



**«Психогимнастика»**

**М.И. Чистяковой**

**Картотека игр и**

**этюдов**  
**Для детей 3-5 лет**

**Составитель:**

**Воспитатель**

**Черникова Л.П.**

# Игры на развитие внимания

## Будь внимателен!

**Цель игры. Стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.**

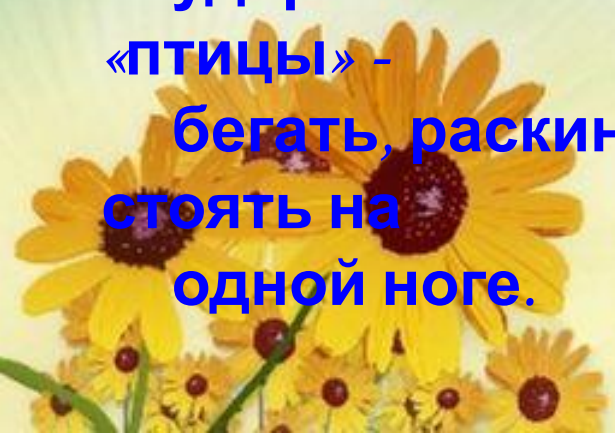
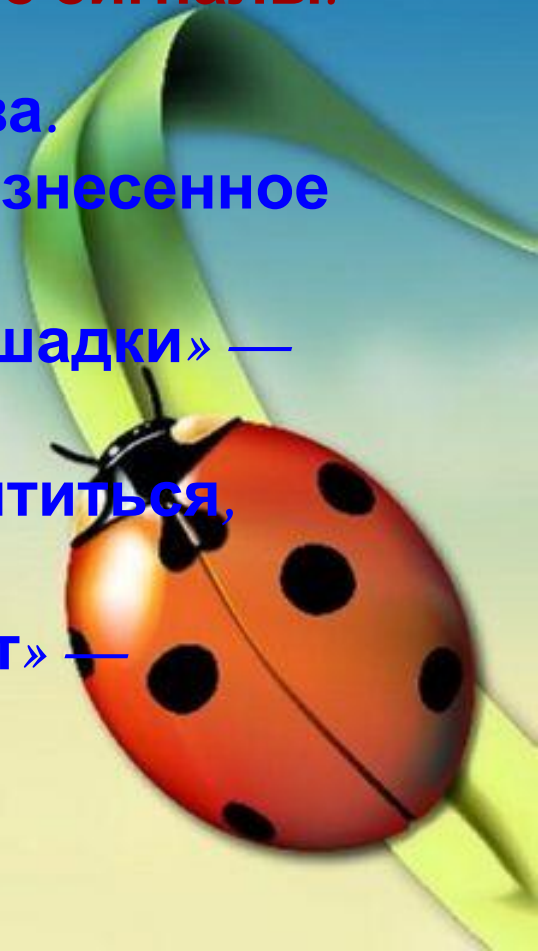
**Дети шагают под «Марш» С.Прокофьева.**

**Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети**

**должны начать прыгать, на слово «лошадки» — как бы**

**ударять «копытом» об пол, «раки» — пятиться, «птицы» -**

**бегать, раскинув руки в стороны, «аист» — стоять на одной ноге.**

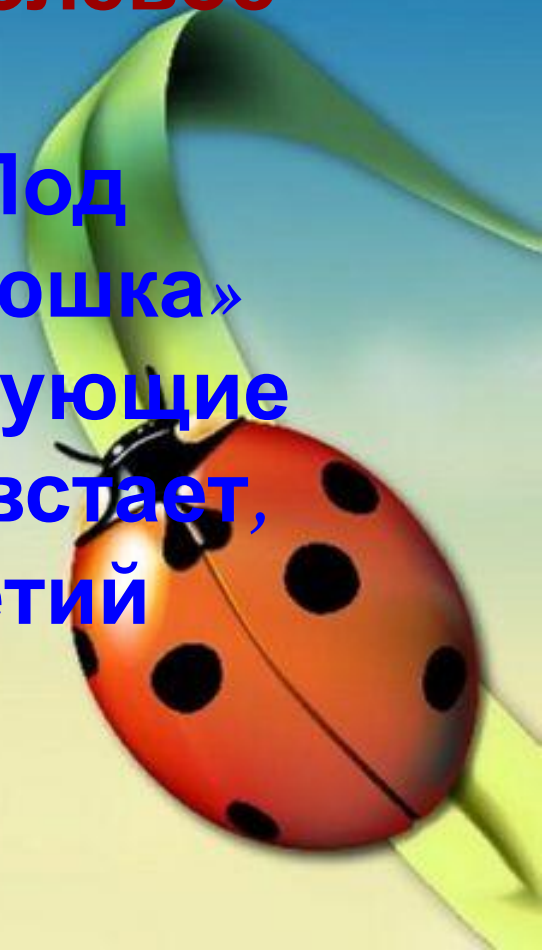
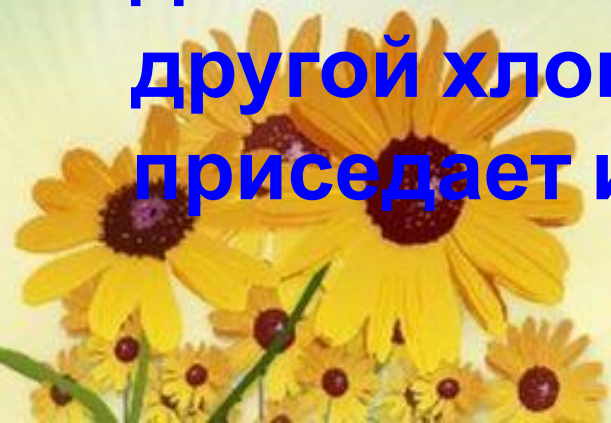


# Игры на развитие внимания

## Канон для малышей

**Цель игры. Развивать волевое внимание.**

**Играющие стоят по кругу. Под хороводную песню «Селезенюшка» дети по очереди делают следующие движения: один приседает и встает, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встает и т. д.**

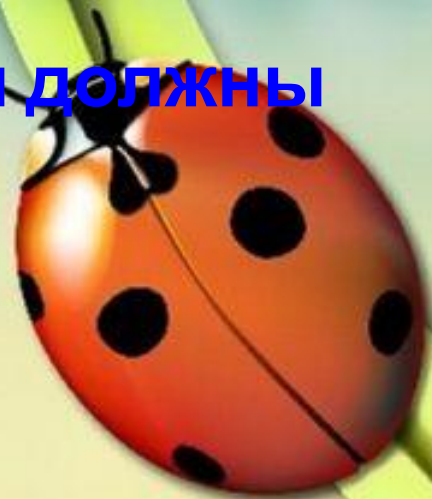


# Игры на развитие памяти

## Запомни свое место

**Цель игры. Развивать моторно-слуховую память. Дети стоят около стола ведущего.**

**Дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку И. Дунаевского «Галоп» все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места**



# Игры на развитие памяти

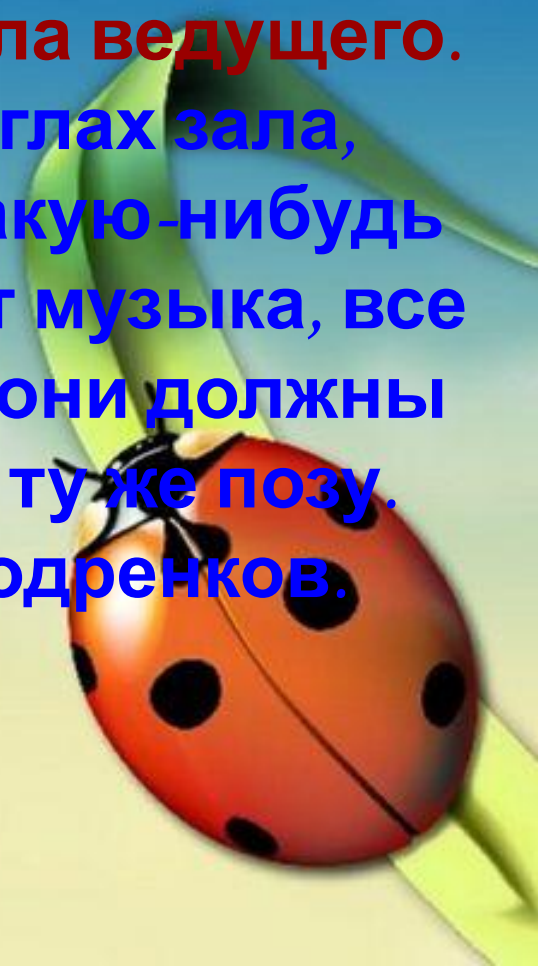
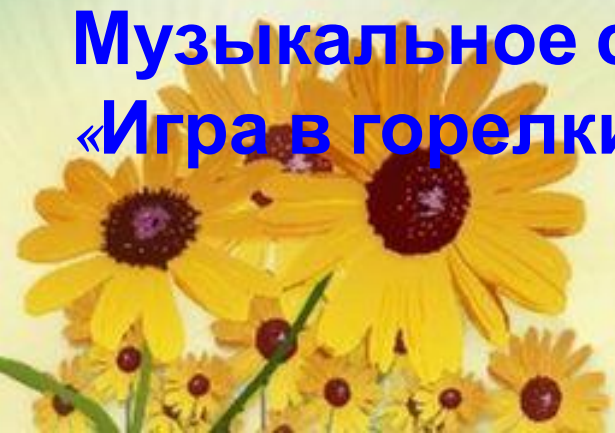
## Запомни свою позу

