

## «Способы формирования дисциплины в группе после длительного отдыха»

*Основа современного дошкольного образования — личностно ориентированная модель взаимодействия ребенка и взрослого. Многие воспитатели считают, что при таком подходе добиться порядка в группе невозможно. А если порядок будет нарушен, то ни о каком развитии детей не может быть и речи. Решение проблемы — формирование дисциплины.*

### **Что такое дисциплина?**

Если рассматривать дисциплину с точки зрения ее влияния на развитие ребенка, то можно сказать, что это система правил, ритуалов, традиций, отношений в коллективе, формирующая у ребенка чувство безопасности и принадлежности к группе и способствующая его гармоничному развитию.

Наличие дисциплины в группе детского сада способствует:

- профилактике межличностных проблем, установлению положительных отношений, сотрудничества между детьми и взрослыми;
- формированию у детей умений решать или предотвращать проблемы, принимать правильные решения и нести за них ответственность;
- развитию ребенка как личности — формированию лучшего мнения о себе, уверенности, умения полагаться на внутренний контроль и собственные правила.

Наличие дисциплины делает жизнь детей более понятной, предсказуемой и безопасной, а значит, достигнуть целей дошкольного образования становится легче.

### **Виды игр для формирования дисциплины**

Рассмотрим примеры игр, которые позволят детям освоить правила, сплотят их и научат взаимодействовать, будут способствовать развитию эмоциональной сферы.

#### **Игры на освоение правил:**

**«Голосование».** Педагог: Дети, вам необходимо всем вместе решить, какую сказку мы будем слушать (предметом голосования может быть что угодно) — «Красную Шапочку» или «Царевну-лягушку». Я буду читать ту из них, за которую свой голос отдаст большинство.

Далее проводится голосование. Голоса, отданные за каждую сказку, педагог отмечает черточками на доске. Затем он предлагает детям определить, где черточек больше.

По завершении игры необходимо провести ее анализ, используя вопросы: Голосовал ли ты за победившую сказку? Что ты ощущаешь? Что ты ощущал, когда увидел, что твое желание не получило большинства голосов? В каких еще

ситуациях мы можем проводить голосование? Голосуете ли вы иногда у себя дома?

Нередко бывает, что дети одновременно выкрикивают ответ на вопрос. Предлагаемая игра формирует умение останавливаться и делать паузу, прежде чем что-либо сказать. В ходе игры дети учатся сосредоточению. Более медлительные дошкольники получают больше времени для размышлений.

**«Большие пальцы вверх, шепчем все вместе».** Педагог: Я хочу задать вам сейчас несколько вопросов. Каждый, кто знает ответ, должен поднять руку, сложить пальцы в кулак, а большой палец поднять вверх. Когда все получат достаточно времени для размышлений и я увижу много поднятых вверх пальцев, я начну считать: раз, два, три... На счет «три» вы все вместе должны будете прошептать мне ответ. *(Вопросы могут быть самыми разными.)*

**«Я помогаю другим».** Педагог: Можете ли вы мне сказать, кому в последний раз вы помогали? Быть может, маме — накрывать на стол? Или папе — мыть машину? Или помогли кому-нибудь из друзей? Кто из вас помог совершенно незнакомому человеку? Когда вы сами последний раз нуждались в помощи?

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Представьте прекрасный солнечный летний день. Вы находитесь посреди чудесного луга. Трава на лугу мягкая и зеленая. Вы садитесь в траву. Дотроньтесь до нее руками и почувствуйте ее приятную прохладу. Теперь посмотрите вверх, на ясное голубое небо. Вы видите плывущие по небу большие пушистые облака. Попробуйте найти облако, похожее на какого-нибудь зверя. Легкий ветерок гонит облака дальше и одновременно освежает лицо.

В управляемой фантазии каждый из детей получает возможность представить, как он помогает упавшему малышу. Таким образом, отрабатывается правило группы, касающееся взаимопомощи.

