

ИГРЫ И ТРЕНИНГИ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ

Старший дошкольный возраст

Задача: Воспитывать уважение к себе, взрослым людям разного пола, бережное отношение к процессу и результату их труда. Воспитание любви и уважения к членам своей семьи.

Игра «Домашний фотоальбом».

Материал: фотографии родных и близких людей.

Ребенок приносит из дома одну фотографию. Ведущий предлагает показать и рассказать о ней.

Рефлексия.

Кто изображен на фотографии?

Как их зовут?

Какое настроение у каждого?

Чем они заняты?

С кем ты любишь играть, разговаривать?

С кем из родителей ты проводишь больше времени?

Как давно была сделана эта фотография?

Сейчас что-нибудь изменилось?

Вечером вы всей семьей находитесь дома. Расскажите, кто из вас чем занимается.

Рекомендация: использование для осознания чувства привязанности и взаимосвязи со своей семьей.

Игра «Цветок добрых слов».

Материал: лепестки цветка ромашки, изготовленные детьми.

Каждый из детей получает лепестки цветка.

Ведущий: это лепестки цветка добрых слов. Попробуйте сказать хорошие, теплые слова своим родителям, я их напишу на лепестках. Потом мы соединим их вместе, у нас получится цветок с самыми приятными словами для ваших родителей. Цветок вы можете повесить в группе, ваши папы и мамы прочтут эти слова.

Рефлексия.

Как ты думаешь, важно ли в семье любить друг друга?

Какими словами ты выразил свою любовь к родителям?

Часто ли ты говоришь им такие слова?

Что они при этом чувствуют?

Тебе хочется добавить еще какие-либо слова своим родителям? Кому, маме или папе?

Понравилось ли тебе дарить теплые слова свои родителям?

Рекомендация: использование для осознания чувства привязанности и взаимосвязи со своей семьей.

Игра «Ты – лев».

Ведущий: Ребята, сейчас мы с вами попробуем поиграть в новую игру. Для этого закройте глаза, представьте льва – царя зверей – сильного, могучего, уверенного в себе, спокойного и мудрого. Он красив и выдержан, горд и свободен, он все умеет. Его зовут

также как вас, у него ваше имя, ваши глаза, руки, ноги, тело. Лев – это вы! А теперь откройте глаза. Пусть каждый попробует показать, какой вы лев.

Рефлексия. Удалось ли тебе представить себя львом?

Что ты при этом чувствовал?

Понравилось ли тебе быть львом?

Чем ты на него похож?

Всегда ли ты на него похож?

Как часто в жизни ты становишься похож на льва?

Когда это бывает?

Рекомендация: использование для осознания своих достижений, повышения самооценки.

Игра «Ромашка».

Материал: фотографии и рисунки родных и близких детям людей.

Рассмотрите ромашку и наклейте на ее лепестки фотографии или рисунки всех тех, кого вы считаете близкими и родными. Если не хватает лепестков, нарисуйте еще одну ромашку рядом.

Рекомендация: накопление и дифференциация опыта чувства радости у детей.

Игра «Горошинка».

Материал: горошинка или камушек по количеству детей.

Взрослый кладет каждому в ладошку горошинку и говорит о том, что из космоса планета Земля видится такой маленькой как горошинка. Но в самом деле наша планета большая, и на ней живет много людей, животных, растений. «Как же живет каждый из нас?» – спрашивает педагог. Дети, зажав в кулачке горошинку, поочередно рассказывают о себе и своей семье, о своих друзьях и любимцах. Мы все связаны друг с другом. «Без чего невозможна жизнь на земле?» – продолжает спрашивать взрослый. Предлагаемые ответы: без деревьев, кустарников, животных, воздуха, солнца, воды, труда, дружбы и прочее. Педагог предлагает взять горошинку домой и рассказать об услышанном своим родителям.

Рекомендация: показ позитивного отношения ребенка к родителям, осознание им родственных чувств. Закрепление ощущения у ребенка чувства своей значимости на большой Земле.

Задача: Развивать умение налаживать отношения со сверстниками в соответствии с правилами и нормами, принятыми в обществе, решать возникающие конфликты.

Игра «Спина к спине».

Двое детей садятся спиной друг к другу. Их задача – договориться о чем-нибудь или рассказать что-нибудь друг другу. Лучше, если тему для разговора придумают сами дети, но и взрослый может им в этом помочь. После игры дети обмениваются впечатлениями, и делятся своими ощущениями. Взрослый может помочь им, задавая вопросы типа: «Было ли вам удобно разговаривать?», «Не хотелось ли что-нибудь изменить?».

Рекомендация: использование при конфликтных ситуациях сверстников.

Игра «Мои друзья».

Ребенку предлагается нарисовать на листе бумаги его друзей. Можно изобразить их как людей, а можно в виде деревьев, птиц, зверей, цветов и т.п. После рисования необходимо обсудить с ребенком то, что он нарисовал, спросить, кого он хотел изобразить, почему он нарисовал именно этих детей.

Рекомендация: использование при нарушении взаимоотношений ребенка со сверстниками

Ролевая гимнастика.

Детям предлагается выполнить ряд упражнений.

1. Рассказать известное стихотворение

- шепотом,
- с пулеметной скоростью,
- со скоростью улитки,
- как робот,
- как иностранец.

2. Походить как

- младенец,
- глубокий старик,
- лев,
- трусливый заяц.

3. Улыбнуться, как

- кот на солнышке,
- само солнышко.

4. Посидеть, как

- пчела на цветке,
- наездник на лошади,
- Карабас-Барабас.

5. Попрыгать, как

- кузнечик,
- маленький зайчик,
- лягушка,
- кенгуру.

6. Нахмуриться, как

- осенняя туча,
- рассерженная мама,
- разъяренный лев.

Рекомендация: использование для снятия напряжения, эмоционального раскрепощения. Обучение детей выражать определенную эмоцию персонажей в разном настроении.

Литература:

1. Е. В. Котова «В мире друзей». Программа эмоционально-личностного развития детей.
2. Л.Б. Фесюкова «Я и другие».
3. Н.Л. Кряжева «Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет».