**Рудный қаласы әкімдігінің «№ 7 орта мектеп» КММ**

**ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ОЙЫН ЖАТТЫҒУЛАР ЖИНАҒЫ**

**Рудный қ.**

**2014**

**«Сәлемдесу»**

«Сәлем – сөздің анасы» дейді халық даналығы. Бір – біріне деген жылы сезімінің кепілі. Адамдармен кездескенде, ең алдымен, оның бет – жүзіне қараймыз, оны көргенімізге риза екендігімізді әр түрлі қалыпта білдіргіміз келеді.Егер осындай сезімдерімізді шынайы жеткізе білсек, я сондай көңіл күйімізді аңғарта алсақ, онда ортамызда жылылық орнайды. Енді сәлемдесудің әр қилы түрлерін көрсетіп, соның ішінен ең тиімдісін таңдалық Ойын тәртібі:Қатысушылар екі топқа бөлініп, араларына бірнеше қадам жер тастап, бір – біріне қарсы қарап тұрады.Олар кезегімен жүргізушінің белгісі бойынша бір – біріне қарсы жүріп келіп, сәлемдесудің өздері қалаған нұсқаларын көрсетеді. Мұнда олар, бәлкім, бір – бірімен қол алысады, құшақтасады, иықтан қағысады, бас изеседі, қуанышын жасыра алмай қауқалақтасып жатады немесе, керісінше, бар сезімін көзімен көрсетіп жұмбақ көзбен ұнсыз қарайды, т.б. өзара сәлемдсіп болған соң, жұптар оңға қарай бір адым басып, өзара алмасады. Енді олар жаңа жұптарымен сәлемдесудің жаңа нұсқасын көрсететін болады. Ол үшін дәл осы сәтте қалай сәлемдескен жөн деген сұраққа лайықты жауап берген адамның жолы болмақ. Мүмкін жүргізуші ең ұтымды шыққан сәлемдесуге конкурс жариялар? Онда қай жұптың сәлемдесуі көңілге қонымды шықты? Неге? Осылайша қорытынды жасап, ойын аяқталады.

**«Танысу»**

Ойын тәртібі: Дөңгелене отырамыз. әрқасыңыз өзіңіздің бойыңыздағы ең маңызды, ең асыл қасиеттеріңіз жөнііде іштей ойланып отырыңыздар. Енді сол қасиетіңізді қысқаша түрде бейнелеп, айтуға тырысыңыз. Мүмкін өлеңмен жеткізерсіз, қалау өзіңізде. Мысалы: «Мұз бен жалын», «Кейде ол бейне жыртқыш аң – шабатын, кейде ол жас сәби - шарасыз», «Сабырлы, мұңды, үнсіз ...» деген секілді сөйлемдер арқылы жеткізуге болады. Ал ойланып алсңыздар, жүргізушінің оң жағынд отырған қатысушыдан бастап өз кезектеріңізбен топ алдында өзіңіз жөнінде жұмбақтап айтып көріңіз. Алдымен өзіңіздің атыңызды айтыңыз да, сосын жоғарыдағы мысалға сүйеніп, өзіңіз туралы өзіңіз толғаңыз ... Әлбетте, егер қысқа да нұсқа етіп айтқыңыз келсе, метафорларды пайдаланып, өлеңмен, ұйқаспен білдіргеніңіз ұтымды. Сіздер бір – біріңізге бір қадам болса да, жақындайтүстіңіздер. Кімнің сөзі Сізді ерекше әсерге бөледі? Ой бөлісіңіздер ..

**«Байланыстан шығу»**

Байланысты қалай үзуге болады? Шынында бұл оңай шару емес. Әсіресе, асыққан не кешіккен жағдайда бұл қиындай түседі. Осы бір күрмеуі қиын күрделі жағдайды бастан кешіп көрелік. Ойын реті: Алдымен әрқайсыңыз өзіңізге жұп таңдаңыз. Ұсынылатын жағдаят мынадай: Сіз көшеде ең жақын танысыңызды бірін жолықтырып қалдыңыз. Ол сізден жұмысыңыз, үй – ішіңіз туралы сұрап елпілдеп жатыр. Ал Сіз өте тығызщ шаруамен асығып барасыз. әр сатыңыз санаулы. Осы жағдайдан қалай жол тауып шығуға болады? Сонымен, өз рөлдеріңізді бөлісіңіздер. Іске сәт! Енді қай қатысушы тапқырлық танытты? Кім жағдайдан әдемі шығып кетті, талқылаңыздар. Ең ұтымды нәтижені атап көрсетіңіздер.

