



Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного  
образования  
«Дом детского творчества»  
муниципального образования  
«Лениногорский муниципальный район» РТ

**РАССМОТРЕНО:**  
на методическом совете  
МБУДО «ДДТ» МО «ЛИМР» РТ  
Протокол № 7 от 25 мая.2022 года

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МБУДО  
«Дом детского творчества»  
МО «ЛИМР» РТ

Е.М. Семёнова



**Картотека  
игр - энергизаторов для детей дошкольного и  
младшего школьного возраста.**

Составитель: Кочеткова И.В. педагог-организатор

**Лениногорск**

Данный материал представляет собой методическую разработку, содержание которой направлено на формирование у детей активного внимания, снятия напряжения и активизации деятельности в дошкольном возрасте. Содержание разработки включает в себя картотеку игр для различных этапов деятельности с детьми. Работа представлена большим количеством практического материала, оформленного в виде картотеки: игры знакомства; игры-разминки; игры оптимизаторы; игры по развитию речевой и мыслительной деятельности.

Данную методическую разработку могут использовать педагоги дополнительного образования, педагоги-организаторы, воспитатели, учителя начальных классов и другие специалисты работающие с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

По вопросам обращаться: РТ., г. Лениногорск,  
ул. Кутузова, 2а, тел. 5-19-47

## **Содержание:**

1. Пояснительная записка.
2. Игры-знакомства.
3. Игры-разминки.
4. Игры-оптимизаторы.
5. Игры по развитию речевой и мыслительной деятельности.
6. Используемая и рекомендуемая литература

## Пояснительная записка.

**Энергизаторы** - это особые игры и упражнения, которые снимают мышечное напряжение, улучшают общий эмоциональный настрой, активизируют внимание, закрепляют в игровой форме знания и навыки детей. Энергизаторы хороши тем, что предполагают активность разных анализаторов и актуализируют разные способности детей. В результате использование энергизатора восстанавливается энергия группы, внимание снова привлекается к педагогу, дети, получившие улучшение психо-эмоционального состояния, снова чувствуют себя активными, продолжают продуктивно работать. Энергизатор можно проводить как в начале, так и в конце занятия, а также в ходе любых режимных моментов.

**Энергизаторы позволяют решить ряд задач, помогая:**

- быстрее и легче пройти начальные стадии формирования группы, когда происходит знакомство, установление контактов между участниками;
- сплотить группу;
- вовлечь участников в действие, повысить общую активность;
- снять напряженность и усталость;
- переключиться с одной темы или ситуации на другую;
- создать «мостик» для перехода к проработке новой темы;
- создать атмосферу открытости и сотрудничества;
- сформировать малые группы для последующей работы.

**Используя игры-энергизаторы необходимо помнить:**

- игра-энергизатор должна быть **динамичной**, соответствовать своей основной функции – «разогреву» участников. Динамичность может быть задана через двигательную или умственную активность участников. Игры, основанные на соревновании, следует использовать осторожно, чтобы не навредить групповой динамике;
- энергизатор должен **вовлекать всех участников**. Следует полностью исключить игры, в которых возможно выбывание участников;
- энергизатор должен быть **лёгким, коротким**, обычно продолжительностью 3–5 минут;
- по возможности энергизаторы должны быть связанными с содержанием занятия, чтобы использовать их для перехода к следующей теме.

## **ИГРЫ-ЗНАКОМСТВА**

### **«УЗНАЙТЕ ДРУГ ДРУГА»**

Игра проводится для того, чтобы дети могли лучше узнать друг о друге. Ведущий предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает общим признаком, например, тем, у кого есть дома домашние животные. Стоящий в центре круга ведущий должен постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжит игру.

### **«СОСЕДИ»**

1. Каждый участник по кругу называет свое имя. Второй круг проводится с повторением трех имен: имени соседа справа, своего имени и соседа слева.

2. Участник, называя себя, кидает мячик любому из группы, тот называет свое имя и кидает мячик кому-либо по своему выбору. В следующий раз участник уже называет не только свое имя, но и имя того, кому бросает мяч.

3. Каждый участник по кругу называет свое имя и сопровождает его любым движением, причем следующий ребенок, перед тем как представить себя, называет имена и показывает движения всех предыдущих детей поочередно.

### **«ДАВАЙТЕ ПОХЛОПАЕМ»**

Игра помогает детям лучше узнать друг друга, почувствовать себя увереннее и комфортнее в малознакомой группе. Дети располагаются по кругу. Ведущий задает играющим различные вопросы (можно и шуточные). Например: «Кто когда-нибудь дома делал мороженое?», «кто хотя бы раз в жизни спасал кошку или собаку?», «Кто хотя бы раз в жизни сам зашивал себе дырку?» и др.

