

Б24 Барішполь С. В.

Психологічні ігри з елементами тренінгів у початковій школі: вчителю та психологу / С. В. Барішполь. — Х. : Вид. група «Основа», 2020. — 158, [2] с.

ISBN 978-617-00-3605-6.

Матеріали посібника дібрано відповідно до вимог нового Державного стандарту загальної початкової освіти та положень Концепції «Нова українська школа».

Психологічні ігри та вправи з елементами тренінгів спрямовані на формування і розвиток в учнів початкової школи таких якостей особистості, як комунікативність, позитивне ставлення до світу/себе/інших, адекватна самооцінка, здатність ухвалювати самостійні рішення, розрізняти почуття й емоції, допитливість, готовність до взаємодії, здатність співчувати й надавати допомогу, толерантність тощо.

Посібник містить вправи адаптаційного періоду; ігри, що сприяють розвитку мислення; ігри, спрямовані на корекцію особистісних якостей; інклюзивну ігрову; цикли тренінгових занять; ігрові діагностичні методики.

Для вчителів початкової школи, практичних психологів, спеціалістів закладів позашкільної освіти, батьків.

УДК 373.2

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
«МИ ТЕПЕР — НЕ ПРОСТО ДІТИ, МИ ВЖЕ — СПРАВЖНІ ШКОЛЯРИ!». Ігри адаптаційного періоду першокласників	7
Ігroteка «Знайомство»	8
Ідеї ігор-руханок для знайомства учнів класу	10
«ДРУЖНИЙ КЛАС ВІТАЄ ВАС!». Ігри, спрямовані на розвиток соціально-комунікативних навичок	15
«У ГРІ НАВЧАТИСЬ? ЗАЛЮБКИ!». Оптимальне включення вправ з розвитку інтелектуальної сфери дітей в освітній процес	49
Ігри, що сприяють розвитку слухової та моторно-рухової уваги, переключенню дитини з одного виду діяльності на інший	50
Ігри, спрямовані на розвиток уваги та уваги	52
Ігри на розвиток мислення	57
Ігри, спрямовані на розвиток пам'яті	75
«ТІЛЬКИ ПІЗНАВШИ САМОГО СЕБЕ, НІХТО НЕ ЗАЛИШАЄТЬСЯ ТИМ, КИМ ВІН Є». Ігри, спрямовані на формування і корекцію особистісних якостей	85
Долаємо агресивність та емоційне напруження	85
Виробляємо навички самоконтролю	89
Долаємо сором'язливість і замкненість	94
Психогімнастика	99
«Я ТАКИЙ САМИЙ, ЯК ТИ». Інклюзивна ігroteка	102
Приєм «Криголам» — запорука толерантності та взаєморозуміння	102
Ігри, спрямовані на «прийняття іншого»	108
«SOS! РЯТУЙТЕ МОРАЛЬНІ ЦІННОСТІ!». Цикл занять	113
Цикл занять «Найцінніші якості»	114
ТРЕНІНГ «ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНО-КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ». Цикл занять	134
ДОДАТКИ	148
Ігрові діагностичні методики визначення самооцінки — на допомогу вчителю	148
Адаптація. Допоміжний діагностичний матеріал	152
ЛІТЕРАТУРА ТА ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ	157

Передмова



Мета навчання дитини полягає в тому, щоб зробити її спроможною розвиватися далі без допомоги вчителя.

Е. Хаббард

«Метою повної загальної середньої освіти є різнобічний розвиток, виховання і соціалізація особистості, яка усвідомлює себе громадянином України, здатна до життя в суспільстві та цивілізованій взаємодії з природою, має прагнення до самовдосконалення і навчання впродовж життя, готова до свідомого життєвого вибору та самореалізації, трудової діяльності та громадянської освіти», — зазначено у Законі України «Про освіту».

Відповідно до загальної мети освіти, сучасна українська школа має забезпечити різнобічний розвиток дитини відповідно до її вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей, сприяти формуванню загальнокультурних цінностей, ключових предметних компетентностей та соціальних навичок. Останні, в свою чергу, стануть фундаментом для продовження освіти та включення у подальше життя в демократичному суспільстві.

Утілюючи в життя Концепцію «Нова українська школа», вчителі пройшли навчальні тренінги, курси, набули базові знання та практичні навички. Звісно, під час очно-наочного навчання неможливо було опанувати всі способи роботи з учнями, тому значна роль у реалізації концептуальних завдань Державного стандарту початкової освіти відведена самоосвіті вчителів, здатності розширювати й оновлювати свій педагогічний інструментарій. Саме з урахуванням цих умов укладено цей посібник, у якому психологічні ігри, дібрані за напрямами впливу, допоможуть учителям і практичним психологам шкіл реалізувати загальну мету сучасної освіти.

