируются определять расстояние до ведущего и сосредотачивают внимание на поддержке равновесия.)



45 Домик на спине

Описание. Черепашки обычно очень нравятся детям, особенно их способность прятаться в домики, которые они носят на спинках.

В этой игре дети должны удерживать на спинах подушки, символизирующие панцири.

Кроме того, во второй части игры они должны проявить креативность и попытаться каким-нибудь необычным способом поместить подушку вам на спину.

Материалы: каждому ребенку понадобится подушка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите себе все по подушке и представьте, что вы — черепахи.

Станьте на четвереньки. Каждому из вас я положу на спину подушку, которая будет вашим панцирем.

Теперь ползайте по комнате — как черепахи. Старайтесь делать это так, чтобы панцирь не упал. Если же он все-таки упадет, я подниму его и снова положу вам на спину.

Теперь черепахой буду я, но черепахой быстрой. Если панцирь будет падать, вы должны возвращать его мне на спину. *(Ползайте по комнате и время от времени теряйте свою подушку.)*

А можете ли вы положить мне на спину панцирь не руками, а как-то по-другому? Например, ногами? А может быть, еще как-нибудь?



46 Мост, змеи, поезд

Описание. Эта подвижная игра развивает чувство пространства и будит воображение детей. Очень важно также, что после каждого успешного решения дети наслаждаются чувством победы.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Сегодня мы поиграем в очень интересную игру. Ложитесь на пол на живот. Я буду мостом, а вы — змеями.

(Поставьте ноги шире и наклонитесь вперед, упритесь обеими руками в пол. Следите за тем, чтобы руки и ноги были широко расставлены.)

Змеи будут проползать под мостом. Вы будете делать это по очереди. Лежа на полу, вытяните руки и ноги и, извиваясь как змеи, проползите под мостом.

Когда вы все проползете под этим мостом, я построю для вас новый. *(Пусть новый мост будет не таким широким, поставьте руки и ноги поближе друг к другу. Можете задействовать и мебель, например, расположите руки на стуле, а ноги — на полу. В общем, мосты могут быть самими разнообразными.)*

Теперь я хочу, чтобы вы представили себя старыми паровозами, которые едут через туннель. Для этого вы должны идти на четвереньках. Когда старые паровозики двигаются вперед, они могут издавать звук: ш-ш-ш...

(Постройте туннель с помощью своего тела и имеющейся в вашем распоряжении мебели.)

Что еще может проходить под мостом или ехать через туннель? Придумайте несколько своих игр.



47 Личинка, гусеница, бабочка

Описание. Эта игра дает детям возможность поучаствовать в процессе превращения (личинки в гусеницу, а затем в бабочку). Большинство детей очаровываются этими метаморфозами — возможно, потому, что сами они тоже постоянно развиваются.

Объясните для начала кратко главные понятия: личинка, гусеница, куколка, бабочка. Чтобы детям было понятнее, о чем идет речь, продемонстрируйте им иллюстрации из детской книжки с картинками или нарисуйте что-нибудь сами.

В этой игре дети учатся телесно, без слов выражать свои состояния и чувства.

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Представьте, что вы — крошечные личинки, прилепившиеся к листу дерева. Сделайтесь маленькими и круглыми. Представьте, как ветер качает из стороны в сторону лист, к которому вы приклеены.

Вы ждете момента, когда превратитесь в гусеницу того цвета, который больше любите. Теперь вы можете вылупиться из личинки и насладиться тем, что чувствуете солнечное тепло на своем теле и свободно двигаетесь. Начните медленно ползать и представьте, что вы должны много, очень много есть, чтобы все время расти, становиться больше. К счастью, на дереве много сочных листьев, вы с охотой пожираете эти листья и становитесь все толще.

Теперь гусеница достигла нужного размера. Пришло время сплести вокруг себя кокон. Гусеница плетет его длинными, серебристого цвета, тонкими нитями. Вскоре она полностью ими окутывается. В этом коконе гусеница спокойно засыпает.

Вы можете уютно лечь на пол, а солнце будет освещать ваш маленький домик. Иногда на него будет капать дождик, но внутри он будет оставаться сухим. И все это время гусеница медленно изменяется. У вас появляются ноги, усики и крылышки невероятных расцветок. Постепенно вы превращаетесь в бабочку...

Наконец это произошло, и бабочка должна теперь осторожно прорвать кокон и выбраться наружу. Покажите мне, как вы очень аккуратно выбираетесь из своего кокона...

Сядьте где-нибудь на маленькой ветке вблизи пустого кокона и отдохните. Бабочка пока еще не очень красива. Ее крылышки немножко помятые и сырые, а лапки еще слабые и шаткие. Целый день бабочка тренируется, машет крыльями и вытягивает лапки, стараясь привыкнуть к яркому свету, который ее окружает. Покажите мне, как вы делаете первые взмахи крыльями, как ваши лапки становятся все сильнее...

А на следующее утро вы наконец-то готовы к первому полету. Солнце светит на ваши невероятно красивые разноцветные крылья, и вы можете уже оттолкнуться от ветки и полететь, чтобы поискать первые цветы, которые дадут вам пищу... В этот первый день вашей жизни бабочкой вы можете побывать на множестве цветов и утолить голод. Под вечер вы ищите надежное место для сна. Вы складываете крылья и садитесь. Так вы отдыхаете...



48 Пламя

Описание. В этой игре дети идентифицируют себя с огнем. Обычно их зачаровывает причудливый танец пламени, они удивляются силе света и энергии пламени.

Материалы: свеча.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Видите, у меня в руках свеча. Сейчас я зажгу ее. Станьте в круг возле свечи и доверьтесь тому, что происходит. Можете сказать, зачем нужны свечи?

Сейчас все вместе попробуйте задуть свечку... Свеча нам больше не нужна. Мы все вместе станем пламенем.

Станьте на небольшом расстоянии друг от друга, чтобы вокруг вас было как можно меньше свободного пространства. Сейчас я зажгу каждого из вас как свечку. Вам не следует бояться, ведь это только игра, в которой на самом деле никто никого не зажигает, мы просто постараемся почувствовать себя горячими и оживленными. Я буду касаться вас рукой, а вы представляйте себе, что моя рука — пламя свечи, сделанной из пчелиного воска и пахнущей медом. *(Ходите и зажигайте одну свечу за другой.)*

Продемонстрируйте нам пламя ваших свечей, как они горят и как их сияние безмолвно и спокойно...

Теперь представьте, что мягкое дуновение ветра колышет пламя, но не задувает его. Покажите мне, как от этого пламя дрожит...

А сейчас каждая ваша рука будет свечкой. Я буду снова проходить мимо каждого из вас и зажигать ваши руки своим при-

косновением. Изображайте не одно, а два горящих спокойных пламени.

Теперь сложите две руки вместе и представьте, что руки по всей длине — пламя большого факела. Это пламя менее спокойное. Оно колеблется порывисто сверху вниз, справа налево...

А теперь ваши руки по всей длине и голова — пламя костра, который вздымается высоко в небо. Если хотите, добавьте вашему костру шума, потрескивая и шелкая, как кусок горящей древесины.

Представьте, что большая часть древесины сторела и костер становится все меньше. Пламя костра уже не устремляется высоко в небо, а становится все меньше и меньше, и в конце концов на месте костра остаются только раскаленные угли. Почувствуйте их жар. Вы можете медленно опуститься на пол и изобразить своим телом тепло, которое осталось на пепелище от костра.

Я буду проходить мимо вас и согревать руки в том тепле, который вы распространяете...

А теперь исчез и жар. Встаньте, встряхнитесь и глубоко вдохните...



49 Все вместе

Описание. В этой игре дети должны все вместе построить предмет, который называет ведущий. Игра дает прекрасную возможность сплотить детей разных возрастов и интегрировать в группу новых участников.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Вы можете все вместе показать мне, как вы сцепляетесь в один длинный, длинный канат, который растянут по всей комнате?..

Можете ли вы показать мне, как вы все вместе превращаетесь в шатер?.. А в мяч?

Можете ли вы показать мне все вместе, как вы выстроитесь в мост?

А теперь вы все становитесь одним прекрасным пушистым облаком...

