

Игры для застенчивых и замкнутых детей



Многие взрослые любят посещать тренинги. Ведь они проходят в виде игр, в которых вырабатываются и отрабатываются новые формы поведения. Играя, человек определяет, какие формы поведения одобряются, а какие нет. Ролевое поведение дает возможность снять застенчивость, замкнутость, повысить или понизить свою самооценку и т.п. Советую чаще играть с застенчивыми и замкнутыми детьми в следующие игры.

► **«Магазин игрушек»** Игра развивает умения выполнять разные роли, индивидуальный замысел и инициативу ребенка. Играющие делятся на «покупателей» и «игрушки». «Игрушки» сидят в ряд, изображая товар. Дети-«игрушки» с помощью пантомимы показывают «покупателям» свой товар. «Покупатель» должен отгадать, какую игрушку ему предлагают. Кто не угадал, уходит из магазина без покупки. Игру можно моделировать, вместо магазина играйте в «зоопарк», в «слушай сказку» и т.п.

► **«Салочки»** — подвижная игра, направленная на развитие активности, коллективизма и проявление смелости у ребенка. Детки разбегаются по определенной территории. Водящий должен «осалить» (дотронуться) до убегающего и берет его за руку. Так образуется цепочка. Теперь они вдвоем догоняют другого ребенка и т.д. Постепенно цепочка становится все длиннее. Теперь их задача – взять в кольцо убегающего. Это требует координации совместных действий в цепочке.

► **«Менялки»** — игра способствует развитию памяти, внимания, установлению контакта между детьми. Играющие образуют круг. В руках они держат маленький предмет (игрушку). Водящий старается запомнить, у кого какая игрушка. Затем он отворачивается, дети, молча (!) меняются своими игрушками. Для этого они подмигивают друг другу. Задача ведущего: вернуть каждому ребенку свою игрушку, угадать, кто с кем поменялся.

► **«Смак»** — игра развивает уверенность в себе, помогает освоить навыки общения, тренирует умение вести разговор. В основе лежит известная телевизионная передача «Смак». Предложите ребенку (он самый лучший повар) выступить в этой передаче и показать способы приготовления самых любимых его блюд. Учтите, что в «студии» должны быть и зрители, роль которых выполняют другие члены семьи, или сверстники. В зависимости от возраста передачу «Смак» можно заменить передачами «Путешествия», «В гостях у сказки» и другими. Фантазируйте!

► **«Поймай мяч»** — игра развивает уверенность в себе и доверие к другим людям. Играющие по очереди бросают друг другу небольшой мячик, при этом называют какое-либо достоинство того ребенка, кому они бросают мяч. Очень важно, чтобы в процессе игры каждому ребенку удалось услышать о себе добрые, приятные слова.

► **«Закончи предложение»** — упражнение направлено на повышение уверенности в себе и собственных силах. Предложите ребенку закончить следующие предложения:

Я хочу....

Я умею...

Я смогу...

Я добьюсь...

Обсудите ответы.

Дорогие родители, это далеко не полный список игры и упражнений на коррекцию застенчивости и замкнутости. Хорошо помогает совместная игровая деятельность взрослых и детей, совместное пение, спортивные игры. Главное, ребенок должен получать иногда, выигрывать, побеждать, получать одобрение и т.п. Это улучшает эмоциональное настроение ребенка и вселяет уверенность в свои возможности. Фантазируйте и придумывайте новые игры.