
Картотека

игр на развитие

эмоциональной сферы

у детей



«Давайте поздороваемся»

Цель: Создать условия для установления доброжелательных отношений в группе.

Описание: Рассказать детям о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных. Предложить детям поздороваться плечом, рукой, носом, щекой, спиной, ногой, дать возможность самим выдумать свой собственный способ приветствия и поздороваться им. Для следующего занятия придумывается новый способ приветствия.

«Привет, ножки»

Цель: развивать представление о своем теле, навыки слухового восприятия, чувство взаимного доверия и любви.

Здравствуй, ножки, топающие по дорожке.

(топнуть ногой по полу)

Здравствуй, колени, сгибающиеся без лени.

(согнуть колени)

Здравствуй, ручки, сжимающиеся в кулачки

(сжать и разжать кулачки)

Здравствуй, плечи, для ручек-место встречи.

(сделать круговое движение плечами)

Здравствуй, шея моя, длинная, как змея.

(вытяните шею как можно больше)

Здравствуй, голова

(подвигайте головой вперед и назад)

Играть пора!

(попрыгать, порезвиться)

«Дотронься до носика»

Цель: учить сосредотачивать внимание, получать радость от общения со взрослым.

Попросите малыша дотронуться до своего носа, потом подбородка, глаз, колен, волос, ушей, локотков.

Дотронься до носика, подбородок потри

Игру начинаем-на меня посмотри.

Потрогай-ка глазки, коленки найди,

Игру продолжаем-на меня посмотри.

Коснись-ка волосиков, ушек коснись
Потрогай-ка губки и мне улыбнись.
Теперь же попробуй ты локти найти
И их обязательно сильно согни.
Игра завершилась-на меня посмотри

«Я и ты»

Цель: учить радоваться общению со взрослым, развивать представления о своем теле.

Стоять прямо перед зеркалом, малыш сможет увидеть в нем свои части тела, в то время как вы будете дотрагиваться до них.

Голова одна видна, шея-одна тоже,
Нос один и рот один, на твои похожи.
Есть два глаза у меня и два уха тоже,
Две руки и две ноги, на твои похожи.
Два мизинца на руках, на ногах два тоже,
Средних два и два больших, на твои похожи.

«Всюду детишки»

Цель: учить выполнять действия вместе и каждый по отдельности, развивать речевые навыки и согласованность движений

Дети выполняют движения по содержанию с помощью взрослого.

Детишки, детишки, всюду одни детишки.
Этот мальчик смотрит на лес,
Этот мальчик под стол залез
Эта девочка начала есть, эта хочет на стул сесть.
Детишки, детишки, всюду одни детишки

«Доброе Эхо»

Цели: развивать чувство единства, сплоченности; учить детей действовать согласованно; настроить детей друг на друга, дать каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания

Материалы: клубок достаточно прочных ниток.

Ход занятия:

Тот, кто сидит справа от меня, называет свое имя и прохлопывает его в ладоши, вот так: "Ва-ся", а мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Затем свое имя прохлопывает Васина соседка справа Ира, а мы снова

повторяем. Таким образом все по очереди назовут и прохлопают свое имя.

Теперь, когда мы с вами проговорили наши имена, я спою песенку про то, как я рада вас видеть. «Я очень рада, что Сережа в группе есть.» В руках я держу клубочек. Когда я начну петь, то отдам его тому, про кого спою. Кто клубочек получает, обматывает нитку вокруг пальца и передает его следующему, сидящему справа от него, ребенку. Когда моя песенка закончится, мы с вами будем соединены одной ниточкой. Я начинаю...

«Котенок»

Цель: формировать эмоциональный контакт взрослого и ребенка

Материал: мягкая игрушка котенок

Педагог показывает детям игрушечного котенка и предлагает погладить его: «Смотрите, какой к нам пришел котенок-маленький, пушистый. Давайте погладим его – вот так.

Киса, кисонька, кисуля! –

Позвала котенка Юля

– Не спеши домой, постой!

И погладила рукой.

