

МБДОУ Новоильинский детский сад «Ромашка»

**Картотека игр на развитие эмоционально-волевой сферы у младших
дошкольников.**

Воспитатель : Бутылина Е.В

Картотека игр на развитие эмоционально-волевой сферы у младших дошкольников.

На сегодняшний день для развития эмоционально -волевой сферы младших дошкольников появляется необходимость и потребность в использовании таких методов и приемов, характер которых зависит от индивидуальных особенностей ребенка. Игры имеют наилучшие возможности для возникновения контактов между детьми, малыши приучаются действовать согласованно, учатся уступать, помогать друг другу, делиться своими радостями. Они осваивают разные модели общения, становятся более контактными, восприимчивыми к эмоциональным проявлениям окружающих детей сверстников и взрослых.

Мною была составлена картотека игр и игровых упражнений , разделенная на четыре группы.

Первая группа – игры, направленные на знакомство детей друг с другом, установление между ними контакта, взаимодействия.

Вторая группа – игры на снятие эмоционального напряжения у детей во время пребывания в детском саду.

Третья группа – игры на развитие мимики и эмоциональных чувств у детей.

Четвертая группа – игры, направленные на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций.

Картотека хранится в миникомоде с выдвигаемыми ящиками. Под каждую группу выделен ящик с условным обозначением, что помогает в определенных ситуациях быстро найти необходимую игру.

Игры, направленные на знакомство детей друг с другом, формирование навыков сотрудничества.

<p style="text-align: center;"><u>Игра «Магнит»</u></p> <p><i>Цель:</i> формирование навыков сотрудничества, снижение застенчивости.</p> <p><i>Описание:</i> Дети стоят в кругу и держатся за руки. Пока звучит музыка, они двигаются по кругу. Когда музыка останавливается, взрослый называет чье-нибудь имя (Юля). Тогда все дети, отпустив руки, бегут к Юле и встают вокруг нее в тесный кружок, так как Юля – магнит. Затем игра возобновляется.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Игра «Мои руки хороши, а у соседа лучше»</u></p> <p><i>Цель:</i> формирование положительного отношения к сверстнику, сплочение группы</p> <p><i>Описание:</i> Дети стоят в парах и дотрагиваются до названной части тела сначала своей, а потом - товарища со словами: «Мои руки (показ) хороши, а у соседа лучше (взять товарища за руки)».</p>
<p style="text-align: center;"><u>Игра «Продолжи фразу».</u></p> <p><i>Цель.</i> Развитие умения выражать собственные эмоции.</p> <p>Игра «Продолжи фразу». Дети передают по кругу мяч, при этом продолжают фразу, рассказывая, когда и в какой ситуации он бывает таким: «Я радуюсь, когда ...», «Я злюсь, когда ...», «Я огорчаюсь, когда ...», «Я обижаюсь, когда ...», «Я грущу, когда ...» и т. д.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Игра «Кричалки—шепталки—молчалки»</u></p> <p><i>Цель:</i> развитие умения выражать собственные эмоции, контролировать их</p> <p><i>Описание:</i> Надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий.. Когда взрослый поднимает красную ладонь — «кричалку» можно бегать, сильно шуметь; желтая ладонь — «шепталка» — можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчанка» — синяя ладонь — дети должны замереть на месте .</p>
<p style="text-align: center;"><u>Игра «Продолжи фразу»</u></p> <p><i>Цель.</i> Развитие умения выражать собственные эмоции.</p> <p>Дети передают по кругу мяч, при этом продолжают фразу, рассказывая, когда и в какой ситуации он бывает таким: «Я радуюсь, когда ...», «Я злюсь, когда ...», «Я огорчаюсь, когда ...», «Я обижаюсь, когда ...», «Я грущу, когда ...» и т. д.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Игра «Тренируем эмоции»</u></p> <p><i>Цель:</i> Научиться понимать эмоции других, выражать собственные эмоции и чувства.</p> <p><i>Радость.</i> Улыбнись, пожалуйста, как: кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса; довольный ребенок; счастливая мама.</p> <p><i>Испуг.</i> Покажи, как испугались: заяц, который увидел волка; котенок, на которого лает собака.</p>

Игры, способствующие снятию эмоционального напряжения во время пребывания в детском саду.

