

«Домашние» игры на развитие навыков коммуникаций

Современная жизнь постоянно ставит нас в сложное, противоречивое положение, когда мы сталкиваемся с массой ситуаций, требующих от нас оценки своего положения, принятия оптимальных и быстрых решений. Такое положение современного человека – это лишь одна из многих причин порождающих необходимость изучения окружающего его мира людей, их поведения.

В условиях дошкольных образовательных учреждений ребят развивают в этом направлении воспитатели и педагоги – психологи. Однако не все дети посещают детские сады, а у тех, кто ходит в ДОУ, тоже отмечены проблемы в процессе выстраивания общения.

Мы предлагаем Вашему вниманию несколько игр и игровых упражнений, которые подскажут Вам, как помочь своему ребенку учиться выстраивать общение, в первую очередь, со сверстниками; становиться отзывчивыми и готовыми к игре, совместной деятельности; положительно относиться к себе и окружающим его людям.

Все игры условно могут быть поделены на упражнения, направленные на развитие знаний и умения в области выстраивания положительных коммуникаций и возможности применять их на практике, а так же выражать свое отношение к миру. Учиться непосредственному эффективному общению, сотрудничеству, уметь разрешать конфликтные ситуации, ориентироваться в мире человеческих эмоций, доброжелательно относиться к себе и окружающим – вот первостепенная задача, стоящая перед нами - взрослыми.

Младший дошкольный возраст (2-4 года)

В этот возрастной период дети играют одни или рядом друг с другом, учатся выполнять совместные сюжетные игровые действия.

Каждая мама видела стандартную ситуацию детской игры во дворе или в песочнице, когда малыши отбирают друг у друга игрушки, кидаются ими, а порой могут ударить. Это связано с тем, что особенностью этого возраста является отсутствие и начальное формирование каких - либо навыков и знаний о выстраивании элементарного общения. В этом возрасте только зарождается содержательное общение сверстников на равных, и мы можем помочь малышу в его развитии. Начать знакомство малыша с нормами поведения в обществе следует с формирования следующих умений: элементарной отзывчивости (жалеть, благодарить, сопереживать) ; умения договариваться (меняться, играть с одной игрушкой по очереди, доброжелательно относиться к сверстникам (благодарить, просить, уступать) .

Для этого вовсе не обязательно умение разговаривать. Мой сын благодарил за игрушку кивком головы или улыбкой, гладил по плечу ребенка, если хотел извиниться, и малыши прекрасно понимают эти знаки доброжелательности.

«Ты - мне, я - тебе»

Предлагаем Вам присоединиться к самостоятельной игре своего ребенка. Для этого можно использовать мягкую игрушку или куклу, а можно общаться напрямую от своего лица. Обратитесь к малышу с просьбой отдать или поделиться частью игрушек, а взамен предложите какую-нибудь другую. После обмена обязательно похвалите ребенка. Как это

здорово играть вместе и меняться игрушками - всем весело и мы играем дружно! Во время обмена или просьбы используйте такие слова, как «дай, пожалуйста», «спасибо» и кивки головой в знак благодарности. Будьте готовы сами и подготовьте своего ребенка к тому, что другой ребенок может не поделиться, забрать обе игрушки. Объясните, что у другого малыша может быть просто плохое настроение. В случае обострения конфликтной ситуации лучшим выходом будет изъятие объекта, из-за которого возникает ссора.

Это игровое упражнение поможет вашему ребенку сотрудничать с другими детьми и станет первым шагом в умении договариваться, а так же формирует умение считаться с другими.

«Пожалей»

После просмотра мультфильма, чтения сказки или обыгрывания ситуации, когда кому – то плохо, заострите на этом внимание своего малыша. Например, можно погладить иллюстрацию зайчика из сказки «Заяшкіна избушка» и пожалеть его. Читайте художественные произведения, максимально передавая эмоциональные состояния героев при помощи интонации и силы голоса.

Если во время игры у куклы случайно отвалилась конечность, не упускайте момент – обыграйте сложившуюся ситуацию и «полечите» куклу. Разъясните, почему герой событий расстроен, пожалейте, погладьте, вместе почините игрушку.

Так же можно разыграть мини – сюжет с куклами или мягкими игрушками, когда одна жалеет другую. Сопровождайте свои действия словами «не плачь», «я тебя пожалею», «успокойся, скоро пройдет» и другими подобными по смыслу. Это упражнение помогает понимать, отчего другие дети могут быть расстроены, формирует зачатки положительного отношения к окружающим. А так же развивает социальный и эмоциональный интеллект, эмоциональную отзывчивость, умение сопереживать.

