

# Развивающий игротренинг

## Для детей 3–6 лет

[dovosp.ru](http://dovosp.ru)  
«Дошкольное воспитание»

### В. Меренкова,

кандидат психологических наук, доцент, кафедра психофизиологии и педагогической психологии, ФГБОУ ВО Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, г. Елец, Липецкая область; krakovv@mail.ru

**Аннотация.** В статье рассказывается о методике развивающего игротренинга для дошкольников. Рассматриваются особенности организации занятий: цели и задачи, материалы и оборудование, описание основных частей занятия, квалификационные требования к педагогу.

**Ключевые слова:** развивающий игротренинг, дошкольники.

**И**гра для малыша – способ познания мира, его свойств и качеств, сложных взаимоотношений.

Играя, ребенок осваивает формы и величины вещей и предметов, их расположение в пространстве, различает цвета и звуки, реагирует, координирует движения, наблюдает и запоминает, расширяя свой кругозор.

При этом работает воображение, память, мышление, развивается речь.

**Методика.** Основана на системе игровых упражнений, которые тренируют способность быстро и активно концен-

трировать и развивать внимание, память, воображение и творческую фантазию.

Как считал Л.С. Выготский, «отношение игры к развитию – это отношение обучения к развитию. За игрой стоят изменения потребностей и изменения сознания более общего характера. Игра – источник развития и создает зоны ближайшего развития».

Именно поэтому **целью развивающего игротренинга для дошкольников** является их разностороннее развитие: интеллектуальное, эмоциональное, физическое и личностное.

**Задачи.** Физическое развитие. Развитие речи, внимания, памяти, мышления, воображения, фантазии; любознательности, познавательной и экспериментаторской деятельности; мелкой, общей моторики, координации движений, пространственных ориентировок; сенсорных способностей; волевых качеств, дисциплинированности, самоконтроля; игровой деятельности. Формирование положительных взаимоотношений с детьми и взрослыми.

**Место проведения.** Просторное помещение или групповая комната детского сада, разделенная на две зоны: с мягким напольным покрытием и со столами (они соответствуют возрастным особенностям детей).

**Материалы и оборудование.** Мягкий бассейн; мягкие пазлы (обозначение места для каждого ребенка на мягком напольном покрытии); дидактические игры, кукольный театр, мячики для массажа, скамейка, доска, альбомы, мелки, ножницы, пластилин, краски, кисточки, баночки для воды, конструкторы (из разного материала); пазлы, мозаика и т.п. (Дополнительные материалы определяются в соответствии со спецификой занятия.)

**Организация занятий.** Группа состоит из 10–12 человек, что позволяет осуществить индивидуальный подход к каждому ребенку. Занятия должны проводиться не менее двух раз в неделю. Длительность: для детей 3–4 лет – 30 минут; для 4–5 лет – 40 минут; для дошкольников 5–6 лет – 50 минут.

Чередование деятельности позволяет обеспечить учет возрастных закономерностей, поддерживать интерес, сосредоточить внимание воспитанников во время занятия.

Временной интервал чередования деятельности должен составлять: в младшем дошкольном возрасте – каждые 2–5 минут; в среднем – 3–6 минут; в старшем – каждые 4–7 минут.

### Структура занятия

Основные части занятия	Время младшие/средние/старшие дошкольники (минуты)	Наименование составных частей занятия
I Игры и игровые упражнения в зоне с мягким напольным покрытием	1/2/2	Совместное музыкальное приветствие, которое направлено на развитие коммуникативной культуры
	3/4/5	Игры с движениями, упражнения на развитие общей моторики, координации, подражательности
	5/7/8	Игры на развитие высших психических функций, волевых качеств
	5/6/7	Игры на взаимодействие детей в группе и со взрослыми
II Игры и игровые упражнения за партами	3/4/5	Пальчиковые игры, упражнения на развитие мелкой моторики
	5/6/8	Дидактические игры
	5/6/7	Работа в прописях
III Игровые упражнения в зоне с мягким напольным покрытием	2/3/5	Игры на расслабление, уравнивание нервных процессов, укрепление тормозных реакций
	1/2/3	Обсуждение занятия

## I блок. Адаптация

**Квалификационные требования к педагогу.** Желательно, чтобы занятия проводили два педагога (например, старший и младший воспитатели) или педагог и психолог, но при свободном владении материалом и четкой организации может работать и один специалист, обладающий следующими качествами: опытом работы с детьми данной возрастной группы; способностью их заинтересовать, удержать внимание; чуткостью, эмоциональностью.

