

## Картотека игр и упражнений по развитию эмоциональной сферы у детей 3-4 лет.



### **Игра «Ау!»**

*Цель:* развитие интереса к сверстникам, слухового восприятия.

Описание игры: один ребенок стоит спиной ко всем остальным, он потерялся в лесу.

Кто-то из детей кричит ему: «Ау!» – и «потерявшийся» должен угадать, кто его звал.

Комментарий: игра косвенно стимулирует интерес детей друг к другу через игровое правило. Эту игру хорошо использовать в процессе знакомства детей друг с другом.

Ребенку, стоящему спиной ко всем остальным, легче преодолеть барьер в общении, побороть тревогу при знакомстве.

### **Игра Пальцы – звери добрые, пальцы – звери злые**

*Цель:* развитие эмоциональной сферы, коммуникативных навыков.

Описание игры: дети представляют, что их пальчики – добрые кошечки, злые мышшки, добрые волчата, злые зайчата и т. д.

Комментарий: взрослый предлагает детям превратить свои пальчики, например, на правой руке – в добрых волчат, а на левой - в злых зайчат. Им надо поговорить друг с другом, познакомиться, поиграть, может быть, поспорить. Если у детей хорошо получается, можно предложить им познакомиться с ручками других детей. Кроме развивающего эффекта игра дает возможность выявить особенности общения детей.

Игра полезна гиперактивным, агрессивным и аутичным детям. Она помогает им ощутить возможности своего тела, найти новые способы налаживания контакта, преодолеть боязнь физического контакта.

### **Игра «Змейка»**

*Цель:* развитие ловкости и координации, умения действовать согласованно.

Описание игры: выбирают водящего, он становится во главе «змейки», которую образуют игроки, становясь в ряд лицом в одну сторону. Водящий бежит по

причудливой траектории, делая резкие повороты и закручивая «змейку». Его цель – заставить играющих расцепить руки. Такие дети из игры выбывают. Выигрывают те, кто дольше всех продержится в «змейке».

Комментарий: взрослый занимает либо позицию наблюдателя, либо позицию судьи, который следит за соблюдением целостности «змейки» и выводит нарушивших правила игроков.

Оказываясь в ситуации, в которой необходимо и в прямом, и в переносном смысле держаться друг за друга, дети приобретают опыт проживания различных ситуаций, учатся не бояться общения, согласовывать свои действия.

### ***Игра «Замок»***

*Цель:* развитие мелкой моторики, самомассаж.

Описание игры: ведущий читает стихотворение, а дети выполняют определенные движения, разученные заранее.

На двери висит замок.

Движения типа «буравчик».

Кто открыть его бы мог?

Дети быстро соединяют пальцы в «замок», это движение повторяется несколько раз.

Потянули...

Руки, соединенные «замком», вытягивают вправо, затем влево.

Покрутили...

Руки, соединенные «замком», вытягивают вперед, затем к себе.

Постучали...

Пальцы в «замке», ладошками «аплодируют» — несколько раз.

И — открыли!

Пальцы, разъединяют, ладони держат на весу параллельно друг другу.

Комментарий: такие имитационные игры, в основе которых лежат детские стихи, потешки, сопровождаемые движениями, можно придумывать самостоятельно, так как почти любое детское стихотворение имеет в своей основе ритмический рисунок, легко перекладываемый на движения.

### ***Игра «Если «да» – похлопай, если «нет» – потопай»***

*Цель:* развитие коммуникативных навыков детей, развитие слухового внимания.

Описание игры: взрослый называет предложения, а дети должны оценить их и показать свое отношение, похлопав в ладоши, если они согласны, или потопав ногами, если утверждение неверно.

«Рома навестил бабушку и так обрадовался, что обиделся на нее».

«Саша отнял игрушку у Пети и побил его, Петя поссорился с ним».

«Лене очень нравился Сережа, поэтому она его побила».

«Максим подарил Даше конфеты, и она очень обрадовалась».

«Сережа увидел, что Максим подарил Даше конфеты, обиделся, что сам не сделал этого и поэтому поссорился с Максимом».

Комментарий: в конце игры взрослый говорит детям, что обида и злость дружат со ссорой, а ссоры делают человека одиноким, так как с ним никто не хочет разговаривать или играть.

Ситуации можно подбирать из непосредственной жизни детей. Наверняка их будет немало.

Эта игра наглядно демонстрирует эффективность и многофункциональность игровой деятельности вообще, так как в ней можно соединять, казалось бы, разные вещи,

### ***Игра «Как пройти?»***

**Цель:** расширение знаний детей об окружающем, развитие коммуникативных навыков детей.

**Описание игры:** взрослый начинает игру: «У зайчика заболели ушки. Что он должен сделать?» – «Пойти к врачу». – «А как его найти?» – «В больнице». – «Где найти больницу?» – и т. д. Дети рассказывают, где находится больница, как туда добраться. Так же можно «ходить» в магазин, библиотеку и т. д.

**Комментарий:** в процессе игры с детьми младшего возраста такие ситуации можно упростить, оговаривая лишь действия в той или иной ситуации.

### ***Игра «Найди игрушку»***

**Цель:** снижение чувства страха, развитие внимания.

**Необходимые приспособления:** небольшая игрушка.

**Описание игры:** выбирают ведущего, который прячет игрушку в пределах оговоренного пространства, а потом остальные ее ищут, воспользовавшись подсказкой ведущего: «Игрушка лежит на подоконнике в комнате». Затем описание места расширяют: «Игрушка спрятана в спальне под подушкой». Ребенок, нашедший игрушку, должен рассказать, что она делала на том месте, где была найдена. Местоположение игрушки можно задавать, описав функцию помещения («моет посуду» или ее действия («лежит, закрыв глаза»).

