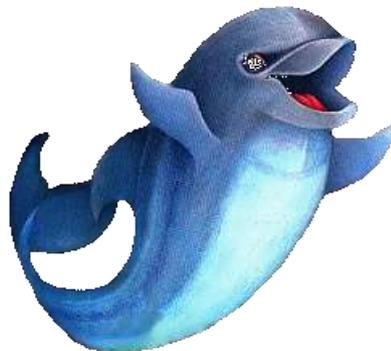


# Анималотерапия





### ЗВЕРИНЕЦ

Игра развивает коммуникативные способности, умение распознавать язык мимики и жестов, способствует снятию телесных зажимов.

Одна группа детей изображает движения, повадки, позы разных животных. Другая группа – зрители. Они гуляют по зверинцу, отгадывают «зверей», хвалят их и «фотографируют». Угадав всех, группы меняются ролями.



### ОСЬМИНОГ

В игре дети учатся работать в команде, проявляют ловкость, сообразительность, целеустремлённость.

Дети ложатся на коврик по кругу, зацепляются друг с другом в центре ногами и превращаются таким образом в осьминога. Другая группа детей – «рыбки». Они шустро двигаются между «щупальцами» (руками) осьминога и пытаются достать «икринки» - мячики, которые лежат между щупальцами осьминога. Побеждает та «рыбка», которая сможет собрать больше всех «икринок» и не будет поймана «осьминогом» и посажена в центр круга.



### СОРОКОНОЖКА

Игра развивает коммуникативные навыки, умение работать в общем режиме группы, снимет телесные зажимы.

Выбирается «голова». Остальные дети приседают на корточки, берут друг друга за пояс и, следуя за «головой», стараются передвигаться всем «телом», обходя препятствия, падая на бок, замедляя или ускоряя движение, заворачиваясь в кольцо. Задача каждого – не выбиться из общего ритма, не оторваться от частей тела.



### КРОКОДИЛ

В игре развивается ловкость, наблюдательность, внимание, снимаются страхи.

Выбирается водящий – он будет «крокодилом», - вытягивает вперёд руки одна над другой, изображая зубастую пасть. Остальные дети просовывают руки в «пасть». «Крокодил» с невозмутимым видом отвлекает детей, поёт песни, притопывает ногами, подпрыгивает и неожиданно смыкает руки – «пасть». Кто попался, становится «крокодилом».



### ТЮЛЕНИ

Игра способствует развитию сообразительности, умений преодолевать препятствия, используя ресурсы тела, активизирует воображение.

Детям, лежащим на полу, связывают шарфиком ноги под коленями, и они превращаются в лаконогих. Ведущий бросает воздушный шарик, и каждый пытается поймать его, отобрав у других и забросить его в корзину на полу, передвигаясь необычным способом. Побеждает самый меткий и вежливый «тюлень».



### КЕНГУРУ

Игра развивает чувство сопереживания другим, эмпатию, корректирует агрессивные тенденции в поведении, учит управлять своим телом.

На пояс детей свободно завязывают шарфик, образуя «сумку» кенгуру. В неё сажают детёныша – любимую мягкую игрушку – зверюшку. По команде ведущего «кенгуру» начинают прыгать к условному месту, стараясь при этом не выронить малыша. Руками придерживать нельзя. Побеждают самые быстрые и заботливые «кенгуру».



### ПЕТУШИНЫЕ БОИ

Игра способствует эмоциональной разрядке, выходу агрессии, учит соблюдать правила, снимет телесные зажимы.

Дети в парах встают друг против друга на одной ноге. Руки спрятаны за спину. По команде ведущего они начинают наскакивать друг на друга, толкаться плечами, туловищем, головой, стараясь заставить соперника встать на обе ноги. Ведущий следит за соблюдением «бойцами» правил.



### ТЕРЕМОК

Умение договариваться, работать в группе, думать о других очень важны для продуктивного общения.