### Содержание

Программа состоит из трех блоков, каждый из которых может использоваться отдельно, однако все части взаимосвязаны и направлены на интеллектуальное, личностное и физическое развитие.

Д.Б. Эльконин отмечал, что «содержание игры с возрастом меняется. Сначала в своей игре дети отражают предметную деятельность взрослых, затем в центр их внимания попадают отношения между взрослыми и, наконец, правила, по которым строятся эти отношения. Следовательно, развитие содержания игровой деятельности идет от развернутых игровых действий через их сокращение к развернутым ролевым отношениям, а от них к правилу, что дает возрастную картину развития игры».

Именно поэтому построение и насыщение каждого из трех блоков игротренинга напрямую зависят от возраста детей: младшего, среднего и старшего дошкольного возраста.

Рассмотрим **содержание игротренинга для дошкольников на примере возрастного диапазона трех-четырех лет.**

Предполагает приспособление организма детей к новым условиям в процессе реализации развивающего игротренинга (включает от 5 до 10 занятий).

### 1-я часть игротренинга Игры и игровые упражнения

(зона с мягким напольным покрытием)

#### Знакомство

Дети с воспитателем встают в круг. Ведущий (педагог) – в центре круга. Держит мягкую игрушку или мяч, называет свое имя и имя того, кому передает игрушку или бросает мячик. Педагог переходит на место ребенка, а ребенок становится ведущим. Он также называет свое имя и имя следующего участника игры (повторяется по кругу).

#### Приветствие «Давайте поздороваемся!»

Педагог предлагает воспитанникам поприветствовать друг друга. Дети по кругу пожимают друг другу руки. Это упражнение позволяет установить положительный контакт.

#### Мини-зарядка «Пальчик о пальчик»

**Цели.** Уравновешивание нервных процессов. Укрепление тормозных реакций. Выполнение действий по команде. Координация движений.

Пальчик о пальчик – тук да тук!

(Повторить 2 раза.)

Хлопай, хлопай, хлопай!

(Хлопают в ладоши.)

Ножками топай, топай!

(Повторить 2 раза.)

Спрятались, спрятались.

(Закрывают лицо руками.)

Пальчик о пальчик – тук да тук!

(Повторить 2 раза.)

### «Четыре стихии»

**Цель.** Развитие внимания (координация слухового и двигательного анализаторов).

Дошкольники стоят по кругу. Ведущий договаривается с ними: если он скажет слово «земля», дети должны опустить руки вниз; «вода» – вытянуть руки вперед; «воздух» – поднять их вверх; «огонь» – вращать запястьями обеих рук одновременно. Ведущий сопровождает команды движениями.

### «Замри»

**Цель.** Преодолевать двигательный автоматизм.

Дети прыгают в такт музыке (в прыжке – ноги в стороны и одновременно хлопки ладонями над головой; ноги вместе – хлопки по бедрам). Музыка смолкает – воспитанники застывают в позе, в которой они оказались в этот момент. Музыка звучит снова – дети прыгают.

По окончании игры дошкольники встают в колонну, во главе которой ведущий (сначала это педагог, впоследствии может быть кто-то из детей).

### «Смотри на руки»

Дети стоят друг за другом, впереди – ведущий. Двигаясь под спокойную музыку по кругу, он показывает различные движения руками, воспитанники повторяют.

Затем выбирается новый ведущий. Он должен придумать другие движения. Дошкольники их повторяют.

**Примечание.** Эту игру следует использовать и в качестве мотивационного компонента: роль ведущего отводить детям как поощрение за различные заслуги.

По окончании игры дошкольникам предлагается перейти в другую зону и сесть за столы.

## 2-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения

(за столами)

### Пальчиковая гимнастика «Маме улыбаемся»

**Цели.** Развивать мелкую моторику. Научить соотносить слова с движением пальцев рук, запоминать последовательность движений.

Звучит песня «Маме улыбаемся» (муз. и сл. В. Агафонникова).

Ой, лады, лады, лады!

(Дети хлопают в ладоши.)

Не боимся мы воды.

(Разводят руки в стороны.)

Чисто умываемся – вот так!

(Гладят по кругу щеки.)

Маме улыбаемся – вот так!

(Опускают руки, улыбаются.)

### Пальчиковая игра «Делаем квашеную капусту»

Имитируют действия руками: рубят капусту, трут морковку, добавляют соль, разминают.



### Стрейчинг с мячиками

Катают мяч в руках – «лепят снежки». Прокатывают его вдоль руки. Сильно сжимают мячик руками (поочередно правой и левой).