Вы ложитесь и растягиваетесь в траве. Вдохните один раз глубоко-глубоко. Тело становится таким же мягким и расслабленным, как у тряпичной куклы. *(Здесь педагогу необходимо сделать один явно очень глубокий вдох-выдох, чтобы дети могли последовать примеру.)* Вы лежите в траве безмятежно. Недалеко играют маленькие дети. Доносится их смех. Вдруг какой-то маленький мальчик упал рядом. Он ударился коленкой о камень и заплакал. Вы вскакиваете и подбегаете к нему. Вам хорошо от того, что вы можете помочь другому.

Помогите этому мальчику встать. Осмотрите его небольшую ранку. Скажите ему, что кровь сейчас перестанет течь. Положите свою руку ему на плечо. Посмотрите: мальчик перестает плакать, он уже почти совсем успокоился. Вам хорошо от того, что малышу стало лучше. Что вы еще можете сделать для того, чтобы вернуть ему хорошее самочувствие? *(Пауза 30 с.)* Скажите себе: «Я уже большой и могу помогать другим. Я помогу другим, а когда надо будет, другие помогут мне». Теперь вы можете попрощаться с малышом и вернуться с летнего луга назад. Немного потянитесь,

выпрямитесь, подвигайте пальчиками рук и ног. Энергично выдохните и откройте глаза.

Анализ игры:

Что еще ты сделал, чтобы помочь малышу прийти в себя?

Ощущаешь ли ты себя достаточно большим для того, чтобы помогать другим?

Что ты можешь сделать для кого-нибудь из членов своей семьи, чтобы его обрадовать?

Как тебе помогают родители или твои братья и сестры?

Как ты чувствуешь себя после того, как кому-нибудь поможешь?

**«Тихие и громкие голоса».** Для проведения необходим полиэтиленовый или бумажный пакетик для покупок, который предварительно можно оформить.

Игра помогает детям не забывать о том, что разговаривать в группе можно громким и тихим голосами.

Педагог: Можете ли вы мне сказать, каким голосом вы разговариваете, играя на площадке? Что происходит с вашим голосом, когда мы все приходим в группу и начинаем работать? Почему в группе нам нужны тихие голоса?

Я принесла вам красивый пакетик. Когда вы заходите в группу, вы можете сложить свои громкие голоса с улицы и перемены в этот пакетик, чтобы они никому не мешали и ни у кого не вызывали боли в ушах. Кто хочет обойти с этим пакетиком группу и собрать в него все громкие и шумные голоса?

Анализ игры:

Доставляет ли удовольствие говорить и кричать на улице громким голосом?

Трудно ли говорить в группе более спокойным и тихим голосом?

У кого в нашей группе самый красивый и сильный голос?

Кто из нашей группы умеет говорить спокойным громким голосом?

Нравятся ли вам голоса воспитателей? Кажутся ли они вам интересными?

**«Эстафета хороших известий».** При проведении игры необходимо проследить за тем, чтобы каждый ребенок принял участие. Если группа большая — не допускать, чтобы дети говорили слишком долго. Для проведения игры понадобится мяч.

Педагог: Я хочу, чтобы каждый из вас рассказал нам сейчас о чем-нибудь приятном, что случилось с ним вчера в группе. Пока вы говорите, мячик находится у вас в руках. Когда вы закончите рассказывать, передайте эстафету хороших известий, т. е. бросьте мячик кому-то другому, кто сидит не очень далеко от вас.

### **Игры на сплочение детей и умение взаимодействовать.**

**«Поделись с ближним».** Педагог: Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Представьте, что вы находитесь на чудесной игровой площадке. Оглянитесь вокруг и посмотрите, что делают другие ребята. Одни играют в мяч, другие в салочки. Вы слышите, как они смеются и от всей души веселятся. Вам тоже хочется повеселиться... (10 с)