На небольшом столике дети должны построить теремок и поселиться в нём. Дети советуются и выбирают роли разных животных. Задача – по очереди называя себя, занять место на столике, думая о других. Понятно, что медведь занимает много места, а мышь – мало. Пусть каждый помнит о цели – построить и заселить всеми зверьями теремок, занимая свой кусочек «жилплощади».



## ЛЯГУШАТА

Игра развивает инициативность, смелость, способность постоять за себя, договориться с партнёром по общению.

На полу раскладываются подушки на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Дети – «лягушата», живущие на болоте. Подушки – «кочки», их на 2 – 3 меньше, чем «лягушат». Если на кочке «лягушатам» тесно, то они должны договориться, как разместиться вместе, а если не получается – прыгают на другие «кочки» и, выбирая разные стратегии (толкают, обнимают, просят подвинуться) ищут себе место «под солнцем».

Взрослый тоже прыгает по «кочкам». Если «лягушата» совсем не могут договориться между собой, он подсказывает и помогает найти выход из конфликта.



### ДИНОЗАВРИКИ

Игра способствует выходу психофизического напряжения, агрессивности, страхов и поднимает настроение.

Детям предлагается превратиться в динозавриков: сделать страшные мордочки и, высоко подскакивая, бегать по залу, издавая душераздирающие крики.



### УЛИТКА

Суетливость и поспешность нередко мешают детям организовать своё поведение, эта игра способствует развитию самоконтроля, выдержки.

Дети встают в одну линию. Им предлагается представить себя улитками, которые передвигаются очень медленно. По команде все начинают очень медленно продвигаться к указанному месту. Побеждает «улитка», доковылявшая до финиша самой последней. Останавливаться и разворачиваться нельзя.



### ХАТХА – ЙОГА

Анималотерапевтические упражнения входят в состав хатха – йоги – древневосточной оздоровительной системы физической, психической и духовной культуры. Гимнастика с использованием асан (элементов), отражающих повадки, позы представителей животного мира, полезны не только для укрепления здоровья детей, профилактики сколиоза, астмы, простуд. Дети, занимающиеся хатха – йогой, становятся спокойнее, уравновешеннее, у них появляется уверенность в своих силах, концентрируется внимание, развивается усидчивость и воля.

Упражнения хатха – йоги естественны, копируют позы известных ребёнку животных, птиц, насекомых, помогают войти в образ, будят фантазию и воображение, хорошо запоминаются. Основное внимание необходимо обратить на дыхание (оно должно быть ровным, спокойным) и статическое поддержание поз (нагрузка должна быть умеренной и сочетаться с расслаблением).



### ПОЗА ДОБРОЙ КОШКИ

Ребёнок встаёт на колени, руки и бёдра надо поставить перпендикулярно полу и параллельно друг другу. Плавно поднять голову, максимально прогнуться в пояснице. Необходимо удерживать позу 10 – 15 секунд. Дыхание ровное, спокойное. Попросите ребёнка подумать о чём – то добром и радостном.



### ПОЗА СЕРДИТОЙ КОШКИ

Полезно чередовать с позой доброй кошки. Исходное положение то же. Далее ребёнок опускает голову, а спину плавно выгибает вверх. Дыхание произвольное. Ребёнка просят подумать о том, что его сердит и злит. Удерживать позу 10 – 15 секунд.



### ПОЗА ЛАСКОВОЙ КОШКИ

Ребёнок, лёжа на животе, медленно наклоняет корпус, вытянув руки вперёд ладонями вниз. Подбородок касается пола, грудь прижата к коврику, спина плавно прогнута. При этом бёдра должны быть перпендикулярны полу. Дыхание спокойное, выдох глубокий, долгий. Удерживать позу 10 – 15 секунд. Затем предложите ребёнку отдохнуть, лёжа на животе, расслабившись, и потянуться, как это делают кошки.



