

«Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста»

Подборка игр и упражнений на развитие и коррекцию эмоционального развития детей дошкольного возраста.

Шафеева Гюльнара Туктаровна
воспитатель СП «Детский сад №19»
ГБОУ СОШ №2 г. Сызрани

2016 год



1. Упражнение “Злюка”.

Цель: учить детей передавать эмоции злости и гнева при помощи мимики, различать эмоциональные состояния других людей.

Ход: детям предлагается представить, что в одного из ребенка “вселились” злости 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.

2. Игра “Волшебные мешочки”.

Цель: снятие психического и эмоционального напряжения у детей, преодоление эмоций тревожности, злости.

Материал: мешочек.

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.

3. Этюд “Возьми себя в руки”.

Цель: овладение навыками управления своей эмоциональной сферой.

Педагог говорит, что как только кто-нибудь из детей почувствует, что забеспокоился, захотел кого-нибудь стукнуть, что-то крикнуть, есть очень хороший способ доказать себе свою выдержку: обхватить ладонями локти и сильно прижать руки к груди. Эту позу называют – позой выдержанного человека.

4. Рисование на тему “Мой гнев”.

Педагог предлагает детям цветовыми пятнами изобразить свой гнев.

Печаль.



1.Игра «Грустно мне».

Цель: активация положительных эмоций для устранения или снижения интенсивности переживаемой печали, грусти.

Педагог обращает внимание на ребенка, который утром пришел в детский садик грустный, предлагает ему присесть на стульчик. А остальные детям дается задание придумать как можно больше хороших слов, адресованных их товарищу.

2. Игра «Закончи предложение».

Цель: умение детей распознавать свои эмоции и чувства.

Детям по очереди предлагается закончить предложения: “Я обижаюсь, когда...”; “Я сержусь, когда...”; “Я грущу, когда...” и т.п.

3. Этюд “Кто как радуется”.

Цель: развитие способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, преодолевать отрицательные эмоции.

Детям предлагается встать в круг и показать без слов, как они радуются при встрече с другом, подарку и т. д.

4. Рисование на тему “Смешной рисунок”.

Педагог предлагает детям по очереди с закрытыми глазами нарисовать зайца, слона и т.д.

Удивление.



1. Этюд «Фокус».

Цель: учить детей выражать эмоции удивления, неожиданности на выражение удивления

Ход: предложить детям обыграть и представить ситуацию. 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.

2. Этюд «Лисичка подслушивает»

Цель: учить детей выражать интерес, заинтересованность; выражать эмоции с помощью мимики.

Ход: предложить детям сыграть в сказку. Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят. Придумывает, как обхитрить друзей.

3. Упражнение «Круглые глаза».

Цель: выражать эмоциональное состояние при помощи мимики, жестов; формировать навыки адекватного реагирования на совершенные действия.

Ход: «Девочка пришла в садик и рассказала всем, что вечером в подъезде дома видела, как бегают тряпка. Мама подняла тряпку, и они увидели маленького котенка».

Детям предлагается показать, какие круглые глаза были у девочки, когда она увидела живую тряпку и котенка.

4. Игра «Удивительные запахи».

Цель: учить передавать эмоции с помощью мимики и пантомимики, развивать осязание и восприятие у детей.

Материал: коробочки с предметами и веществами, обладающие выраженными запахами.

Ход: «Каждый должен понюхать и догадаться, что находится в коробочке. Удивитесь!».

Страх.



1. Игра «Расскажи про свой страх»

Цель: умение вербально описывать свой страх.

Ход: педагог рассказывает о своих детских страхах, а затем просит детей, по желанию, рассказать о ситуациях, когда им было страшно.

2. Игра “Рыбаки и рыбка”.

Цель: снятие психомышечного напряжения у детей, преодоление чувства страха и тревожности; развитие сплоченности в группе..