«Клубочек»

Игра полезна в компании малознакомых детей. Дети садятся в круг, педагог, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой вопрос участнику игры, например: Как тебя зовут? Хочешь ли ты со мной дружить? Что ты любишь? Чего ты боишься?, тот принимает клубочек, тоже обматывает ниточку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой следующему игроку. Таким образом, в конце клубочек возвращается ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, сплачиваются.

«Подарки»

Дети находятся в круге. Ведущий говорит, что сейчас каждый может подарить и получить подарок. Со словами: «Я хочу подарить тебе сегодня...» он обращается к сидящему рядом и описывает то, что он придумал преподнести в подарок. Чем необычнее будет придуманное,

тем лучше. Принимающий подарок благодарит и дарит что-то свое следующему по кругу. Ведущий следит, чтобы никто не остался без подарка.

«Звериное пианино»

Цель: развивать у детей умение сотрудничать.

Дети садятся на корточки в одну линию. Они-клавиши пианино, которые звучат голосами разных животных. Ведущий «раздает» клавишам их голоса (кошки, собачки, свинки и т.д.). ведущий-пианист то быстро, то медленно дотрагивается до головок детей-«нажимает на клавиши». Клавишам нужно звучать голосами соответствующих животных. При повторном выполнении задание можно усложнить. Если ведущий едва дотрагивается до головки ребенка, то клавиша звучит очень тихо, если просто дотрагивается-громко, если чуть давит – очень громко.

«Смешные лица»

Сядьте в круг. Миша начнет нашу игру. Он поворачивается к соседу, смотрит ему в глаза и корчит смешную рожицу. Тот показывает смешную рожицу своему соседу и так далее. Смешное лицо отправляется путешествовать по кругу.

Пусть игру начинают разные дети. Вносите в нее изменения, например, можно запускать по кругу смешную рожицу в сочетании с каким-нибудь звуком или движением.

«Маски»

Цель: Создать условия для развития умения различать мимику, сознательно использовать мимику для выражения своих эмоций.

Описание: Участникам дается задание: с помощью мимики выразить эмоции: горе, удивление, радость, боль, страх и другие. Остальные участники должны определить, что пытался изобразить участник.

«Лица»

Цель: Создать условия для развития понимания мимических выражений и выражения лица.

Описание: На доске вывешиваются различные картинки, маски выражающие эмоции : радость, злость, удивление, отвращение, интерес,

гнев, страх, стыд, презрение,. Задача детей определить чувство, выраженное маской.

«Подарок»

Цель: Создать условия для развития понимания настроения другого, развитие эмпатии.

Описание: Участникам дается задание: сделать своему соседу справа подарок, но подарок не какой-то конкретный, а выдуманный: «Что бы вы хотели подарить именно этому человеку? Нужно подарить именно тот подарок, который, по вашему мнению, особенно сейчас ему необходим». Подарок показать жестами или описать словами.

«Цвет настроения»

Цель: Создать условия для развития умения описывать свое настроение, развития умения понимать настроение других.

Описание: Делается цветопись настроения группы. На большом листе ватмана красками каждый ребенок рисует свое настроение в виде пятна, цветка или просто полоски. Также можно собрать лепестки «настроения» из корзинки с разноцветными лепестками из цветной бумаги. Каждый ребенок выбирает для себя лепесток «настроения», цвет которого более подходит к его настроению.

«Улыбки»

Цель: Создать условия для развития эмпатии, развития навыков культурного общения.

Описание: Беседа с детьми, обсуждение следующих вопросов:

Какие бывают улыбки? Зачем люди улыбаются? Когда люди улыбаются? Что можно сказать об улыбающемся человеке, какой он? Улыбнитесь.

После обсуждения можно устроить фотосессию улыбающихся детей.

«Четвертый лишний»

Цель: развитие внимания, восприятия, памяти, распознавание различных эмоций.

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;
- радость, веселье, счастье, злость;

«Кого - куда»

Цель: развивать способность распознавать различные эмоции.

