

Игры и ЭМОЦИИ

Игры на развитие способности выражать и понимать эмоции других

Тише!

Цель: развитие правильного понимания детьми эмоционально-выразительных движений рук и адекватного использования жеста, что в свою очередь способствует социальной компетенции ребёнка.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котёнок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!». Этюд выполняется под музыку Б. Берлина «Спящий котёнок».

Выразительные движения: шею вытянуть вперёд, указательный палец приставить к сжатым губам, брови поднять вверх.

Заколдованный ребёнок

Цель: обучение элементам техники выразительных движений.

Возраст: 4–6 лет.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Ребёнка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает жестами, показывая рукой на различные предметы и указывая направления: шкаф, стол, внизу вверху, там.

Собака принюхивается

Цель: обучение элементам техники выразительных движений: эмоции внимания, интереса. Развитие выразительной моторики, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить своё. Коррекция эмоциональной сферы.

Возраст: 4–6 лет.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застывает в напряжённой позе. Морда у неё вытягивается вперёд, уши наостраются, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный дразнящий запах.

Лисичка подслушивает

Цель: обучение элементам техники выразительных движений: эмоции внимания, интереса. Развитие выразительной моторики, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить своё. Коррекция эмоциональной сферы.

Возраст: 4–6 лет.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чём они говорят.

Выразительная поза: голова наклонена в сторону (слушает, подставляя ухо), взгляд направлен в другую сторону, рот полуоткрыт, нога выставлена вперёд, корпус слегка наклонён вперёд.

Иди ко мне

Цель: развитие правильного понимания детьми эмоционально-выразительных движений рук и адекватного использования жеста, что в свою очередь способствует социальной компетенции ребёнка.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Мальчик манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения: присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.

До свидания!

Цель: развитие правильного понимания детьми эмоционально — выразительных движений рук и адекватного использования жеста, что в свою очередь способствует социальной компетенции ребёнка.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

От пристани отходит огромный белый теплоход. Провожающие, глядя на стоящих, на палубу моряков и пассажиров, машут им высоко поднятой рукой: «До свидания! До встречи!»

Спящий котёнок

Цель: обучение приёмам саморасслабления детей с такими невротическими проявлениями, как истощение нервной системы, возбудимость, страхи, навязчивые состояния, истерические реакции, избирательный мутизм, заикания и др.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Ребёнок исполняет роль котёнка, который ложится на коврик и засыпает. У котёнка мерно поднимается и опускается животик.

Сопровождается музыкой Р. Паулса «День растает, ночь настанет» (колыбельная).

Новая кукла

Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить своё. Коррекция эмоциональной сферы ребёнка.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Девочке подарили новую куклу. Она рада, весело скачет, кружится, играет с куклой.

В зале звучит музыка П. Чайковского «Новая кукла».

Содержание не читается детям, а эмоционально пересказывается предложенная в этюде ситуация — это лишь основа для создания множества вариантов на заданную тему, с учётом эмоциональных особенностей и проблем каждого конкретного ребёнка или группы.

Лисёнок боится

Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить своё. Коррекция эмоциональной сферы ребёнка.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Лисёнок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко.

Выразительные движения: поставить ногу вперёд на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

Собака лает и хватается за пятки (для детей 3–4 лет). Ребёнок гуляет. Мимо на поводке идёт собака. Она лает на мальчика и пытается, натягивая поводок, достать мордой до его ног.

Во время этюда звучит музыка Г. Фрида «Появление большой собаки».

Содержание не читается детям, а эмоционально пересказывается предложенная в этюде ситуация — это лишь основа для создания множества вариантов на заданную тему, с учётом эмоциональных особенностей и проблем каждого конкретного ребёнка или группы.

Узнавание эмоций

Цель: развитие способности понимать эмоциональное состояние окружающих людей, возможности к самовыражению, снятие барьеров в общении. Формирование моральных представлений, коррекция поведения.

