



● ● ● МАСТЕРИМ, ИГРАЯ

# Мы такие разные

## Эмоция гнева

### 1. Приветствие, Игра «Обзывалки»

Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг друга разными необидными словами. (названия деревьев, фруктов, грибов, рыб, цветов.)

Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты...». Например, «А ты — морковка!».

В заключительном круге игроки обязательно говорят соседу что-нибудь приятное, например, «А ты — моя радость».

Игра будет полезна, если проводить её в быстром темпе. Следует предупредить детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

### 2. Игра «Бурчалки»

Игра состоит из двух частей.

I часть. Дети ходят по залу, как хотят, руки за спиной, голова опущена, вид недовольный, и произносят слова одной и той же скороговорки или фразу «Как мне всё надоело».

II часть. По сигналу взрослого останавливаются и говорят ту же фразу 3 раза, но на повышенных тонах, гневно. И так несколько раз.

По окончании игры дети садятся в круг, и психолог задаёт вопросы:

- Понравилась игра? Чем?
- Легче становилось, когда вы ворчали или кричали «Как мне всё надоело»?
- Как вы думаете, стоит ли держать в себе недовольство или нужно его высказать?
- А какими другими способами можно это сделать?

### 3. Инсценировка сказки для драчливых ребят

I. Рассказывание сказки «Сердитый горошек».

Жил да был драчливый Горошек. Он всё время дрался и задибался. Друзья ему говорили: «Будешь драться — рассыпелешься!», но Горошек никого не слушал.

Однажды во время очередной драки, он всё-таки рассыпался, друзья собрали его буквально по частям, по каждой горошине. Когда его собрали, Горошку стало очень стыдно. Он сказал: «Простите меня, пожалуйста, я всё понял, что драться не хорошо». Овощи обрадовались, что Горошек больше драться не будет. И Свекла предложила поиграть в прятки.

II. Вхождение в роль (дети выбирают себе роль по желанию).

III. Разыгрывание сказки.

IV. Деролинг.

V. Обсуждение.

Вопросы для обсуждения:

- Тебе понравилось быть своим героем? Почему?
- Что было трудно, а что легко?
- Хотел ли ты быть похожим на своего героя? Почему?

### 4. Упражнение «Произнеси фразу по-разному»

Детям предлагается произнести заданные фразы с разными интонациями и настроениями.

Вопросы для обсуждения:

- Что меняется с изменением интонации?
- Что случится, если мы выберем неправильную интонацию при произнесении каких-либо фраз?
- Что даёт больше информации о настроении человека и его желаниях: интонация или содержание фразы?

### 5. Прощание

Дети, стоя в кругу, говорят о том, от чего бы они хотели избавиться (плохое качество или то, что мешает им жить). Комкая в руках это «плохое» (крепко сжимая руки в горсть), выбрасывают в ведро. ●

**Т. Тишина,**  
старший воспитатель,  
**Н. Степанова,**  
педагог-психолог,  
ГБОУ Д/с № 1592,  
г. Москва,

авторы программы  
«Мы такие разные»

**Как научить ребёнка адекватно выражать своё эмоциональное состояние?**

**Как объяснить, что чувствуют сверстники и взрослые? Обогащать эмоциональную сферу ребёнка поможет творческое моделирование с использованием метода сказкотерапии. Проигрывая различные ситуации, дети приобретают опыт по обогащению и гармонизации ролевого репертуара.**

