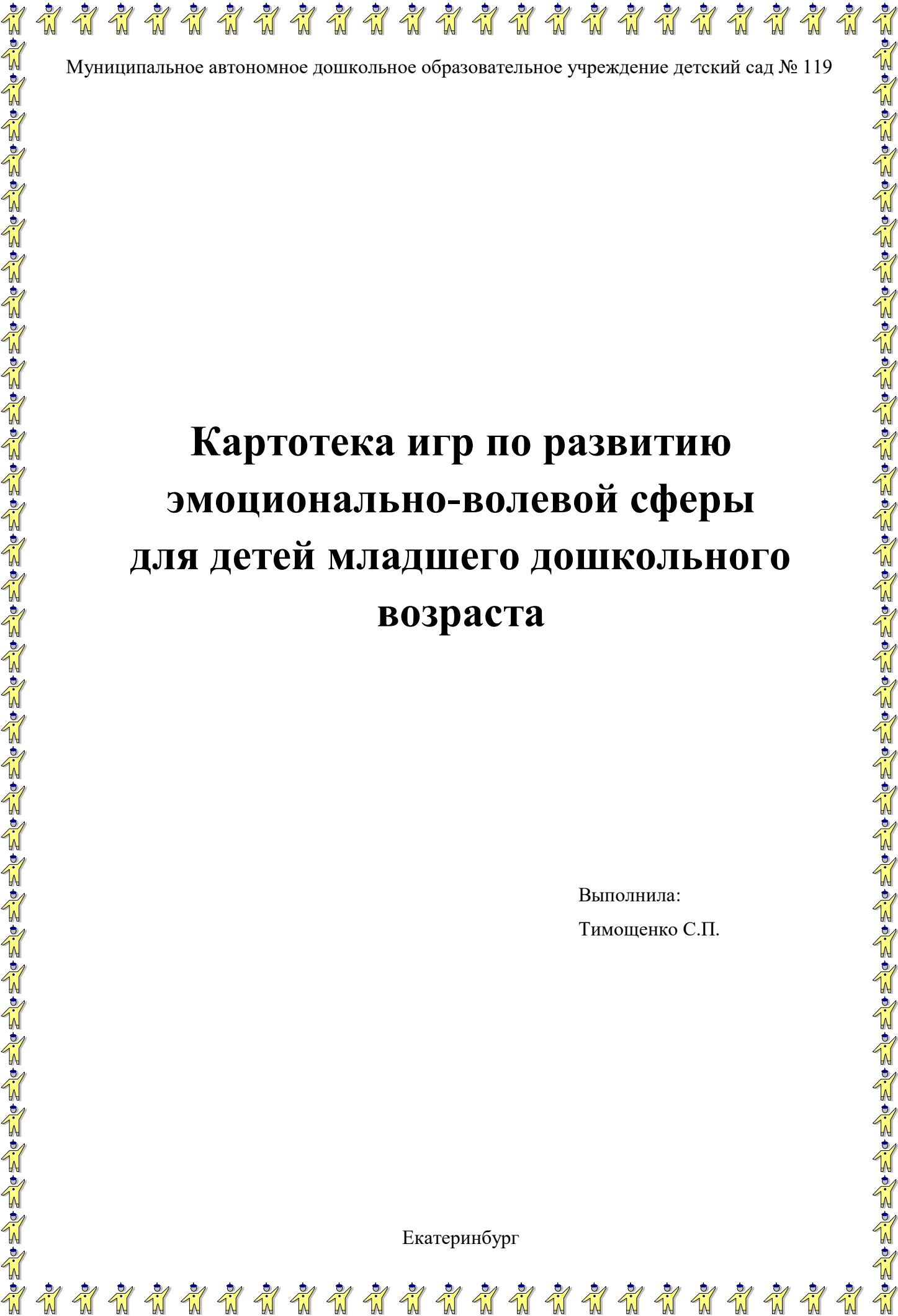




Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 119

**Картотека игр по развитию
эмоционально-волевой сферы
для детей младшего дошкольного
возраста**

Выполнила:

Тимощенко С.П.