Все вместе превратитесь, пожалуйста, в сияющее, лучистое солнце...

Можете вы показать мне, как сцепляетесь в товарный поезд — вагон за вагоном?

А теперь сделайте все вместе прекрасный, надежный туннель...

И наконец, покажите мне, что все вместе вы — луг, на котором весной растут одуванчики, лютики, свежая травка... *(Вы можете предлагать разные варианты. Хорошо, если вы заранее узнаете, что особенно интересует детей в вашей группе.)*



50 Дерево зимой

Описание. Это — прекрасная игра для зимних будней. В своих фантазиях дети могут отождествить себя с деревом и поэкспериментировать с движениями в пространстве.

Материалы: каждому ребенку нужен обруч.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Возьмите обручи и положите их перед собой на пол. Затем станьте в центр обруча.

Покажите мне, что вы — дерево. Сейчас зима. Ваши корни ушли глубоко в землю, ваш ствол совершенно прямой, и у вас прекрасная раскидистая крона. Ветви ваши тянутся к небу.

Теперь представьте, что начинает дуть жестокий зимний ветер. ...Покажите, как дерево склоняется под ветром... *(Станьте перед детьми и изображайте шум ветра.)*

Ветер меняет направление и дует с другой стороны. Покажите, как теперь склоняется дерево. *(Станьте позади детей, и пусть они чувствуют, что ветер дует в спину.)*

Ветер дует слева. Покажите, как дерево покачивается теперь... *(Пройдите на левую сторону игровой комнаты, пусть ветер дует оттуда.)*

Ветер снова качает дерево и дует справа. Покажите мне, как наклоняется дерево. *(Теперь дуйте на детей с правой стороны.)*

Вот ветер прекратился, и стало совсем спокойно. Начинает падать снег, он ложится на ветви и сучья дерева. Дереву становится тяжело под тяжестью снега.

Но вот через пару дней становится теплее. Солнце растапливает снег. Все легче становится веткам и сучьям. Дерево расправляется и радуется приближающейся весне...



51 Такие разные шары

Описание. Эта замечательная игра развивает воображение ребенка, в ней дети чувствуют свое единство друг с другом. Дети выполняют самые разные движения и тренируют дыхательную систему.

Надуйте воздушный шарик. Покажите детям, что произойдет с ним, если он начнет сдуваться, как он, сдуваясь, будет летать по комнате, уменьшаться в размерах и в конце концов упадет на пол.

Материалы: воздушный шарик

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Представьте, что каждый из вас — симпатичный яркий воздушный шарик. Но вы еще пока не шарики, шарики как бы внутри вас, поэтому ложитесь все на пол и лежите неподвижно. Выберите себе цвет шарика. Я буду ходить мимо вас, а вы скажите мне шепотом, какой цвет вы себе выбрали.

Сейчас начинайте надуваться. Сделайте глубокий вдох. Постепенно таким образом вы будете раздуваться и станете красивыми воздушными шариками, будете летать по комнате. Летая по комнате, вы будете сталкиваться с другими воздушными шариками или отталкиваться от стен или мебели. Подумайте о том, что вы — легкие и очень упругие, отталкиваетесь и отлетаете вверх или вниз...

Теперь представьте, что из вас — воздушных шариков — медленно выходит воздух, и через некоторое время вы вновь оказываетесь на полу...

А сейчас снова надуйтесь как воздушные шарик, чтобы стать округлыми и упругими.

А теперь воздух выдувается быстро. Что тогда будет с шариком, как он будет изменяться?

Снова надуйтесь. И снова вы превратились в круглые воздушные шарик. Вас гонит ветер... Ветер задувает вас на дерево с острыми сучьями. Покажите мне, как все шары лопаются и падают на пол.

Сейчас все шарик дырявые, их нужно залатать. Я хочу, чтобы двое из вас помогли мне залепить дыры в воздушных шариках.

Теперь ваша оболочка снова в порядке — без дырок. Надуйте себя и начинайте медленно летать по комнате. Представьте, что шарик стал липким. Когда вы соприкасаетесь с другим шариком, вы склеиваетесь с ним, и в конце концов все вместе становитесь гроздью шариков. Склеенные шарик расквашаются то вверх, то вниз. Теперь вы должны медленно выпускать из себя воздух и медленно опускаться на пол, и там, лежа, вы можете немного отдохнуть.



52 Снеговик

Описание. В процессе этой игры дети развивают воображение и учатся взаимодействовать с другими.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Соберитесь в группы по 5 или по 4 человека...

Представьте, что выпал снег и толстый снежный покров лежит на земле.

Пусть каждая группа слепит воображаемого снеговика. Покажите, как вы это делаете... Из каких частей состоит снеговик? И все ли эти части можно вылепить из снега?..

(Когда дети выполняют задание, они могут показать другим, каким образом они это делали.)



53 Прогулка

Описание. Это прекрасная игра для теплого весеннего денька. Ее лучше проводить на свежем воздухе. Во время прогулки вы можете предложить детям обыграть разные ситуации.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Представьте, что вы нашли красивый цветок, который чудесно пахнет. Поднесите цветок к лицу и вдохните его аромат...

Представьте, вы вдруг увидели кустик со съедобными дикими ягодами. Сорвите пару ягодок и положите их в рот...

А теперь вообразите себе, что вы подошли к маленькому пруду, в котором плавают дикие утки. Покажите мне, как вы будете кормить уток хлебными крошками...

А сейчас все мы должны пробраться через кусты крапивы и колючек. Вы пробираетесь сквозь них, стараясь, чтобы они не поранили вас.

Большое бревно лежит поперек дороги. Как вы его перепрыгнете? Вдали мы видим стадо коз. Покажите мне, как вы за ними наблюдаете...

Вот мы подходим к прекрасному прозрачному морю. Вы заходите в воду и брызгаетесь.

Вы на скошенном поле, вы бегаєте по нему...

От продолжительного бега вам захотелось пить. К счастью, мы нашли маленький родничок. Покажите мне, как вы пьете из родничка...

Пришло время перекусить. Вы разводите костер, чтобы поджарить колбаски, нанизанные на длинные палки...

Что еще вы можете сделать во время прогулки?..



54 Волшебные превращения

Описание. Это прекрасная, развивающая воображение партнерская игра, в которой дети учатся сотрудничать друг с другом.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Разбейтесь на пары. Один из вас должен превратиться в симпатичную мягкую подушку. Другой может этой подушкой воспользоваться. Может быть, вам захочется положить на подушку голову, взбить ее или погладить, а может, захочется накрыть подушку чем-нибудь. В любом случае мне бы очень хотелось, чтобы вы обращались с подушкой нежно.

Теперь поменяйтесь ролями — пусть другой ребенок побудет подушкой.

А сейчас я хочу, чтобы один из вас превратился в уютную мягкую игрушку, к которой хочется прикоснуться, например, в симпатичного веселого плюшевого мишку. Другой ребенок может сейчас поиграть с этим мишкой. Возможно, ему захочется прогуляться с ним, посадить его на колени или спеть ему песенку. Вы можете делать с мишкой все, что угодно, но только помните, что с ним нужно обходиться бережно и нежно. Теперь поменяйтесь ролями — пусть другие дети побудут мягкими игрушками.

На сей раз один из вас превратится в стул, а другой может воспользоваться им. Может быть, он пожелает посидеть на стуле, а может быть — протереть его или раскрасить в какой-нибудь симпатичный цвет...

Теперь один из вас станет разноцветным мячом, а другой может с этим мячом поиграть. Но не забывайте, что с мячом нужно обходиться аккуратно, даже если вам захочется постучать им по полу.

А сейчас пусть один из вас будет куском хлеба. Другой может что-нибудь сделать с этим куском. Например, вы можете намазать на хлеб масло, положить сверху кусочек сыра или колбасы и потом все это съесть. А может, вы захотите завернуть получившийся бутерброд и взять его с собой. Но, пожалуйста, все время думайте о том, что с хлебом надо обходиться нежно и аккуратно...

А чем еще вы можете стать?



55 Необычный разговор

Описание. Эта игра интересна детям тем, что в ней они должны полностью положиться на свою интуицию. Такие на первый взгляд бессмысленные игры очень важны, поскольку предоставляют детям возможность действовать свободно.