### ПОЗА ХРОМОГО КУЗНЕЧИКА

Ребёнок, лёжа на животе, касается подбородком пола. Руки вдоль тела, пальчики сжать в кулак. Упираясь руками в пол, надо как можно выше поднять левую ногу. Дыхание спокойное, поза удерживается 10 – 15 секунд. Затем на выдохе надо плавно опустить ногу, отдохнуть 3 – 5 секунд и повторить то же с правой ногой.



### ПОЗА ПРЫГАЮЩЕГО КУЗНЕЧИКА

Ребёнок лежит на животе, касаясь подбородком пола. Руки вдоль тела ладонями вниз. Сделав спокойный вдох и выдох, нужно одновременно как можно выше поднять руки ладонями вверх и прямые ноги. Держать позу 5 – 10 секунд. Затем с выдохом плавно опустить руки и ноги. Отдохнуть необходимо лёжа на животе; можно повторить 2 – 3 раза.



### ПОЗА АИСТА

Ребёнок стоит прямо, ноги вместе. Поднимая руки вверх ладонями вперёд, надо прогнуться и, вдыхая, медленно наклониться. При этом руками необходимо захватить голени ног. Надо постараться не сгибать ноги в коленях, хорошо бы достать лбом колени. Дышать можно произвольно. Держать позу 5 – 10 секунд, а затем медленно выпрямиться.



### ПОЗА ВЕРБЛЮДА

Ребёнок стоит на коленях, ноги вместе, руки опущены. Выдыхая, необходимо прогнуться назад, ладонями обхватив пятки. Одну руку надо поднять вверх, а на другую прогнуться всем телом перпендикулярно полу. Дыхание произвольное. Позу следует удерживать 10 – 15 секунд. Отдохнув, лёжа на спине, следует повторить то же, но с опорой на другую руку.



### ПОЗА ЦАПЛИ

Стоя прямо, ребёнок сгибает левую ногу, устойчиво удерживаясь на правой.левой рукой надо захватить голень, а правой стопу левой ноги. Развернув её вверх, ступню положить на бедро правой ноги как можно выше. Правую ногу не сгибать! Ладони можно сложить перед грудью, держа локти параллельно полу. Можно поднять руки со сложенными ладонями над головой. Дыхание ровное, произвольное. Поза удерживается 10 – 15 секунд. Затем необходимо руками отвести стопу от бедра и плавно опустить ногу. Отдохнув, следует повторить позу, стоя на левой ноге.



### ПОЗА ЗМЕИ

Лёжа на животе и вытянув руки вдоль туловища, ребёнок плавно поднимает голову, приподнимаясь на локтях и ровно дыша, держит позу 10 – 15 секунд. Отдохнув, лёжа на полу, повторяет позу 2 – 3 раза.



### ПОЗА ЛЬВА

Ребёнок сидит на коленях, обхватив их кистями рук. Пальцы напряжены, туловище слегка наклонено вперёд, шея напряжена, дыхание произвольное. Длительность позы 10 – 15 секунд. Отдохнув, расслабив спину, плечи, шею, повторить 2 – 3 раза.



### ШАЛОВЛИВЫЕ ОБЕЗЬЯНКИ

Договоритесь с ребёнком, что вы будете двумя обезьянками – подружками. Одна будет показывать движения, а другая передразнивать, в точности копируя её. Условия – не сбиваться. Можно включить весёлую музыку. Порядок движений: присесть, сделать смешную рожицу, надуть щёки, улыбнуться, начать быстро растирать уши, затем нос с боков – по 10 раз. Похлопать себя по щекам, с шумом выпуская воздух, вращать головой 5 – 6 раз, попрыгать на месте 3 – 4 раза, сесть, изобразить смешную рожицу. Потереть живот по часовой стрелке, положив одну руку на другую. Лечь на спину, поднять вверх руки и ноги, подёргать ими, издавая при этом какие –нибудь смешные звуки. Поднять руки вверх и попрыгать, издавая победный клич. Таким образом делается массаж, развивается внимание и наблюдательность.