**Цель игры.** Развивать моторно-слуховую память. Дети стоят около стола ведущего.

Дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый ребенок должен встать в какую-нибудь позу и запомнить ее. Когда зазвучит музыка, все дети разбегаются, с ее окончанием они должны вернуться на свои места и встать в ту же позу.

Музыкальное сопровождение: С. Бодренков.

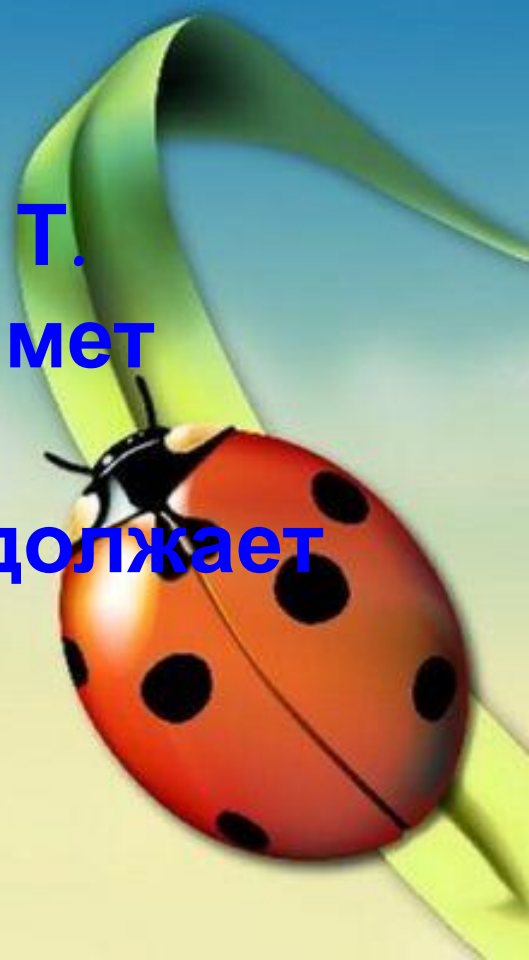
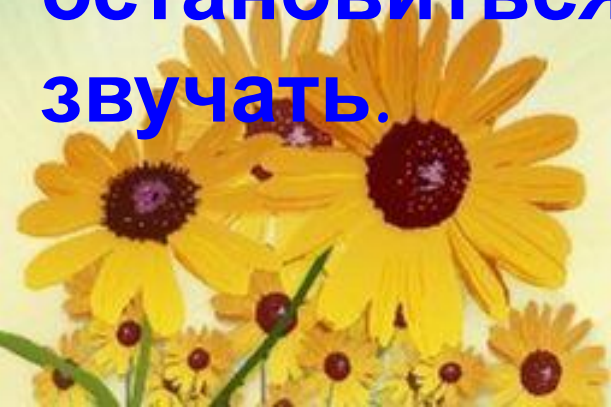
«Игра в горелки».