Педагог выставляет портреты детей с различными выражениями эмоциональных чувств, состояний. Ребенку нужно выбрать тех детей, которых:

- можно посадить за праздничной стол;
- нужно успокоить, подбирать;
- обидел воспитатель;

Ребенок должен объяснить свой выбор, называя признаки, по которым он понял, какое настроение у каждого изображенного на рисунке ребенка.

Игра «Что было бы, если бы.»

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

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. ?

Можно разделить детей на группы по количеству эмоций и каждой группе предложить разыграть ситуацию. Например, одна группа

придумывает и разыгрывает ситуацию, герои которой злятся, другая – ситуацию, в которой герои смеются.

«Что случилось?»

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

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....»

«Выражение эмоций»

Цель: Развивать умение выразить мимикой лица удивление, восторг, испуг, радость, грусть. Закрепить знание русских народных сказок. Вызвать у детей положительные эмоции.

Педагог читает отрывок из русской сказки «Баба Яга»:

«Баба Яга бросилась в хатку, увидела, что девочка ушла, и давай бить кота и ругать, зачем он не выпарапал девочке глаза».

Дети выражают жалость

Отрывок из сказки «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка»:

«Алёнушка обвязала его шелковым поясом и повела с собою, а сама-то плачет, горько плачет...»

Дети выражают грусть (печаль) .

Педагог зачитывает отрывок из сказки «Гуси-лебеди»:

«И они прибежали домой, а тут и отец с матерью пришли, гостинцев принесли».

Дети выражают мимикой лица – радость.

Отрывок из сказки «Царевна-змея»:

«Оглянулся казак, смотрит – стог сена горит, а в огне красная девица стоит и говорит громким голосом: - Казак, добрый человек! Избавь меня от смерти».

Дети выражают удивление.

Педагог читает отрывок из сказки «Репка»:

«Тянут – потянут, вытащили репку».

Дети выражают восторг.

Отрывок из сказки «Волк и семеро козлят»:

«Козлята отворили дверь, волк кинулся в избу...»

Дети выражают испуг.

Отрывок из русской народной сказки «Терешечка»:

«Старик вышел, увидел Терешечку, привел к старухе – пошло обнимание!»

Дети выражают радость.

Отрывок из русской народной сказки «Курочка Ряба»:

«Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось. Дед и баба плачут».

Дети выражают мимикой лица печаль.

В конце игры отметить тех детей, которые были более эмоциональными.

«Крошка Енот»

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

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».

«Ласковые лапки»

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия.

Ход игры: взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т. д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть: взрослый объясняет, что по руке будет ходить зверек и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой зверек прикасался к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

«Злюка»

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

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

-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.

«Волшебные мешочки»

Цель: снятие психонапряжения детей.

Детям предлагается сложить в первый волшебный мешочек все отрицательные эмоции: злость, гнев, обиду и пр. В мешочек можно даже покричать. После того, как дети выговорились, мешочек завязывается и прячется. Затем детям предлагается второй мешочек, из которого дети могут взять те положительные эмоции, которые они хотят: радость, веселье, доброту и пр.

Упражнение «Закончи предложение»

«Злость – это когда...»

«Я злюсь, когда...»

«Мама злится, когда...»

«Воспитатель злится, когда...»

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

«Уходи, злость, уходи!»

Цель: снятие агрессивности.

Играющие лежат на ковре по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силы быть ногами по полу, а руками по

подушкам, с громким криком «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раздвинув ноги и руки, спокойно лежат, слушая спокойную музыку, еще 3 минуты.

Упражнение «Закончи предложение».

«Удивление – это, когда...»

«Я удивляюсь, когда...»

«Мама удивляется, когда...»

«Воспитатель удивляется, когда...»

Упражнение "Зеркало".

Предложить детям посмотреть в зеркало, представить себе, что там отразилось что-то сказочное, и удивиться. Обратит внимание детей на то, что каждый человек удивляется по-своему, но, несмотря на разницу, в выражениях удивления всегда есть что-то похожее. Вопрос:

Что общего в том, как вы изображали удивление?

«Фантазии»

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.

