

Картотека игр, способствующих оптимизации эмоциональной сферы ребенка

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.

Содержание и организация игр

«Ветер дует на...». Со словами « ветер дует на тех, у кого...» взрослый начинает игру. Игра проводится с целью эмоционального общения детей, чтобы дети поближе узнали друг друга, нашли, что-то общее между собой, продолжение фразы может быть следующим: на тех, у кого две ручки – дети все собираются в одну кучку; «у кого есть братик», «у кого есть дома киска», «кто улыбается», «кто у нас сегодня грустный», «кто у нас сейчас веселый» и т.д.

«Муравейник». Все детишки - муравьишки. У них есть свой домик – муравейник (стульчики, коврик). Муравьишки дружные, они все что-нибудь несут в свой домик. Они осматриваются и несут в свой домик по какому-нибудь предмету: игрушка, вещь, а потом рассказывают как всем другим муравьям она пригодится: мячик- пинать; кастрюлька- варить суп; кукла- дружить и т.д., кто что скажет. Главное, чтобы эта вещь пригодилась всем.

«Комплименты». Стоя в кругу, дети по очереди говорят добрые слова, хвалят друг друга; важно поблагодарить за это, улыбнуться. Если ребенку трудно, воспитатель должен помочь ему, подсказав доброе, красивое слово.

«Тренируем эмоции». Попросить каждого ребенка, сидящего на коврике вместе с воспитателем:

- нахмуриться, как: туча, сердитый человек, недовольная мама;
- улыбнуться, как: кот на солнышке, само солнышко, Буратино, хитрая лиса, радостный ребенок;
- позлиться как: малыш, у которого отняли игрушку, два барана на мосту, человек, которого обидели;
- испугаться как, ребенок, потерявший маму, зайчик, увидевший волка, котенок, на которого лает пес;
- устать как: папа после работы, человек, поднявший большую сумку;
- отдохнуть как: маленький котенок, который хорошо покушал, ребенок, который потрудился, но помог маме, спортсмен, который много занимался, солдат после победы...

«Нет! Да!». Дети разбиваются на две подгруппы. По сигналу они разбегаются по комнате. И одни громко кричат «Нет!», а другие кричат «Да!». По сигналу ведущего дети меняются ролями.

«Кот и пес». Один ребенок – кот, другой – пес. Они часто не ладят, ссорятся друг с другом. Необходимо изобразить, как кот злится на пса – хмурится, замирает в угрожающей позе, выпускает когти, громко мяукает, машет лапами. А пес бежит вокруг кота, злится, громко лает, насккивает. Затем дети меняются ролями. В конце игры дети советуют и помогают им помириться.

«Медвежонок». Дети встают в круг или попеременно встают около «медвежонка», сидящего внутри круга с закрытыми глазами. Все дети медленно двигаются к центру круга, подпевая или проговаривая за воспитателем:

-Медвежонок, медвежонок спит в своей берлоге.

-Он конечно, не опасен, но будьте осторожны

-Мы такому шалуну не поверим никогда!

По окончании песенки «медвежонок» неожиданно вскакивает и старается дотронуться до кого-нибудь из детей.

«Художники-натуралисты». Берется большой лист бумаги, кладется на клеенку. Вокруг расставляются блюдца с жидкими разноцветными красками. Детям предлагается порисовать, но не кисточками, а пальцами, кулачками, ладошками, локтями, ступнями, коленками, носиком. Сюжет общего рисунка выбирайте любой: снегопад, листопад, зайкины следы, колобки и т.д.

«Слепые котята». Воспитатель говорит: «Маленькие котята смешные и они ничего не видят. Попробуйте представить каково им. Закройте глазки, встаньте на четвереньки и поползайте, стараясь не наткнуться друг на друга, можно только мяукать, а глазки открывать нельзя. Котята маленькие, неуклюжие, поэтому ползают медленно, осторожно». После игры дети обсуждают, было ли котяткам страшно, чего они боялись.

«Дружба начинается с улыбки». Сидящие в кругу дети по очереди берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую улыбку.