**«Соқыр мен жетектеуші»**

Ойын тәртібі: Мархабат, бәріңіз орындарыңыздан көтеріліп, көздеріңізді жұмып, аудиторияның ішінде 2-3 минуттай әрлі – берлі жүріңіздер. Енді көзіңізді ашып, өз еріктеріңізбен жұбыңызды таңдаңыздар, екеуіңіздің біріңіз көзіңізді жұмыңыз да, екіншіңізоны жетектеп жүріп, бөлме ішіне қойылған түрлі заттардан аттату үшін оны сөзбен түсіндіріп отырып, басқа жұптармен қағысып қалмай көздеген жерге жеткізіп салыңыз. Бұл міндетті қалай мүлтіксіз орындауға болады? Ең дұрысы, жұптарды бір – бірінің артына, бірнеше қадам алыс тұрғызып қойған жөн. Енді рөлдеріңізді алмасыңыздар. Әркім де «сенім мектебінен» өтуі тиіс. Енді орынтаққа жайғасыңыздар. Ойланып барып қайсыңыз өзіңізді еркін әрі сенімді сезіндіңіз? Қайсыңыздың серігіңізге сендіңіз, оның қандай себебі болды? әркім өз жұбын бес балдық жүйемен бағаласын.

**«Баспа машинкасы»**

Біз топпен дұрыс жұмыс жасай аламыз ба? Келіңіздер, өзімізді сынап көрелік. Ойын тәртібі: Өзімізге таныс бір өлеңнің я әннің үзідісін машинкаға бастырып жатқанқалпымызды көзге елестетейік. Мысалы, «Қараңғы түнде тау қалғып ...» әр адам өз кезегі келгенде қажетті дыбысты айтады (Қ, А, Р, А, Ң, Ғ, Ы). Сөз аяқталғанда, бәріңіз орныңыздан тұрасыздар, ал тыныс белгілері қажет жерде – аяқтарыңызбен жерді тепкілейсіздер, өлең жолы аяқталғанда, шапалақ ұрасыздар. Ойынның тағы бір шарты: кім қателессе, сол ойыннан шығып отырады. Сонымен, ойынды бастаңыздар. Бірінші адам бірінші дыбысты, екіншіңіз екінші дыбысты айтып жалғастыра бересіздер. Тыныс белгісін ұмытып кетпеңіздер. Енді кім жеңімпаз болғанын анықталық.

**«Сиқырлау»**

Назар аударыңыздар, жаңа жаттығуды орындап көреміз. Ойын ережесі: Жүргізушіден басқа қатысушылар түгел орындыққа отырады. Жүргізуші оларға қарсы орынға жйғасады. Қатысушылар көздерін жұмып, жүргізушіні мұқият тыңдайды. Жүргізуші араға 10-15 секунд уақыт салып, дене мүшесінің біреуін атап отырады. Мысалы: оң қол, оң қолдың алақаны, оң қолдың сұқ сауағы, сол саусақтың ұшы, жауырын, бел омыртқа, бас, мұрын ... деп жалғастыра береді. Қатысушылар, сіздер жүргізуші атаған дене мүшелерін ойша нықтап огтырасыздар. Мүмкіндігінш, сол дене мүшелеріңізді іштей нақтырақ сезінуге тырысыңыздар. Сыртқы мүшелерден кейінгі ішкі органдарға ауысамыз. Жүргізуші асқазан, бауыр, бұлшық еттер, тіл, желбезек, тілшік секілді жүрек тұсындағы органдардан басқаларын атай бастайды. Сонымен, сіздер орындықта отырып жүргізуші атаған барлық дене мүшелеріне бар назарыңызды ойша аударасыз. Сіз оларды сезініп үйренесіз. Соңында жүгізушінің айтуымен көзіңізді ашасыздар. Жүргізуші жоғаыдағы ретпен сол дене мүшелерін қайта бір айтып шығады. Ал егер сіз сол аталған дене мүшіңізге бар назарыңызды аударып, сиқырлай алсаңыз, онда қол көтеруге болады. Қол көтерген барлық қатысушылар кеөекпен өзедерінің не сезінгендерін айтып береді. Сонымен, жүргізуші, дене мүшелерін атй беріңіз.

**«Тоқта»**

Ойын тәртібі: Аудиторияның ішінде әркім өз қалауынша әрлі – берлі жүре бастайды. «Тоқта!» деген бұйрық естігенде, кім қандай қалыпта болса, сол күйінде қалт тоқтайды. Сол тұрған бойындағы қалпын сақтай отырып өзінің бұлшық еттерін босатады. Осыдан кейін «Дайынмын!» деп айтасыз. Сонымен, бөлме ішінде өз қалаған қалыптарыңызда түрлі күйде қозғалып жүріңіздер. «Тоқта!» деген бұйрық естілгенде, қатып қаласыздар да, қайтадан бұлшық еттеріңізді босатасыздар, содан кейін тағы да «Дайынмын!» деп белгі беесіздер. Бастаңыздар! Енді жаттығудың қортындысын шығарамыз.