Відомо, що важливою складовою в роботі практичного психолога і вчителя початкових класів є формувальна, розвивальна і корекційна діяльність. Однією з найдієвіших форм реалізації поставленої мети є тренінг.

Тренінг — це одночасно:

- цікавий процес пізнання себе та інших;
- спілкування;
- ефективна форма опанування знань;
- інструмент для формування вмінь і навичок;
- форма розширення досвіду.

Під час тренінгової роботи створюється неформальне, невимуслене спілкування, що відкриває перед групою безліч варіантів розвитку та розв'язання проблеми, заради якої вона зібралася. Як правило, учасники в захваті від тренінгових методів, адже ці методи роблять процес навчання цікавим, не обтяжливим. Саме на цьому аспекті акцентує увагу НУШ.

Тренінгові та традиційні форми навчання мають суттєві відмінності. Традиційне навчання більш орієнтоване на правильну відповідь, і за своєю сутністю є формою передавання інформації та засвоєння знань. Натомість тренінг, перш за все, орієнтований на запитання та пошук.

На відміну від традиційних, тренінгові форми навчання повністю охоплюють увесь потенціал дитини: рівень та обсяг її компетентності (*соціальної, емоційної та інтелектуальної*), самостійність, здатність до ухвалення рішень, до взаємодії тощо. Звісно, традиційна форма передавання знань не є сама по собі чимось негативним, проте у світі швидких змін і безперервного старіння знань традиційна форма навчання має звужені рамки застосування. Так само, як і будь-яке навчальне заняття, тренінгові форми роботи мають певну мету, зокрема:

- інформування та набуття учасниками тренінгу нових навичок та вмінь;
- опанування нових технологій навчання;
- зменшення чогось небажаного (*проявів поведінки, стилю неефективного спілкування, особливостей реагування тощо*);
- зміна погляду на проблему;
- зміна погляду на процес навчання, аби зрозуміти, що він може давати наснагу та задоволення;
- підвищення здатності учасників до позитивного ставлення до себе та життя;
- пошук ефективних шляхів розв'язання поставлених проблем завдяки об'єднанню;
- активізація особистості щодо розв'язання актуальних проблем.

Саме залежно від поставленої мети вчитель (*психолог*) використовує певну вправу або гру. Кожна з ігор, наведених у посібнику,

може працювати як складова будь-якого етапу тренінгу: знайомство, виявлення очікувань, зворотний зв'язок, встановлення правил, взаємодія і самонавчання, спілкування і виявлення думок, інформування, «мозкові штурми», виконання проектів, рольові ігри, інсценування, керування дискусією, робота в групах, позбавлення емоційного напруження та створення емоційного стану, рефлексія і релаксація. Саме на нестандартних та ігрових формах діяльності, що є елементами тренінгів, наголошує Концепція НУШ.

Вправи та ігри, запропоновані в посібнику, надають змогу вчителю та практичному психологові охопити формування, розвиток і виховання саме тих якостей особистості, на які звертають увагу автори Концепції НУШ і нового Держстандарту початкової освіти, а саме:

- комунікативно-мовленнєві навички;
- позитивне ставлення до світу/себе/інших;
- порівняння себе з іншими;
- прагнення бути хорошим/корисним;
- адекватна самооцінка;
- навички ухвалення рішень/вибору/розв'язання проблемних ситуацій;
- здатність розрізняти почуття;
- здатність говорити про почуття (*відчуття*);
- прагнення контролювати прояви емоцій;
- відкритість до нового (*допитливість*);
- готовність до взаємодії з дітьми/дорослими;
- уміння слухати іншого (*дитину/дорослого*);
- уміння просити, звертатися по допомогу, висловлювати вдячність, адекватно сприймати відмову;
- здатність співчувати й надавати допомогу;
- уміння миритися (*вибачатися/вибачати*);
- прагнення бути частиною групи;
- уміння організувати гру, грати/діяти разом;
- займати активну життєву позицію.

«МИ ТЕПЕР — НЕ ПРОСТО ДІТИ, МИ ВЖЕ — СПРАВЖНІ ШКОЛЯРИ!»