Ход: выбирается ребенок – “рыбка”, остальные встают в две колонны и берутся за руки по двое, образуя “сеть”. “Рыбка” хочет выбраться из сети, а “сеть” колыхается, задевает ее спину, голову. Когда рыбка выползает из “сети”, она становится “сетью”.

3. Этюд “Ты – лев!”

Цель: снятие страха у детей; развитие уверенности.

Ход: Педагог предлагает детям закрыть глаза и представить, что каждый из детей лев – царь зверей, сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный и мудрый. Он красив и выдержан, горд и свободен. И его зовут так же, как каждого из детей, у него их глаза, руки, ноги и тело. Лев, которого каждый из детей представил – это они.

4. Рисование на тему: “Рисуем страх”.

Детям предлагается нарисовать то, чего он больше всего боится. А затем ребенку предлагается порвать листок, смять, разрезать.

5. Подвижная игра «Крокодил» . (Автор — Н. Кряжева)

Цель: развитие ловкости, наблюдательности, преодоление боязни, страха перед окружающими.

Количество играющих: 8-10 человек.

Описание игры: дети выбирают «крокодила». Выбранный вытягивает руки вперед: одна над другой — это пасть крокодила — и ходит по комнате (площадке), напевая песенки, пританцовывая, подпрыгивая. Тем временем дети в пасть кладут руки. В какой-то момент «крокодил» смыкает пасть. Кто не успел выдернуть руку, становится «крокодилом».

Комментарий: в роли «крокодила» должно побывать как можно большее количество детей, чтобы почувствовать на себе смену ролевых ощущений.

Презрение.



1. Этюд «Новая девочка» .

Цель: обучать детей различать эмоциональные состояния по внешнему проявлению и выражению через мимику.

Ход: в группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у нее был завязан большой бант. Она считала себя самой красивой, а остальных детей — недостойными ее внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

Детям предлагается показать девочку.

2. Этюд «Гадкий утенок».

Цель: развивать способность понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать.

Ход: дети вспоминают сказку Г.Х. Андерсена «Гадкий утенок», затем разыгрывают эпизод на птичьем дворе. В ней, птицы и человек демонстрируют свое презрительное отношение к утенку, который не был похож на других утят.

Детям предлагается рассказать, что чувствует гадкий утенок, показать его состояние.

3. Этюд «Дюймовочка».

Цель: развитие у детей понимать эмоциональные состояния других людей; учить сопереживать.

Ход: прочитать детям сказку Г. Х. Андерсена «Дюймовочка» и остановить внимание на эпизоде, где майский жук приносит Дюймовочку на дерево, где он жил.

Детям предлагается изобразить майских жуков, с презрением рассматривающих «девочку Дюймовочку».

Отвращение.



1. Этюд «Соленый чай» .

Цель: учить детей выражать эмоции отвращения с помощью мимики, пантомимики и жестов.

Ход: мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чай, и не глядя, по ошибке, вместо сахара насыпал две ложки соли. Помешал и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

Показать, как мальчику стало противно.

2. Игра «Грязная бумажка».

Цель: формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на внешние раздражители.

Материал: «грязная бумага» делается из чистой, которая закрашивается в неопределенный цвет.

Ход: на полу в коридоре лежит грязная бумажка. Ее надо поднять и выбросить. Мальчик брезглив... Ему кажется, что эта бумажка из туалета. Наконец он пересиливает отвращение, берет бумажку кончиками двух пальцев и, отведя руку в сторону, относит ее в мусор.

Детям предлагается показать, как мальчик берет бумажку в руку, что чувствует при этом.

3. Этюд «Грязь».

Цель: формировать навыки адекватного реагирования на действия и поступки, выражать эмоции отвращения, брезгливости.

Ход: мальчик обул новые ботинки и пошел в гости к своему другу. Ему надо было перейти дорогу, где шли ремонтные работы. Там было все раскопано, в грязи. Мальчик шел осторожно, стараясь не пачкать ботинки.

Предложить детям показать, как мальчик шел, как ему было противно, что ботинки пачкаются.