### **СИМПАТИЧНЫЕ ЗВЕРЮШКИ, ИЛИ ВОЛШЕБНЫЕ ПРЕВРАЩЕНИЯ (с 4 – х лет)**

Объясните ребёнку, что сейчас вы будете превращаться в разных зверей. Начиная показывать, делайте это как можно смешнее и попросите ребёнка, когда он догадается, изобразить зверюшку самому. Выбирайте наиболее характерные движения животных. Например, мышка – бегают на носочках мелкими шажками; заяц – прыгает, поджав лапки, и оглядывается по сторонам; лиса – плавно выхаживает, поглаживая хвост; слон – шумно переступает с ноги на ногу и медленно раскачивает головой из стороны в сторону; черепаха – медленно передвигается, вытягивая и резко втягивая шею; тигр – напрягает передние лапы, выпускает «когти» и готовится к прыжку и т.д. Вашему воображению и фантазии детей не должно быть предела!



### ДОБРЫЙ ПИТОН

Взрослый представляет себя добрым питоном из книги «Маугли»: он пластичный, нежно любит своего маленького друга. Садится на пол и мягко обвивает руками и ногами тело ребёнка, немного сжимая его. Пусть ребёнок сам находит решение, как освободиться, постепенно преодолевая сопротивление «питона». Не стоит доводить игру до слёз, иногда можно и поддаться. Ребёнок не только укрепляет мышцы, но и развивает сообразительность, упорство и терпение.



### СТРОПТИВАЯ ЛОШАДКА (с 3 до 13 лет)

Играть удобнее на поролоне или матрасе. Взрослый встаёт на четвереньки, а ребёнок садится ему на спину и крепко держится. «Лошадка» начинает медленно менять положение тела, наклоняясь вперёд, в стороны, выгибая спину, поднимая голову, ноги в разных ритмах (с учётом возраста «наездника»). Можно пропустить шарфик под грудью «лошадки» и концы дать «наезднику» - так будет сложнее. Работают мышцы разных групп у ребёнка и взрослого, у них повышается настроение, растёт уверенность в своих силах, уходят страхи.



### СОННЫЙ МЕДВЕДЬ

Ребёнок ложится животиком на ковёр. Взрослый осторожно, бережно, стараясь расслабиться, опускается, слегка прижимая бёдрами или животом малыша. Пускай ребёнок медленно выползает, стараясь не разбудить «медведя». Если очень трудно, взрослый ослабляет давление, переворачиваясь и образуя пустоты. Ребёнок не только проявляет упорство, волю, но и учится контролировать свои силы.



### ЛЮБОПЫТНАЯ КОШКА

Взрослый встаёт на четвереньки и говорит, что он брёвнышко, а ребёнок – любопытный котёнок, который очень хочет пролезть под брёвнышком и посмотреть, что там за ним. «Котёнок», выгибая спину, аккуратно пролезет под «бревном», рассказывает, что увидел, и возвращается тем же способом назад. Промежуток между полом можно постепенно уменьшать и повторять упражнение несколько раз, развивая гибкость, пластичность и воображение.



### МЫШОНОК И КОТ

Взрослый занимает положение на четвереньках, он кот. Ребёнку предлагается представить себя маленькой мышкой и, слегка попискивая, бегать на коленях между рук, ног, животом кота, меняя направление. «Кот» долго терпит, но внезапно ловит «мышонка», прижимая его животом, грудью и бедром к полу, не очень сильно.

Ребёнок, напрягая все силы, постепенно освобождается от захвата. В игре может быть несколько «мышат». Развивается сноровка, снимаются страхи, повышается настроение.



### ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ!

Приглашённая на занятие кошка обследует помещение, осторожно обнюхивает и осматривает его. Детям предлагается внимательно понаблюдать за её позой, движениями, повадками. В случае отсутствия настоящего животного ведущий всё показывает с помощью мягкой игрушки – кошки. Затем детям предлагается представить себя кошкой, которая пришла в чужой дом и осматривается. Желающие показывают, как это делается. Дети разбиваются на пары, одному завязывают глаза, и он мягко и осторожно прикасается к другому ребёнку, знакомится с ним. Затем пары меняются ролями.



### ТОЧИМ КОГТИ

Ведущий предлагает детям представить себя котятами, сесть, вытянуть руки и ноги и по команде «Точим когти!» - напрячь пальцы, кисти рук и ног. По команде «Мягкие подушечки!» - руки и ноги расслабляются. Повторить 3 раза.



## КОШКИНО ИМЯ

Дети сидят в круге. Каждый по очереди пытается угадать, какое имя подходит кошке. При этом они говорят такие слова: «Меня зовут..., а кошку, по – моему зовут...». Затем все вместе выбирают лучшее имя.



### **МЫШКА, МЫШКА... КОТ!**

Дети встают в круг. Один, «мышка», остаётся за кругом, он идёт и приговаривает: «Мышка, мышка... кот!»

Тот, на ком он останавливается, становится «котом», и дети разбегаются в разные стороны по кругу. Их задача – побыстрее занять освободившееся место, но в момент встречи соревнующиеся должны обязательно взяться за руки, сделать реверанс, улыбнуться и сказать хором: «Здравствуй, мышка! Здравствуй, кот!», а затем снова бежать к свободному месту.



## КОШКИНО НАСТРОЕНИЕ

На листе бумаги каждый ребёнок помадой и жидкими красками тонирует своё ощущение настроения кошки.



## КОШАЧЬИ ИГРЫ

Дети, изображая котят, подражают их повадкам, движениям: ползают, играют с «хвостиком», валяются на спине, перекатываются с животика на спинку, прыгают вверх, не больно лапками задевают друг друга.



### ЗДРАВСТВУЙ, ПЁС!

На занятия приглашается собака (или можно использовать мягкую игрушку). Ведущий предлагает детям понаблюдать, как она в незнакомой обстановке устанавливает контакты с детьми, которых впервые видит. Дети отмечают активность, быстроту движений, открытость и доверчивость, желание вильнуть хвостом всем. Собаку сопровождают. Желаящие дети, представляя себя собакой, изображают позу, движения, повадки животного. Затем дети разбиваются на пары и активно руками, телом, головой прикасаются друг другу, заглядывают в глаза, улыбаются.



## СОБАЧЬЕ ИМЯ

Дети, сидя в кругу, по очереди угадывают имя собаки, наиболее ей подходящее. Затем выбирается лучшее.



### ЧУТКИЙ СТОРОЖ

Один ребёнок притворяется спящей собакой, сворачивается в клубочек, глаза и уши завязаны платочком. Дети должны как можно осторожнее подкрадываться на цыпочках так, чтобы она их не слышала. Как только «собака» вдруг что – то услышит или почувствует, она вскакивает и с криком ловит «нарушителей покоя». Ведущий меняется.



### ЧЁРНАЯ МЕТКА

Дети сидят к кругу. Ведущий, зажав в ладошке «чёрную метку», рассказывает о своих обидах, неудачах, страхах в детстве. Говорит, что с помощью «чёрной метки» можно избавиться от этих неприятностей. Нужно только подумать о них, рассказать и сильно зажать «метку» в ладошке. «Метка» передаётся по кругу. Если ребёнок не может говорить, то надо только вспомнить, представить и постараться всё отдать «метке». Когда «метка» снова доходит ведущего, он рвёт ее на глазах детей, и все вместе они проговаривают: «Уходи, мой страх, исчезай обида!» Ведущий спрашивает: «Кому «метка» помогла? Кому стало легче?»