### Дидактическая игра «Цветные кармашки»

**Цели.** Развивать логическое мышление. Познакомить с основными цветами (красный, зеленый, синий, желтый).

**Примечание.** Можно использовать любые дидактические игры, направленные на развитие познавательных процессов (внимания, памяти, воображения, мышления, речи). Главное, чтобы игра соответствовала возрасту детей (3–4 года).

По окончании работы с дидактическими играми дошкольникам предлагается перейти в зону с мягким напольным покрытием. Педагог просит сесть на коврики (мягкие пазлы), расположенные по кругу.

### **3-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения**

(зона с мягким напольным покрытием)

#### **«Фея сна»**

Цель. Обучить приемам саморасслабления.

Дошкольники сидят по кругу на расстоянии друг от друга. Звучит колыбельная. К детям подходит «фея сна» с палочкой в руке (на начальном этапе эту роль берет на себя педагог, после нескольких занятий ее можно предложить кому-то из детей в качестве поощрения). Фея касается плеча одного из играющих палочкой, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Она обходит всех воспитанников, касаясь их палочкой.

Ведущий предлагает детям представить что-то очень приятное для них, а потом говорит, что, как только каждого коснется палочка, они должны открыть глаза. После того как откроют глаза, воспитанники рассказывают, что они видели, когда «спали». Обсуждение «снов» позволяет педагогу познакомиться с интересами детей более детально.



#### **Обсуждение**

Дошкольники сидят по кругу. Педагог предлагает вспомнить и рассказать, что больше всего им понравилось при выполнении игр и игровых упражнений.

Педагогу следует учесть, какие игры и игровые упражнения меньше всего понравились детям, чтобы при создании планов-конспектов последующих занятий их доработать с целью повышения к ним интереса воспитанников.

### **II блок. Основной**

Предполагает реализацию всех задач развивающего игротренинга путем усложнения материала с каждым последующим занятием, способствуя динамике психического развития воспитанников.

Включает от 20 до 30 занятий в зависимости от интенсивности интеллектуального, личностного, социального и физического развития детей. Проводится с повторением материала, изученного на предыдущем занятии, с его усложнением.

### **1-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения**

(зона с мягким напольным покрытием)

**Приветствие «Давайте поздороваемся!»**

Дети по кругу пожимают друг другу руки. Упражнение позволяет установить положительный контакт.

#### **Мини-зарядка «Буратино»**

Цели. Уравновешивание нервных процессов. Укрепление тормозных реакций. Выполнение действий по команде. Координация движений.

Буратино потянулся.

(Руки поднять вверх, потянуться.)

Раз нагнулся,

(Наклон вправо.)

Два нагнулся,  
(Наклон влево.)  
Руки в стороны развел.  
(Развести руки в стороны.)  
Видно, ключик не нашел!  
(Покачать головой.)  
Чтобы ключик нам достать,  
Нужно на носочки встать.  
(Встать на носочки, потянуться.)



*Цели игр.* Стимулировать внимание. Учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы. Формировать произвольность поведения (умение подчиняться и реагировать на требования взрослого).

#### **«Будь внимателен!»**

Дети ходят по зоне с мягким напольным покрытием. На слово ведущего «зайчики» они должны прыгать, на слово «лошадки» – как бы ударять копытом об пол.

*Примечание.* Усложнение игры на последующих занятиях: введение новых движений (например, «птицы» – бегать, раскинув руки в стороны; «аист» – стоять на одной ноге; «раки» – пятиться и т.д.).

#### **«Зеваки»**

Воспитанники идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение.

#### **«Слушай хлопки!»**

Дошкольники идут по кругу. Дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны), когда ведущий хлопает в ладоши один раз. Если ведущий хлопнет два раза, воспитанники принимают позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу); три хлопка – возобновление ходьбы.

*Примечание.* На начальном этапе педагогу предлагается во всех играх использовать одни и те же позы, чтобы детям было легче понять и запомнить правила. Это облегчит выполнение условий, позволит сохранить интерес к играм впоследствии.

#### **«Замри»**

*Цель.* Преодоление двигательного автоматизма.

Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны – вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка останавливается. Дошкольники застывают в позе, например какого-нибудь домашнего животного. Снова звучит музыка, и дети начинают прыгать.

*Примечание.* Впоследствии в игре следует менять позы и движения.

#### **«Гиппопотам»**

*Цели.* Развивать межличностные отношения. Формировать коммуникативные способности, отзывчивость.