Екатеринбург

«Мое имя» (карточка № 1)

Цель: способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

Ход игры: Каждый участник говорит по кругу о том, какое звучание его имени ему больше нравится (Лена, Леночка, Алена, Елена., и как не нравится. Как он хочет, чтобы его называли в группе. После этого упражнения можно опять повторить, кого как будут теперь звать в группе (Лена или Леночка и т. д.)

«Кто тебя позвал» (карточка № 2)

Цель: развитие чувствования детьми друг друга, дифференцировка слухового восприятия, соотнесение человека и его звукового образа, развитие эмпатии.

Ход игры: Дети, каждый по очереди, становятся в конец комнаты и закрывают глаза - водят. Два человека из группы по очереди зовут водящего по имени. Задача водящего - отгадать, догадаться, кто его позвал. Если дети хорошо знакомы друг с другом, то можно усложнить задание, предложив детям изменить голос.

«Вежливые слова» (карточка № 3)

Цель: развитие уважения в общении, привычки пользоваться вежливыми словами.

Ход игры: Игра проводится с мячом в кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Затем упражнение усложняется: надо называть только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет, благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста, извинения.

«Клеевой дождик» (карточка № 4)

Цель: развитие чувства коллектива, снятие эмоционального и физического напряжения, обучение согласованности своих движений с окружающими.

Ход игры: Дети встают в одну линию, ставят руки на пояс друг к другу и таким вот «паровозиком» (склеившимися дождевыми капельками) начинают движение. На пути им встречаются различные препятствия: необходимо перешагнуть через коробки, пройти по импровизированному мосту, обогнуть большие валуны, проползти под стулом и т. д.

«Клубочек» (карточка № 5)

Цель: установление контакта, дружеских взаимоотношений.

Ход игры: Дети садятся в круг, ведущий, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой, интересующий его вопрос участнику игры.

Например: «Как тебя зовут, хочешь ли ты со мной дружить, что ты любишь, чего ты боишься» и т. д., тот ловит клубочек, обматывает нитку 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, спланиваются.

ЗАМЕЧАНИЕ: Если ведущий вынужден помогать затрудняющемуся ребенку, то он берет при этом клубочек себе назад, подсказывает и опять кидает ребенку. В результате можно увидеть детей, испытывающих затруднения в общении, — у ведущего с ними будут двойные, тройные связи.

«Дружба начинаемся с улыбки» (карточка № 6)

Цель: развитие чувства эмпатии доброжелательности, толерантности.

Ход игры: Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую, какая есть, улыбку по очереди.

«Доброе животное» (карточка № 7)

Цель: развитие способности распознавания чувств других людей.

Ход игры: Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь подышим вместе!» Вдох — все делают шаг вперед. Выдох — все делают шаг назад. Вдох — все делают 2 шага вперед, выдох — все делают 2 шага назад. Вдох — 2 шага вперед, выдох — 2 шага назад. «Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

«Потягушечки» (карточка № 8)

Цель: развитие положительных эмоций, создание позитивного настроения.

Ход игры: Дети собираются вокруг педагога, садятся на корточки и закрывают глаза.

Воспитатель говорит: " Вот мы и проснулись, сладко потянулись". Дети открывают глаза, медленно встают, вытягивают руки вперед, затем поднимают их вверх, отводят за голову и поднимаются на носочки.

Воспитатель говорит: "Сладко потянулись, друг другу улыбнулись".

Дети встают на ступни, отпускают руки вниз. Упражнение повторяется несколько раз.

«Я умею» (карточка № 9)

Цель: развитие положительных эмоций, радости, принятия себя, своих достоинств.

Ход игры: Дети садятся в круг. Воспитатель просит каждого закрыть глаза и вспомнить о том, как много он уже умеет делать сам. Это может быть

любое умение, а не только самое важное и полезное. Затем педагог просит открыть глаза и начать игру.