**«Сенімді құлау»**

Бұл қатысушының нақты біреуге сенуге дайын, дайын еместігіне көзін жеткізуі үшін жүргізіледі. Ойын тәртібі: Ол үшін қатысушы қолын жайған қалпында артқа қарай құлап, өзін басқа біреудің ұстап қалатынына сенім білдіруі тиіс. Егер қатысушы өөзінің ішкі сезіміне әлі де сенімді болмаса, онда осы бір қарапайым сынақ аздаған үрей туғызуы да мүмкін. өйткені ол өзі көрмей тұрған әлде бір адамға өз тағдырын сеніп тапсырғалы тұр ғой. Егер қатысушы әлі де өзін құлауға дйынмын деп санамаса, іштей қауіптенсе. Онда ол ұстап қалушы рөліне ауысқаны жөн. Жүргізушінің өзі де осы құлаушының әрекетін жасап көрсетуіне әбден болады. Бұл жаттығудың тиімділігі мен қажеттігі әр адамның бойында айналасындағыларға деген сенімді қалыптастырудан туындайды. Жүргізуші кімнің бойында сенімсіздіктен пайда болған қорқыныш бар екенін, оның сол қорқынышын жеңуге қалай ұмтылғанын көріп отырады. Жаттығудың өте маңызды нәтижесі – қатысушының өз бойындағы қоқыныш пен үрейді жеңе білуі. Бұл күйді бастан өткізу, өз әкетіне талдау жасау адамдардың күнделікті тіршіліктегі өз қорқынышы мен алаңдаушылығының себебін түсінуіне, оны жеңуге ықпал етеді.

**«Көтеру және тербету»**

Егер жүргізуші оны жүргізудің оңтайлы сәтін дәл бағамдап, ұйымдастыра білсе, бұл жаттығудың өте әсем әрі жан толқытатындай болып шығуы ғажап емес. Тым болмағанда оның түпкі нәтижесі оңайшылықпен алынбайтынын ескергендіктен д, бұл жаттығуды ешқандай теріс мақсата пайдалануға болмайды. Ойын барысы мынадай:қатысушы жерг жатып, көзін жұмады. 4-5 адам оны екі жағынн жайлап көтеріп, тербете бастайды. Кейбірі осы кезде бесік жырын ыңылдап айтуына да болады. Бірнеше минуттан кейін олар қатысушыны жайлап еденге қайта жатқызғанмен, қолын алмаған қалыптарында онымен байланысын жалғастыра береді. Жүргізуші жатқан адамға қалаған уақытында көзін ашуына болатынын хабарлайды. Тербелген адам мұндай жағдайда толқп, өзін бақытты сезінері хақ. Ең сатысы, ол өзінің басқалармен жақындығын сезінеді. Жаттығу соңында ол бүгінгі қатысушыға кейбір адамдармен байланыс жасауды ұсынады. Мұндай тәжірибені алғаш бастан өткеріп отырған ересектер таң қалып: «Мен секілді үлкен адамды көтеріп, тербетуге болады екен., бұл маған өте жақсы әсер сыйлайды», - дегенді айтып жатады. Бұл жаттығуды нәтижеге жетуінің басты шарты – негізгі кейіпкердің осы сынға дайын болуы. Жүргізуші одан алдынала : «Топтың өзіңе аздаған жылу сыйлап, қорған болуына қалай қарайсың? » деген сипатта сұрақ қоюына болады. Егер жүргізуші топ мүшелерінің ішінен осындй өзгеге сенім артуды аса қажет ететін адамды адаспай таба білсе, онда топқа «Сенім шеңберін» жүргізуді ұсынуына болады. Кері байланысты жүзеге асыру жаттығулары

**«Құрметтеу мен қабылдау»**

Ойын реті:топтың әр мүшесі орталық кейіпкерге оны не үшін құрметтеп, қандай қасиетін бағалайтынын айтады. Бұл өмірінде бірінші рет мұндай күйді бастан кешіргендер үшін ерекше әсерлі болады. Ол өзіне өзге біреудің тарапынан құрмет көрсетілегнін, олардың өзін бойында бар жақсы қасиеттері үшін сыйлайтынын, жоғары бағалайтынын сезіну нәтиижесінде жаны толқып, қатты әсерленеді. Жаттығудың нәтижесі – адамның өзін - өзі бағалауына, тануына жол ашу.

**«Мадақтау»**

Ойынға қатысушылардың барлығы да өзгелер тарапынан жағымды сөздер, мадақтаулар естуге мүмкіндік алады. Бұл жаттығудың тиімділігі оны өткізу мерзімін дұрыс таңдауға байланысты. Мәселен қатысушылар бір – біріне шынайы көңілмен мадақ сөз айту үшін олар біраз сыннан бірге өткен, біршама жақын танысқан адамдар болуы қажет. Басқалардан жақсы сөзқ естіген адам оған да өз тарапынан жылы жауап қайтаруға тырысады. Кейбір жағдайларды сыни кері қатынас түрінде ұйымдастыруға да болады. Бұл топ мүшелерінің ішінде өзін жоғары ұстайтындар немесе кез келген сынды жоққ шығарғысы келетіндер үшін орындалғаны жөн. Ойынға нұсқау: «Ішкі және сыртқы деп аталатын екі шеңбер бойында бір – бірлеріңізге қарсы қарап тұрыңыздар. Ішкі шеңбердегілер ойынды бастайды. Өзіңіздің қарсыңызда тұрған серігіңізге қарап, қалауыңызша жақсы сөздеріңізді айтыңыз. Серігіңіз сол айтылған мадақ сөздерді қабылдап: “Ия, маған да осы қасиеттерім өте ұнайды. Сонымен бірге менің бойымдағы .., ..., ..., секілді қасиеттеріме де өзімінің көңілім толады,»- деп, өзі ұнататын жақсы қасиеттерін толықтырып айтуына болады. Сосын жұптар рөлін ауыстырады. Енді сыртқы шеңберде тұрған қатысушы серігіне жылы сөздерін арнайды да, ішкі шеңбердегісі жоғарыда көрсетілген шарт бойынша оғаг жауап ьереді. «Мадақ сөздер алмасуынан» кейін сыртқы шеңбер бойында тұрғандар оңға қарай екі адым аттап, келесі жұптағы көршісінің орнына тұрады. Сөйтіп, жаңа жұптар бір – біріне ықыласты сөзін айтды. Солайша, олар бастапқысерігінің тұсына келгенше өзге жұптармен ауысып отырады.