Ігри адаптаційного періоду першокласників

Центральною метою адаптаційно-ігрового циклу НУШ є природне входження дитини в шкільне життя, послідовна адаптація до нового середовища. Запропоновані нижче ігри допоможуть вчителю та психологові сприяти включенню дітей в освітній процес, оскільки мають за мету:

- знайомство учнів між собою;
- створення позитивної атмосфери в класі;
- розвиток комунікативних умінь;
- розвиток бажання познайомитися;
- навчання ввічливого звертання одне до одного;
- розвиток відчуття єдності, причетності до групи;
- навчання відчуття того, що разом, у гурті, краще і гратися, і вчитися, і працювати, і відпочивати;
- розвиток позитивної мотивації до відвідування школи;
- допомога дітям у подоланні сором'язливості;
- розвиток уміння бачити в собі позитивні риси;
- розвиток кмітливості, уважності, спостережливості та інших особистісних якостей;
- формування початкових навичок колективної діяльності.

Запропоновані ігри різняться за часом проведення, тому їх можуть використовувати вчитель і практичний психолог як під час ранкових зустрічей, так і у формі окремого виду діяльності на уроках і в позаурочний час. Деякі вправи підійдуть для заповнення «Щоденника вражень». Виконати педагогічні завдання вчителю допоможуть запропоновані НУШ прийоми трансформації робочих місць, килимки, цеглинки LEGO, ляльки та інноваційні форми роботи з дітьми.

ІГРОТЕКА «ЗНАЙОМСТВО»

ГРА «СНІГОВИЙ КОМ»

Мета: познайомити дітей між собою.

Обладнання: цеглинки LEGO.

Хід гри

Варіант 1. Учні класу утворюють коло. Перший називає своє ім'я, після цього другий учень називає ім'я попереднього і своє. Третій — ім'я першого, другого і своє. Таким чином має утворитись «ланцюжок» з імен.

Варіант 2. Учитель об'єднує учнів у групи відповідно до кольорів цеглинок LEGO, утворюючи шість груп. Для кожної групи проводиться гра за варіантом № 1.

Об'єднання класу (*імена — для всіх*): учитель будує вежу з цеглинок LEGO, а учні кожної кольорової команди голосно називають імена дітей своєї групи, відрекомендовуючи їх.

ГРА «МИ ЙДЕМО В ПОХІД»

Мета: познайомити дітей між собою.

Обладнання: цеглинки LEGO або м'які іграшки для об'єднання дітей у групи.

Хід гри

Учень називає своє ім'я і предмет, що він бере із собою у похід. Назва предмета має починатися на ту саму букву, що й ім'я учня.

Наприклад: «Мене звати Тетяна, я йду в похід і беру із собою термос». Наступний учень говорить відповідну фразу про себе та повторює фразу попереднього гравця: «Мене звати Степан, я йду в похід і беру із собою спальник, а ще — Тетяну з термосом». Гра триває, доки не будуть названі імена всіх учнів класу.

Примітка. Маленьким дітям важко одразу запам'ятати такий обсяг інформації, тому доречним буде об'єднати їх у групи.

ГРА «Я — ТАКИЙ»

Мета: познайомити дітей; поглибити знання про особисті навички.

Обладнання: м'яка іграшка або м'яч.

Хід гри

Учні утворюють коло. Ведучий подає м'яч комусь із дітей, називаючи своє ім'я і слово-прикметник, описуючи себе (*Який я?*).

Наприклад: «Ірина Петрівна. Я — добра».

І передає м'яч по колу. Діти по черзі називають своє ім'я, додаючи слово-прикметник, що характеризує їх (*можна запропонувати ускладнений варіант — прикметник має починатися з тієї самої букви, що й ім'я дитини*).

ГРА «ІМЕНА ДІВЧАТОК ТА ХЛОПЧИКІВ»

Мета: познайомити дівчаток і хлопчиків між собою; розвивати обізнаність.

Обладнання: килимки або стільці.

Хід гри

Учні класу об'єднуються у 2 групи — команди хлопчиків та дівчаток. Команди сідають одна навпроти одної. Хлопчики називають будь-які імена дівчаток. Якщо ці імена має хтось із команди дівчаток, то вони підводяться і розповідають трохи про себе. Потім дівчатка називають будь-які імена хлопчиків. Гра триває, доки всі імена дітей не будуть названі.

ГРА «А МЕНЕ ЗВАТИ...»

Мета: розвивати бажання познайомитися; навчати ввічливо звертатися одне до одного; розвивати відчуття єдності, причетності до групи.

Обладнання: квітка або м'яч.

Хід гри

Кожна дитина, стоячи у колі, звертається (*по черзі*) до свого сусіда праворуч, передає йому квітку або м'яч, називає своє ім'я і, за бажанням, трохи розповідає про себе.

ГРА «ЛУНА»

Мета: навчати запам'ятовувати імена дітей класу; розвивати єдність, задоволення від перебування в центрі уваги.

Обладнання: стільці або килимки.