По кругу каждый ребёнок называет, а по желанию показывает, своё умение. Например: " Я умею быстро бегать (забивать гвозди, поливать цветы, прыгать и т. д.)". Дети должны слушать друг друга, потому что каждое умение может быть упомянуто только один раз.

«Кричалки, шепталки и молчалки» (карточка № 10)

Цель: регуляция эмоциональных проявлений у детей.

Ход игры: Ведущий говорит: "Ребята, внимательно следите за квадратами, которые я буду показывать. Если увидите красный квадрат - можно прыгать, бегать, кричать. Если жёлтый - можно только шептаться, а если синий - нужно замереть на месте и замолчать".

Воспитатель показывает квадраты, дети выполняют его инструкцию.

Картотека игр на развитие эмоциональной сферы детей 5 -6 лет Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Чувства господствуют над всеми сторонами жизни дошкольника, придавая им особую окраску и выразительность, поэтому эмоции, которые он испытывает, легко прочитываются на лице, в позе, жестах, во всем поведении.

Поступая в детский сад, ребенок попадает в новые, непривычные условия, в окружение незнакомых ему взрослых и детей, с которыми приходится налаживать взаимоотношения. В этой ситуации педагогам и родителям необходимо объединить усилия для обеспечения эмоционального комфорта ребенка, развития умения общаться со сверстниками.

Игра «Детский сад» (карточка № 11)

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Ход игры: Выбираются два участника игры, остальные дети – зрители.

Участникам предлагается разыграть следующую ситуацию – за ребенком в детский сад пришли родители. Ребенок выходит к ним с выражением определенного эмоционального состояния. Зрители должны отгадать, какое состояние изображает участник игры, родители должны выяснить, что произошло с их ребенком, а ребенок рассказать причину своего состояния.

Игра «Художники» (карточка № 12)

Цель: развивать способность и выражать различные эмоции на бумаге.

Ход игры: Участникам игры предъявляются пять карточек с изображением детей с разными эмоциональными состояниями и чувствами.

Нужно выбрать одну карточек и нарисовать историю, в которой выбранное эмоциональное состояние является основной сюжета. По окончании работы проводится выставка рисунков. Дети отгадывают, кто является героем сюжета, а автор работы рассказывает изображенную историю.

Игра «Четвертый лишний» (карточка № 13)

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

Ход игры: 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.

Игра «Кого - куда» (карточка № 14)

Цель: развивать способность распознавать различные эмоции.

Ход игры: 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» (карточка № 15)

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Ход игры: 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.

Игра «Что случилось?» (карточка № 16)

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

Ход игры: 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....»

Игра «Выражение эмоций» (карточка № 17)

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

Ход игры: 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 выцарапал 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» (карточка № 18)

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Ход игры: 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».

Карточка игр и упражнений ЭМОЦИЯ ГНЕВ

Гнев – одна из важнейших эмоций человека, и в тоже время одна из самых неприятных.

Злой, агрессивный ребенок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, «гроза» дворов, но одновременно и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Поэтому наша задача помочь ребенку избавиться от накопившегося гнева конструктивными методами, т. е. мы должны научить дошкольника доступным способам выражения гнева, не причиняющим вреда окружающим.

Игра «Ласковые лапки» (карточка № 19)

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.

Упражнение «Злюка» (карточка № 20)

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

Ход игры: 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.

Игра «Волшебные мешочки» (карточка № 21)

Цель: снятие психонапряжения детей.

Ход игры: 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 «Уходи, злость, уходи!» (карточка № 22)

Цель: снятие агрессивности.

Ход упражнения: 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.

Картотека игр и упражнений. Эмоция Удивления.