С детьми постарше можно проводить другие варианты игры, например, объединив троих, четверых и более детей. В таком случае один ребенок издает звуки, а все остальные отвечают ему движениями.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Разбейтесь по парам. Сейчас вы будете общаться необычным образом. Никто не имеет права разговаривать.

Один из вас начинает — он издает звуки, которые приходят ему на ум. Возможно, он захочет порычать, как медведь, или, представив себя звездой, подумать, как могла бы звучать звезда, или вообразить, как мог бы разговаривать цветок. Главное, чтобы напарник смог услышать его и ответить на эти звуки движениями — любыми, какие хочется изобразить в этот момент.

Затем второй ребенок произносит звук, а первый отвечает движением.

И так вы можете общаться друг с другом, а вся беседа будет состоять из звуков и движений.



56 Я вижу, что...

Описание. В процессе этой игры дети много двигаются, демонстрируя свою фантазию. Кроме того, ритуальные элементы игры усиливают чувство принадлежности к группе и создают особую атмосферу.

Вы можете использовать эту игру как разминку, постепенно ускоряя темп и предлагая детям все новые и новые ситуации. Если же вы хотите, чтобы после игры «Я вижу, что...» дети снова пришли в спокойное состояние, предлагайте им в завершение все более спокойные ситуации («Я вижу детей, которые медленно ходят по комнате», «Я вижу детей, которые спокойно возвращаются на свое первоначальное место»).

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Правила нашей новой игры таковы... Я говорю: «Я вижу, что...» В этот момент вы начинаете меня тихононько спрашивать: «Что же ты видишь?» Тогда я вам отвечаю, например: «Я вижу детей, которые кричат и прыгают вокруг меня». Тогда вы делаете то, что я сказала, до тех пор, пока я снова не произнесу: «Я вижу, что...» Вы должны остановиться на месте и снова спросить меня: «Что ты видишь?» Я называю что-нибудь новое, а вы должны будете это сделать.

Я вижу, что... Я вижу детей, которые прыгают вокруг меня.

Я вижу, что... Я вижу мячики, они прыгают и стучат о пол.

Я вижу, что... Я вижу старого человека, который несет бревно.

Я вижу, что... Я вижу много детей, и все они мне улыбаются.

Я вижу, что... Я вижу детей, скачущих на симпатичных пони.

Я вижу, что... Я вижу порхающих вокруг меня разноцветных бабочек.

Я вижу, что... Я вижу детей, которые поют, но что — невозможно расслышать.

Я вижу, что... Я вижу лягушек, которые перепрыгивают с одного листа кувшинки на другой.

Я вижу, что... Я вижу детей, которые вышагивают на карнавальному шествию и разбрасывают при этом конфетти.

Я вижу, что... Я вижу детей, играющих на разных музыкальных инструментах.

Я вижу, что... Я вижу крадущихся по лесу детей-индейцев.



57 Круглый дом

Описание. Это прекрасная игра для совсем маленьких детей, которые могут поэкспериментировать с таким понятием, как «круг».

Материалы: скакалка для каждого ребенка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите скакалку и сделайте из нее круг на полу.

Станьте в середину этого круга. Откуда вы знаете, что стоите именно в середине?..

Выйдите из круга. Положите одну руку в середину круга, теперь другую...

Теперь поставьте ногу в центр круга, оставаясь другой ногой снаружи, затем так же поставьте в круг вторую ногу...

С помощью каких еще частей тела вы можете оказаться в середине круга так, чтобы при этом не находиться внутри его полностью?

Станьте снова в центр своего круга, который вы сделали из скакалки. Представьте, что это круглый дом, в котором вы живете. Каждый из вас — самый маленький человечек в мире, маленький-маленький, как мышка. Откройте крохотное окошко и выгляните наружу. Что вы видите? Высуньте голову в окно. Привет, здесь кто-нибудь есть? Ничего в ответ... Откройте крошечную дверь и протиснитесь наружу. Как вы можете выбраться наружу через такую маленькую дверку?

Теперь вы снаружи. Обойдите свой круглый домик или проползите вокруг него, чтобы увидеть, есть ли возле домика кто-нибудь или нет. Вы можете никого не обнаружить...

Протиснитесь через маленькую дверку снова внутрь своего круглого домика. Плюхнитесь на пол и поспите.



58 Хм?

Описание. Это чудесная игра для детей постарше, она посвящает их в тайну общения. Два ребенка играют вместе и общаются друг с другом без слов. Их общение состоит из звуков, которые не имеют прямого словесного аналога, но в то же время передают настроения и чувства.

Интересен вариант игры, при котором вся группа сообща придумывает песню из звуков и интонаций.

Другой вариант: группа придумывает звуковое сопровождение какой-либо ситуации, например, покупке в супермаркете, плаванию в бассейне, путешествию на поезде.

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Разбейтесь на пары. Мне хочется, чтобы вы одновременно начали разговор, не используя при этом слов. Выражайтесь звуками и интонациями. Отвечайте звуками на «реплики» партнера, а он, в свою очередь, будет отвечать на ваши. Может быть, ваша беседа будет то медленной, то быстрой, то тихой, то громкой, то серьезной, а то и смешной.



59 Время духов

Описание. Таинственных, жутких существ боятся дети всех возрастов. «Превращение» в них интригует детей и будит их фантазию.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Представьте, что все мы находимся в заколдованном замке. Полночь, начинается время духов. Вы все — черные кошки. Станьте на четвереньки и выгните спину, как это делают кошки... Покажите, как крадутся черные кошки...

Теперь вы превращаетесь в летучих мышей. Расправьте крылья и начинайте кружить по комнате. Помните, что летучие мыши никогда не сталкиваются друг с другом... Можете ли вы мне показать, как вы летаете, перевернувшись спиной вниз?.. Можете ли вы мне показать, как вы летаете задом наперед?.. А теперь летите снова нормально и представьте, как в полете вы пишите очень высокими голосами, которых мы, люди, не можем слышать...

Теперь превращайтесь в больших пауков. Вы — пауки, которые тихо и беззвучно бегают по полу. Передвигая руками и ногами по полу, разбегайтесь в разные стороны. Пауки не любят приближаться к другим паукам, а, наоборот, плетут большую паутину, чтобы их собратья попались в нее...

Еще во время духов летают сами духи, чудовища и привидения. Превратитесь в духа или чудовище и покажите мне, как вы летаете.

Двигайтесь медленно, будто плывете по воздуху. Мы должны сразу видеть, что вы — настоящие привидения и жуткие чудовища.



60 Воображаемая страна

Описание. В этой игре дети совершают воображаемое волшебное путешествие. При этом они должны совершенно по-разному двигаться и в полной мере проявлять свою фантазию.

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Представьте, что мы путешествуем по разным волшебным странам. Сначала мы отправимся в очень-очень холодную страну, которая называется Лыдиния. В ней все — из зеркально гладкого льда. Вы идете по Лыдинии. Покажите мне, как вы это делаете. Спасибо! Посмотрите вокруг — видите ли вы что-нибудь интересное? Быть может, вы заметили ледяных животных или дома из льда... Покажите это движением головы и взглядом.

Следующая остановка — Жвачкина страна. Здесь все из жевательной резинки, эластичное и мягкое: дома и растения, люди и животные. Все-все из жвачки... Покажите, что вы в Жвачкиной стране.

Путешествие приводит нас в загадочную страну, которая называется Край пещер. Здесь множество пещер — больших и маленьких, разных... Через них можно проходить, проползая. Но перед тем как заползти в пещеру, следует узнать, насколько она глубока. Кроме того, в пещерах очень темно, поэтому там надо двигаться на ощупь. Движениями и жестами покажите, что вы в Краю пещер.

А теперь втроем или вчетвером подумайте, в какой необычной стране вы хотите еще побывать. Опишите ее друг другу, расскажите, из чего она состоит, и подберите движения, которые смогли бы показать эту страну. Затем каждая группа должна нам изобразить, как нужно двигаться в этой стране, и что в ней вообще можно делать. Другие дети должны понять, по какой стране путешествовала группа...