Дети, которые отвечают на предложенный вопрос утвердительно, встают, а остальные игроки громко им аплодируют. Необходимо, чтобы каждый ребенок встал хотя бы один раз. В дальнейшем можно предложить детям самим придумывать вопросы.

### **«ПАРОВОЗИК»**

Ведущий является «паровозиком», который должен составить поезд из детей. Ребятам отводится роль «вагончиков». «Паровозик» поочередно подъезжает к каждому из «вагончиков» и знакомится с ним. При назывании имени можно попросить ребят придумать для себя одно хорошее слово, например:

- Я веселый паровозик Лена, а ты кто?
- А я красивый вагончик Саша.
- Поехали дальше вместе.

— Поехали.

Дети едут за следующим «вагончиком», и так до тех пор, пока не соберется целый веселый поезд.

### **«ДРУЖНЫЙ ПОЕЗД»**

Упражнение способствует развитию сплоченности группы. Дети встают друг за другом и держат стоящего впереди за пояс. В таком положении они преодолевают различные препятствия:

Подняться и сойти со стула («Нужно переехать через горы»).

Проползти под столом («Въехали в тоннель»).

Пробраться через «дремучий лес».

Тихо-тихо проехать по «заколдованному лесу», чтобы «не попасть в лапы диких животных».

Лучше, если одновременно путешествуют два поезда. В этом случае тот поезд, который прибудет к финишу в полном составе, награждается («Паровозик и вагончики были очень внимательными, заботились друг о друге и поэтому никого не потеряли в пути»).

## **ИГРЫ-РАЗМИНКИ**

### **«ВСТАНЬТЕ ТЕ КТО...»**

Участники сидят в кругу на стульях. Ведущий без стула (то есть одного стула не хватает). Первый ведущий – тренер. Он говорит: «Встаньте те, кто...» и называет тот или иной признак. Например: «Встаньте те, кто в джинсах»; «Встаньте те, у кого хорошее настроение». Участники, которые считают, что названный признак к ним относится, встают со своих стульев и меняются местами. Ведущий стремится сесть на один из освободившихся стульев. В любом случае, поскольку стульев на один меньше, чем участников, кто-то остается «лишним». Он и будет следующим ведущим.

### **«УЗНАЙ ПО ГОЛОСУ»**

Ребята становятся в круг, в середину которого входит водящий. Ему завязывают глаза. Играющие идут по кругу вслед за руководителем, повторяя его движения (гимнастические или танцевальные), затем останавливаются и говорят:

Мы немножко поиграли,

А теперь в кружок мы встали.

Ты загадку отгадай,

Кто позвал тебя – узнай!

Руководитель молча указывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!» Водящий должен назвать его имя. Если он угадал, узнанный становится водящим, если ошибся, игра повторяется. Когда ребята начнут различать голоса товарищей, можно разрешить им изменять свой голос, чтобы усложнить игру.

### **«УЗНАЙ, КТО ЗАТЕЙНИК»**

Дети становятся в круг и выбирают ребенка, который должен на время удалиться. Пока его нет, дети выбирают затейника. Его роль состоит в том, чтобы показывать различные движения, которые все должны в точности повторять.

Ребенок возвращается, становится в центр круга и пытается определить, кто затейник, кому ребята подражают.

Если он правильно назовет затейника, игра заканчивается или повторяется с новым ребенком.

### **«НАЙДИ МЯЧ»**

Игра развивает вероятностное прогнозирование, наблюдательность.

Играющие стоят по кругу вплотную друг к другу, лицом в центр, держат руки за спиной. В центре стоит водящий. По сигналу дети передают маленький мяч за спиной. Водящий старается определить, у кого находится мяч, предлагая показать руки. Тот, к кому он обратился, сразу должен показать обе руки. У кого мяч оказался в руках или упал, становится водящим.

### **«ЛЮДИ-ДОМИКИ»**

Все участники разбиваются на тройки. Каждая тройка образует определенную фигуру: двое стоят друг напротив друга и держатся за руки, третий стоит между их сцепленных рук. Держащиеся за руки – «домики», стоящие в «домиках» – «люди». Ведущий (он меняется или весь энергизатор ведет тренер) может сказать одно из трех слов: «люди» – тогда «люди» меняются местами; «домики» – тогда «домики», не размыкая рук, должны «поймать» другого человека, «люди» при этом остаются на своих местах; «землетрясение» – тогда все тройки участников рассыпаются и собираются в новые тройки.

### **«БРАУНОВСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

Участники представляются атомами, хаотично перемещаются в определенном пространстве, а затем по команде тренера образуют молекулы-группы из стольких атомов-человек, сколько назвал тренер. Энергизатор позволяет разделить участников на малые группы для дальнейшего тренинга.