«Клумба». Ребенку предлагают готовый контур клумбы, дают разноцветные карандаши или фломастеры и просят украсить ее цветами, изображающими всех, кого он любит. По окончании рекомендуется расспросить малыша, кого изображает каждый цветок.

«Зеркала». Дети разбиваются на две подгруппы. Одни – «зеркала», другие – «обезьянки», «зайчики», «птички» и другие зверушки. «Зверушки» подходят к «зеркалам», любуются собой, прыгают, строят рожицы – «зеркала» должны точно также отражать движения и выражения лиц «зверюшек».

«Корчим рожицы с тобой». Любимый детьми процесс в любом возрасте. Почему и воспитателю не продолжить грустному и скучающему ребенку немного подучиться, посмеяться. Можно корчить рожицы перед зеркалом, а можно друг другу, можно изображать определенные эмоции. Воспитатель говорит: «А теперь давай попробуем изобразить рожицу веселую, рожицу задумчивую, рожицу капризную и др.»

«Игры с воздушными шарами». Нужно всегда держать под рукой пакет с воздушными шариками. Они могут пригодиться для различных развлечений: можно ловить их как мяч; играть ими в «бадминтон», заменив ракетки журналами или книжками; поиграть с детьми в волейбол (перебрасывая шар через веревку, натянутую между двумя стульями); устроить соревнования – кто быстрее перебросит шар на другой конец группы.

С воздушными шарами всегда можно организовать несколько игратракционных, можно украсить группу вместе с детьми, чтобы стало радостно и нарядно, например, в пасмурный, в дождливый день. Да и сами по себе несколько цветных шаров в группе – это радостное событие для ребенка. К

похожим «моментам радости» можно отнести мыльные пузыри, которые всегда привлекают детей, наполняя их жизнь весельем.

«Игрушки тоже прячутся». С ребенком, у которого испортилось настроение или который в настоящий момент потерял интерес к игрушкам или к игре, воспитатель может взаимодействовать индивидуально следующим образом. Он радостно сообщает ребенку, что игрушки в группе не любят скучать и часто играть в прятки, но не обыкновенные, а особенные, и сейчас они будут очень рады поиграть с ним.

Перед ребенком на поднос кладется 3 – 5 (в зависимости от возраста) небольших игрушек. Ребенок должен внимательно посмотреть на них и назвать каждую (например, каждая игрушка «здоровается» с ребенком и ребенок здоровается с ней в ответ, проговаривая ее имя или название). Затем ребенок закрывает глаза, а воспитатель в это время прячет одну из них.

Снова посмотрев на поднос, малыш должен определить, какая из игрушек «спряталась» (чего не хватает) и постараться найти ее в ограниченном пространстве, например, в уголке природы или уголке здоровья.

«Кто одет в зеленый цвет?» Этот «момент радости» предполагает поиск зеленого (любого другого) цвета в своей одежде ребенком, детьми. Воспитатель предлагает малышу или нескольким ребятам поискать на себе, например, зеленый цвет. Возможен еще и такой вариант этой игры: поискать одинаковые по цвету глазки, волосы у детей в группе. Это доставит удовольствие и радость ребенку, займет его внимание.

«Улыбнись дождику». Если дети расстроены, что они не пойдут на прогулку из-за дождя можно разучить с ними кричалку о дожде, которая поднимет им настроение.

Лейся, лейся дождик, дождик!

Я хочу радости, радости!

Я не сахар!

Я не коржик!

Не боюсь я сырости!

Затем детям предлагается вспомнить стихи или песенки про дождик, которые они знают.

«Поймай пальчик». Воспитатель приглашает ребенка поиграть, предлагая ему на свою ладонь свой пальчик. Медленно кисть начинает собираться в кулачок, пытаясь захватить детский пальчик, задача для ребенка – увернуться, убрав его вовремя. Если пальчик все же застрял в ладони взрослого, то теперь «лавушкой» становится детская рука. Игра, развлекающая ребенка всегда.

«Танцующие платочки». Воспитатель включает какую-нибудь веселую детскую песенку или мелодию и предлагает детям подвигаться под нее, кто как хочет с цветными платочками в руках (цветной шифон). Дети произвольно двигаются, подбрасывая и ловя ткань, а также совершая с ней другие различные манипуляции.