



**КАРТОТЕКА
ИГР НА РАЗВИТИЕ
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ
СФЕРЫ**

*Автор – составитель:
Степаненко О.А.*

«ВОЛШЕБНЫЙ МЕШОЧЕК»

Задачи: формировать представление о собственных эмоциях и эмоциях других людей, учить корректировать своё поведение

Описание: Перед этой игрой с ребенком обсуждается какое у него сейчас настроение, что он чувствует, может быть, он обижен на кого-то. Затем предложить ребенку сложить в волшебный мешочек все отрицательные эмоции, злость, обиду, грусть. Этот мешочек, со всем плохим, что в нем есть, крепко завязывается. Можно использовать еще один "волшебный мешочек", из которого ребенок может взять себе те положительные эмоции, которые он хочет. Игра направлена на осознание своего эмоционального состояния и освобождение от негативных эмоций.

«ЧЕТВЁРТЫЙ ЛИШНИЙ»

Задачи: развивать у детей внимание, восприятие, память, распознавание различных эмоций.

Описание:

Педагог предъявляет детям четыре пиктограммы эмоциональных состояний. Ребенок должен выделить одно состояние, которое не подходит к остальным:

- радость, добродушие, отзывчивость, жадность;
- грусть, обида, вина, радость;
- трудолюбие, лень, жадность, зависть;
- жадность, злость, зависть, отзывчивость.

В другом варианте игры педагог зачитывает задания без опоры на картинный материал.

- грусти, огорчается, веселиться, печалиться;
- радуется, веселиться, восторгается, злиться.

ЭТЮД «ВСТРЕЧА С ДРУГОМ»

Задачи: учить овладевать навыками управления своей эмоциональной сферой: развитие у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать, полноценно переживать

Описание:

Детям предлагается изобразить двух мальчиков.

У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!

«ДЕТСКИЙ САД»

Задачи: развивать у детей способность распознавать и выражать различные эмоции.

Описание:

Выбираются два участника игры, остальные дети – зрители. Участникам предлагается разыграть следующую ситуацию – за ребенком в детский сад пришли родители. Ребенок выходит к ним с выражением определенного эмоционального состояния. Зрители должны отгадать, какое состояние изображает участник игры, родители должны выяснить, что произошло с их ребенком, а ребенок рассказать причину своего состояния.

ЭТЮД «ЧУДЕСНЫЙ СОН КОТЁНКА»

Задачи: упражнять детей в умение расслабляться, устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы.

Описание: 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 котенок очень устал, набегался, наигрался и прилег 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. Котенок открывает глаза, потягивается, улыбается». Ведущий спрашивает детей об их снах, что они видели, слышали, чувствовали, свершилось ли чудо?

«ЧТО БЫЛО БЫ, ЕСЛИ БЫ...»

Задачи: упражнять детей в умения передавать эмоции, формировать представление о том, что эмоции зависят от поступков окружающих.

Описание: 1 вариант Взрослый показывает детям сюжетную картинку, у героя (ев) которой отсутствует (ют) лицо(а). Детям предлагается назвать, какую эмоцию они считают подходящей к данному случаю и почему. После этого взрослый предлагает детям изменить эмоцию на лице героя. Что было бы, если бы он стал веселым (загрустил, разозлился и т.д.)?

2 вариант Водящий выбирает карточку из театра ТАМТАМАРЕСКИ (разные герои), дети предлагают различные ситуации, а водящий изображает эмоцию

«ИСПОРЧЕННЫЙ ТЕЛЕФОН»

Задачи: развитие умения передавать эмоции разными способами

Описание: Все участники игры, кроме двоих, «спят». Ведущий молча показывает первому участнику какую-либо эмоцию при помощи мимики или пантомимики. Первый участник, «разбудив» второго игрока, передает увиденную эмоцию, как он её понял, тоже без слов. Далее второй участник «будит» третьего и передает ему свою версию увиденного. И так до последнего участника игры. После этого ведущий опрашивает всех участников игры, начиная с последнего и кончая первым, о том, какую эмоцию, по их мнению, им показывали. Так можно найти звено, где произошло искажение, или убедиться, что «телефон» был полностью исправлен.

«ЧТО СЛУЧИЛОСЬ?»

Задачи: учить детей распознавать различные эмоциональные состояния, развивать эмпатию.

Описание:

Педагог выставляет портреты детей с различными выражениями эмоциональных состояний, чувств. Участники игры поочередно выбирают любое состояние, называют его и придумывают причину, по которой оно возникло: «Однажды я очень сильно потому что...» Например, «Однажды я очень сильно обиделся, потому что мой друг....»

«КРОШКА ЕНОТ»

Задачи: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Описание:

Один ребенок – Крошка Енот, а остальные его отражение («Тот, который живет в реке».) Они сидят свободно на ковре или стоят в шеренге. Енот подходит к «реке» и изображает разные чувства (испуга, интереса, радости, а дети точно отражают их с помощью жестов и мимики. Затем на роль Енота поочередно выбираются другие дети. Игра заканчивается песней «От улыбки, станет всем теплей».