### **«ЛОВИМ ПАЛЕЦ»**

Участники встают в круг, ставят палец правой руки на ладонь левой руки соседа справа. Таким образом, палец правой руки каждого участника стоит на ладони соседа справа, а палец соседа слева – на его ладони. По команде ведущего «раз-два-три» надо одновременно поймать чужой палец и не дать поймать свой.

### **«ХОЖДЕНИЕ ПО БУМАГЕ»**

Для проведения эстафеты группа делится на две команды. У каждой команды по два листка бумаги. Можно наступать только на листок бумаги, поэтому надо вставать обеими ногами на один листок, лежащий впереди, а второй класть перед собой. И так до намеченного места и обратно. Все члены команды поочередно соревнуются в таком передвижении.

### **«ЛЬДИНКА»**

Ведущий расстилает на полу лист флипчарта и просит участников группы встать на него так, чтобы все уместились. Затем он раунд за раундом постепенно складывает лист, уменьшая площадь, на которой должна уместиться вся группа.

### **«ЭЛЕКТРИЧЕСКАЯ ЦЕПЬ»**

Участники образуют две команды и встают в шеренгу друг напротив друга («стенка на стенку»). Все члены каждой из команд держатся за руки, образуя «электрическую цепь». На равном расстоянии от крайних участников ставится маркер или другой предмет, который легко схватить рукой. Все участники, кроме первых в цепочке и крайних, закрывают глаза. Крайние в цепочке смотрят друг другу в глаза. В это время тренер-ведущий подбрасывает монету, ловит ее и показывает одновременно первым участникам. Их задача: если выпадает «орел» – запустить сигнал по цепи своей команды, пожав руку соседу; если «решка» – ничего не делать. Задача остальных участников – получив сигнал, максимально быстро передать его дальше по цепочке, пожав руку своему соседу. Если сигнал доходит до крайних игроков в каждой из команд, они должны схватить маркер. Выигрывает команда, которая первая схватит маркер.

## **ИГРЫ-ОПТИМИЗАТОРЫ**

### **«СМЕЯТЬСЯ ЗАПРЕЩАЕТСЯ»**

Цель: успокоение возбужденной группы, создание сосредоточенного и радостного настроения.

Инструкция: «Сядьте, пожалуйста, широким кругом. Кто-то один встанет посередине и будет водить. Его задача состоит в том, чтобы выбрать кого-нибудь из сидящих и заставить его заговорить или улыбнуться. Для достижения своей цели он может пробовать все, что угодно, однако он не должен ни до кого дотрагиваться и не имеет права говорить. Те, кто сидит в кругу, не должны отворачиваться или закрывать глаза».

Каждый водит не более 1 – 2 минут. Если за это время водящий не сумеет рассмешить или заставить заговорить кого-либо, то с тем же ребенком могут попробовать свои силы еще 1 – 2 водящих. Если же водящий



добивается успеха, он меняется местами с тем, кого заставил улыбнуться или заговорить.

### **«ЛЯГУШКИ, СОБАКИ, КОШКИ»**

Установление контакта, умение внимательно слушать друг друга. Можно использовать эту игру в начале урока или при переходе к новому этапу работы.

«Пожалуйста, разойдитесь по комнате. Я подойду к каждому из вас и шепотом скажу на ушко название какого-нибудь животного. Запомните его хорошенько, так как потом вам надо будет стать этим животным. Никому не проговоритесь. Теперь закройте глаза. Через минуту вы должны будете «заговорить» так, как «говорит» ваше животное. Вам надо, не открывая глаз, объединиться в группы со всеми теми животными, которые «говорят» так же, как вы. Вы можете ходить по комнате, двигаясь навстречу друг другу».

### **«ПЛЕЧОМ К ПЛЕЧУ»**

Ведущий (начинает тренер, затем ведущий может меняться) называет часть тела (например, «ладонь к ладони», «плечо к плечу», «ухо к уху»). Участники должны найти пару и в паре соприкоснуться соответствующими частями тела.

## **ИГРЫ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧЕВОЙ И МЫСЛИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **«ШАГИ»**

У ведущего мяч. Дети выстраиваются в одну ровную линию на определенном расстоянии от взрослого, и каждый задумывает слово по заданной теме, допустим дерево. Ведущий бросает мяч одному из игроков, игрок ловит его и выговаривает по слогам свое слово, делая на каждом слоге один шаг. Задача игрока – быстрее (последним) добраться до ведущего, а значит, придумать наиболее длинные (короткие) слова.

Тема игры может быть любой.

### **«ДОТРОНЬСЯ ДО...»**

Ребенку предлагается как можно быстрее найти и дотронуться до всех (например: синих, высоких, гладких, начинающих со звука «к» и т.д.) предметов.