Глава 4

Креативные движения под музыку

Маленькие дети любят музыку и часто бывают очарованы ею. Многие родители дают слушать классическую музыку еще не родившемуся ребенку, чтобы успокоить его или доставить ему удовольствие. Как правило, новорожденные дети реагируют на музыку благосклонно. Им нравится голос матери, поющей колыбельные на ночь, они внимательно прислушиваются к мягким звукам инструментальной музыки. Очень скоро у них развивается желание самим создавать «музыку»: в возрасте от четырех до восьми месяцев они с удовольствием трогают подвешенный над ними колокольчик и гремят погремушками. Еще через четыре месяца создаваемая ими «музыка» становится уже более оригинальной — они ударяют палочкой по ксилофону, хлопают в ладоши или производят самые разные звуки с помощью всевозможных предметов.

К году большинство детей начинают спонтанно танцевать под музыку. В два года малыши готовы учить простые детские песенки и двигаться под них. Они экспериментируют на разных манер с инструментами и звуками. В три года музыкальное сознание детей продолжает дифференцироваться. Они запоминают различные мелодии, и у них уже формируется личный вкус: свои любимые песни они узнают. Их движения под музыку становятся все более разнообразными. В четыре года дети начинают под нее подпрыгивать и совершать выразительные движения. Обычно детям нравятся все игры под музыку.

Мы не знаем точно, почему музыка так рано начинает играть в нашей жизни значительную роль. В рамках человеческой эволюции у нее нет никакой жизненно важной функции, в отличие, например, от способности к коммуникации. И все же в ней заложен немалый потенциал, способный заставить детские ножки активно двигаться. Мы знаем, что музыка способна влиять на наши психические функции, что она учащает или замедляет пульс, оказывает влияние на мышечный тонус или кровообращение. Прежде всего музыка может влиять на наши чувства и настроение и изменять их.

Больше всего мы знаем о ритмическом компоненте музыки. Биение сердца имеет тенденцию синхронизироваться с ритмом музыки, которую мы слушаем. Когда темп музыки ускоряется, наше сердце тоже бьется чаще. При нормальной активности частота биения сердца — от 70 до 80 ударов в минуту. Быстрая музыка побуждает нас двигаться или, если движение невозможно, заставляет напрячься всем телом. Поэтому если мы хотим успокоить или расслабить детей, надо дать им послушать медленную музыку. В барочной музыке существуют медленные части, которые композиторы называют «ларго» или «адажио». Их темп — от 60 ударов в минуту, они приводят человека в спокойное состояние и расслабляют.

И дети, и взрослые хотят, чтобы музыка соответствовала их настроению. Если дети любят двигаться, они с большим удовольствием будут слушать живую и быструю музыку. После фазы интенсивной телесной активности они ценят скорее медленные и успокаивающие ритмы.

Относительно мало мы знаем о воздействии мелодий, гармоний и тональностей. Но именно они обладают таинственной способностью вдохновлять нас на определенный образ мысли или движений, порождать те или иные внутренние образы, вызывать воспоминания или желания. Способность сочинять собственные мелодии развивается довольно рано. Перед тем как научиться говорить, дети экспериментируют с простыми звуками и шумами, и многие из них придумывают

простые спонтанные мелодии, под которые с удовольствием ритмично двигаются. В отличие от взрослых маленькие дети используют музыку как возможность творческого самовыражения. К сожалению, эта активная музыкальность заметно падает в период полового созревания. И подростки представляют уже присущее взрослым отношение к музыке, которое состоит прежде всего в том, чтобы просто слушать ее.

Выбирая музыкальное сопровождение для игр с детьми, мы должны опираться на собственные детские музыкальные предпочтения. При этом важно понимать, что для того, чтобы наслаждаться музыкой вместе с детьми, совершенно не обязательно уметь играть на каком-то инструменте и читать ноты.

В тех случаях, когда мы стимулируем креативные движения детей, музыка особенно важна. Многие композиторы указывали на тесную взаимосвязь музыки и языка тела. Музыка привносит в движение душу, она сама по себе порождает желание двигаться спонтанно, выражая актуальные чувства и ощущения. А для большинства маленьких детей слушать музыку и не двигаться под нее всем телом почти невозможно.

По утверждению Игоря Стравинского, музыка лучше воспринимается, если она обретает внешнее воплощение, поэтому он написал много произведений для балета и настаивал, чтобы при исполнении его чисто инструментальных пьес слушатели наблюдали за музыкантами.

Если мы создадим ситуацию, в которой дети смогут слушать музыку и выполнять при этом любые спонтанные движения, то мы тем самым ответим на их естественные потребности. Как правило, дети, вынужденные долго и смирно сидеть, слушая музыку, делают это неохотно, а возможность удовлетворить в это время потребность в движении позволяет детям, кроме всего прочего, получать удовольствие от музыки. Если ребята будут двигаться под музыку, у них появится возможность воспринимать ее телом и наслаждаться ею активно.

Таким образом, достигаемые за счет интеграции музыки и движения цели мы, вероятно, можем описать так:

- успех, радость и удовольствие, получаемые ребенком от собственной телесной активности;
- возможность пережить музыку через множество действий;
- знакомство с самыми разнообразными музыкальными произведениями;
- переживание разнообразных ощущений при восприятии музыкальных контрастов: медленный и быстрый темп; высокие и низкие, глубокие звуки; мощное и мягкое звучание;
- возможность реагировать на ритм посредством движения, хлопков или использования ударных инструментов;
- возможность выразить личную реакцию на специфические музыкальные произведения посредством движения.

Во введении к предыдущим главам мы определили, что креативное движение доставляет детям особенное удовольствие, поскольку при этом тело и дух работают вместе. Сочетание креативных движений и музыки — это, вероятно, еще один шаг вперед, так при этом раскрывается жизнь чувств ребенка: радость, нежность, безопасность, симпатия, счастье. Все эти ощущения легче пережить и выразить с помощью музыки.



61 Застыли, как лед

Описание. В этой игре мы используем контрастное сочетание движения и неподвижности. Благодаря этому приему дети могут научиться внимательно слушать музыку. Как только музыка перестанет играть, они должны застыть и начать пристально смотреть в одну точку. Во время бездействия дети могут почувствовать свое тело и набраться энергии для следующего этапа активных движений.

Материалы: оживленная, но не слишком агрессивная музыка.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Сейчас я включу вам музыку. Пока она играет, вы можете передвигаться по комнате, бегать или танцевать. Как только я выключу музыку, каждый из вас должен застыть на месте там, где остановился.

Оставайтесь стоять, как стоите. Если вы, к примеру, раскрыли руки, вы можете расправить их пошире, в то время как в остальном оставайтесь неподвижны, застыньте, как лед. Я хочу увидеть, можете ли вы так стоять.

Затем я снова включаю музыку, и вы можете вновь двигаться по комнате. *(Паузы должны длиться 5–20 секунд.)*



62 Хороший друг

Описание. Для этой и последующих (№ 63–66) игр каждому ребенку потребуется принесенная из дома мягкая игрушка. В этой игре дети получают возможность фантазировать под музыку, выражать свои нежные и полные любви чувства. Кроме того, эта игра объединяет детей.

Материалы: кроме мягкой игрушки для каждого ребенка, также нужна нежная музыка, например, «Розамунда-экспромт» Шуберта.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите мягкую игрушку и подойдите с ней к другому ребенку. Представьте, что вы оба — родители, а игрушки — это ваши дети, с которыми вы гуляете по улице. Сначала вы погуляете с одним ребенком (с одной игрушкой), потом — с другим. С какой игрушки вы хотите начать?

Когда я включу музыку, вы вдвоем берете своего ребенка за руки или лапы. Если у вашей игрушки нет рук или лап, тогда бережно обхватите ее за тело. Покажите мягкой игрушке, как можно двигаться: вперед, задом наперед, в сторону и по кругу... Вы можете также попробовать поиграть, держа мягкую игрушку с двух сторон, раскачивая, бегая или прыгая с ней.

(Игра длится около 2 минут. Ближе к завершению игры предложите детям брать на прогулку под музыку уже две игрушки. Снова обратитесь к инструкции.)