<p style="text-align: center;"><u>«Минута шалости»</u></p> <p><u>Цель:</u> психологическая разгрузка.</p> <p>Описание игры; Ведущий по сигналу (удар в бубен, свисток, хлопок в ладоши) предлагает детям пошалить: каждый делает, что ему хочется – прыгает, бегают, кувыркается и т.п. повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты объявляет конец шалостям.</p>	<p style="text-align: center;"><u>«Мыльные пузыри»</u></p> <p><u>Цель:</u> развитие воображения, выразительности движений, снятие напряжения.</p> <p>Описание игры: Воспитатель или ребенок имитирует выдувание мыльных пузырей, а остальные дети изображают полет этих пузырей. Дети свободно двигаются. После команды «Лопнули!» дети ложатся на пол.</p>
<p style="text-align: center;"><u>«Ласковый ветерок»</u></p> <p><u>Цель:</u> снятие напряжения в области мышц лица.</p> <p>Дети сидят на стульчиках. Ведущий: «К нам в комнату залетел ласковый ветерок. Закроем глазки. Ветерок коснулся вашего личика. Погладьте его: лобик, щечки, носик, шею. Погладьте ласково волосики, руки, ноги, Откроем глазки. До свидания, ветерок, прилетай к нам еще»</p>	<p style="text-align: center;"><u>«Это я. Узнай меня.»</u></p> <p><u>Цель:</u> снятие эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального климата в группе.</p> <p><u>Ход:</u> дети сидят на ковре. Один из них поворачивается спиной к сидящим. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и говорят: “Это я. Узнай меня”. Ребенок, которого поглаживают, должен отгадать, кто до него дотронулся</p>
<p style="text-align: center;"><u>«Коробка переживаний».</u></p> <p><u>Цель:</u> направлено на снятие эмоционального напряжения.</p> <p><u>Ход:</u> Я принесла сегодня небольшую коробку. Предлагаю отправить ее по кругу, чтобы собрать наши неприятные переживания и заботы. Вы можете сказать об этом шепотом, но обязательно в эту коробку. Потом я ее заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши неприятные переживания.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Хороводная игра «Зайка»</u></p> <p><u>Цель:</u> снятие мышечного напряжения.</p> <p><u>Ход:</u> В кругу стоит грустный зайка. Дети поют: Зайка, зайка! Что с тобой? Ты сидишь совсем больной. Ты вставай, вставай, скачи! Вот морковку получи! (2 раза) Получи и попляши!</p>
<p style="text-align: center;"><u>Волшебные шарики.</u></p> <p><u>Цель:</u> снятие эмоционального напряжения.</p> <p><u>Ход:</u> дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладошек “лодочку”. Затем он вкладывает каждому ребенку в ладошки стеклянный шарик и дает инструкцию: “Возьмите шарик в ладошки, согрейте сложите ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием. Откройте глаза Какой стал шарик?”.</p>	<p style="text-align: center;"><u>«Паровозик»</u></p> <p><u>Цель:</u> создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, развитие произвольного контроля, умения подчиняться правилам других.</p> <p><u>Ход игры.</u> Дети строятся друг за другом, держась за плечи. «Паровозик» везет «вагончик», преодолевая препятствия.</p>

Игры, развивающие мимику и эмоциональные чувства у детей.

<p style="text-align: center;"><u>«Белоснежка и её друзья»</u></p> <p><u>Цель:</u> Закрепить умение детей различать и называть основные эмоции. По мимике определять эмоциональное состояние героев. <u>Ход игры:</u> Воспитатель говорит, что у Белоснежки есть хорошие друзья.. Но настроение у них очень быстро меняется. Предлагает найти гнома-весельчака, гнома который испугался....</p>	<p style="text-align: center;"><u>«Путешествие в сказку»</u></p> <p><u>Цель:</u> Учить детей понимать, какие чувства вызывают те или иные поступки.</p> <p><u>Ход игры:</u> На столе разложены картинки. Воспитатель предлагает посмотреть на сказочных героев. Рассказать кто из них хитрый, капризный, злой, грустный, веселый, добрый</p>
<p style="text-align: center;"><u>Кому что?»</u></p> <p><u>Цель:</u> Закрепить понятие, что цвет и настроение взаимосвязаны. Учить объяснять свой выбор. Воспитывать эстетические чувства.</p> <p><u>Ход игры:</u> Воспитатель говорит, что две волшебницы перепутали свои вещи и просит детей помочь им в их поиске. Дети находят картинки и объясняют выбор.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Тише»</u></p> <p><u>Цель:</u> учить выражать эмоции жестами, знаками.</p> <p><u>Ход игры :</u>Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Детям предлагается так перейти дорогу, чтобы не разбудить котенка, знаками показывая друг другу: «Тише!»</p>
<p style="text-align: center;"><u>«Ласка».</u></p> <p style="text-align: center;"><u>Цель:</u> <u>Учить передавать жестами и мимикой доброжелательные чувства.</u></p> <p><u>Ход игры:</u> Детям предлагается показать, как они любят свою игрушку, котеночка, собаку и т. д.</p>	<p style="text-align: center;"><u>«Какое у меня настроение?»</u></p> <p><u>Цель:</u> Учить понимать эмоции и чувства, выражать их с помощью мимики .</p> <p><u>Ход игры:</u> Воспитатель выдает детям зеркала. Показывает картинку. Просит высказаться по поводу настроения изображенного героя. Затем предлагает посмотреть в зеркало и нахмуриться как тучка, рассердиться как волк и т.д.</p>
<p style="text-align: center;"><u>«Игра «Стулья для животных»</u></p> <p><u>Цель:</u> развитие эмоциональной сферы</p> <p><u>Ход игры:</u> центре комнаты ставятся три стульчика с прикрепленными картинками животных в разных настроениях: веселое, страшное, грустное. Тот, кто сядет на стульчик, превращается в страшного зверя, грустного или веселого животного..</p>	<p style="text-align: center;"><u>Эмоциональные руки.</u></p> <p><u>Цель;</u> знакомство с различными эмоциональными состояниями, позволяющие окружающим правильно понять их.</p> <p><u>Ход;</u> попробуйте, пользуясь только руками, изобразить: злость; грусть; испуг..</p>