УПРАЖНЕНИЕ «ЗЛЮКА»

Задачи: развивать способность распознавать различные эмоции с помощью мимики и пантомимики.

Описание: Детям предлагается представить, что в одного из ребенка «вселились» злости и гнев и его превратили в Злюку. Дети становятся в круг, в центре которого стоит Злюка. Все вместе читают стих:

Жил (а)-был (а) маленький (ая) мальчик (девочка).

Маленький (ая) мальчик (девочка) сердит (а) был (а).

-Ребенок, выполняющий роль Злюки, должен передать с помощью мимики и пантомимики соответствующее эмоциональное состояние (сдвигает брови, надувает губы, размахивает руками). При повторении упражнения всем детям предлагается повторить движения и мимику сердитого ребенка.

УПРАЖНЕНИЕ «УХОДИ, ЗЛОСТЬ, УХОДИ!»

Задачи: снятие агрессивности.

Описание: Детям предлагается закончить предложение...

«Злость – это когда...» «Я злюсь, когда...»

«Мама злится, когда...» «Воспитатель злится, когда»

1 вариант: «А теперь закроем глаза и найдем на теле место, где у вас живет злость. Какое это чувство? Какого оно цвета? Перед вами -стаканы с водой и краски, окрасьте воду в цвет злости. На контуре человека найдите место, где живет злость, и закрасьте это место цветом злости».

2 вариант: Играющие лежат на ковре по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силы быть ногами или руками по подушкам, с громким криком «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 мин, затем дети спокойно лежат в позе «звезды», слушая спокойную музыку, еще 3 минуты.

«УПРАЖНЕНИЯ НА УДИВЛЕНИЕ»

Задачи: формировать представление об эмоции удивления, умение изображать её.

Описание: Детям предлагается закончить предложение...
«Удивление – это ...» «Воспитатель удивляется, когда»

«Мама удивляется, когда» «Я удивляюсь, когда...»

Предложить детям посмотреть в зеркало, представить себе, что там отразилось что-то сказочное, и удивиться.

-Что общего в том, как вы изображали удивление?

Предлагается детям продолжить начало удивительных приключений: «К нам пришел слон...Мы оказались на другой планете...Внезапно исчезли все взрослые... Волшебник ночью поменял все вывески на магазинах...»

«УПРАЖНЕНИЯ НА СНЯТИЕ СТРАХОВ».

Задачи: коррекция эмоции страха.

Описание: Упражнение «Мусорное ведро».

Ведущий предлагает рисунки страхов разорвать на мелкие кусочки и выбросить в мусорное ведро, тем самым, избавляясь от своих страхов.

Упражнение «Воспитай свой страх».

Дети придумывают, как воспитать страх, чтобы сделать страшилку доброй, пририсовать ей воздушные шары, нарисовать улыбку, или сделать страшилку – смешной.

Упражнение «Конкурс боюсек».

Дети быстро передают мяч по кругу и заканчивают предложение: «Дети боятся...». Кто не сможет придумать страх, выбывает из игры. Повторяться нельзя. В конце определяется победитель конкурса «боюсек».

«УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗЫГРЫВАНИЕ ИСТОРИЙ»

Задачи: развитие выразительных движений, способности понимать эмоц состояние другого человека и адекватно выразить собственное.

Описание Дети, вам надо сыграть, как настоящим актерам».

История 1 «Хорошее настроение»

«Мама послала сына в магазин: «Купи, пожалуйста, печенье и конфеты,- сказала она,- мы попьем чаю и пойдем в зоопарк». Мальчик взял у мамы деньги и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение».

История 2 «Умка».

«Жила- была дружная медвежья семья: папа медведь, мама медведь и их маленький сыночек- медвежонок Умка. Каждый вечер мама с папой укладывали Умку спать. Медведица его нежно обнимала и с улыбкой пела песенку, покачиваясь в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом, начиная подпевать маме

«ПЧЁЛКИ В ТЕМНОТЕ»

Задачи: коррекция боязни темноты, замкнутого пространства, высоты.

Описание: пчелка перелетала с цветка на цветок.

Когда пчелка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестками, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цветка. Используется столик (под который залезает ребенок). Незаметно наступила ночь, и лепесточки стали закрываться (столик покрывается материей). Пчелка проснулась, открыла глаза и увидела, что кругом темно. Тут она вспомнила, что осталась внутри цветка и решила поспать до утра. Взошло солнышко, наступило утро (материя убирается, и пчелка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок.

УПРАЖНЕНИЕ «ИЗОБРАЗИ...»

Задачи: закрепление у детей полученных знаний о различных эмоциональных состояниях.

Описание:

«Предлагаю поиграть в игру, я назову по имени одного из вас, брошу ему мяч и попрошу, например, «... изобрази радостного зайчика».

Тот из вас кого я назову, должен поймать мяч, изображая зайчика, говорит следующие слова: «Я – зайчик. Я радуюсь, когда...»