Теперь вы подходите к стоящим на краю площадки качелям. Сядьте на качели и начинайте раскачиваться. Почувствуйте, как вы летите вперед, потом назад. Раскачивайтесь сильнее. Вы поднимаетесь на качелях все выше и выше. Почувствуйте, как воздух развеивает волосы, когда вы летите на качелях то вверх, то вниз. Ощутите легкость во всем теле. Чувствуете ли вы себя птицей, летящей по небу? Вы улыбаетесь и представляете, как достаете сейчас пальцами ног до неба. Пронесясь над землей, вы чувствуете себя легко и радостно. Вы чувствуете себя абсолютно свободными и счастливыми. (10 с)

А теперь вы видите, как другие мальчик или девочка подходят к качелям и становятся рядом с ними. Они смотрят на вас и ждут своей очереди. Вы хотите, чтобы он или она также радовались, как и вы, летая то вверх, то вниз на этих замечательных качелях. Вы перестаете раскачиваться и ждете, когда качели остановятся. Вот вы тормозите ногами и слышите, как шаркают по песку ботинки. А теперь остановите качели. Вам было так здорово качаться, что вы хотите, чтобы и другой ребенок получил такое же удовольствие. Вы прыгаете с качелей и смотрите на него, улыбаетесь и говорите: «Теперь твоя очередь. Я с радостью меняюсь с тобой местами. Это доставляет мне удовольствие».

Смотрите, как этот мальчик или девочка садится на качели и начинает раскачиваться. Вам хорошо от сознания того, что вы уже достаточно большие для того, чтобы делиться удовольствием с другими.

Теперь попрощайтесь с качающимся на качелях ребенком и возвращайтесь мысленно назад в группу. Немного потянитесь, выпрямитесь, сильно выдохните и откройте глаза.

Анализ игры:

Почему важно, чтобы люди делились друг с другом?

В каких случаях ребята нашей группы делятся друг с другом?

В каких случаях воспитатель делится с ребятами?

В каких играх нужно уступать друг другу и получать удовольствие по очереди?

В каких играх этого делать не нужно?

Как вы относитесь к тем, кто не хочет уступать другим и делиться с ними?

**«Будь дружелюбным».** Педагог: Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Представь, что вам предложили принять участие в постановке детского театра. Вы будете исполнять главную роль в пьесе для детей. Вашего героя зовут Дружелюбный. Вы должны будете показать публике, как выглядит дружелюбный, доброжелательный человек: как он или она одевается, смеется, что-то делает. Поэтому первым делом вы идете к стоящему за сценой большому шкафу с одеждой и ищете себе подходящий для этого спектакля костюм. Если вы готовы примерить одежду, поднимите руку. (Дождаться, когда все дети подадут сигнал готовности.)

Теперь рассмотрите все костюмы и выберите себе тот, который будет носить на сцене ваш персонаж. Вы можете попробовать разные варианты. Ищите одежду, выбирайте цвет и фасон, которые вам нравятся. Если какая-то вещь вам не нравится, попробуйте другую, более, на ваш взгляд, подходящую

для роли Дружелюбного. Когда вы полностью оденетесь для своей роли, сделайте мне знак рукой...

Теперь представьте себе, что режиссер показывает, как должен стоять на сцене ваш герой. Выйдите на середину сцены и слушайте, что говорит вам режиссер. Как должен выглядеть Дружелюбный? Насколько ярко должны сиять ваши глаза? Насколько широкой должна быть ваша улыбка? Что надо делать руками? Как надо стоять? Должны ли вы передвигаться как-то по-особому? Должны ли по-особому говорить? Попробуйте сейчас стать Дружелюбным. Дайте мне знак, когда войдете в роль... (*Дождаться, когда все дети подадут знак.*)

Хороший актер испытывает чувства того персонажа, которого играет. Вы можете стать Дружелюбным всем своим телом. Вдохните поглубже воздух и почувствуйте, как становитесь Дружелюбным с головы до пят. Когда вы это почувствуете, снова подайте мне знак...

Теперь вы готовы к тому, чтобы играть свою роль, и я знаю, что вы сможете воодушевить всех ребят в зрительном зале. Наслаждайтесь этой чудесной ролью. И запомните, что вы всегда сможете быть дружелюбными и доброжелательными по отношению ко всем людям. Вы знаете, как это можно сделать. Скажите себе: «Я дружелюбен с головы до пят».