**«Ыстық орындық»**

Жүргізуші ешқандай қосымша түсінік бермей – ақ ойынға қатысушыдан ең болмаса бір ерт топтағы адамдардың өзі туралы шын пікірлерін білуге мүдделі ме екендігін сұрауына болады. Сынға да дайын болу керектігін ескертеді. Ойынға нұсқау:Өз еркімен ортаға шыққан адам «ыстық орындыққа» отырады да, топтағы адамдардан кезегімен: «Менің бойымдағы қандай қасиетім сізге ұнайды немесе қандай қасиетім ұнамайды?» деп сұрап шығады. Қатысушылардың барлығы өз кезегі келгнде бұл сұраққа шетінен жауап береді.

**«Сиқырлы таяқша»**

Егер мадақ сөз айтуда қиналатындар болса, онда оларға «Сиқырлы таяқша» ойыны ыңғайлы болады. Ойынға нұсқау:Ойынды жүгізуші қатысушылардың біріне былай дейді: «Көзіңізге елестетіңіз – Сіздің қолыңызда осында тұрғандардың кез келгенін өз қалауыңызға қарай өзгертіп беретін сиқырлы таяқша бар. Оның көмегімен Сіз өз әріптісіңізді сыртқы түрін де, мамандыығын да, жасын да, отбасылық жағдайын да өзгертуге толық мүмкіндігіңіз бар. Ол үшін сіз өзіңіз қалаған адамның қолынан ұстап ортаға шығарып аласыз да:“Мен сенің мұндай мұңды күйде жүргеніңді қаламаймын, сенің өте көңілді, жайдары болып жүргеніңді ұнатамын,»- дейсіз. Ал ол адам Сіз қалағанындай күйге ауысып, сол қасиетте көпшілік алдында көрсетіп беруі керек. Ешқандай да «Көрсете алмаймын» деген жауап қабылданбайды. Сіз мұны топтағы үш адаммен орындауыңызға болады.

**«Балауыз тұлғалар бөлмесі»**

Ойын рет:Бір ойыншы топтағы барлық адамдарды қатыстырып, «»б»алауыз тұлғалар бөлмесін» жабдықтадйды. Ең соңында ол өзі де қажет деген жерге тұрып жаңа кейіпке түседі. Соңында топ мүшелер жасалағанбөлме туралы өз ойларын бөліседі.

**"Біз нені жақсы көреміз?"**

"Қоршаған ортамен өзара әрекеттестікке түскенде біз әншейінде олардың бізге ұнайтынын немесе ұнамайтынын байқаймыз. Көбінесе бұл бағаны біз адамдардың ішкі қасиеттерімен байланыстырамыз. Қане адамдардың қандай қасиеттерін бағалаймыз және қабылдаймыз осы туралы айтып өтейік. Тапсырманы жазбаша орындаймыз. Бір парақ алып, топ ішінен көп жағынан саған ұнамды көрінетін кісіні таңдаймыз. Бұл кісідегі саған ерекше ұнайтын бес қасиетті белгіле. Сонымен адамның өзін белгілемей, ол кісіде саған ерекше ұнайтын бес қасиетгі жаз. Бастадық! Уақыттарың бітті. Енді өтінемін, кезекте өз сипаттарыңды оқыңдар, ал біз бәріміз оның қай кісіге келетінін анықтап көрелік. Ал, енді кім бастайды! Сол жақтан оңға қарай бастауымызға болады. Бастадық. Ал, енді қазір қорытынды жасауға болады. Қатысушылардың қайсысын біз тезірек таныдық, яғни ең танымал адам қатарында кім болды?".

**"Шеңбер бойынша фраза** "

"Қандай да бір қарапайым фразаны таңдайық, мысалы: бақта алмалар түсіп жатыр." Енді, экранның оң жағындағы шыншыдан бастап осы фразаны кезекпен айтамыз. Ойынның әр қатысушысы фразаны жаңа интонациямен айтуы керек (сұраулы, қуанышты, таң қалушы, немқұрайлы және т.б.). Егер қатысушы жаңа еш нәрсе таба алмаса ойыннан шығады, ойын бірнеше рет ойналады. Соңында үш-төрт жеңімпаздар қалғанша. Басқа адамның интонациясын қайталауға болмайды. Назар аударуларынды сұраймын. Ойынды бастайық. Жеңімпаздарды құттықтаймыз".