Радость.



1. Этюд «Солнечный зайчик».

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие тактильных ощущений.

Ход: детям предлагается сесть поудобнее, расслабиться и представить, что к ним в глаза заглянул солнечный зайчик. Предложить закрыть глаза и нежно погладить ладонями зайчика, скользящего по лбу, по носу, по роту, по щекам, по подбородку. А затем глубоко вздохнуть, и улыбнутся друг другу.

2. Игра « День рождения».

Цель: развитие мимических способностей у детей, пантомимики.

Ход: выбирается именинник. Гостям (детям) предлагается придумать поздравление и подготовить подарок. Вручить подарок надо при помощи жестов и мимики. Один из участников передает воображаемый “подарок-образ” имениннику, а все остальные должны угадать, что ему подарено.

3. Этюд “На лесной полянке”.

Цель: развитие двигательной активности, сплоченности детей; умение выражать эмоции радости и веселья с помощью движений, мимики.

Ход: читается стихотворение:

На полянке собрались

Лисы, белки, звери.

Песни, пляски завели

У зеленой ели.

Детям предлагается с помощью мимики и жестов показать, как радуются звери, собравшиеся на полянке, и поводить хоровод.

4. Игра «Две страны».

Цель: снятие у детей психонапряжения; учить передавать эмоции с помощью мимики, движений; развивать коммуникативные умения.

Ход: педагог рассказывает сказку о том, что когда-то давным-давно было две соседних страны. Одну населяли веселые жители: они много смеялись и шутили, часто устраивали праздники. Другую – грустные жители: они все время думали о печальном и много грустили. Жителям веселой страны было очень жалко своих грустных соседей, и однажды они собрались прийти к ним на помощь: они решили заразить грустных жителей своим весельем и смехом. Затем детям предлагается разделить на две “страны”. Дети из веселой страны пытаются заразить своим смехом и радостью детей из грустной страны. Дети, которые заразятся смехом веселых жителей, переходят на их сторону и начинают передавать своей радостью тем, кто еще грустит.

5. Рисование на тему “Дерево радости”.

Педагог раздает детям контурные изображения дерева и цветные карандаши. Задача детей – передать “радостное настроение” дерева.

6. Игра «Я радуюсь, когда...»

Педагог: «Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему мячик и попрошу, например, так: «Света, скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?». Ребенок ловит мячик и говорит: «Я радуюсь, когда...», затем бросает мячик следующему ребенку и, назвав его по имени, в свою очередь спросит: «(имя ребенка), скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?»

Эту игру можно разнообразить, предложив детям рассказать, когда они огорчаются, удивляются, боятся. Такие игры могут рассказать вам о внутреннем мире ребенка, о его взаимоотношениях с родителями, так и со сверстниками.



Примерный список литературных произведений, которые познакомят детей с той или иной эмоцией.

Работа с эмоцией печали: Остер «Вредные советы»; Р.н.с. «Гуси-лебеди», «Петушок и бобовое зернышко»; С. Маршак «Сказка о глупом мышонке»; К. Чуковский «Краденое солнце»:

Работа с эмоцией удивления: А. Пушкин «Сказка о царе Салтане ..»; Д. Хармс «Что это было?»; Н. Носов «Живая шляпа»; В. Сутеев «Под грибочком»; Н. Екимова «Облака».

Работа с эмоцией страха: О. Князева «Веселые, грустные»; А. Кушнир «Что в углу?»; Г. Семенов «Счастливая ошибка»; Е. Пермяк «Самое страшное».

Работа с эмоцией радости: К. Ушинский «Четыре желания»; Е. Благинина «Вот какая мама!»; К. Чуковский «Краденое солнце».

Работа с эмоцией гнева: К. Чуковский «Краденое солнце»; В. Викторов «Хмурый орел».

Работа с эмоциями презрения и отвращения: Г.Х. Андерсен «Гадкий утенок», « Дюймовочка».

Игра « Угадай сказочного персонажа»