**Комментарий:** эта игра поможет детям лучше ориентироваться в помещениях и комнатах. Поэтому она может использоваться в процессе сопровождения адаптации ребенка к условиям детского сада, так как часто у малышей наблюдается боязнь всего незнакомого, им трудно сориентироваться в новой обстановке.

### ***Игра «Зеваки»***

**Цель:** развитие внимания, произвольности поведения.

**Необходимые приспособления:** колокольчик или погремушка.

**Описание игры:** дети становятся в ряд или в круги и идут в какую-нибудь сторону. По сигналу, подаваемому колокольчиком или погремушкой, они разворачиваются, хлопают в ладоши четыре раза и идут в обратном направлении. Запоздавший с выполнением инструкции выбывает из игры. У детей младшего возраста выполнение этого правила может вызвать плач. Поэтому можно предложить ребенку, чтобы не расстраивать его, лишь посидеть 1-3 минуты на лавочке в качестве штрафа, а затем снова включиться в игру.

**Комментарий:** сигнал может подаваться через разные промежутки времени, что усложнит задачу для детей.

### ***Игра «Растущие цветы»***

*Цель:* укрепление уверенности в себе, стимулирование стремления к лидерству, развитие наблюдательности.

Необходимые приспособления: музыкальные инструменты, 2-3 больших бумажных цветка.

Описание игры: один ребенок играет на музыкальном инструменте, остальные слушают. Одновременно взрослый, спрятавшись за высоким предметом мебели, начинает поднимать цветок. Когда музыка стихает, цветок перестает расти, при быстрой и громкой музыке он растет быстрее. Если цветок не может уже расти дальше, все начинают танцевать вокруг него или изображать его увядание. Если одновременно играет два инструмента, можно использовать два цветка.

Комментарий: когда детям станет ясна суть игры, взрослого может заменить ребенок.

После игры с детьми проводится беседа. У ребенка-цветка можно спросить, под какие звуки ему хотелось расти, а под какие – нет. У ребенка-музыканта можно спросить, хотелось ли ему, чтобы цветок рос, если нет, то почему.

В процессе игры взрослый должен пытаться комментировать темп роста цветка, предлагать те или иные версии поворота сюжета. Например: если цветок долго не растет, взрослый должен обратить внимание детей на звуки, а затем на то, что, вероятно, ему они не нравятся или что ему грустно. Можно попросить всех детей вместе с музыкантом помочь цветку подрасти.

### ***Упражнение «Найди отличие»***

*Цель:* развитие коммуникативных навыков.

Необходимые приспособления: лист бумаги, карандаш.

Описание игры: ребенок рисует все, что ему захочется, затем передает листок взрослому. Взрослый добавляет одну или несколько деталей и возвращает рисунок ребенку, который должен найти изменения. Затем взрослый рисует, а ребенок вносит изменения – они меняются ролями.

Комментарий: если в игре принимают участие несколько детей, их можно расположить по кругу и предложить меняться рисунками, пустив их по кругу, пока листок не вернется к хозяину.

В зависимости от особенностей детей игра может проходить как в быстром, так и в медленном темпе.

После завершения игры рисунки раскладываются на столе или на полу. Взрослый предлагает поговорить о них. Важно спросить ребенка, нравится ли ему рисунок, что именно нравится (или не нравится), что бы он хотел убрать (добавить) и т. д.

### ***Упражнение «Чьи вещи?»***

*Цель:* развитие умения перевоплощаться, расширение и уточнение знаний о различных профессиях.

Необходимые приспособления: атрибуты различных профессий: градусник, кастрюля, гармошка, катушка и т. д.

Описание игры: взрослый говорит детям, что к ним приходили представители разных профессий и каждый что-то забыл. Он просит играющих помочь разобраться, назвав профессию обладателя той или иной вещи. Ответивший

правильно получает этот предмет и играет с ним дальше, изображая, как он работает.

Комментарий: по мере увеличения возраста детей сюжет может развиваться и усложняться через обнаружение детьми взаимосвязей между профессиями. Например, чтобы пекарь мог печь хлеб, ему нужна мука, ее, в свою очередь, должен привозить шофер и т. д.

Интересно понаблюдать за взаимоотношениями детей, поставленных в ситуацию необходимости налаживания контакта. Это помогает лучше понять личностные особенности ребенка, выявить его проблемы.

### ***Упражнение «Зеркало»***

*Цель:* развитие внимания, скорости реакции, моторики.

Описание игры: дети выбирают ведущего, он становится в центр, а остальные дети – полукругом вокруг ведущего, который показывает разнообразные позы, демонстрирует разные выражения лица. Дети должны повторить их.

Комментарий: смена поз и мимических этюдов должна быть быстрой. За темпом и правильностью должен следить взрослый.

### ***Игра Динозаврики***

*Цель:* снятие негативных переживаний, снятие телесных зажимов.

Описание игры: дети, представляя себя «динозавриками», делают страшные мордочки, высоко подпрыгивая, бегают по залу и издают душераздирающие крики.

Комментарий: игра интересна предоставляемой детям свободой, благодаря которой у них появляется возможность дать выход накопившимся страхам, противоречиям и обидам. Ведь даже у детей сейчас редко появляется возможность делать то, что хочется.

***Играйте всей семьей вместе с детьми дома.***