

Коррекционные игры и упражнения

Для детей различных типов темперамента рекомендуются различные игры и упражнения.

Коррекционные игры и упражнения для детей с преобладанием сангвинического темперамента.

1. «Море волнуется» (произвольность поведения чувств).

Водящий начинает так: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три: фигура радости, страха, стыда и т. д. на месте замри». Далее водящий выбирает наиболее яркую фигуру.

2. «Да и нет» (гармонизация осознания прав и обязанностей).

Инструкция. Попробуем определить, кто из нас *умеет* быть внимательным. Каждому из вас по очереди мы будем задавать вопросы, на которые заранее знаем ответы «да» и «нет». Например: «Ты ходишь в школу?», «Ты был на Северном полюсе?» и т. п. «Да и нет» отвечать нельзя. Тот, кто ошибается, выбывает из игры.

3. *Упражнение на произвольность поведения.*

Ребенку показывают лист с нарисованными геометрическими фигурами и просят закрасить цветным карандашом каждую их них. Предупреждают, что он должен делать это очень аккуратно, время не имеет значения. Как только ребенок начинает проявлять небрежность, работу прекращают. Ребенок шести-семи лет аккуратно закрашивает 15—20 фигур.

Коррекционные игры и упражнения для детей с преобладанием *холерического темперамента.*

1. «А-а-ах!» (тренировка умения владеть своими чувствами).

Ведущий кладет руку на стол и затем медленно поднимает ее до вертикального положения. Дети в соответствии с поднятием руки усиливают громкость звука «а» - с тем чтобы когда рука достигнет верхнего положения, завершить ее громким совместным «Ах!» и мгновенно замолчать.

2. «Тыкалки» (тренировка умения владеть своими чувствами).

Дети садятся на стулья, ставят ступни ног на пол и «замирают». Ведущий, медленно считая до 10, проходит между детьми и легонько щекочет каждого. Детям необходимо не рассмеяться при этом и сохранить неподвижность.

3. «Сосредоточенность» (этюд на регуляцию эмоций).

Путешественник сидит за столом и внимательно изучает карту. Он обдумывает план похода. Выразительные движения: левая рука упирается локтем в стол и поддерживает голову, наклоненную влево, указательный палец правой руки двигается по воображаемой карте. Мимика: слегка прищуренные глаза, нижняя губа закусена.

Коррекционные игры и упражнения для детей с преобладанием флегматического темперамента.

1. «Расскажи стихи руками» (этюд на раскрепощение).

Ребенок старается без слов, с помощью пантомимы, рассказать известное всем стихотворение или сказку. Остальные дети пытаются угадать, что он рассказывает.

2. Рисунок «Я в будущем» (преодоление замкнутости).

Ребенку дают задание нарисовать себя таким, каким он видит себя в будущем. Обсуждая с ним рисунок, спрашивают, как он будет выглядеть, как он будет себя чувствовать, какими будут его отношения с родителями, братом или сестрой. Упражнение позволяет осознать возможность преодоления замкнутости, дать ребенку перспективу на будущее и уверенность в своих силах.

3. «Попугай» (произвольность чувств).

Ведущий произносит короткое предложение, например «Я иду гулять». Один из участников повторяет *это* предложение, стараясь при этом выразить *заранее задуманное* им чувство. Остальные отгадывают, какое чувство *было* задумано.

4. «Как поступить?» (регулирование эмоций и действий).

Для этой игры нужно несколько сюжетных картинок конфликтного содержания. Например такие:

- а) дети собирают урожай, одна девочка набрала так много фруктов, что не может удержать их в руках;
- б) дети играют, а у одного ребенка нет игрушек;
- в) ребенок плачет.

Взяв картину, ребенок должен подобрать свой выход из ситуации.

Коррекционные игры и упражнения

для детей с преобладанием меланхолического темперамента.

1. «Закончи предложение» (упражнение на преодоление замкнутости).

Надо закончить каждое из предложений: *Я* хочу... *Я* умею... *Я* смогу... *Я* добьюсь... Можно ребенка попросить объяснить ответ.

2. «Я и другие» (свободное выражение своего мнения).

Ребенку предлагают рассказать о своем друге, родственнике. Важно, чтобы ребенок мог высказать свое мнение, подчеркнуть положительные черты другого. Можно попросить ребенка рассказать и о себе, выделяя отрицательные и положительные качества, акцентируя внимание на последних.

3. «Зеркало» (помогает открыться ребёнку, чувствовать себя раскованно).

а) Ребенок смотрит в «зеркало», которое повторяет все его движения и жесты. «Зеркалом» может быть родитель или другой ребенок.

б) Принцип игры остается тем же, но ребенок должен изобразить кого-либо из общих знакомых.

«Зеркало» указывает, кого изображал ребенок.