Педагог просит детей положить руки на пояс впереди стоящего ребенка. Далее ведущий объявляет, что теперь все они – это «большой гиппопотам» (перед этим проводится предварительная работа: дошкольники рассматривают фотографии и иллюстрации с изображением гиппопотама). Все действия дети выполняют вместе.

Затем педагог показывает движения руками и ногами (отводит ногу влево, затем вправо; поднимает левую руку, потом правую).

*Примечание.* Усложнение игр на взаимодействие – введение более сложных заданий: «Гиппопотам устал и захотел отдохнуть...». Дети должны, держась обеими руками за пояс впереди стоящего ребенка, не размыкая рук, «присесть» на колени сзади стоящего. Педагог де-

монстрирует: «присесть» необходимо не полностью, а лишь имитируя действие.

По окончании игры предлагается перейти в другую зону и сесть за столы.

## **2-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения**

(за столами)

### **Пальчиковая игра «Пальчики»**

**Цели.** Научить соотносить слова с движениями пальцев рук. Запоминать последовательность движений. Познакомить с названиями пальцев рук.

Этот пальчик мой танцует,  
(Большим пальцем правой руки делать круговые движения.)

Этот пальчик круг рисует,  
(Указательным пальцем рисовать на колене круг.)

Этот скачет, словно мячик,  
(Средним пальцем стучать по колену.)

Этот – мой ленивый пальчик,  
(Безымянный палец выпрямить и положить на колено.)

А мизинец, мой малышек, по ноге скребет, как мышка.

(Мизинцем поскрести по колену.)

### **Стрейчинг с мячиками**

Катают мяч в руках – «лепят снежки». Прокатывают его вдоль руки. Сильно сжимают мячик руками (поочередно правой и левой).

### **Дидактическая игра «Геометрические фигуры»**

**Цели.** Развивать наглядно-образное мышление. Ознакомить с основными геометрическими фигурами (круг, квадрат, прямоугольник, треугольник).

Можно использовать любые дидактические игры, направленные на развитие логического мышления. Главное, чтобы игра соответствовала младшему дошкольному возрасту.

### **Графические навыки**

**Цели.** Развивать мелкую моторику пальцев и кистей рук, зрительное восприятие, внимание. Обучить навыкам выполнения графических заданий.

Можно применять любые прописи для развития графических навыков детей трех-четырёх лет. Обучение рассчитано на 20–30 занятий. Задания усложняются с каждым последующим занятием (соответствует цели основного блока развивающего игротренинга).

Дошкольникам необходимо давать четкую инструкцию, например: «Дети, раскрашивать картинки нужно аккуратно, не выходя за контуры рисунка», хвалить их за малейшие успехи.

Затем воспитанникам предлагается перейти в зону с мягким напольным покрытием, сесть на коврики (мягкие пазлы), расположенные по кругу.

## **3-я часть игротренинга Игры и игровые упражнения**

(зона с мягким напольным покрытием)

### **«Фея сна»**

**Цель.** Обучить приемам саморасслабления.

### **Обсуждение**

Дети вспоминают и рассказывают, какие игры и упражнения им больше всего понравились.

## **III блок. Заключительный**

Подведение итогов. Включает от пяти до десяти занятий в зависимости от достигнутых результатов.

## **1-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения**

(зона с мягким напольным покрытием)

### **Приветствие «Доброе утро!»**

Дети по кругу приветствуют друг друга, делают это по-разному («Доброе

утро!», «Привет!», «Я рад всех видеть», «Здравствуйте!» и т.д.).

### **Мини-разминка «Мышка и мишка»**

**Цели.** Укреплять тормозные реакции. Выбатывать навык выполнения действий по команде. Учить координировать движения.

У мишки – дом огромный.

(Встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки.)

У мышки – очень маленький.

(Присесть, обхватив руками колени, опустить голову.)

Мышка ходит в гости к мишке,

Он же к ней не попадет.

(Дети с педагогом ходят по залу.)

### **Игра на расслабление «Шалтай-болтай»**

Дошкольники стоят по кругу в расслабленном состоянии, руки свободно свисают (как у тряпичной куклы). За спиной каждого ребенка лежит коврик (пазл).

Дети делают различные повороты под текст.

Шалтай-болтай

Сидел на стене,

Шалтай-болтай

Свалился во сне.

В расслабленном состоянии воспитанники медленно опускаются на коврики.