Игры, направленные на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций.

<p style="text-align: center;"><u>Маленькое привидение.</u></p> <p><u>Цель:</u> направлено на обучение детей навыку в приемлемой форме выплескивать накопившийся у них гнев.</p> <p><u>Ход:</u> “Ребята! Сейчас мы с вами будем играть в маленьких добрых привидений. По моему хлопку вы будете страшным голосом завывать: “у-у-У!” Если я буду хлопать тихо, вы будете гудеть тихо, если я буду хлопать громко, вы будете пугать друг друга громким голосом.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Мой хороший попугай.</u></p> <p><u>Цель:</u> развитие эмпатии, снятие агрессии, расширение поведенческого репертуара.</p> <p><u>Ход:</u> дети стоят в кругу, плотно прижимаясь плечами друг к другу. Педагог передает одному из них мягкую игрушку. Ребенок должен прижать ее к себе, назвать ласковым именем и передать другому ребенку.</p>
<p style="text-align: center;"><u>Злые и добрые кошки.</u></p> <p><u>Цель:</u> снятие общей агрессии.</p> <p><u>Описание:</u> Дети стоят в кругу, в центре на полу лежит обруч – «волшебный круг» для превращения. Ребенок входит в обруч и по сигналу превращается в злющую кошку. Из «волшебного круга» выходить нельзя. По сигналу взрослого «превращение» заканчивается. После детям предлагается превратиться в добрых и ласковых кошечек.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Рвакля.</u></p> <p><u>Цель:</u> помогает снять напряжение, дает выход деструктивной энергии.</p> <p><u>Материал:</u> ненужные газеты, журналы, бумаги; широкое ведро или корзина.</p> <p><u>Описание:</u> Ребенок может рвать, мять, топтать бумагу, делать с ней все, что заблагорассудится, а потом бросать ее в корзину</p>
<p style="text-align: center;"><u>«Кулачок»</u></p> <p><u>Цель:</u> осознание эффективных форм поведения, смещению агрегации и мышечной релаксации</p> <p><u>Описание:</u> дать ребенку в руку какую-нибудь мелкую игрушку или конфету и попросить его сжать кулачок крепко-крепко. Пусть он подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится и на ладонке будет красивая игрушка или конфета.</p>	<p style="text-align: center;"><u>Игра « Бумажные мячики»</u></p> <p><u>Цель:</u> научить детей в приемлимой форме выплескивать гнев.</p> <p><u>Описание:</u> Дети делятся на две команды и становятся поотдал друг от друга. Каждый ребенок берет листок и скомкивает его таким образом, чтобы получился мячик. По команде воспитателя дети начинают перекидывать мячики на сторону противника</p>
<p style="text-align: center;"><u>Игра «Жужа»</u></p> <p><u>Цель:</u> снятие общей коллективной агрессии.</p> <p><u>Описание:</u> Ведущий выбирает «Жужу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить Жужу: Жужа, Жужа, выходи, Жужа, Жужа, догони/ «Жужа» смотрит из своего домика (со стула), показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят на «волшебную черту», выбегает и ловит детей. Кого «Жужа» поймала, тот выбывает из игры</p>	<p style="text-align: center;"><u>Мешок с капризками.</u></p> <p><u>Цель:</u> снижение агрессии, упрямства, ослабление негативных эмоций.</p> <p><u>Описание:</u> - Посмотрите, это не простой мешок - в нем собрались все детские капризы и упрямства.. Давайте их прогоним, чтобы они не портили нам настроение. Для этого нужно изо всех сил постучать кулаками по мешку. По окончании упражнения психолог выясняет у детей, не осталось ли у них «капризок» .</p>