# Игры на преодоление двигательного автоматизма

## Флажок

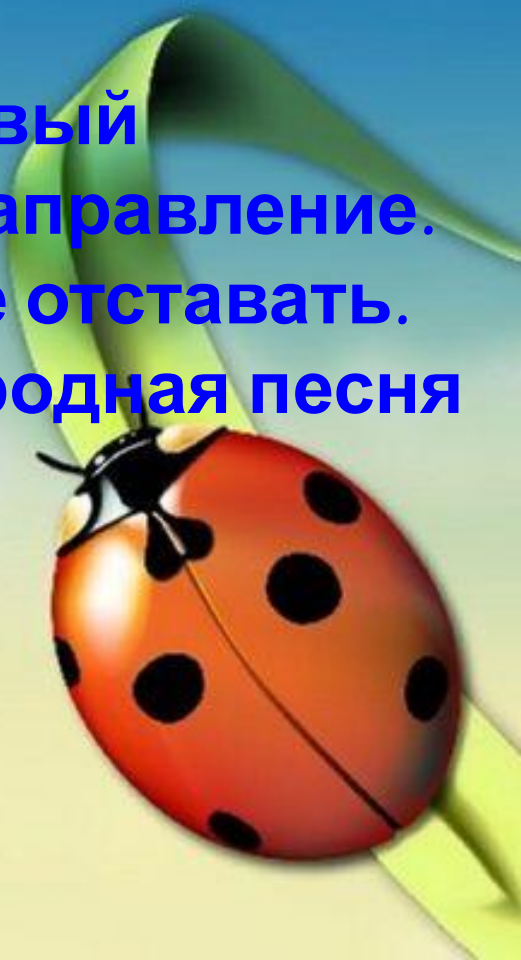
Играющие ходят по залу под «Болгарскую песню» (обработка Т. Ломовой). Когда ведущий поднимет флажок вверх, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.



# Подвижные игры

## Иголка и нитка.

Дети становятся друг за другом. Первый ребенок—иглолка. Он бегаёт, меняя направление. Остальные бегут за ним, стараясь не отставать. Игру сопровождает французская народная песня «Горбуны».



# Подвижные игры

## Сова

Дети выбирают водящего - сову, которая садится в гнездо и спит. В это время дети начинают бегать и прыгать. Затем ведущий говорит: «Ночь!» Сова открывает глаза и начинает летать. Все играющие сразу должны замереть. Кто пошевелится или засмеется, становится совой. Игра сопровождается музыкой О. Гейльфуса «Балалар».

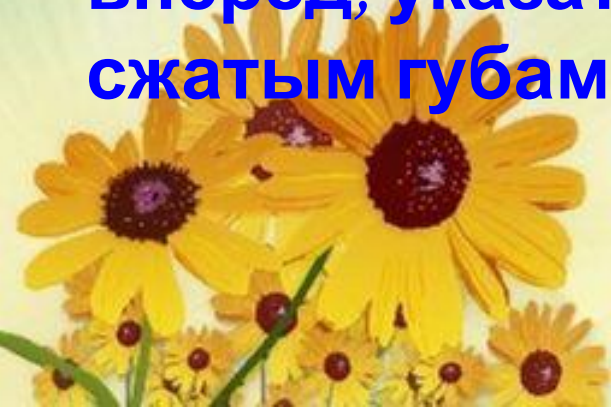




# Этюды на выразительность жеста

## Тише!

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!» Этюд выполняется под музыку Б. Берлина «Спящий котенок». Выразительные движения. Шею вытянуть вперед, указательный палец приставить к сжатым губам, брови поднять вверх.



# Этюды на выразительность жеста

## Иди ко мне

Мальчик манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.

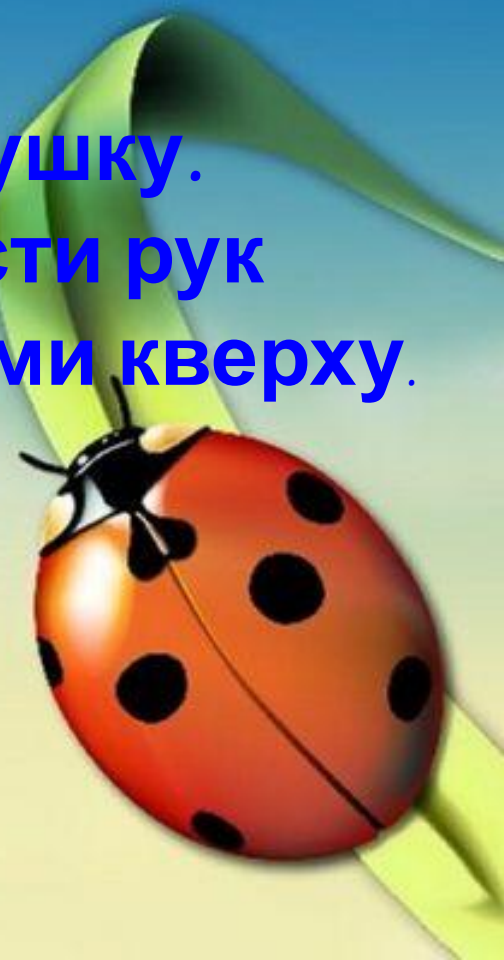
Выразительные движения и жесты. Присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.