### **«Чего не стало?»**

**Цель.** Развивать внимание, память, наглядно-образное мышление.

На столе – разные предметы (например, мягкая игрушка, брелок, карандаш). Педагог предлагает посмотреть на них и запомнить. Затем накрывает предметы и просит детей закрыть глаза. В этот момент убирает один из предметов. Просит воспитанников открыть

глаза и назвать тот, которого не стало. Игра повторяется несколько раз.

**Примечание.** На последующих занятиях можно предложить и другие игры-методики: «Что здесь лишнее?», «Найди предмет по плану» и т.д.

### **«Иголка и нитка»**

**Цель.** Развивать произвольное поведение, коммуникативные и организаторские способности.

Водящий играет роль «иголки» (первый раз эту роль должен сыграть педагог – дать образец выполнения условий игры). Дети получают роль «нитки».

Иголка ходит, петляя по комнате, а нитка (группа детей, держась друг за друга) двигается за ней. Желательно, чтобы затем роль иголки исполнил каждый ребенок из группы.

**Примечание.** Оценка достижений малыша – оценка умения подчиняться требованиям водящего и выполнять условия игры.

### **«Смотри на руки»**

Воспитанники стоят друг за другом, первый – водящий. Двигаясь под спокойную музыку по кругу, он показывает различные движения руками, дошкольники их повторяют.

Затем выбирается другой водящий. Он должен придумать новые движения, малыши их повторяют.

По окончании игры детям предлагается перейти в другую зону и сесть за столы.

## **2-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения**

(за столами)

### **Кубики в картинках**

**Цели.** Расширять кругозор, продолжать развитие мелкой моторики пальцев и кистей рук.



Детям раздают кубики. Ведущий (педагог) задает вопросы: «Есть ли на ваших кубиках домашние животные? Какие? Чем они питаются? Где живут?» и т.д. Дети рассматривают кубики. Если на них есть то, о чем спрашивает педагог, ребенок поднимает руку и отвечает на вопрос. Далее идет совместное обсуждение запланированной педагогом темы: «Есть ли на ваших кубиках домашние животные? (Да.) Какие? (Корова, лошадь.) Чем они питаются? (Сеном, травой.) Каких еще домашних животных вы знаете?». И т.д.

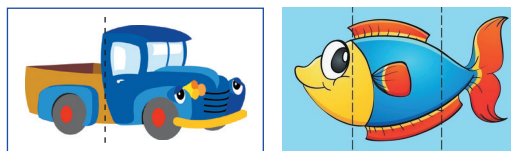
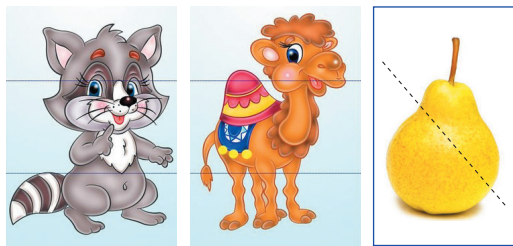
### Стрейчинг с мячиками

Катают мяч в руках – «лепят снежки». Прокатывают его вдоль руки. Сильно сжимают мячик руками (поочередно правой и левой).

### Складываем фигуры и картинки

Цель. Определить уровень способности ребенка к перцептивному моделированию (соотносить часть и целое, воссоздавать эталон).

Используются фигуры, разрезанные по контуру и по фону. Педагог предлагает детям собрать из частей картинок целую. Дошкольникам даются разрезные картинки сначала из двух частей, затем из трех.



*Примечание.* При обработке результатов следует учитывать, что большинство детей при составлении картинок будет пользоваться зрительным сопоставлением.

После складывания разрезных картинок воспитанникам предлагается перейти в зону с мягким напольным покрытием, сесть на коврики (мягкие пазлы), расположенные по кругу.

### 3-я часть игротренинга. Игры и игровые упражнения

(зона с мягким напольным покрытием)

#### «Фея сна»

Цель. Обучать приемам саморасслабления.

#### Обсуждение

Дети вспоминают и обсуждают игры и упражнения, рассказывают, что им понравилось и что их не заинтересовало.

После проведения каждого из блоков рекомендуется организовывать встречи (утренники, праздники) с родителями, чтобы показать, чему научились и что могут их дети.

## Development-oriented game training

V. Merenkova

**Abstract.** The article offers the description of a development-oriented game training technique for preschoolers. The author focuses on such organizational peculiarities of the lesson as its aim, the tasks, the materials and equipment, the description of the main lesson parts and teacher qualification requirements.

**Keywords:** development-oriented game training, preschoolers.