63 Ласковое прикосновение

Описание. Эта занятная игра для маленьких детей, в ходе которой они учатся осознавать разные части своего тела. Дети ласково и бережно общаются сначала со своей игрушкой, а потом и с другим ребенком из группы. Вторая часть игры рассчитана на то, что даже едва знакомые между собой дети могут познакомиться поближе и понравиться друг другу.

Материалы: каждому ребенку необходима мягкая игрушка, также потребуется мелодичная музыка, например, группы «Битлз» — песня «Babies in black», а для второй части игры песня «Here, there, everywhere».

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите свои игрушки и сядьте с ними где-нибудь тихонько. Я включу нежную музыку, и вы будете общаться со своей игрушкой. Я скажу вам, что вы должны будете делать.

Прикоснитесь своим носиком к носику игрушки. А теперь к ушкам... Нежно погладьте игрушку по голове. А теперь погладьте ножки игрушки... ее спинку...

Поцелуйте игрушку в глазки. Ласково пощекочите ее по животу. А теперь возьмите игрушку на руки и убаюкайте ее под нежную музыку...

Теперь усадите игрушки на полки, найдите им уютное местечко.

Выберите себе в пару ребенка, чтобы с ним поиграть в похожую игру. А я снова включаю музыку...

Тритесь вашими носиками очень аккуратно... Можете ли вы потереться ушками друг о друга? Теперь встаньте спиной к спине и потритесь спинками...

Снова повернитесь лицом друг к другу и бережно соприкоснитесь лбами... Нежно потритесь своей рукой о руку соседа. И наконец, вы можете, взявшись за руки, покачаться в такт музыке...



64 Колыбельная

Описание. В этой игре каждый ребенок сосредотачивается на том, чтобы быть нежным, защищать свою мягкую игрушку и раскачивать ее в такт музыке.

Материалы: мягкие игрушки; нежная музыка, например, песня «Битлз» «It I feel».

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите свои игрушки и сядьте с ними поудобнее на пол или на стул. Представьте, что ваша мягкая игрушка — это младенец. Усадите его на колени, уютно и ласково. Слушайте музыку и убаюкивайте своего ребенка. Если хотите, вы можете закрыть глаза и сказать малышу, чтобы и он это сделал.

(Если вы заметите, что ребенку сложно сосредоточиться и приласкать свою игрушку, вы можете повторить игру еще раз, причем у каждого ребенка должна быть теперь чужая игрушка. Вы можете пригласить ребенка посидеть у вас на коленях, в то время как чужая игрушка будет покачиваться во сне у него на руках.)



65 Лодочка

Описание. В этой игре дети катают мягкие игрушки на воображаемой лодке. Одновременно они расслабляются и разминают ноги, спину и руки.

Материалы: игрушка; мелодичная музыка, например, «Hey, Jude» «Битлз».

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите свою мягкую игрушку и подойдите с ней к другому ребенку... Образуйте пары так, чтобы ребенок помладше оказался вместе с ребенком постарше... Сядьте на пол друг против друга и посмотрите друг на друга.

Вытяните обе ноги. Старший ребенок должен так вытянуть ногу, чтобы его ступня приблизительно доходила до колени ребенка помладше. Положите свои игрушки между ногами...

Теперь протяните друг другу руки. Представьте, что сейчас прекрасный солнечный день и вы можете кататься вдвоем на надувной лодке. Ваши игрушки совершают прогулку по маленькому озеру. Когда я включу музыку, вы можете начать раскачивать лодку в такт мелодии. Держите друг друга надежно и крепко за руки. Сначала один из вас может откинуться назад, затем другой.

Двигайтесь медленно вперед-назад, чтобы ваша лодка раскачивалась мягко, а ваши игрушки могли наслаждаться прогулкой по озеру. Вы и сами можете при этом сладко потягиваться.



66 Танец перед сном

Описание. В этой волшебной игре каждый ребенок может сосредоточить внимание на своей игрушке, позаботиться о ней и придумать для нее убаюкивающий танец. При этом используемый в игре платок помогает детям немного потренировать мышцы и слегка размять все части тела. Игра учит детей концентрировать внимание и эстетически развивает их.

Материалы: игрушка, записи мягкой музыки, например, «Колыбельная» Брамса и «Мечтания» Шумана (цикл «Детские сцены»); кроме того, каждому ребенку потребуется шифоновый платок и подстилка для мягкой игрушки, которой может служить, например, подушка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите, пожалуйста, свои мягкие игрушки. Сейчас мы будем укладывать их спать.

Положите игрушку перед собой на пол, на подушку или на мягкую подстилку... Теперь возьмите цветной платок. Когда заиграет музыка, взмахните платком — пусть он начнет танцевать по воздуху. Склонитесь над игрушкой, а платок будет танцевать над ней, перед ней, сзади нее, с разных сторон — как вам угодно. Мне очень хочется, чтобы платок помог вашей игрушке заснуть. Когда музыка прекратится, оставайтесь спокойно стоять на месте и держите платок в руках над заснувшей игрушкой. Выпустите платок из рук и посмотрите, как он плавно опустится на пол. Может быть, он нежно накроет вашу любимую игрушку.

(Включите музыку сначала и проведите еще один вариант игры.)

Теперь послушайте музыку еще раз. Поднимите платок с пола. В этот раз вы должны нежно танцевать с платком под музыку. Представьте, что ваша игрушка смотрит на вас и счастлива оттого, что видит перед сном такие грациозные движения. Вы можете танцевать перед игрушкой или позади нее — как хотите.

Когда музыка прекратится, остановитесь и выпустите платок из рук, чтобы он мягко опустился на пол. *(Включите колыбельную еще раз.)*

Теперь я включу вам другую красивую музыку. Возьмите платок, подойдите к другой мягкой игрушке и помогите ей заснуть. Танцуйте с платком под музыку и представляйте, как приятно мягкой игрушке, как она постепенно сладостно засыпает. Если хотите, вы можете пожелать своей игрушке спокойной ночи, а потом подойти к другим игрушкам, станцевать и им перед сном. Когда музыка прекратится, выпустите платок из рук.

(Включите «Мечтания». Заканчивая игру, вы можете спросить детей, какие чувства пробуждает в них каждая пьеса.)



67 Танец с обручами

Описание. Танцуя с обручами, дети развивают ощущение пространства, тренируют координацию движений и при этом получают удовольствие от музыки и своих движений.

Материалы: медленная музыка, например «Анданте С-Dur» Моцарта, и обруч для каждого ребенка.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Положите обруч на пол и станьте в него.

Когда я включу музыку, возьмите обруч в руки и начните танцевать с ним.

Поднимите обруч над головой... наклонитесь в одну сторону, в другую...

Теперь снова станьте в обруч, а затем выйдите из него; потанцуйте около обруча...

Сядьте в обруч и поставьте свои ступни внутрь его.

(Если дети нуждаются в ваших подсказках, давайте указания дальше.)

Двигайтесь мягко, поскольку каждое ваше движение — часть танца.



68 Внутри и снаружи

Описание. В этой игре дети развивают чувство пространства, координацию движений ног и ощущение своего тела. С другой стороны, музыка подталкивает детей к фантазированию, эстетически развивает их.

Материалы: медленная музыка, например, «Ария» Генделя и «Баркарола» Оффенбаха, кроме того, обруч для каждого ребенка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите, пожалуйста, по обручу. Положите их на пол так, чтобы между обручами оставалось достаточно много места.

А сейчас я включу музыку, и вы сможете танцевать по всей комнате. Танцуйте за пределами обруча, двигайтесь вокруг него...

А теперь положите обручи вплотную друг к другу, так чтобы они соприкасались...

Сейчас послушайте другую музыку. На этот раз вы должны танцевать внутри своего обруча.



69 Танец с полотенцем

Описание. В распоряжение детей предоставляется сравнительно маленькая площадь для танца, которая поможет им развить чувство пространства, умения держать равновесие и контролировать свое тело. Эта игра расслабляет маленьких детишек очень приятным для них образом. Кроме того, дети получают возможность продемонстрировать группе свой маленький сольный танец.