Удивление — это самая кратковременная эмоция. Удивление возникает внезапно. Если у вас есть время подумать о событии и порассуждать о том, удивляет вас произошедшее или нет, значит, вы не испытали удивления. Вы не можете удивляться долго, если только поразившее вас событие не открывается для вас своими новыми неожиданными гранями. Удивление никогда не растягивается. Когда вы перестаете испытывать удивление, то оно исчезает зачастую так же быстро, как и возникло.

Игра «Фантазии» (карточка № 23)

Ход игры: 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

Ход игры: Педагог предлагает детям послушать историю. 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.

Этюд "Погода изменилась".

Ход игры: 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?

Карточка игр и упражнений. Эмоция Страх.

Это одна из первых эмоций, которую испытывает новорожденный младенец; связана с ощущением опасности. Уже в первые месяцы жизни ребенок начинает пугаться, сначала резких звуков, затем незнакомой обстановки, чужих людей. С ростом ребенка часто вместе с ним растут и его страхи. Чем больше расширяются знания малыша, и развивается фантазия, тем больше он замечает опасностей, которые подстерегают каждого человека.

Грань между нормальным, охранительным страхом и страхом патологическим нередко оказывается размытой, но в любом случае страхи мешают ребенку жить. Они его тревожат и могут вызвать невротические расстройства, которые проявляются в виде тиков, навязчивых движений, энуреза, заикания, плохого сна, раздражительности, агрессивности, плохом контакте с окружающими, дефиците внимания. Это далеко не полный перечень неприятных последствий, к которым приводит не преодоленный детский страх. Страхам особенно подвержены ранимые, чувствительные, повышено самолюбивые дети. Самые распространенные страхи у дошкольников – это страх темноты, ночных кошмаров, одиночества, сказочных хулиганов, бандитов, войны, катастроф, уколов, боли, врачей.

Помочь ребенку преодолеть появившиеся страхи должны взрослые, и в первую очередь, родители.

Упражнение «Одень страшилку» (карточка № 24)

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

Ход упражнения: 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?

Упражнение «Дорисуй страшного» (карточка № 25)

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

Ход упражнения: 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.

Упражнение «Азбука настроений» (карточка № 26)

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

Ход упражнения: «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.

Упражнение «Конкурс боюсек» (карточка № 27)

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

Ход упражнения: 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».

Упражнение «Рыбаки и рыбка» (карточка № 28)

Цель: снятие психомышечного напряжения, страха прикосновения.

Ход упражнения: 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 подружку, ползущую за ней, они вместе берутся за руки и становятся сетью.

Игра «Пчелка в темноте» (карточка № 29)

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.

Упражнение «Воспитай свой страх» (карточка № 30)

Цель: коррекция эмоции страха.

Ход игры: 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 «Мусорное ведро» (карточка № 31)

Цель: снятие страхов.

Ход игры: Ведущий предлагает рисунки страхов разорвать на мелкие кусочки и выбросить в мусорное ведро, тем самым, избавляясь от своих страхов.

Карточка игр и упражнений. Эмоция Радость.

Фактором, отражающим эмоциональное благополучие ребенка, является состояние удовольствия и радости. Радость характеризуется как приятное, желанное, позитивное чувство. При переживании этой эмоции ребенок не испытывает ни психологического, ни физического дискомфорта, он беззаботен, чувствует себя легко и свободно, даже движения его становятся легче, сами по себе принося ему радость.

В детские годы эмоция радости может быть вызвана вполне определенными видами стимуляции. Ее источником для ребенка является ежедневное общение с близкими взрослыми, проявляющими внимание и заботу, в игровом взаимодействии с родителями и сверстниками. Эмоция радости выполняет важную функцию в формировании чувства привязанности и взаимного доверия между людьми.

Для знакомства с эмоцией радости используются различные упражнения.

Упражнение на разыгрывание историй (карточка № 32)

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

Ход игры: «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.

Упражнение «Изобрази...» (карточка № 33)

Цель: закрепление у детей полученных знаний о чувстве радости.

Ход игры: Педагог предлагает детям игру. «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...