

Игры на развитие базовых эмоций

«Калейдоскоп настроений»

Ведущий предлагает дошкольникам рассмотреть несколько карточек с фотографиями детей: улыбающихся, смеющихся, плачущих, сердитых, удивленных, озадаченных и так далее. Пусть малыши попробуют разобраться, обсудить, что чувствует герой на каждой фотографии, предположить, чем может быть вызвано его настроение.

«Тренируем эмоции»

Попросите ребенка:

Нахмуриться, как осенняя туча;

как рассерженный человек;
как злая волшебница.

Улыбнуться, как солнце;

как хитрая лиса;
как радостный человек;
как будто он увидел чудо.

Разозлиться, как ребенок, у которого отняли мороженное;

как два барана на мосту;
как человек, которого ударили.

Испугаться, как ребенок, потерявшийся в лесу;

как заяц, увидевший волка;
как котенок, на которого лает собака.

Устать, как человек, идущий в гору;

как человек, поднявший большой груз;
как муравей, притащивший большую муху.

Отдохнуть, как турист, снявший тяжелый рюкзак;

как ребенок, который много потрудился, но помог маме;
как уставший воин после победы.

«Рожицы»

Для работы с малышами отлично подойдет вращающийся круг, закреплённый ниткой или проволокой посередине. Рожицы сменяют друг друга по мере вращения, а дети называют эмоции.

«Лепестки желаний»

Цель: формирует положительный образ «Я», позитивную самооценку, доброжелательные отношения, умение слушать сверстников, развивает мышление, речь.

Ход: Дети вытягивают из - под волшебного цветка лепестки и продолжают начатую мысль. (Я люблю.... свою маму.)

«Я люблю и не люблю»

«Мне нравится и не нравится»

«Я умею и не умею»

«Я могу, и не получается»

«Меня хвалят и ругают за ... »

«Я хочу ... » и др.

«Колечко»

Дети садятся в круг. Ведущий прячет в ладонях колечко. Ребенку предлагается смотреть внимательно на лица соседей и постараться угадать, кто из них получил в свои ладошки колечко от ведущего. Угадавший становится ведущим.

«Зеркало»

Ведущий изображает какую-либо эмоцию, а ребенок должен ее повторить и угадать. Например, удивление: рот чуть-чуть приоткрыт, кончики бровей приподняты, глаза широко открыты. Возможен другой вариант игры: ведущий показывает эмоцию, а ребенок должен показать противоположную. Например: радость - грусть.

«Угадай эмоцию»



Для этой игры вам понадобятся изображения разных эмоций. Для этого подберите подходящие фотографии или вырезки из журналов. В дальнейшем можно будет перейти на карточки со схематическим изображением эмоций. Детям очень нравятся игры с демонстрационными карточками, поэтому их использование будет создавать дополнительное воздействие. Пусть ребенок выберет карточку и попытается узнать, отгадать эмоцию, настроение и изобразить ее с помощью мимики, пантомимики или голоса. Если детей несколько, то пусть они попробуют угадать, какую эмоцию он показывает.

«Найди пару»

В эту игру могут играть один или несколько человек. Сначала, подберите картинки с животными с разным выражением мордочек или картинки со схематичным изображением эмоций. Ведущий показывает детям схематичные картинки (или изображает эмоции сам). Дети, в своем наборе карточек, стараются отыскать животное с такой же эмоцией.

«Что ты чувствуешь?»

Для этой игры также можно использовать картинки с разными эмоциями. Ребенок должен выбрать ту карточку, которая в наибольшей степени похожа на его настроение, на настроение мамы, папы и т.д.

«Испорченный телевизор»

Все участники игры, кроме ведущего и первого игрока, закрывают глаза. Ведущий молча показывает какую-либо эмоцию при помощи мимики или пантомимики. Первый игрок, "будит" второго игрока и передает увиденную эмоцию, как он ее понял, но без слов. Далее второй участник "будит" третьего и далее по цепочке. Затем ведущий опрашивает всех участников игры, начиная с последнего и заканчивая первым, о том, какую эмоцию, по их мнению, им показывали. Так можно найти звено, где произошел сбой в передаче информации, или убедиться, что телевизор был полностью исправен.

«Рассматривание картинки»

Для игры пригодятся сюжетные картинки с изображением различных настроений. Задача ребенка: соотнести, что делает тот или иной персонаж на картинке и что он при этом чувствует.

«Телевизор»

Творческая игра, которая подойдет ребятам в подготовительной или даже в старшей группе. Для нее понадобится картонная рамка, которая и будет изображать телевизор. Один из участников встает перед остальными и наводит экран на лицо, изображая при этом какую-либо эмоцию: страх, радость, печаль, удивление, восторг. Остальные должны определить, что же сегодня показывают по телевизору. В зависимости от количества детей нужно задать определенный лимит настроений. Например, если участников много, пусть каждый показывает только одну эмоцию, стараясь не повторяться. Если взрослый играет с одним ребенком, то сначала показывает несколько настроений сам, а потом предоставляет такую возможность малышу.