**"Жалпы назар аудару"**

"Ойынның, барлық қатысушыларына бір қана қарапайым тапсырманы орындау ұсынылады. Кез-келген әдістермен, әрине физикалык әсер және жергілікті апатта қолданбай қоршағандардың назарын аударуға тырысыңдар. Тапсырма ойынға қатысушылардың барлығы оны бір уақытта орындауға үмтылумен күрденеледі. Бұған кім қандай жолдармен қол жеткізгенін анықтандар. Бастадық. Санаймыз ойын ішінде қатысушылардың назарын көп аудартқан адамды байқаймыз".

**"Эмоция түстері"**

"Жүргізуші таңдаймыз. Жүргізуші белгі бойынша көзін жабады, ал қалған қатысушылар тыныш қана өзара бір түсті ойластырады, бастапқыда ең негізгі түстерді ойластырған жөн (қызыл, жасыл, көк, сары). Жүргізуші көзін ашқанда, барлық қатысушылар өз қылықтарымен, әсіресе эмоцияларымен білдіруі керек. Түстің атын атамау керек. Егер ол адам таппаса, басқа жүргізуші тандалынады".

**"Айна** "

"Қазір біз сендерге бірнеше тапсырмаларды орындауға ұсынамыз. Тапсырманың шартына назар аударыңдар. Барлығы төртеу:

1. Түймені тігеміз;

2. Жолға жиналамыз;

3. Пирог пісіреміз;

4. Циркте ойнаймыз

**"Суретші".**

Қатысушылар жұптасып тұрады. Оларға серіктестің арқасындағы қағазға қолымен қалаған суретті салу керек. Әрі екінші адам не салғанын шешуі қажет. Талқылау:

- Денеге қолдың тигені ұнады ма?

- Жағымсыз қандай сезім болды?

- Серіктесті түсінуге не кедергі жасады (тұлғалық қабылдау ма, қолдың тиген кезеңі ме)? -Қарым-қатынаста қалай кедергі жасайды?

**"Сыйлық".**

Топтағы қатысушылардың әрқайсысы бір-біріне сыйлық силайды. Сыйлықты сыйлау былай басталады: "Менің Сізге сыйлығым - ..." Неге сыйлаймын? Не үшін? - деген сұрақтарға жауап беріледі. Тренинг рефлексиямен аяқталады.

**"Достық жылыу күлуден басталады"**

Мақсаты: Жылы қарым-қатынас түзу.

Барысы:Дөңгелене отырғандар бір-бірінің қолдарынан ұстасып, көршісінің жүзіне үндемей қарап, мейірімді де әсем күлкісін сыйлайды, кезекпенен осылай жалғасып кете береді.

**"Жел соғады".**

Мақсаты:Ойынға қатынасушылардың зейінін тұрақтандырып, көпшілікпен қарым-қатынасын нығайту.

Барысы:Жел соғады соған ..... деп бастайды. Қатысушылар бір-бірін жақсы білу үшін, келесі сұрақ: "Жел соғады соған, кімнің шашы қысқа болса", барлық шашы қысқа ұлдар мен қыздар бір жерге жиналады. "Жел соғады соған, кім жануарларды жақсы көрсе", ".а", "....... кімде көп достар болса", "..... кім іскер болса" т.с.с.

**"Қолғаптар"**

Мақсаты:Өзгемен бөлісе отырып, жұмыс жасауға үйрету. Қажетті заттар: Қағаздан қиылған дайын қолғаптар, түрлі-түсті қаламдар. Қолғаптың саны, қатысушылардың анына тең болуы қажет. Әр пар қолғаптың өрнегі бірдей салынған, бірақ боялмаған. Жүргізуші бөлмеде еденге қолғаптарды шашып тастайды. Балалардың әрқайсысы бір қолғаптан алып, өзінің серігін (қолғаптың парын) іздейді. Серігін тапқаннан кейін екеуі бірге ойланып, келісіп бояйды. Ескерту: Серігімен келісе алмай отырған балаларға ортақ тіл табысуға көмектесу.

**"Үйрек үйрек, қаз".**

Мақсаты:Бір-бірімен кездескенде амандасу мәдениетіне тәрбиелеу, жылдамдыққа баулу.

Барысы:Қатысушылар дөңгелене шеңбер жасап тұрады. Жүргізуші шеңбердің ішінде айналып жүріп, қолымен көрсетіп "үйрек, үйрек, үйрек, ......... қаз" дейді. Қаз жүргізушіге қарай, қарама-қарсы жүгіреді. Бұл екеуінің орындайтын тапсырмасы тезірек босаған орынға барып түру. Ойынның қиындығы - олар ортада кездескенде бір-бірінің қолын алып, реферанс (қимылмен ілтипат) жасау керек, бір-біріне күліп қарап: "Қайырлы таң, қайырлы күн, қайырлы кеш" деп сәлемдеседі де, бос орынға қайтадан жүгіреді. Осылай ойын жалғаса береді. Ескерту: Жүргізуші барлық балалар "Қаз" рөлінде ойнап шығуын қадағалап тұрады. Сәлемдесу және реферанс нақты көтеріңкі дауыс ырғағымен орындалу қажет.