Возраст: 4–10 лет.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Каждый ребёнок по очереди задумывает эмоцию и показывает её с помощью мимики. Остальные должны узнать эмоцию.

Каждый ребёнок выбирает себе одну карточку с изображением какого-либо эмоционального состояния и рассказывает, когда, в какой ситуации он бывает таким («Я радуюсь, когда...», «Я злюсь, когда...», «Я огорчаюсь, когда...» и т. д.).

Дети вспоминают что-нибудь весёлое и стараются это выразить мимикой, жестикуляцией, пластикой — всем телом. Наблюдают, как это делают другие.

Дети вспоминают что-нибудь печальное/вызывающее злость.

Интервью

Цель: расширить круг понимаемых эмоций; развивать способность определять эмоции по графическим изображениям; учить передавать заданное эмоциональное состояние при помощи выразительных движений (мимики и пантомимики); выяснить с какими цветами у ребёнка ассоциируются различные эмоции.

Возраст: 5–10 лет.

Форма игры: групповая.

Ход игры

Взрослый говорит: «Представьте, что каждый из вас стал известным, знаменитым человеком. Все интересуются вашим мнением. Журналист пытается взять у вас интервью и задаёт вам различные вопросы».

Взрослый берёт микрофон и, поочередно подходя к каждому ребёнку, предлагает ответить на вопрос или закончить предложение.

Примерные вопросы и незаконченные предложения:

Когда люди смеются?

Что вы чувствуете, когда другие смеются?

Почему?

Что вы делаете, когда рядом кто-нибудь плачет?

Почему?

Люди сердятся, когда...

Люди обижаются, если...

Люди удивляются, когда...

Люди радуются, если...

Детям предлагается внимательно слушать и при помощи выразительных движений «иллюстрировать» стихотворение «Бывают чувства разные».

Бывают чувства разные:
 Прекрасные, опасные,
 Сердечные, забавные,
 Сердитые и славные,
 Весёлые, печальные,
 Игральные, молчальные,
 Попробуй улыбнуться,
 Как клоун на манеже,
 И робко потянуться,
 Как маленький подснежник.
 Попробуй рассердиться,
 Как злоющая оса.
 Попробуй удивиться,
 Взглянув на небеса.
 Попробуй шею важно,
 Как лебедь, выгибать —
 Все скажут: «Он отважный!»
 И будут уважать.

ОЖИВЛЯЛКИ

Цель: развитие умения выражать свои эмоции невербально.

Возраст: 5–6 лет.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Материал: рисунки детей.

Ход игры

Дети рассматривают рисунки друг друга, а потом один из них пытается изобразить любой из них с помощью мимики и жестов, остальные дети должны угадать, какую картину он показывает. Интересно, если вариантов будет несколько. Тогда детям можно наглядно объяснить, что одно и то же явление или предмет у разных людей могут вызывать различные чувства, но каждый человек имеет право на своё мнение.

Игры на коррекцию негативных эмоциональных переживаний, снятие эмоционального напряжения

Динозаврики

Цель: снятие негативных переживаний, снятие телесных зажимов.

Возраст: 3–4 года.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Ход игры

Дети, представляя себя «динозавриками», делают страшные мордочки, высоко подпрыгивая, бегают по залу и издают душераздирающие крики.

Игра интересна предоставляемой детям свободой, благодаря которой у них появляется возможность дать выход накопившимся страхам, противоречиям и обидам. Ведь даже у детей сейчас редко появляется возможность делать то, что хочется.

Лови — лови!

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Возраст: 4–5 лет.

Форма проведения: индивидуальная и групповая.

Материал: палочка длиной 0,5 м с прикрепленным к ней лёгким мячиком на яркой ленте.

Ход игры

Выбирают ведущего, вручают ему палочку, затем становятся в круг, ведущий — в центре круга. Ведущий подходит к детям со словами: «Лови — лови!». Задача играющих — поймать мяч, который всё время подлетает вверх. Ловить мяч могут сразу несколько участников.