Если хотите, можете позднее снова вернуться на сцену и попробовать делать все то, что любит делать Дружелюбный. А сейчас я хочу, чтобы вы тепло попрощались с режиссером. Также по-доброму попрощайтесь со всеми детьми в зрительном зале и пообещайте им, что еще покажете своего Дружелюбного...

Выпрямитесь, потянитесь, пошевелите пальчиками рук и ног, сделайте глубокий вдох и выдох. Теперь открывайте глаза, и вот вы снова здесь, в группе.

Анализ игры:

Как ты оделся, когда был Дружелюбным?

Покажи нам, как ты стоял и двигался, когда был Дружелюбным.

Расскажи о том, что ты испытал, когда был Дружелюбным.

Можешь ли ты быть дружелюбным в своей повседневной жизни?

**«Раскрасить любовь».** Педагог: Как вы показываете другим людям, что вы их любите? Каким образом вы сами понимаете, что другой человек вас любит?

Сейчас разделитесь, пожалуйста, на пары. Теперь вытяните руки вперед и представьте себе, что они покрыты чудесным цветом любви. Какой цвет вы для себя выберете? Я хочу, чтобы вы показали сейчас друг другу, как сильно вы друг друга любите. Для этого вы сейчас «раскрасите» друг друга цветами любви, нежности, добра, ласки... Я покажу вам сейчас, как это можно сделать. (Педагог подходит по очереди к нескольким детям и начинает их «раскрашивать» — легкими круговыми движениями рук скользит сверху вниз по голове, плечам, рукам, туловищу, ногам. Таким образом, педагог как бы растапливает льдинки недоверия. Здесь необходимо сказать каждому ребенку, какой цвет для него был выбран.)

Закройте глаза и сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Сначала приготовьте свои ладошки для «раскрашивания»: потрите их друг о друга. Почувствуйте, как ваши ладони становятся все теплее и теплее... Пока вы трете ладошки, подумайте о том, как много любви в вашем сердце... (15 с) Теперь вытяните ладони вперед и дайте им немного отдохнуть. Почувствуйте, какие они... Теплые? Слегка покалывают? Они наполнены энергией? Теперь пошлите из своего сердца любовь, и пусть она по рукам перетечет в ладони и наполнит их... (5 с) Ощутите эту любовь в своих ладонях (5 с), почувствуйте, как ладони «окрашиваются» цветом любви, добра, нежности... (5 с)

А теперь откройте глаза. Тот из вас двоих, кто старше, первым начинает «раскрашивать» младшего. (*Под музыку.*) Положите руки сверху на голову вашего соседа. Если вы действительно «окрашиваете» его любовью, пошлите ему ласковые и нежные мысли. Представьте себе, что вы полностью покрываете его выбранным вами цветом любви и добра. Начните с головы и постепенно спускайтесь ниже. «Окрашивайте» уши, потом щеки, затылок... Через плечи опускайтесь по рукам к ладоням... Наконец, от бедер по ногам переходите к коленям и ступням... (30–60 с. *Регулируя необходимую интенсивность, более старшим детям эту инструкцию можно давать медленнее, чтобы весь процесс длился 2–3 мин.*) Теперь поменяйтесь ролями... (*Инструкция повторяется заново.*) Обсудите друг с другом ваши ощущения.

Анализ игры:

Что ты чувствовал, когда «окрашивали» тебя?

Что ты чувствовал, когда «окрашивал» своего партнера?

Видел ли ты тот цвет, в который тебя «окрашивали»?

Испытывал ли ты какие-нибудь ощущения в ладонях, когда «окрашивал» своего партнера?

Какие нежные и ласковые мысли ты посылал ему?

Что было для тебя трудным в этой игре?

В игре используется простая и понятная детям метафора, с помощью которой они могут сообщать о своих трудностях, как только те возникают. Необходимо поощрять детей, спонтанно применять ритуальную фразу «У меня в ботинке камушек!»

