

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ОЙЫНДАР

«Суреттерді аяқтайық» жаттығуы

Мақсаты: Балалардың логикалық ойлауын, көру арқылы есте сақтауын, ойша жұмыс істей білуін дамыту.

Алдын-ала тақтада мысықтың және қоянның құлақтары салынған плакат ілінгіп дайындалды. Балалардың көздері шарфпен байланды да, олар кезек - кезекпен шығып, бірі денесін, бірі басын, бірі аяғын салады, осылайша жалғаса береді.

«Түрлі – түсті дөптер» жаттығуы

Мақсаты: Балалардың есте арқылы есте сақтауын дамыту.

Қағаз бетіне екі кішкентай қызыл және жасыл дөп, қызыл дөп пен жасыл дөптің ортасына үлкен көк дөп сал, ал жасыл дөптің жанына кішкентай сары дөп сал.

«Менің көңіл - күйім» жаттығуы

Мақсаты: Көңіл - күйін игере білуге және басқаруға, қадағалауға, дұрыс бағытай білуге тәрбиелеу.

Алдарындағы бланкіге өз көңіл - күйлеріңді суреттеп салыңдар.

«Мен басқаның көзімен»

Ортаға бір баладан кезекпен шығып, қалған қатысушылар ол жайлы қандай ой - пікірлескенін айтады. Бала өзін басқаның көзімен қандай адам екенін анықтайды.

«Атомдар мен молекулалар»

Әр қатысушы - жеке атомдар. Жүргізушінің айтуы бойынша атомдар қозғалысқа түседі, бір-бірімен жеңіл қақтығысқа түседі. Жүргізуші қанша атомның қосындысынан молекула құралатынын айтады, сол кезде сол санға сай бірігіп тұра қалу керек. Молекула құрамына кірмей қалғандар ойындан шығады.

Аффирмациялар

- « Ол жасаған іс менің де қолымнан келеді», « Мен жетістіктің адаммын»,
- « Менің жағдайым күннен – күнге жақсаруда»

«Таңғажайып дорба» ойыны

Дорбада бірнеше жеміс, көкөніс бөліктері бар. Бала көзі жабылып, дорбадағы заттың дөмін татып, оның қай жеміс екенін, дәмі, иісі, формасы, түсі жайында ажырата баяндайды.

Мен қандай адаммын?

Әр қатысушы өзінің жағымды, жағымсыз қасиеттерін айтады. Сол бойынша қорығылды жүргізіледі.

Менің қызышылдығарым

Қатысушылар бағдарынан өткен қызышылдығарды естеріне түсіріп, ортаға салады, өзгелермен ой бөліседі.

Есте қалған қызықты оқиға

Топ дөңгеленіп отырып, қатысушыларға доп беріледі. Допты бір - біріне кезектесіп беріп, есте қалған қызықты оқиғаларды айтады.

Ұқсастық шеті

Қатысушылар жұптасып отырады. Жұбына қарап, ұқсастықты тауып жазды. Ұқсастығын оқып, ой бөліседі

Мен саған сенемін

Әуен ойнап тұрады. Жүп құрып, бір - бірінің көздеріне қарап отырады. «Мен саған сенемін...» өйткені сен жақсы адамсың.

«Сикырлы сөздер» ойыны

Психолог кез - келген өтінішті айтады, ал бала оны әдетті түрде айтуы керек. Мысалы: Айнаш, дәптерді бер. «Айнаш, өтінемін дәптерді берші» Дегілік туралы ертегі тыңдау

«Ең жақсы» ойыны

Қатысушылар екі топқа бөлінеді. Әр топқа мынадай нұсқау беріледі. Берілген мінездеме қай мамандыққа сай екендігін айту керек. Ең ақшалы, ең жасыл, ең тәтті, ең күлкілі, ең ұсқаныс, ең қарым - қатынас күшті, ең жауапты, ең салмақты.

«Жағдайлы волейбол» ойыны

Психолог әділдік пен әділетсіздікті көрсететін жағдайларды айтады, сол арада дұрыс жауапқа бала допты қағып алды, бұрыс жауапқа қағып алмайды

«Келісу» ойыны

Жай әуенмен екі шеңбер болып қарама - қарсы айналады, әуен тоқтаған кезде бір - біріне қарап, баланың қасиетін айтады.

Ассоциация «Жанұя»

Психолог допты лақтыру арқылы ата - анаға сұрақ қояды, олар жауап береді.

«Сикырлы жұмыртқа» ойыны

Әр бала жұмыртқа бейнесінде берілген формаларға жаңа зат пайда болатындай етіп, аяқтп сурет салады.

«Әрқашан күн сөйбесін!» жаттығуы

Тақтаға бұлт басқан күннің суреті ілінеді. әр бұлтта танырмалар берілген. Соларды орындау барысында күннің көзі ашылады.

«Өкпені еріту» жаттығуы

Тып - тыныш денеңді бос ұстап отырмаңыз. Өзіңді қара көлеңкеде театрда отырмын деп есентеңіз. Алдыңызды шағын сахнаға (ең жек көретін, көргіңіз келмейтін) сіз кешіруге тиісті адамды қойыңыз. Мейлі ол сізді қазір реткітесін, бұрын реткітесін, қазір өмірде бар бөлесін, әлде өмірден өтіп кетті ме, оған мән бермеңіз. Көз алдыңызға елестеткенде оның жағдайы жақсы, жүзіне күлкі үйірілген жағдайда болуы керек.

Оны бақытты деп біліңіз. Бірнеше минут оның жүзін анық көз алдыңызда ұстап тұрыңыз. Сонан соң барып ол бейнемен қоштасыңыз. Сіз кешірген адам кетісімен сіз өзіңізді сахнаға қойыңыз. Өзіңізді де тек жақсы жағдайда елестетіңіз. Бақытты, күлкіүйірілген жүзбен тұрыңыз. Бұл әлемдегі жақсылық барлығыңызға да тең жететінін ұғыңыз.

«Тазару» жаттығуы

Терең дем алып, демді барынша қайта шығарыңыз. Денеңізді босатыңыз.

Өзіңізге былай деңіз: Мен өмір сүруіме келергі келтіретін барлық өкпе, реніштен тазарғым келеді. Мен барлық қысымнан осылайша босаймын. Барлық өскі реніш, өкпелерден құтылғым келеді. Мен жаңға рахат жайбарбақаттылықты сезінемін.

Мен өз қалпымдамын. Өз өмірімнің ағышымен барамын Бірақ өкпені ұмыттым, кештім.