Материалы: каждому ребенку потребуется полотенце. Кроме того, нужна медленная музыка, например, «Интермеццо» (антракт к 3-му действию) из оперы Бизе «Кармен».

Инструкция детям. Возьмите, пожалуйста, по полотенцу. Расстелите свои полотенца на полу и станьте на них.

Я хочу посмотреть, как вы будете танцевать на этом полотенце, не заступая за него на пол. Какие движения вы можете сделать на таком маленьком полотенце?

Танцевать вы будете по очереди. Когда один из вас танцует, остальные стоят и смотрят на него, а затем аплодируют по окончании танца.

Кто хочет начать?

(Повторите «Интермеццо», давая на каждый танец от 20 до 30 секунд.)



70 Растущая скульптура

Описание. Это прекрасная подвижная игра, в которой каждый ребенок может поучаствовать в создании общей групповой скульптуры. Дети будут очень довольны, если в конце игры вы сфотографируете их и подарите каждому по снимку.

Материалы: медленная музыка.

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Станьте, пожалуйста, в круг и пересчитайтесь. Каждый ребенок имеет свой номер.

Сейчас я включу музыку, а вы начнете медленно ходить по кругу.

Когда я скажу: «Номер один!», ребенок под номером один должен выйти в середину круга и принять какую-нибудь интересную, особенную позу. Вы можете стоять, сидеть или лежать. Как только вы найдете наиболее подходящую для себя позу, перестаньте двигаться. В этом положении вы будете находиться до окончания игры.

Итак, «номер один» идет в центр круга... Затем я позову в центр круга ребенка под номером два. Он тоже должен принять ту позу, какую пожелает, но при этом обязательно соприкоснуться с первым ребенком. Когда ребенок номер два будет готов, я позову в центр ребенка под номером три. Тот продолжает скульптуру, став как угодно, но обязательно касаясь кого-нибудь из тех, кто уже находится в кругу.

Те дети, которых я еще не позвал(а), медленно ходят по кругу. Мы будем продолжать до тех пор, пока не построим скульптуру, в которой будут участвовать все.



71 Снежинки

Описание. Это поэтичная подвижная игра, в которой дети могут хорошо расслабиться и получить возможность лучше осознать такие понятия, как «чувство тяжести», «сила» и «темп».

Лучше всего, если, играя, дети будут босиком.

Материалы: медленная музыка, например, «Танец благословенных духов» Глюка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Вы можете представить снежинку? Чем снежинка отличается от капли дождя?..

Можете представить, как снежинка падает с неба на землю? Можете это показать?

Издает ли снежинка при падении такой же звук, как дождевая капля?.. Ударяются ли снежинки подобно дождевым каплям о землю?

(Расскажите детям немного об отличиях снежинок от дождевых капель.)

Сейчас я включу музыку, а вы покажите пальцами, как изящно и легко кружатся снежинки в воздухе.

Теперь не только пальцы, но и вся ваша рука должна стать снежинкой. Вы можете время от времени поднимать одну руку вверх, в то время как другая будет опущена...

Представьте мягкий ветер, который слегка сдувает снежинку в сторону, в то время как она медленно, медленно опускается на землю. Подумайте о том, какой легкой и изящной чув-

ствует себя снежинка. Сверкающие снежинки настолько бесшумны, что мы почти не слышим их.

Здесь в комнате у нас тоже должны будут появиться легкие мягкие снежинки, которые будут кружиться бесшумно, почти невесомо...

Начните с одной ноги. Поднимите ее немного вверх, примерно на 10 см от пола. Почувствуйте, как палец за пальцем становится легче и тоньше.

Теперь вы чувствуете, как ваша ступня и лодыжка делаются мягкими. Почувствуйте, как все ваши мышцы до колена становятся расслабленными, мягкими. Чувствуете, как вся ваша нога тянется вверх? Когда пальцы на ногах, ступня и вся нога станут расслабленными, ваша нога сама по себе опустится на пол.

Теперь попробуйте то же с другой ногой. Начинайте ее немного поднимать...

(Повторите инструкцию.)

Теперь я хочу увидеть, как все ваше тело превращается в снежинку. Станьте прямо. Думайте, что все ваше тело — снежинка. Почувствуйте, как расслаблены ваше тело и шея... Легкий ветерок качает вашу голову то в одну, то в другую сторону...

Плечи становятся мягкими. Они освобождаются от давящей сверху тяжести...

Грудь и спина не чувствуют тяжести, и руки тянутся вверх. Ощущайте, как все ваше тело теперь нежно приземляется на пол медленно, медленно и так бесшумно, что нельзя услышать. Это выглядит так, будто сияющие снежинки мягко опускаются на землю и остаются лежать там.



72 Аэробика с лентами

Описание. Это прекрасная игра, которая заряжает детей энергией и развивает их фантазию. Одновременно дети могут потренировать координацию движений и почувствовать разницу в функционировании правой и левой рук.

Материалы: оживленная музыка, например, «Африканский рынок» Абдулы Ибрагима; кроме того, у каждого ребенка должна быть гимнастическая лента около 1 м длиной.

Возраст участников: с 4 лет.

Инструкция детям. Пожалуйста, выберите себе одну цветную ленту и разойдитеесь по комнате. Повторяйте за мной то, что я буду показывать.

(Включите музыку и проделайте каждое из четырех упражнений 10—20 секунд.)

1. Возьмите ленту в правую руку и опишите ею в воздухе круг. Затем возьмите ленту в другую руку и сделайте то же самое.

2. Бегите на месте и перекидывайте ленту из одной руки в другую.

3. Стоя на месте, возьмите ленту в правую руку и совершайте ею волнообразные движения вверх-вниз и слева направо. Поменяйте руку.

4. Возьмите ленту в одну руку и вертите ею над головой, как лассо. Поменяйте руку.

После всего этого попробуйте сами придумать, какие еще движения можно выполнить с лентой. Вы можете, например, не стоять на месте, а двигаться по комнате, танцуя с лентой.



73 Танцы с платками

Описание. В ходе этой игры с цветными платками детям могут прийти в голову разные идеи движений. Ребята могут потренировать ловкость, память и поупражняться в наблюдательности.

Игра делится на три части с учетом того, что инициатива в создании движений постепенно переходит от вас к детям.

Материалы: спокойная музыка, например, «Багатель» Бетховена, «Вальс» Брамса или «Баркарола» Чайковского (из цикла «Времена года»); кроме этого, для каждого ребенка потребуется шифоновый платок.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Возьмите каждый по платку и разойдитеесь по комнате.

Сейчас я включу музыку. Во время звучания первого произведения повторяйте за мной все движения, которые я показываю.

(Разными причудливыми способами «рисуйте» в воздухе с помощью платка волны, меняйте руки при выполнении движений. На придумывание новых движений вас должны вдохновить музыка и возможности детей.)

Когда зазвучит вторая пьеса, один из вас под музыку должен придумывать движения с платком, а остальные дети попытаются двигаться одновременно с ним.

(Предложите нескольким детям показать по одному движению.)

А сейчас каждый из вас продолжает двигаться под музыку самостоятельно. Потом я выключу музыку, а вы попытаетесь повторять движения без музыки. Затем музыка снова зазвучит и я попрошу какого-нибудь ребенка придумать новое движение и показать его нам, а мы постараемся хорошо запомнить то, что он показал, и повторить движение, когда музыка стихнет.
(Периоды звучания музыки должны быть от 5 до 10 секунд.)



74 Птичье гнездо

Описание. Эта игра отвечает потребностям детей в независимости и одновременно защите. Дети получают возможность потренировать мышцы рук и плеч и развить плавность движений. Вообще эта игра оказывает расслабляющее воздействие, а использованная в игре символика очень нравится детям.

Материалы: нежная музыка, например, «Анданте С-Dur» Моцарта. Кроме того, вам необходимы пара одеял, пледов и подушек.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Представьте, что вы — птенцы, которые еще живут в гнезде. Я — ваша мама-птица.

Для начала нам нужно соорудить в середине комнаты гнездо из одеял и подушек...