Хід гри

Діти утворюють коло, сидячи на килимі. Дитина, яка сидить праворуч від учителя, промовляє своє ім'я і плескає у долоні: «Марина». А діти всієї групи повторюють за нею це ім'я, ніби луна. Отже, ім'я кожної дитини повторюватиметься кілька разів.

ГРА «ВІДКРИВАЄМО СЕРЦЕ ОДНЕ ОДНОМУ»

Мета: познайомити учнів між собою; формувати доброзичливі взаємини між дітьми.

Обладнання: вирізані з паперу сердечка за кількістю дітей.

Хід гри

Кожен гравець отримує маленький аркуш паперу у формі сердечка, на якому пише своє ім'я. Учитель іде з капелюхом по колу. Учні по черзі голосно називають свої імена та опускають сердечко у капелюх.

Завдання гравців: витягнути з капелюха сердечко, прочитати ім'я і віддати його дитині з цим ім'ям.

ІДЕЇ ІГОР-РУХАНОК ДЛЯ ЗНАЙОМСТВА УЧНІВ КЛАСУ

Руханки є одночасно обов'язковою складовою тренінгів і навчального процесу в початковій школі. Гра-руханка сприятиме не тільки швидкому запам'ятовуванню імен однокласників, але і стане веселою фізкультхвилиною, доречною між уроками.

ГРА «РАВЛИК»

Мета: продовжити знайомити дітей одне з одним; розвивати увагу, пам'ять, уміння відповідати на сигнал.

Хід гри

Діти довільно рухаються кімнатою, а за сигналом «Равлик!» присідають, називаючи по черзі своє ім'я і набуваючи пози равлика.

ГРА «ВЕЛИКЕ ДЕРЕВО»

Мета: навчати відчуття того, що разом, у гурті, краще і гратися, і вчитися, і працювати, і відпочивати; розвивати позитивну мотивацію до відвідування закладу освіти.

Хід гри

Діти утворюють коло, взявшись за руки, імітуючи велике, сильне дерево. Дослухаються, як «шелестять його листочки», коли «дме вітер» (діти разом розгойдуються). Відчувають, як воно «живе», «дихає» (дихають разом: *крок уперед — вдих, піднімають руки; крок назад — видих, опускають руки*). Роблять висновок: «Коли ми разом — нас багато, і ми велике, міцне дерево».

ВЕСЕЛА РУХАНКА «ЗНАЙОМИМОСЬ!»

Мета: у веселій рухливій атмосфері продовжувати знайомити дітей між собою.

Хід гри

Учасники утворюють коло. Кожен учень по черзі робить крок у центр, називає своє ім'я і демонструє певний рух. Потім усі учасники одночасно повторюють ім'я однокласника і рух, який він щойно показав.

ГРА «ПОТЯГ»

Мета: закріплювати вміння знайомитися; розвивати слухове сприйняття, координацію рухів; сприяти нейтралізації негативної емоційної енергії та агресивної поведінки.

Хід гри

Учитель. Зараз ми зробимо потяг. Спочатку я буду «локомотивом», коли їхатиму по колу, то плескатиму в долоні й промовлятиму своє ім'я: «Оле-на...». Я об'їхала коло, а тепер на моє місце нехай стане хтось із вас, а я стану, як і ви, «вагончиком» — причеплюся до «локомотива». Тепер він поїде, а ми всі разом промовлятимемо його ім'я: «Дмит-ри-ку, Дмит-ри-ку...». Рушаймо!

Гра триває, доки всі діти по черзі не будуть «локомотивом» і не візьмуть участь у грі.

ГРА «КЛУБОЧОК»

Мета: закріплювати знання дітей одне про одного, уміння звертатися до товаришів на ім'я, брати участь у колективній грі; формувати позитивне ставлення до відвідування школи.

Хід гри

Учитель стоїть у центрі кола, що утворюють усі діти групи. Він — «клубочок». Один із малюків першим підходить до психолога, бере його за руку. У цей час уся група називає разом ім'я цієї дитини. Потім те саме робить друга дитина, беручи за руку вже першу дитину і «намотуючись» навколо «клубочка» — вчителя. Гра завершується, коли остання дитина «намотається» навколо «клубочка». Висновок, якого мають дійти діти: «Разом — добре; мене всі знають, і я знаю всіх».

ГРА «ТРУБОПРОВІД»

Мета: закріплювати знання дітей одне про одного.

Хід гри

Діти шикуються у лінію, тримаючись за руки. Обирають ведучого «водопровідника». Він стає спиною до гравців і говорить: «Вода пішла!». Після цього діти по черзі швиденько називають свої імена.