### **«ЧТО НАС ОТЛИЧАЕТ»**

Инструкция: «Пусть один из вас побудет за дверью. Мы тем временем разделимся на две группы по какому-то признаку. Ведущий должен угадать, что нас отличает».

Признак должен визуально фиксироваться (например, наличие шнурков на обуви). Две образовавшиеся группы садятся в разных местах.

## **«Я ЗНАЮ»**

Со словами: «Я знаю пять имен девочек...» (названий городов, животных и т.д.), – ребенок подбрасывает мяч и на каждый бросок произносит слово.

## **«ПТИЦА-РЫБА-ЗВЕРЬ»**

Педагог в случайном порядке предлагает ребенку вопрос. Тот должен в ответ вспомнить представителя того или иного вида. Повторять названное ранее слово нельзя. Пример: птица – синица, рыба – щука, зверь – волк и т.д.

## **«ЗАКОНЧИ СЛОВО»**

Педагог кидает ребенку мяч и произносит первый слог слова (первую букву), а ученик, поймав мяч, должен закончить слово и кинуть мяч обратно.

Например, слог «зе»: зебра, земля, зеленый, зефир, земляника, зеркало.

## **«ПРИДУМАЙ ПРЕДЛОЖЕНИЕ»**

1. Даются начальные буквы (например, В – С – Е – П), каждая из которых представляет собой начало слов в предложении. Нужно образовать различные предложения, например: «Все семь ели пирог».

2. Играющим предлагается придумать предложение, в котором все слова должны начинаться с одной буквы. Пример: «Саша съел соленый суп со свеклой». Играющие получают столько баллов, сколько слов подобрали.

Для облегчения работы можно использовать словарь.

## **«ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ»**

Ребенку называют слово и предлагают охарактеризовать его (т. е. рассказать, что он знает о нем). Например, кошка – мягкая, пушистая, с коготками, усатая. Общее количество впервые предъявляемых слов – не более 10, в дальнейшем их число постепенно возрастает до 20. После того как каждое из них будет объяснено, раскрыто ребенком, ему предлагают вспомнить или нарисовать все названные учителем слова.

## Используемая и рекомендуемая литература

1. Бакина М. Современные дети, современные игры// Дошкольное воспитание. - № 4.- 2005.-с.58-60
2. Большая энциклопедия развивающих игр и поделок для детей от 3 до 6 лет / Под редакцией Кэти Чарнер. - М.: Попурри, 2005. - 704 с.
3. Валентинов, В. 150 игр для детей / В. Валентинов. - М.: Феникс, Северо-Запад, 2006. - 256 с.
4. Власенко, Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников / Н.Э. Власенко. - М.: Айрис-пресс, 2011. - 419 с.
5. Егорова, О. В. Звуки П, Пь, Б, Бь. Речевой материал и игры по автоматизации и дифференциации звуков у детей 5-7 лет / О.В. Егорова. - М.: ГНОМ и Д, 2010. - 844 с.
6. Ершова, Е. Ю. Говорим правильно. Игры и задания для развития речи у дошкольников / Е.Ю. Ершова, О.А. Малкина. - М.: Сова, Астрель, ВКТ, 2011. - 990 с.
7. Зворыгина Е.Н., Новоселова С.Л. Игра дошкольников.
8. Каминская, Е. Веселые игры и праздники для детей и их родителей / Е. Каминская, О. Матюшкина, Н. Рымчук. - М.: Владис, Рипол Классик, 2008. - 384 с.
9. Кедрина, Т. Я. Большая книга игр и развлечений для детей и родителей / Т.Я. Кедрина, П.И. Гелазония. - М.: Педагогика, 1992. - 224 с. Михайленко Н.Я., Короткова Н.А. Как играть с ребенком.
10. Ковалева, Е. Веселая семейка. Лучшие игры и развлечения для детей и родителей/Е. Ковалева. - М.: Рипол Классик, Дом. XXI век, 2006. - 452 с.
11. Силберг, Джеки 300 трехминутных развивающих игр для детей от 2 до 5 лет / Джеки Силберг. - М.: Попурри, 2013. - 192 с.
12. Силберг, Джеки 500 пятиминутных развивающих игр. Для детей от 3 до 6 лет / Джеки Силберг. - Москва: Гостехиздат, 2007. - 464 с. Шмаков С.В. Учимся, играя.
13. 100 игр для детей. - М.: Эксмо, 2009. - 128 с.
14. 365 лучших развивающих игр для детей на отдыхе и дома. - М.: АСТ, АСТ Москва, Харвест, 2009. - 640 с.

МБУДО «Дом детского творчества»

МО «Лениногорский муниципальный район» РТ

Адрес: 423250 РТ, г. Лениногорск, ул. Кутузова, 2а

e-mail: [lenddt@mail.ru](mailto:lenddt@mail.ru)