### ВСТРЕЧА

Детям предлагается выбрать роль кошки или собаки и, вспоминая предыдущие занятия, воспроизвести момент встречи этих животных друг с другом: как кошка – осторожно, мягко, не торопясь, как собака – активно, быстро, резко. Дети меняются ролями, когда им позволит ведущий.



## ПОЧЕМУ ГРУСТИТ КОТЁНОК?

Ведущий берёт в руки игрушку кошки и читает стихотворение:

Жил – был маленький котёнок  
И совсем ещё ребёнок.  
Ну, и этот котя милый  
Постоянно был унылый.  
Почему? Никто не знал,  
Котя это не сказал.

А. Блок

Передавая игрушку по кругу, ведущий просит каждого сказать, почему котёнок грустил, чего он боялся, чего ему не хватало, как ему помочь?



## КАК ДРУЖОК СТАЛ СМЕЛЫМ?

Ведущий читает стихотворение, держа в руках игрушку – собаку:

Обзавёлся я щенком  
И назвал его Дружком.  
Этот маленький щенок  
Стать героем мне помог.  
С ним ныряю я в пруду,  
С ним гуляю я в саду,  
Забираюсь с ним в кусты,  
Не пугаюсь темноты.

С. Питримов

Передавая игрушку по кругу, ведущий просит каждого сказать, как щенок научился быть смелым, кто ему помогал, как он может помочь грустному котёнку стать смелым?



## ТИГР НА ОХОТЕ

Ведущий говорит: «Чтобы стать смелым, надо быть и осторожным, и внимательным, и уметь выполнять команды, и собирать свои силы, и быть сильным и подвижным»).

Ведущий – «тигрица – мама» - будет учить тигрят быть сильными и смелыми, добиваться цели. Для этого они должны точь – в – точь повторить движения и повадки мамы, не выскакивать вперёд, не отставать, не отвлекаться, иначе получат шлепок. «Тигрица» очень медленно выставляет вперёд одну ногу с пятки на носок, вытягивает одну «когтистую лапу», потом другую, потом выставляет вторую ногу, подгибает голову, выгибает спину и осторожно крадётся к добыче. Сделав 5 – 6 таких законченных движений, «тигрица» группируется, поджимает к груди лапы, голову, сдвигает плечи, сгибает колени, готовясь к решающему прыжку, и, наконец, резко прыгает, издавая громкий клич: «Ха!» «Тигрята» делают всё это одновременно с «мамой».

Повторить 2 – 3 раза.



### ТАНЦУЮТ, ВСЕ!

Кошку и собаку приглашают на дискотеку. Кошка любит медленные танцы (включается спокойная, плавная музыка); движения осторожные, неторопливые, неожиданные, мягкие. А собака предпочитает быстрые танцы (звучит подвижная музыка); движения резкие, стремительные, незаконченные. Можно на прощание и пропеть: «Мяу – мяу! Гав – гав!»



### ДОТРОНЬСЯ ДО...

Дети стоят, в центре – игрушки кошки и собаки (или настоящие животные). Ведущий произносит: «Дотронься до... уха!» Дети должны прикоснуться к чьему –нибудь уху, можно животных. Кто не успел дотронуться – водит. Команды могут быть разные: «Дотронься до: головы, ноги, хвоста, усиков, волос, спины, пальца, лба» и т.д.



### БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

Дети садятся удобно. Руки вытягивают вперёд, готовят большой и указательный пальцы. Берутся ими за кончики ушей – один сверху, другой снизу ушка. Массируют уши и приговаривают при этом: «Кошкины ушки всегда на макушке!» (10 движений в одну сторону и 10 движений в другую). Затем опускают руки, встряхивают ладошки. Приготовив указательный палец, ставят его между бровями и носом. Массируя эту точку столько же раз, приговаривают: «Кошкин глаз – мудрый глаз!» Стряхивают ладошки. Далее собирают пальцы руки в горстку, находят ямку внизу шеи массируют её словами: «Как собачка я дышу, помогать себе спешу!» (10 раз в обе стороны).