**"Сиам егіздері"**

Мақсаты:Өзін, өзгемен бөлісіп, біртұтас етіп сезіну. Ойын **барысы:** Балалар пар-парымен иықтарын түйістіріп, құшақтасып тұрады, бір қолын белінен, бір-аяқтарын бір аяқтың алдына қояды. Енді бұлар бірге өскен егіздер: екі басты, 3 аяқты, екі қолды, денесі бір. Бұларға бөлме ішінде олай-бұлай жүруді, отыруды, бұрылуды, жатуды, сурет салуды т.с.с. ұсынамыз.

Кеңес: Үшінші аяқ әрдайым бірге болуы қажет, оны жіппен байлап қоюға да болады.

**"Ұлдар мен қыздар".**

Мақсаты: Балаларды өзінің жақсы жақтарын ғана ойлап, оны айта білуге үйрету.

Барысы:Жүргізуші балалармен шеңбер құрып отырады. Әр бала кідірістен соң, кезек-кезек сенімділік сезіммен қарап, өздерінің бойындағы жақсы жақтарын айтып өтеді. Мұнда әр баланың өз бойындағы жақсы жетістіктерін жасырмай, ұялмай жеткізіп айтқаны дұрыс. Баланың жақсы жақтарымен қатар бойындағы кемшіліктерінен де дер кезінде арылуға жағдай туғызу қажет. Ондай жағдайда психолог балаға үнемі өзін-өзі сынату аркылы жағымсыз жақтарынан арылуға көмек бере алады. Соңында педагог балалармен олардың бойындағы қалыптасқан ерекше сапалы жақсы жақтарын айтып қорытындылайды. Сонда ғана олар және айналасындағылар өте жақсы өмір сүре алады. Өз бойына жақсы дағды қалыптастыру -бұл өмір сүру мәдениеті.

**"Күншуақ"**

Мақсаты:Жақсы көңіл-күй, жылулық сыйлау, бала өз көңіл-күйін түсініп, оған баға беруге үйрету.

Барысы:Денелеріңді бос ұстап, ыңғайланып отырып, көздеріңді жұмыңдар. Өздеріңді жағажайдамыз деп сезініңдер. Күн жарқырап сәулесін төгіп түр. Күн шуағының жылуын сезініңдер.

**"Айна".**

Мақсаты: Өзгенің қимылын бұлжытпай қайталауға үйрету -бейсананы дамыту.

Барысы:Жүргізуші: Балалар, қабырғасы айналардан жасалған дүкенге кірдік деп ойлаңдар. Сыртқы шеңбердегі балалар осы қабырғалардағы айналар, ал ішкі шеңбердегі балалар әр түрлі, балықтар, жыландар, т.с.с. Өтіп бара жатқан аңдар айнаға қарап секіріп, бетін, көздерін қисайтып әр түрлі қимылдар жасап өтеді, ал айна аңдардың әр қимылын бұлжытпай қайталып отыруы қажет. Жүргізуші алақанын соққанда ішкі - сыртқы шеңбердегі балалар орындарын ауыстырып, жоғарыдағыдай ойынды жалғастыра береді. Жүргізуші балалардың әрқайсысы екі рольде (айна және аңдар) ойнап шығуын қадағалап отырады.

**Педагогтарға арналған сергіту сәті**

**1 жаттығу: «Шеңбер бойынша белгі беру»**

Жүргізуші: - Өте сақ болыңыздар. Уақыт- бұл қозғалыс! Барлығымыз дайын болсақ, белгі беруді тосамыз. Барлық ойынға қатысушылар өздерінің оң қолдарын оң жақтағы көршісінің сол тізесіне қояды, сол қолын – сол жақтағы көршісінің оң тізесіне қояды. Кеме капитаны (мектеп директоры) жүру белгісін береді- әріптесінің аяғын шапалақтап. Белгі шеңбер бойынша айналып, капитанға қайтып келеді.

Міне біз Болашаққа түстік, енді бізге өзіміздің КЕРЕМЕТ МЕКТЕБІМІЗДІ құрастыруымыз керек. Ол үшін, ең алдымен Болашақ машина капитаны сенімді болу керек, яғни сіздер бір-бірлеріңізге сенімді командасыздар.

**2 жаттығу: «Сәйкестік бойынша сапқа тұру»**

Жүргізуші: - Менің белгім бойынша сапқа тұрасыздар:

-         Мектептегі еңбек өтілімі бойынша жоғарыдан төменге дейін,

-         Жалпы педагогикалық өтілімі бойынша төменнен жоғарыға дейін,

-         Туған жылдарыңыз бойынша жоғарыдан төменге дейін,

-         Қаңтардан желтоқсанға дейінгі айлар бойынша,

-         Шаштарыңыздың түсіне байланысты (қарадан сарыға дейін),

Жүргізуші: Біз- командамыз! Біздің ұжымның жүрегі үпкен, ол жүрек қуана да қайғыра да алады. Ендеше, не үшін қуанып, қайғыратынымызды ажыратайық.