Старший дошкольный возраст (5-7 лет)

В этот возрастной период социально – коммуникативное развитие ребенка находится в своем расцвете. Дети уже достаточно могут контролировать свое поведение и осознавать мотивы поступков окружающих, знают нормы и правила поведения и общения, по – разному выстраивают коммуникации со взрослыми и со сверстниками. У дошкольников появляются друзья. Тем не менее, ребята не только дружат, кого – то они игнорируют, могут вести себя агрессивно по отношению друг к другу. Перед нами разыгрывается сложная картина детских взаимоотношений: они ссорятся, мирятся, зачастую делают мелкиепакости, потом, конечно, опять мирятся. Опыт первых взаимоотношений имеет основополагающее значение для дальнейшего взаимодействия человека с миром. Поэтому в этот возрастной период особое внимание уделяется волевому контролю над своим поведением и эмоциями; развитию коммуникативных навыков и регуляции поведения в коллективе; расширению поведенческого репертуара у детей.

«Вежливые слова »

Во время похода в магазин или поездке на общественном транспорте предложите своему ребенку самостоятельно выполнить реальное действие: купить проездной билет, оплатить покупку, уступить кому – то место. При этом особое внимание уделите общепринятым оборотам общения, таким как «Возьмите, пожалуйста», «Будьте любезны», «Подскажите» и другим. Обязательно отметьте, как Вам приятно, что Ваш ребенок так воспитан!

Как ни парадоксально, многие дошкольники прекрасно знают, как нужно обращаться со сверстниками и взрослыми, как предписано выстраивать взаимодействие, какие обороты и слова необходимо употреблять, выстраивая коммуникации. Однако, это вовсе не означает, что дошкольник, зная эти нормы, употребляет их в своей жизни, общении, игре и т. п. Наша с Вами задача подтолкнуть, побудить, активизировать дошкольника применить эти знания, практиковать их в употреблении общепринятых норм общения и поведения, эмоционального реагирования на ситуацию в рамках допустимых норм. Автоматизация, будет хорошим помощником для социализации ребенка.

«Зеркало»

Предложите ребенку поиграть с зеркалом. Есть несколько вариантов игрового упражнения. Можно показывать в зеркало ту эмоцию, которую Вы ему назвали, а затем подтверждать или исправлять правильность ее выражения. При этом обращайте внимание на выразительность и положение бровей, глаз, рта.

Можно нарисовать на листке условное изображение лица с каким-то эмоциональным состоянием человека, показать его ребенку и попросить повторить. Затем ребенок сам проверяет правильность выполнения игрового задания, соотнося свое отражение с изображением эмоции на бумаге.

Можно нарисовать на зеркале смывающимся маркером условное изображение эмоции, оставив недорисованной какую-то часть (глаза, брови, рот). Предложите ребенку дорисовать недостающую часть лица в соответствии с эмоцией.

Это игровое упражнение развивает у ребенка эмоциональную сферу, расширяет представления об эмоциях человека, развивает умение распознавать эмоциональный настрой сверстников, взрослых. Умея различать эмоциональные состояния окружающих, ребенку будет легче прогнозировать причины, вызвавшие ту или иную эмоцию и вести себя в соответствии с этим эмоциональным состоянием человека. Понимая себя, нам легче понимать мир другого человека и выстраивать с ним общение.

Предложенные далее игровые упражнения можно использовать при организации семейных праздников, дней рождения Ваших детей, когда в гости приходят несколько ребят одного возраста. Игры предусмотрены для нескольких участников и направлены на сплочение, умение действовать сообща, развивая навыки коммуникации.

«Знакомство»

Это игровое упражнение Вы с легкостью можете провести, когда находитесь со своим ребенком на отдыхе, например на турбазе, в санатории или в другом месте с незнакомой Вашему ребенку детской компанией. Впрочем, оно будет весьма уместно и на детском празднике.

Предложите ребятам сесть в круг. Каждый ребенок соседу слева произносит свое имя (одновременно кладет свою левую руку на правое колено соседа) и рассказывает о себе, что-то хорошее. Когда ребенок закончил, сосед свою правую руку кладет ему на левое колено, а свою левую – на правое колено соседу слева и продолжает рассказывать, но уже о себе. Так все дети замыкают круг и знакомятся друг с другом.