Взрослый следит за правильностью нахождения точек и силой нажима на них при массаже.



### СЛАДКАЯ ПАРОЧКА.

Из белой бумаги вырезаются трафареты кошки и собаки так, чтобы у каждого была пара, а пары отличаются формой туловища, мордочек, хвостов, ушей, лапок и т.д. Дети тоже разбиваются на пары. Им дают по одному трафарету. Проявляя внимание, наблюдательность и быстроту, дети ищут свою пару. Затем, получив по 3 разноцветных карандаша, каждая пара старается аккуратнее, быстрее разукрасить одинаково свои трафареты.

Побеждает пара детей, точнее разукрасившая трафареты.



## КОШАЧИЙ СЕКРЕТ

Всем участникам выдаётся по «секрету»: пуговке, бусинке, значку, цепочке, игрушке из сюрпризного яйца и т.д., - которые стремительно зажимаются в кулачке. Участники подходят друг к другу и любыми способами пытаются уговорить каждого показать ему свой секрет. Ведущий помогает наиболее робким детям.



## ПРОЩАНИЕ ЖИВОТНЫХ

Разбившись на пары, выбрав свою роль, дети позой, звуками, движениями изображают, как прощаются друзья – животные до следующей встречи.



### ЧУДЕСНЫЙ СОН КОТЁНКА

Дети ложатся по кругу на спину, руки и ноги свободно вытянуты, слегка разведены, глаза закрыты. Включается тихая, спокойная музыка, на фоне которой ведущий медленно произносит: «Маленький котёнок очень устал, набегался, наигрался и прилёг отдохнуть, свернувшись в клубочек. Ему снится волшебный сон: голубое небо – яркое солнце – прозрачная вода – серебристые рыбки – родные лица – друзья – знакомые животные – мама говорит ласковые слова – свершается чудо. Чудесный сон, но пора просыпаться. Котёнок открывает глаза, потягивается, улыбается». Ведущий спрашивает детей о их снах, что они видели, слышали, чувствовали, свершилось чудо?



### СОБАКА – ПОВЫДЫРЬ

Ведущий рассказывает о том, какие чудеса творят собаки: вытаскивают людей из огня, воды, летают в космос, служат на границе... А есть и собаки, помогающие жить и передвигаться. Это очень умные животные, они бережно относятся к своим хозяевам, у которых нет зрения. Хотите попробовать, как они помогают людям?

Дети разбиваются на пары, встают друг за другом, руки стоящего сзади – на плечах «поводыря», глаза завязаны платочком. Задача «поводыря» - походить по комнате, обойти препятствия, заботясь о своём напарнике. Затем дети меняются ролями.



## ВОЛШЕБНЫЙ ДОЖДЬ

Перед детьми – большой лист бумаги. В руках – старые зубные щётки и карандаши в качестве «волшебной палочки». Опуская щётки в жидкие краски и легко постукивая по ним «волшебными палочками», дети разбрызгивают краски, как дождь. В результате получается необыкновенная картина, которой все вместе придумывают название.



### СОТВОРЕНИЕ ЧУДА

Дети берут свои «волшебные палочки», идут навстречу друг другу, дотрагиваются до плеча и спрашивают: «Чем я могу тебе помочь? Что для тебя сделать?» Ответы могут быть ситуативные: «Улыбнись», «Станцуй», «Спой» или перспективные – тогда дети договариваются о месте, времени «сотворения чуда».



## КАК ЖИВЁТСЯ ОДИНОКИМ ЖИВОТНЫМ?

Ведущий задаёт детям вопросы: «Видели ли вы одиноких кошек и собак?», «Хорошо ли им живётся?», «Что они чувствуют?», «Кто виноват в их тяжёлой жизни?», «Чем можно им помочь?», «Что спасёт от одиночества?»