**3 жаттығу: «Менің жүрегім ән айтады, егерде мектепте...», «Менің жүрегім қайғырады, егерде мектепте...»**

Шеңбер бойынша әрбір ойынға қатысушы өзінің жүрегі не үшін қуанып, не үшін қайғыратынын аайтады. Біріншісі қуанышы туралы, екіншісі қайғыруы туралы, үшіншісі қуануы туралы... ары қарай жалғаса береді.

**5 жаттығу «Оркестр».**

Сіздер музыкалық аспаптың аты жазылған карточканы аласыздар, сол аспаптың әуенінде ойнап, 5 этаптан өтесіздер.

1 этап. Әрқайсыңыз денеңіздің мүшесін немесе дауысыңызды пайдалана отырып, «Ұстазым» әнінің әуеніне саласыз.

2 этап. Ойыншылар екі адамнан бөлініп, осы әуенді дуэтте ойнайсыздар.

3 этап. Ойыншылар екі топқа бөлініп, осы әуенді қайталайсыздар.

4 этап. Барлық ұжым-бұл оркестр. Мектеп директоры – дирижер. Оркестрды басқарып, осы әуенді ойнату керек.

 **«Кім екенін тап» жаттығу** әрбір адам өзінің аты-жөнін көрсетпей, өз-өзіне психологиялық мінездеме жазады. Өзінің ұнамды-ұнамсыз қасиеттерін жазуы керек. Бұл мінездеме жазылған беттерді жетекші жинап, араластырады да, арасынан біреуін алып, дауыстап оқиды. Топ мүшелері мінедеменің иесін табуы керек.

**«Көңіл-күйімізді жаттықтыру» жаттығуы.** Бүгін мен сіздерге актерболуға үйретемін. Мен нені көрсетсем соны бет-әлпеттеріңмен бейнелейсіңдер.Қабағы түйілген, ашулы адамның кейпі, қоянның қасқырдан қорыққаны, ұядан түсіп қалған балапан, мысықтан қорыққан тышқан, иттен қорыққан баланың бет – әлпеті.

**«Базар» жаттығуы.**

Әр қатысушы өзнің бір жақсы қасиетін «сатады». Оны жарнамалап әріптесімен ауыстырып алады.

**«Тілек» жаттығуы** қатысушылар бір-біріне тілек тілейді. Ендеше тілектеріміз ақ болсын деп, күнделікті бір-бірімізге жақсы тілек-тілей отырып мен сіздерге сәтілік тілеймін!

**«Байланыстан шығу»**

Байланысты қалай үзуге болады? Шынында бұл оңай шаруа емес. Әсіресе, асыққан не кешіккен жағдайда бұл қиындай түседі. Осы бір күрмеуі қиын күрделі жағдайды бастан кешіп көрелік.

Ойын реті: Алдымен әрқайсыңыз өзіңізге жұп таңдаңыз. Ұсынылатын жағдаят мынадай: Сіз көшеде ең жақын танысыңызды бірін жолықтырып қалдыңыз. Ол сізден жұмысыңыз, үй – ішіңіз туралы сұрап елпілдеп жатыр. Ал Сіз өте тығыз шаруамен асығып барасыз. әр уақытыңыз санаулы. Осы жағдайдан қалай жол тауып шығуға болады? Сонымен, өз ойларыңызбен бөлісіңіздер. Іске сәт!Енді қай қатысушы тапқырлық танытты? Кім жағдайдан әдемі шығып кетті, талқылаңыздар. Ең ұтымды нәтижені атап көрсетіңіздер.

**«Сенім шеңбері»**

Ойынға қатысушылардың өздеріне артылған сенімді ақтау үшін бұл топ осыған дейін бір – бірімен жақсы таныс әрі белгілі бір сынақтардан бірге өткен студенттерден құралуы тиіс. Тек топ мүшелерінің барлығы бірдей процеске бар ынтасымен қатысқанда ғана бұл тапсырма жай жаттығу сабағынан сенімділік жүгін арқалаудың мәнін түсінуге әкелетін әрекетке ұласады. Ереже бойынша, ойын басында негізгі қатысушының жүгі ауырлау көрінгенімен, кейін ол азаттық алып, сенімділіктің нұрына шомылады.Ойын барысы мынадай: топ мүшелері бір – бірімен өте жақын, иықтасып дөңгелене шеңбер құрап тұрады. Барлығы алақанын алға қаратып, қолдарын шынтағынан бүгіп созып тұрады. Қатысушылардың бірі осы шеңбердің ортасына шығып, көзін жұмады да, жантая құлай кетеді. Топ мүшелерінің бірі оны құлатпай ұстап қалып, алақандарымен демей отырып, қасындағы серігіне қарай ауыстырады. Осылайша олар ынтымақты түрде ойыншыны қолдан – қолға өткізіп отырады. Ортадағы қатысушының негізгі міндеті- денесін бос тастап, бар биліктің топтың қолына беріп, өзін - өзі тек топқа сеніп тапсыруы керек.

 **«Дос достыққа» сергіту ойыны (5 минут)**

Нұсқау: Қазір сіздер өте бір қызық ойынды ойнайсыздар. Ол үшін жасалатын қимылды тез-тез жасау керек. 5 секундтың ішінде өзіңізге серіктес тауып алыңыз да тез-тез онымен қол алысыңыз. Ал енді бір-бірімізбен «сәлемдесеміз»:

Оң қол оң қолмен!