«Маски для человека»

Цель: Упражнение развивает эмпатию.

Ход: Нужно схематично нарисовать смешного человечка с пустым кружком вместо лица и подготовить для него несколько масок по размеру с самыми разными выражениями. Ведущий рассказывает, что происходит с героем, а дети меняют ему маски в зависимости от того, какие эмоции, по их мнению, он испытывает.

«Собери эмоцию»

Подобрать части лица и составить эмоциональный портрет

«Море волнуется, раз» (останавливаясь, показываем разнообразные эмоции)

Оборудование: карточки с изображением эмоций.

Ход: Ведущий – 1 ребенок – вытягивает карточку, определяет, что это эмоция изображена и загадывает остальным показать ту эмоцию. Выбирает самого лучшего, кто хорошо показал эмоцию. Этот ребенок становится ведущим. И так игра продолжается.

«Угадай эмоции»

Дети делятся на 2, 3 команды, каждой команде предлагается смайлик, они его не показывают остальным, а изображают выпавшую эмоцию. Остальные её угадывают.

Игра «Конфеты»

Цель: Передавать внутреннее состояние через мимику: сладкая - веселая, радостная, кислая - грустная, печальная, горькая - обидная и т.д.).

Ход: у девочки в руках коробка с конфетами, по очереди каждый ребенок вынимает, она протягивает её одному ребенку, а дети должны угадать какого она вкуса. Ребенок разворачивает конфету, а там нарисован смайлик или какого она может быть вкуса. Он должен показать эту эмоцию, а остальные дети угадывают.

Игра-упражнение на развитие тактильных ощущений

Покажем детям, что любой эмоцией можно делиться друг с другом. Например, просим детей взяться за руки, встать в круг и показать гнев, сжав руку соседа или потрясти, показать ему злое лицо (оскалить зубы, сморщить нос, насупить брови), можно показать эмоцию добра, каждый в кругу гладит руку своего соседа, показывает доброе лицо, улыбается. Эмоцию страха, например присесть и спрятаться, лицо спрятать, смелость взять руку соседа, поднять вверх, плечи.

Педагог рассказывает детям историю, сказку или читает стих и по ходу рассказа дети:

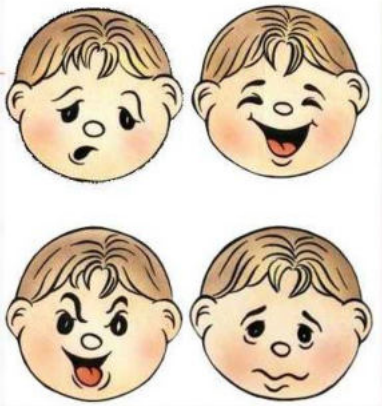
1. Подбирают эмоциональные лица (картинки) к плоскостным фигуркам, или выбирают героев с нужным эмоциональным изображением.
2. Дети выбирают себе роли и с помощью движений и пантомимы обыгрывают слова педагога.

II этап развития эмоционального интеллекта: использование эмоций для повышения эффективности мышления

«Прочитай письмо»
Цель: развитие способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям и объединять разные изображения единым сюжетом.

Описание игры: почтальон приносит письма, но не обычные, а зашифрованные: в каждом письме мимически изображено по 2-3 эмоциональных состояния, и их надо расшифровать.

Например:
Шел мелкий дождь. Коля сидел у окна и грустил, но вот выглянуло солнышко, дождь прекратился, и Коля радостно побежал на улицу.



«Ранним утром Алеша пошел на рыбалку. Закинул удочку и стал ждать, когда же рыбка попадется на крючок. Долго он сидел и внимательно смотрел на поплавок, но рыба не клевала, и ему было очень грустно. Но вдруг леска натянулась и постепенно стала уходить вниз. Что такое? Алеша потянул за удочку, но она только прогнулась, вот-вот сломается. Он испугался и стал звать на помощь. Прибежали рыбаки и помогли ему вытащить большую щуку. Алеша даже запрыгал от радости».

«Бабушка приехала»

«Ваня живет в городе с мамой и папой. Каждое лето он ездит отдыхать в деревню к бабушке. Зимой, когда Ваня ходит в детский сад, он сильно скучает по бабушке и ждет, когда наступит лето.

Однажды вечером в квартире раздался звонок. «Кто бы это мог быть?» — подумал Ваня и побежал открывать дверь. Он распахнул ее и увидел свою бабушку, которая приехала из деревни. Это был настоящий сюрприз!».

Ребенку предлагается изобразить лицо Вани в тот момент, когда он увидел бабушку: брови подняты вверх, глаза широко открыты.