### ДОБРОЕ ЖИВОТНОЕ

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы – одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» Дети прислушиваются к своему дыханию и дыханию соседей. «А теперь подышим вместе!» Вдох – все делают шаг в круг, поднимают руки вверх. Выдох – шаг назад, руки опускают. Повторить 5 – 6 раз.



### ВОЙДИ В КРУГ – ВЫЙДИ ИЗ КРУГА

Участники встают в круг, плотно прижимаются друг к другу ногами, бёдрами, плечами и обхватывают друг друга за пояс. Водящий остаётся в одиночестве за кругом. Его задача – всеми возможными способами войти в круг (уговорить, попросить, применить усилие, хитрость, ловкость). Если ему это удаётся, его все поздравляют, и водит тот, кто его пропустил. В другом варианте водящий должен выйти из круга.

Ведущий следит, чтобы дети не вели себя агрессивно, не пинались; если у водящего возникают трудности, он предлагает всем вместе ему помочь.



## ВЕСЁЛАЯ СЕМЕЙКА

Ведущий просит детей рассказать, зачем люди берут в дом кошек и собак.

Затем детям предлагается на большом листе бумаги нарисовать дружную семью, где всем хорошо. Дети распределяют между собой, кто кого нарисует, и каждый выбирает место на листе.



## НЕОБЫЧНЫЙ ХОР

Ведущий разделяет детей на 2 команды: один – «кошки», другие – «собаки». «Кошек» просят попеть по – кошачьи: «Мяу, мяу» на мотив «Мы едим, едем, едем в далёкие края...», «собаки» по команде тоже вступают в хор, но на своём языке – «Гав, гав!». Песня получается очень весёлая!



## КОТ И ПЁС

Детям предлагается:

- ◆ подвигаться осторожно, плавно, мягко, как кошка;
- ◆ собраться в комочек, присесть, выпустить когти и резко броситься на добычу;
- ◆ быстро убегать от опасности, легко преодолевая препятствия, ни на кого не натываясь;
- ◆ радостно и шумно побежать, как собака, навстречу хозяину;
- ◆ как собака, попросить окружающих поиграть с собой;
- ◆ рассердиться, выгнуть тело, как кошка;
- ◆ зло наброситься на врага, как собака.



### КОШКИН ДОМ

Ставится стул в центре круга. На него садится «кошка». Она по очереди приглашает «гостей» - участников группы. Каждый приглашённый садится на тот же стул. Задача – всех усадить на один стул; дети должны потесниться, стараясь «дом» не развалить.



## КАК КОТЁНОК СТАЛ СМЕЛЫМ

Ведущий предлагает детям представить себя маленьким беспомощным котёнком – клубочком с закрытыми глазами.

Постепенно котёнок открывает один глаз, потом другой, осматривается, медленно встаёт на лапки, улыбается другим котяткам, выгибает спинку, прямо держит шею и голову и смотрит вверх, прислушивается и принюхивается. Вверху на дереве сидит его мама и зовёт котёнка к себе. Он поднимается на задние лапки, передние выставляет вперёд, вытягивает коготки, лапками цепляется за ствол, поднимается всё выше и выше, тянется на цыпочках. Чем выше котёнок забирается, тем он делается смелее, у него крепнут лапки, спинка, он делается уверенным в себе, он окреп и вырос!



## БЕСЕДА О ВЗРОСЛЕНИИ, РАССТАВАНИИ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

- ◆ Для чего живёт кошка?
- ◆ Что бывает, когда котёнок становится взрослым?
- ◆ Хорошо ли быть взрослым?
- ◆ Что ты будешь делать, когда вырастешь?
- ◆ Что ты чувствуешь, расставаясь с нашей кошкой и собакой?



АНИМАЛОТЕРАПИЯ.



---

НАПЕЧАТАНО



# АНИМАЛОТЕРАПИЯ.