Теперь мы все сядем в гнездо. Сейчас я тихонько включу музыку и расскажу вам, что происходит... (Включите музыку так, чтобы она звучала как мягкий фон, и говорите тихим, немного таинственным голосом.) Наше уютное, теплое гнездышко расположено на самой верхушке дерева, ветер покачивает гнездо тихонько из стороны в сторону. Это прекрасное чувство — тихонько покачиваться всем вместе...

Через какое-то время ветер усиливается. Внезапно он переворачивает гнездо, и в этот момент птенцы должны расправить крылышки и полететь, чтобы не упасть на землю и не разбиться. Раскиньте руки и начинайте кружить по комнате, попискивая «пип, пип, пип», пока я, мама-птица, не почию гнездо и не заберу вас снова под свое крыло. (Почините гнездо и заберите птенчиков одного за другим обратно.)



75 Умелые ручки

Описание. В течение этой игры руки детей должны двигаться под музыку. Она развивает фантазию, умение двигаться под музыку и совершать движения обеими руками одновременно.

Материалы: джазовая музыка, например, «Арабский шейк».

Возраст участников: с 5 лет.

Инструкция детям. Можете ли вы показать мне, что вы умеете делать с помощью рук?

Покажите мне, как вы стряхиваете с рук капли воды...

Покажите мне, как вы прячете ручки... Как вы раскрываете объятия...

Покажите мне, как вы играете на пианино... машете рукой другу... месите руками глину...

Покажите мне, как ваши руки могут друг с другом разговаривать...

А что еще могут делать ваши руки?

Как только заиграет музыка, начните двигать руками в такт ей. Постарайтесь показать мне самые разные варианты движений, используйте все свободное пространство вокруг вас — справа и слева, впереди и сзади, сверху и снизу. Когда музыка стихнет, остановитесь и спокойно стойте на месте.

Теперь вы можете снова наслаждаться тем, что мы сидим все вместе в теплом гнездышке и покачиваемся слегка из стороны в сторону.

Мне очень жаль. Я хочу извиниться, но я не смогла построить надежное гнездо. Я ваша мама-птица. Я очень вас люблю и хочу вас защитить. Я надеюсь, что ветер не будет усиливаться... Как жаль, но нам предстоит пережить новую бурю. И снова наше гнездо опрокинется. Расправляйте, птенчики, крылья и начинайте кружить по комнате, приговаривая «пип, пип, пип». Машите сильнее руками-крыльями, чтобы ваш полет становился увереннее.

Я почию гнездо, и тогда все птенчики вернутся обратно...

А теперь мы можем вновь насладиться тем, что все мы вернулись в теплое гнездышко.

Ах, как жаль! Гнездо опять разрушено. Я так боюсь за вас, мои птенчики. Я не знаю, сильны ли вы настолько, чтобы оставаться в воздухе одни, но я верю, что вы уже умеете летать. Все птенчики учатся летать таким способом, как вы. Они бьют по воздуху крылышками и тренируются, тренируются, пока их крылья не станут сильными. И я верю, что и ваши крылышки станут сильными, если ветер снова выбросит нас из гнезда...

И снова буря. Разлетайтесь из гнезда и машите уверенно крыльями. На этот раз я уже не волнуюсь, потому что вижу, как прекрасно мои детки парят в воздухе. Расправьте полностью крылья. Вы выглядите очень сильными и двигаетесь так уверенно... Сейчас вы летаете очень хорошо и уже можете по одиночке возвращаться в гнездо. Возвращайтесь домой и садитесь вокруг меня.

Вы, наверное, очень проголодались после полетов. Ваша мама-птица приготовила вам пищу... *(Дайте каждому ребенку какой-нибудь фрукт или сладость.)* Я так горжусь вами, вы такие симпатяги, такие усердные детки...

(Вы можете повторить эту игру еще пару раз, используя разные варианты. Мамой-птицей может стать один из детей или два ребенка играют роль родителей-птиц.)



76 Моя песня лучше!

Описание. Это прекрасная интерактивная игра, которая придает всей группе энергию. Поскольку игра очень шумная, стоит иметь в виду, что играть в нее можно только при условии, что вы никому не помешаете.

Возраст участников: с 6 лет.

Инструкция детям. Я хочу пригласить вас сыграть в игру, в которую вы никогда до этого не играли.

Правило такое: каждый из вас должен выбрать себе песню или мелодию, которая ему нравится. Но не говорите никому, что вы выбрали.

Как только я крикну «Начинайте!», вы можете ходить вдоль и поперек по комнате и петь свою песню так громко, как это возможно. Вы можете сопровождать свою песню движениями. При этом каждый из вас должен стараться сделать так, чтобы другие дети подпевали вам. Вы должны убедить другого ребенка, что ваша песня намного лучше и именно поэтому вы так громко распеваете ее, да еще и аккомпанируете себе при этом движениями.

А после мы увидим, кто перетянул на свою сторону больше всего детей.

Внимание... Готовы? Начинайте...

(Игра продолжается 2–3 минуты.)



77 Танцуем вслепую

Описание. Это интересная подвижная игра, которая помогает детям развивать уверенность в своих силах и доверие к другим. Кроме того, ребята получают возможность проявить заботу о своем сверстнике и осознать свою ответственность за него.

Материалы: вам потребуется мягкая музыка и для половины детей повязки на глаза.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Станьте по двое. *(Завяжите одному из партнеров глаза.)* Возьмите друг друга за руки. Я включу музыку, и тот ребенок, у которого на глазах нет повязки, должен начать танцевать по кругу вместе со своим «слепым» другом. Не забывайте, пожалуйста, о том, что ваш друг ничего не видит. Сначала «слепые» дети будут чувствовать себя неловко. Пожалуйста, не обманывайте их доверие. Танцуйте с ними так, чтобы никто не ударился. Ведите их нежно и бережно.

(Примерно через минуту происходит смена ролей.)



78 Танец с лентами

Описание. В этой подвижной игре дети совершенно свободно двигаются под разную музыку. Цветная лента усиливает впечатление от движений и дает возможность потренировать отдельно правую и левую руки. Дети постарше могут импровизировать сразу с двумя лентами в обеих руках.

В течение игры нужно менять музыкальное сопровождение, используя разные по характеру произведения.

Материалы: музыкальные произведения, отличающиеся друг от друга по темпу, например, пьесы «О чужих странах и людях», «Полное удовольствие», «Почти серьезно» (цикл «Детские сцены») Шумана. Каждому ребенку потребуется по крайней мере одна цветная лента или что-то подобное ей.

Возраст участников: с 6 лет.

Инструкция детям. Выберите себе ленту понравившегося цвета.

Как только я включу музыку, вы можете начать двигаться по комнате. Когда музыка прекратится, вы должны застыть в том положении, в котором будете находиться в тот момент.

(Включите первую музыкальную запись. Коротко опишите образы, возникающие у вас во время звучания этого произведения.)

Сейчас музыка будет совершенно иной. Она побуждает ваше тело и ленту двигаться иначе. Пожалуйста, передвигайтесь в танце по комнате все время, пока будет звучать музыка.

(Продолжайте игру до тех пор, пока не почувствуете, что дети достаточно зарядились энергией.)



79 Куда?

Описание. Это еще одна необычная игра, в которой дети, издавая разные звуки, могут поэкспериментировать со своим голосом. В своеобразном диалоге, в который включаются ребята, они могут сообщить о том, какие звуки и шумы в повседневной жизни их привлекают.

Материалы: для трети детей нужны повязки на глаза.

Возраст участников: с 6 лет.

Инструкция детям. Я хочу пригласить вас поиграть в одну интересную игру. Она выглядит следующим образом...

Разбейтесь на группы по три человека. Двое из вас должны находиться на расстоянии приблизительно 3 метра от третьего, который стоит с завязанными глазами.

Ребенок с завязанными глазами не должен знать, где находятся двое остальных. Эти двое должны приманить его к себе с помощью звуков и шумов. Всякий раз, когда ребенок с завязанными глазами услышит звук или шум, который ему приятен, он должен сделать шаг в ту сторону, откуда раздался звук или шум. Если же звук ему неприятен, он делает шаг в обратном направлении. Если он равнодушен к услышанному, то остается стоять на месте.