**«Камушек в ботинке».** Педагог: Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Можете рассказать мне, что происходит, когда в ваш в ботинок попадает камушек? Возможно, сначала этот камушек не сильно мешает, и вы оставляете все как есть. Может быть, даже случается и так, что вы забываете о неприятном камушке и ложитесь спать, а утром надеваете ботинок, забыв вытащить из него камушек. Но через некоторое время вы замечаете, что ноге становится больно.

В конце концов этот маленький камушек воспринимается уже как обломок целой скалы. Тогда вы снимаете обувь и вытряхиваете его оттуда. Однако на ноге уже может быть ранка, и маленькая проблема становится большой проблемой.

Когда мы сердимся, бываем чем-то озабочены или взволнованы, то сначала это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы вовремя позаботимся о том, чтобы вытащить его оттуда, то нога остается

целой и невредимой, если же нет, то могут возникнуть проблемы, и немалые. Поэтому всегда полезно как взрослым, так и детям говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Если вы скажете нам: «У меня камушек в ботинке», то все мы будем знать, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Я хочу, чтобы вы сейчас хорошенько подумали, нет ли в настоящий момент чего-то такого, что мешало бы вам. Скажите тогда: «У меня нет камушка в ботинке» или, наоборот, «У меня есть камушек в ботинке. Мне не нравится, что Максим (Петя, Катя) смеется над моими очками». Расскажите нам, что еще вас удручает. *(Дать детям поэкспериментировать с этими двумя фразами в зависимости от их состояния. Затем обсудить отдельные «камушки», которые будут названы.)*

**«Комплименты».** Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т. п. В ответ ребенок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я...» — повторяет сказанное ему, а затем подкрепляет еще одной похвалой в свой адрес: «А еще я думаю, что я...»

Если некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «молочное» слово.

Если ребенок затрудняется сделать комплимент, за него это делает педагог.

**«Волны».** Педагог собирает детей вокруг себя и говорит: «В море обычно бывают небольшие волны, и так приятно, когда они ласково омывают тебя.

Давайте сейчас превратимся в морские волны: будем двигаться так же, как они, а еще станем шуметь и журчать, улыбаться, как волны, когда они искрятся на солнце».

Затем педагог предлагает всем желающим по очереди искупаться в море. «Купающийся» становится в центре, «волны» окружают его и, поглаживая, тихонько журчат.

**«Связующая нить».** Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается рассказом о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

**«Колдун».** Колдун заколдовывает одного из детей так, что он «теряет» способность говорить. Чтобы избавиться от колдовства, он должен объяснить с помощью жестов и мимики, как его расколдовать. Дети «переводят» рассказ и расколдовывают его.

С помощью игры «Прогноз погоды» дети учатся уважать состояние души другого человека, каким бы оно ни было. Замечательно, если педагог будет поощрять использование «прогнозов погоды». Это сделает атмосферу

в группе более гармоничной и научит детей считаться с настроением друг друга.

**«Прогноз погоды».** Педагог: Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя не выспавшимися, может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое. Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы показываете другим ребятам свой «прогноз погоды». Тогда всем будет понятно, что на какое-то время вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги, восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению. Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас «плохая погода» и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете положить такой лист перед собой, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете дать отбой. Для этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце, или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит всюю.

### **Игры на развитие эмоциональной сферы**

**«Передай по кругу».** Дети встают в круг, передают мяч, который ведущий называет по-разному: «горячая картошка», «льдинка», «бабочка», «цветочек», «пушинка» и т. п. Дети при этом должны выразить разные эмоции.

**«Кто я?».** Педагог вызывает по одному ребенку, говорит тихо, какое животное ему надо изобразить (как вариант, ребенок придумывает сам): медведя, лису, волка, зайца. Остальные дети отгадывают, какое это животное. Условие — у животного определенное настроение: веселое, грустное и т. д.

**«Обезьянки».** Дети делятся на две группы. Первая — «зеркала». Вторая — «обезьянки». «Обезьянки» производят различные движения, строят рожицы и всевозможные гримасы. «Зеркала» должны повторить все в точности. Затем дети меняются ролями.