Этюд Фокус на выражение удивления

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

«Погода изменилась»

Детям предлагается представить себе, как вдруг, неожиданно для всех, закончился дождь и выглянуло яркое солнышко. И это произошло так быстро, что даже воробьи удивились.

Вопрос:

Что с вами произошло, когда вы представили себе такие неожиданные перемены в погоде?

Упражнение «Одень страшилку».

Цель: дать детям возможность по - работать с предметом страха.

Педагог заранее готовит черно-белые рисунки страшного персонажа: Бабу- Ягу. Он должен «одеть его» при помощи пластилина. Ребенок выбирает пластилин нужного ему цвета, отрывает маленький кусочек и размазывает его внутри страшилки. Когда дети «оденут» страшилку, они рассказывают о ней группе, что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто его боится?

«Дорисуй страшного»

Цель: помочь детям в проявлении чувств по отношению к предмету страха.

Ведущий заранее готовит незавершенные черно – белые рисунки страшного персонажа: скелета... Он раздает детям и просит дорисовать его. Затем дети показывают рисунки и рассказывают истории про них.

«Азбука настроений»

Цель: научить детей находить конструктивный выход из ситуации, ощущать эмоциональное состояние своего персонажа.

«Посмотрите, какие картинки я вам принесла (кошка, собака, лягушка). Все они испытывают чувство страха. Подумайте и решите, кого из героев сможете показать каждый из вас. При этом надо сказать о том, чего боится ваш герой и чего надо сделать, чтобы его страх пропал.

«Конкурс боюсек»

Цель: предоставить детям возможность актуализировать свой страх поговорить о нем.

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».

«Рыбаки и рыбка»

Цель: снятие психомышечного напряжения, страха прикосновения.

Выбирается две рыбки. Остальные участники встают парами лицом друг к другу в две линии, берут друг друга за руки – образуя собой «сеть». Ведущий объясняет детям, что маленькая рыбка случайно попала в сеть и очень хочет выбраться. Рыбка знает, что это опасно, но впереди ее ждет свобода. Она должна проползти на животе под

сцепленными руками, которые при этом задевают ее по спине, слегка поглаживают, щекочут. Выползая из сети, рыбка ждет свою подругу, ползущую за ней, они вместе берутся за руки и становятся сетью.

«Пчелка в темноте»

Цель: коррекция боязни темноты, замкнутого пространства, высоты.

Ход игры: пчелка перелетала с цветка на цветок (используются детские скамейки, стульчики, тумбы разной высоты, мягкие модули). Когда пчелка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестками, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цветка. Используется детский столик или высокий стул (табуретка, под который залезает ребенок. Незаметно наступила ночь, и лепесточки стали закрываться (столики и стулья покрываются 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. Игру можно повторять, усиливая плотность ткани, тем самым увеличивая степень темноты. Игра может проводиться с одним ребенком или с группой детей.

«Воспитай свой страх»

Цель: коррекция эмоции страха.

Дети вместе с педагогом придумывают, как воспитать страх, чтобы сделать страшилку доброй, пририсовать ей воздушные шары, нарисовать улыбку, или сделать страшилку – смешной. Если ребенок боится темноты, нарисовать свечку и т. д.

Упражнение на разыгрывание историй.

Цель: развитие выразительных движений, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать собственное.

«Сейчас я расскажу вам несколько историй, и мы попробуем их разыграть, как настоящие актеры».

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».

Выразительные движения: походка - быстрый шаг, иногда вприпрыжку, улыбка.

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 колыбельную песенку, покачиваясь в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом, начиная подпевать маме мелодию».

Выразительные движения: улыбка, плавные покачивания.

«Игра с зеркалом»

«Сегодня мы с вами попытаемся встретиться со своей улыбкой в зеркале. Возьмите зеркало, улыбнитесь, найдите ее в зеркале и закончите по очереди предложение: «Когда я радуюсь, моя улыбка похожа на...»

«Встреча с другом»

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!

«Изобрази...»

Цель: закрепление у детей полученных знаний о чувстве радости. «Давайте поиграем 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...»