Мұрын мұрынмен!

«Дос достыққа» деген бұйрықты естігенде жұптарыңызды айырбастайсыздар.

Бүгін біз ой, сезім және мінез-құлық бір-бірімен қалай байланысты екендігін білеміз.

**«Біз, біздің және оқушылардың құқықтары» коллективтік ойыны (10 минут)**

Ең маңызды деген құқықтарыңды және өзіңді бейнелей отырып, бірлесіп сурет салу.

***Талдау:***

Бірлесіп жұмыс жасау жеңіл болды ма?

Өзіңді қандай күйде бейнеледің?

Қандай құқықтарыңды сен ең маңызды деп есептейсің?

**Құқықтары қаралады:**

Өмір сүруге құқығы.

Зорлық-зомбылықтың кез келген түрінен қорғануға құқығы.

Оқуға құқығы.

Баланың өзі сенім артатын ересек адамнан, дәрігерден, милиционерден, ұстаздан көмек сұрауына құқығы бар.

Төңірегіндердің сый-құрметіне бөленуге құқықты.

«Жоқ» деген сөзді айтуға құқықты.

Басқа да балалардың және басқа адамдардың да дәл осындай құқықтары бар.

**«Ақсақ маймыл» жаттығуы (5 минут)**

Қатысушылар өздерін емін-еркін сезініп, жайғасып отырады. Жүргізуші (психолог): «Қазір мен сіздерге тапсырма берем, бұл тапсырманы менің «бастаймыз» деген сөзімнен кейін орындаймыз, «тоқтаймыз» деген кезде тоқтаймыз. Егер берілген ережені белгілі себептермен бұзып алсаңыз, бір рет қолды шапалақтап белгі беріңіз.Басқа нәрсеге алаңдасаңызда осылай жасаймыз» Енді бәріміз көзімізді жұмамыз да «Ақсақ маймыл» туралы ойламаймыз. «Бастаймыз».

***Талқылау:***

Тапсырма орындау барысында қандай жағдайлар кедергі болды?

Қандай әсер алдыңыз?

Ойды игеру мүмкін ба екен?

**«Мен – үйде» және «Мен - жұмыста» жаттығуы (10 минут)**

Қазір сіздер парақты екі бағанға бөліңіздер. Бірінші бағанаға «Мен үйде» деп, ал екінші бағанаға «Мен жұмыста» деп жазыңыздар. Осы екі бағананы сол жердегі мінез-құлықтарыңыз бен жүріс –тұрыстарыңызды жазыңыздар.

Талқылау:

Осы жағдайлардағы мінез-құлықтарыңыз бен жүріс-тұрыстарыңыздың ұқсастықтары мен айырмашылықтары туралы қорытынды жасаңыз.

Қай бағананы толтырған оңайға соқты? Қай бағана көптеу болды?

Не себепті айырмашылықтар болады?

Бұл бағанадағы жағдайлар сәйкес келу керек па? Неге?

**«Үш жыл» жаттығуы (15 минут)**

Бәріміз емін - еркін отырып, терең дем аламыз. Ешқандай нәрсе ойламауға тырысайық.

Елестетіп көріңіз, сіз өзіңіздің үш жыл өміріңіздің қалғанын білдіңіз. Бірақ осы үш жыл ішінде сіз ешқандай да ауырмай, деніңіз сау болып өмір сүресіз. Сіз бұл хабарды естігенде қандай күйде боласыз? Бірден болашағыңызға жоспар құрасыз ба әлде аз уақыт қалғанына өкінесіз бе? Қағаз бетіне түсіріңіз.

Осы қалған өміріңізді кімдермен бірге сүрер едіңіз? Қай жерде сүрер едіңіз? Жұмысыңызды жалғастырасыз ба? Осы уақыт аралығында не істеп үлгеру керек? Осылардың барлығын қысқаша қағаз бетіне түсіріңіз.

Осы осы үш жылдағы өміріңіз бен қазіргі өміріңізді салыстырыңыз.

Қандай ұқсастықтар бар және қандай айырмашылықтар бар? Сол өмірден бүгінгі өміріңізге не қосар едіңіз?

***Қорытынды:*** Енді бұл «үш жыл өмір» - тек ойын үшін жасалған жаттығу деп қабылдап, ол ойдан арылыңыздар. Бұл ойыннан өздеріңізге не алар едіңіздер? Бұл жаттығуды жасай отырып сіз қандай тәжірибе жинақтадыңыз? Қағаз бетіне түсіріңіз.

**«Рахмет» жаттығуы**

Қатысушылар ортада шеңбер құрып тұрады. Жүргізуші (психолог) ойша осы сабаққа келгенге дейінгі көңіл-күйлерін, ойларын, жағдайларын, себептерін сол алақанға, ал бүгінгі сабақтан алған әсерлерін оң алақанға салуын сұрайды. Мұнан кейін барлығы бір уақытта алақандарын қатты соғып «Рахмет» деп айқайлайды.

***Талқылау:*** Қандай сезімде болдыңыздар?