Оба ребенка издаваемыми звуками и шумами пытаются как можно быстрее приманить третьего к себе. Как только ребенок с завязанными глазами дойдет до одного из двух, вы можете поменяться ролями.



80 Добро пожаловать!

Описание. Эта игра создает в группе атмосферу доверия, прекрасно развивает двигательную фантазию и доверие к самому себе. Когда вы заметите, что дети действуют достаточно уверенно, вы можете включить музыку с более быстрым темпом.

Материалы: медленная и оживленная музыка.

Возраст участников: с 3 лет.

Инструкция детям. Одна половина группы должна стать к одной стене, другая — к стене напротив. Станьте рядом друг с другом, спиной прикасаясь к стенке. *(Комната должна быть совершенно свободной.)*

Ребенку, который захочет начать первым, я завяжу глаза и включу медленную музыку. Танцуя, ребенок с завязанными глазами может перемещаться в такт музыке с одной стороны комнаты на другую. Когда ребенок закончит свой танец, дети принимающей стороны должны тепло поприветствовать его разными способами. Возможно, вы все захотите обнять гостя или поднять его, или сделать ему еще что-нибудь приятное.

Затем повязка передается другому ребенку из числа встречающих. Он делает то же самое — двигается в танце по направлению к другой стене, ничего не видя при этом.

(Игра должна продолжаться до тех пор, пока ряды не помешаются местами. Если кто-то из детей боится и медлит, отнесите к этому с уважением. Пусть он переберется, танцуя, на другую сторону без повязки на глазах.)

Может оказаться, что и эта задача будет для кого-то из детей невыполнима. В таком случае повторите эту игру позже, чтобы еще раз дать ребенку возможность испытать себя.)

Приложение

Все предлагаемые игры, помимо того, что они направлены на развитие восприятия и движений, могут работать и на достижение других психологических целей, которые обычно стоят перед ведущим (включение детей в работу, установление контакта, завершение работы и пр.).

Ниже мы приводим список игр, с помощью которых вы можете решить эти задачи.

Игры для «разогрева» группы и начальной стадии работы

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, носики!</i>	1	Моя туфелька
<i>Привет, ручки!</i>	1	Катаем мяч
	2	Магнит
	16	Капли дождя
	17	Массаж в кругу
	21	Мне щекотно
	49	Большой круг
<i>Привет, глазки!</i>	1	Привет, глазки!
	6	Кого нет?
	24	Я кот Мур-мур
	25	Смешные лица
	35	Маленькие солнышки
	36	Гигантский мяч
	49	Привет!
	73	Волшебный ком
	74	Движение по кругу
	75	Рождение скульптуры
<i>Привет, ушки!</i>	1	Запоминаем имена
	21	Дождь
	22	Слова и слоги
	28	Ха-ха-ха!
	29	Давай пожмем друг другу руки
С головы до пят	43	Зеркало
	1 – 30	Глава 1. «Напряжение и расслабление»

Игры на концентрацию внимания

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, глазки!</i>	31	Делай, как я
<i>Привет, ушки!</i>	49	Все вместе
	56	Я вижу, что...
<i>С головы до пят</i>	32	Представь и покажи
	34	Вы можете...?
	37	Прикосновения
	60	Прячем уши, прячем нос
	61	То и это...
	73	В обруче

Игры, укрепляющие контакт с ведущим

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, ножки!</i>	42	Сапоги-скороходы
	55	Гигантские прыжки
	61	Спиной вперед
	63	Ковер-самолет
	65	Медленная юла
<i>Привет, ручки!</i>	60	Ненасытное чудовище
<i>Привет, глазки!</i>	8	Подвижная игрушка
	22	Волшебные платки – 1
	23	Волшебные платки – 2
<i>Привет, ушки!</i>	24	Дрожащий ведущий
	44	Волчки
	74	Птичье гнездо
<i>С головы до пят</i>	3	Гамак
	7	Я рядом с тобой
	16	Слуй меня!
	49	Кукольник и марионетка
	77	Прыгаем в объятия
	82	Воздушный купол

Игры на развитие самоконтроля

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, ножки!</i>	60	Туда и обратно
<i>Привет, ручки!</i>	23	Король Тишины
	25	Тихий колокольчик
<i>Привет, ушки!</i>	8	Подушки
	13	Робот
	19	Внимательные ушки
	20	Дракон и козлята
	61	Застыли, как лед
	20	Проснуться и уснуть
<i>С головы до пят</i>	63	Стоп, один! Стоп, два!..
	65	Черепаша, кошки, птицы
	67	Слушай музыку
	68	Африканская игра
	70	Леопарды
	75	Беги—замри

Игры, помогающие конструктивно выразить агрессию

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, ножки!</i>	17	Бедняга воздушный шарик
	30	Змеи и лисы
	34	Голодные крокодилы
	54	Волшебные бобы
	75	Выбор партнера
	76	Головомяч
	77	Миротворец
	79	Кто кого?
	29	Директор цирка
<i>Привет, ручки!</i>	35	Охотники и зайцы
	73	Снежный бой
	79	Уборка в саду
<i>Привет, глазки!</i>	10	Охота на дракона
	56	Торнадо
<i>Привет, ушки!</i>	17	Мышеловка
	76	Моя песня лучше!

Игры на сотрудничество и взаимопомощь

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, ножки!</i>	11	Трехногие
	15	Сиамские близнецы
	20	Привет, ножки!
	33	Муравьиные бега
	40	Пумукль
	51	Сломанная нога
	53	Дай воды!
	58	Через середину
	71	Спасибо!
	72	Аквариум
	80	Необычные стулья
	<i>Привет, ручки!</i>	3
4		Горячая картошка
7		Нежность
11		Два скульптора
12		Кораблик в опасности
14		Тряпичная кукла
15		Колыбель
18		Холодные руки
20		Автомойка
44		Танцующие платки
<i>Привет, глазки!</i>	28	Зеркало и тень
	38	Горы и долины
	39	Волшебные ножки – 1
	42	Перо на ветру
	43	Автомобиль и водитель
	68	Большая картина из спичек
<i>Привет, ушки!</i>	72	Что за буква перед нами?
	9	Острова
	11	Помоги мне!
	37	Хлопаем вместе
	52	Снеговик
	54	Волшебные превращения
	62	Хороший друг
	65	Лодочка
	70	Растущая скульптура

Игры на сотрудничество и взаимопомощь (продолжение)

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>С головы до пят</i>	38	Необычный человечек
	40	Талисман
	43	Снеговик и солнечный зайчик
	55	Разговор без слов

Игры для завершения занятий

Название книги	№ упражнения	Название упражнения
<i>Привет, глазки!</i>	60	Уборка
<i>Привет, ушки!</i>	25	Передай другому
<i>С головы до пят</i>	76 – 83	Глава 4. «Завершающие игры»

Список CD для занятий, рекомендуемых автором книги:

1. Anna Lelkes spielt die Goldene Harfe, zyx-classic, CLS 4130 («Ария» Генделя).
2. Romantic Guitar Favourites, Naxos, 8.550296 («Большая соната» Паганини).
3. Traumerei, Deutsche Grammophon, 423 782-2 («Розамунда-экспромт» Бетховена).
4. Sweet Dreams, Sony Music, SK 44998 («Колыбельная» Брамса, «Мечтания» Шумана, «Баркарола» Оффенбаха,).
5. Für Elise, zyx-classic, CLS 4307 («Багатель» Бетховена, «Вальс» Брамса, «Баркарола» П.И. Чайковского, «Детские сцены» Шумана — «О чужих странах и людях», «Полное удовольствие», «Почти серьезно»).
6. Romantic Music for Flute and Harp, Naxos, 8.550741 («Анданте С-Дур» Моцарта, «Интермеццо» из оперы Бизе «Кармен», «Танец благословенных духов» Глюка).
7. Kresten Korsbaek plays Beatles for Classical Guitar; Blue Angel, BA 64913 (песни «Битлз»).
8. African Marketplace, WEA, 104 671 016-2 («Африканский рынок» Абдуллы Ибрагима).
9. Musik for Violin and Guitar II, Naxos 8.550759 («Любвный дуэт» Паганини).
10. Django Reinhardt, Vol.2, EMI, 7806612 («Арабский шейк»).