Это простое, на первый взгляд, упражнение направлено на умение контролировать свое поведение и соподчинять его действиям, производимым другими. Кроме того, попробуйте

сами рассказать о себе что-то хорошее, это не так-то просто на самом деле! Игра формирует положительное отношение к самому себе и окружающим, развивает самоконтроль.

«Комплимент»

Замечательное игровое упражнение, которое можно использовать, организовав совместную игру между членами Вашей семьи. Для ее проведения нам понадобится «Волшебный мешочек» - небольшой мешочек из ткани или подарочный мешочек на завязках.

Члены семьи могут расположиться в круге на ковре или рядом друг с другом, сидя на диване. Начинаящий берет его и проговаривает внутрь приятные слова, которые адресованы играющему слева. Так каждый говорит комплименты своему соседу, выражает словами свои мысли, чувства, передавая при этом «Волшебный мешочек». Если у ребенка нет слов для выражения положительного отношения к члену своей семьи, можно просто улыбнуться или обнять. В конце круга мешочек завязывается и всем предлагается воспользоваться мешочком, когда у них испортится настроение (открыть и вспомнить все приятные слова, адресованные в его адрес).

Сплочение семьи и создание благоприятного эмоционального комфорта в семье – главные цели, которые достигаются благодаря этой незатейливой игре. Это игровое упражнение направлено на развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, формирование готовности к совместной деятельности со взрослыми и сверстниками; формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых; формирование положительного отношения к себе и окружающим.

Пальчиковая гимнастика и массаж

Еще пятнадцать - двадцать лет назад педагоги и медики советовали не брать малыша на руки без необходимости, не тискать, не баюкать и не нянчить ребенка. В результате уже несколько поколений мам не умеют или не желают ласкать и нянчить своего ребенка. Однако природу не обманешь. Исследования психологов последних лет подтверждают необходимость близкого контакта матери с ребенком - как душевного, так и телесного – для формирования у ребенка (а порой и у матери) таких важных для полноценного развития у малыша естественных чувств привязанности.

Малышей можно и нужно нянчать, тетешкать, щекотать, подбрасывать, поглаживать, как нам это передает народная традиция.

Затрачивая всего 5 минут в день на проведение пальчиковой гимнастики и массажа, вы можете оказать существенную пользу ребенку.

Занимаясь с ребенком, придерживайтесь следующих правил:

- начинайте с массажа и разогрева кистей рук, заканчивайте поглаживанием;
 - движения, выполненные одной рукой, обязательно должны быть повторены и другой;
 - движение на сжатие, растяжение и расслабление должны дополнять друг друга;
- Упражнения должны включать изолированные движения каждого пальчика;
- не спешите переходить к новому упражнению, важнее четко выполнить предыдущее, отработывая движения каждого пальчика одной и другой руки;
 - используйте в первую очередь те игры, которые особенно полюбились ребенку. Не бойтесь много раз повторять одни и те же упражнения – дети любят повторять то, чему недавно научились;
 - при массаже пальчиков рук ребенка прикосновения должны быть мягкими, теплыми, не

резкими;

- при выполнении упражнений помогайте ребенку своими руками только если у вас положительный эмоциональный настрой.

Сейчас в продаже имеется много брошюр с пальчиковыми играми. Мы же хотим предложить вам несколько игр-упражнений для развития мелкой моторики.

Упражнения с монетами

1. Удержи монетку!

На один из пальцев раскрытой ладони положить монету. Ребенок должен пошевелить этим пальцем так, чтобы монета не упала. Далее меняем пальчики. Затем повторяем другой рукой. Для старших детей можно усложнить – удерживать монету, стоя на одной ноге.

2. Удержал – переложил!

Разложить монеты на пальцах раскрытой правой ладони, затем, прижав их пальцами другой руки, обернуться вокруг себя, стараясь не уронить монетки. Затем поворачиваем сложенные ладони так, чтобы монетки оказались на пальцах левой руки. Затем упражнение повторяется в обратном порядке.

3. Отгадай, в какой руке.

Предложить ребенку, прикасаясь к руке взрослого, угадать, в какой руке спрятана монетка.

4. Прищепка

Зажать монетку между двумя пальчиками, затем, не рожимая, передать монетку пальчикам другой руки.

5. Угадай монетку

Ребенок держит монетку на пальчике, затем закрывает глаза. А взрослый меняет монетку на более тяжелую или легкую, или кладет еще одну поверх первой - ребенок должен угадать, какая монетка у него на пальчике, или сколько их.

Игры с угадыванием развлекают детей, и особенно полезны детям тревожным, нерешительным и неуверенным.

Бизина Елена Валентиновна-

педагог- психолог