# Этюды на выразительность жеста

## Отдай!

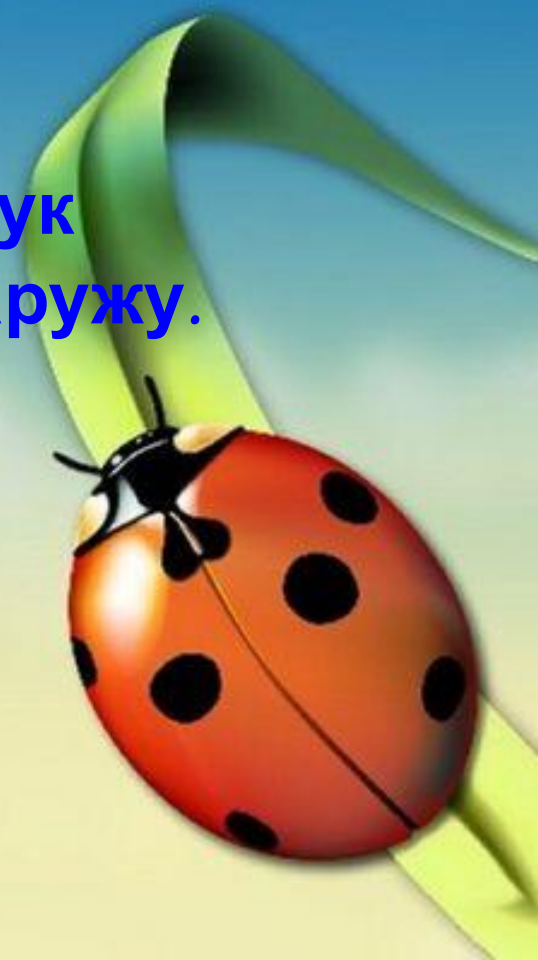
Ребенок требует отдать ему игрушку.  
Выразительные движения. Кисти рук  
держат горизонтально ладонями кверху.



# Этюды на выразительность жеста

## Уходи!

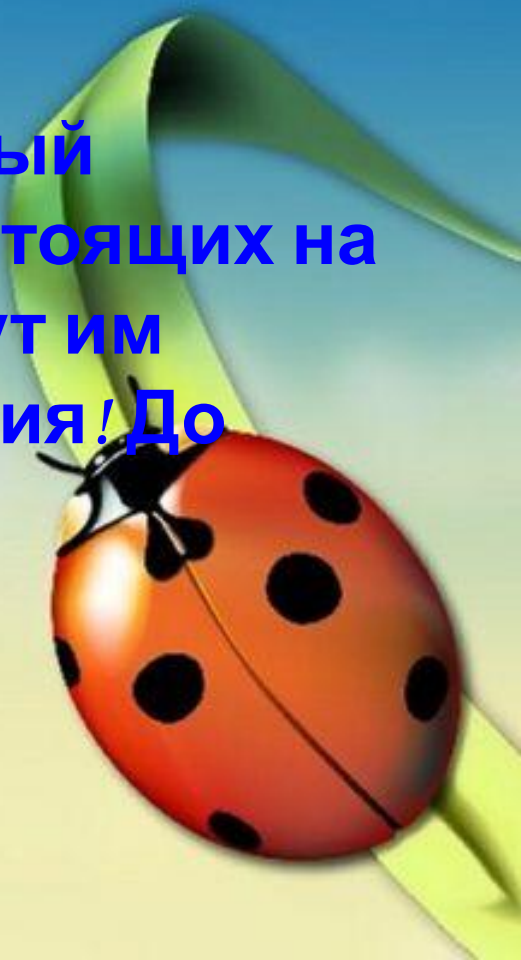
Ребенок отталкивает обидчика.  
Выразительные движения. Кисти рук  
держат вертикально, ладонями наружу.



# Этюды на выразительность жеста

## До свидания!

От пристани отходит огромный белый теплоход. Провожаящие, глядя на стоящих на палубе моряков и пассажиров машут им высоко поднятой рукой: «До свидания! До встречи!»



# Использованная литература:

УДК 376

ББК 74.3

Ч-68

Чистякова М. И.

4-68 Психогимнастика / Под ред. М. И.  
Буянова.—2-е изд.— М.: Просвещение: ВЛАДОС,  
1995. - 160 с: ил. - ISBN 5-09-006683-3.

