

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ.

Для детей дошкольного возраста с ОВЗ.

Игра «Маленькая птичка».

Развивает мышечный контроль.

Ребёнку в ладошки дают пушистую, мягкую, хрупкую игрушечную птичку (или другого зверька, пёрышко из подушки).

Взрослый говорит: «Прилетела к тебе птичка, она такая маленькая, нежная, беззащитная. Она так боится коршуна! Подержи её, поговори с ней, успокой её».

Ребёнок берёт в ладошки птичку, держит её, гладит, говорит добрые слова, успокаивая её. Вместе с птичкой он успокаивается сам.

В дальнейшем можно птичку не класть ребёнку в ладошки, а просто напомнить ему: «Помнишь, как надо успокаивать птичку? Успокой её снова». Тогда ребёнок сам садится на стульчик, складывает ладошки и успокаивается.

Игра «Мой хороший попугай».

Способствует развитию чувства эмпатии.

Взрослый говорит: «К нам в гости прилетел попугай. Он хочет с нами познакомиться и поиграть. Как ты думаешь, что мы можем сделать, чтобы ему понравилось у нас, чтобы он захотел прилететь к нам снова?» Ребёнок предлагает: «Говорить с ним ласково», «Научить его играть» и т.д. Взрослый бережно передает ребёнку плюшевого попугая (мишку, зайчика). Ребёнок, получив игрушку, должен прижать её к себе, погладить, сказать что-то приятное, назвать ласковым именем и передать попугая взрослому. Игру лучше проводить в медленном темпе.

Игра «Чудесный мешочек».

Развивает кинестетические ощущения, учит восприятию цвета, формы, а также умению сотрудничать со взрослым.

На левую руку ребёнку надевают «волшебный мешочек», в котором находятся изготовленные из плотного цветного картона (пластика, дерева) геометрические фигурки. Мешочек должен быть чуть больше ладошки (по краю отверстия пришивается резинка, сам мешочек лучше сшить из ярких разноцветных лоскутков).

На ощупь ребёнок левой рукой выбирает по заданию взрослого определённую геометрическую фигуру, а правой рисует на бумаге её контуры. Затем фигурка вынимается из мешочка. Ребёнок сравнивает её с нарисованной, раскрашивает тем же цветом, что и оригинал. Желательно,

чтобы ребёнок во время работы произносил вслух название фигуры, цвета и называл те действия, которые он производит.

Игру лучше проводить в такой последовательности: сначала в мешочке должны находиться предметы только одной формы (например, только треугольники), затем — двух форм, трёх форм, четырёх форм и т.д. Всякий раз (кроме первого варианта) ребёнку дается такая установка: «Выбери такой предмет, как я тебе покажу». Или более сложный вариант: «Нарисуй предмет, который ты держишь в левой руке в мешочке». В последнем случае образец отсутствует, ребёнок действует только по словесной инструкции.

Игра «Разговор с телом».

Учит ребёнка владеть своим телом.

Ребёнок ложится на пол — на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом обводит контуры фигуры ребёнка. Затем вместе с ребёнком рассматривает силуэт и говорит: «Это твой силуэт. Хочешь, мы раскрасим его? Каким цветом ты хотел бы раскрасить свои руки, ноги, туловище? Как ты думаешь, помогает ли тебе твоё тело в определённых ситуациях, например, когда ты спасаешься от опасности? Какие части тела тебе особенно помогают? А бывают такие ситуации, когда твоё тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить своё тело быть более послушным? Давай договоримся, что ты и твоё тело будут стараться лучше понимать друг друга».

Игра «Ласковые лапки».

Снимает напряжение, мышечные зажимы, развивает восприятие.

Взрослый подбирает 6 - 7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянную баночку, бусы, вату и т.д. Всё это выкладывается на стол перед ребёнком. Ребёнку предлагается оголить руку до локтя. Взрослый объясняет, что по руке будет ходить «зверёк» и касаться её ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами постараться угадать, какой «зверёк» прикасался к руке - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Потом можно поменяться с ребёнком местами.

Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони и т.п.

Психогимнастические упражнения (этюды), основная цель которых - овладение навыками управления своей эмоциональной сферой: развитие у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выразить, полноценно переживать. 3

Вы описываете ребёнку ситуацию, а он должен постараться изобразить главного героя.

Новая кукла (этюд на выражение радости).

Девочке подарили новую куклу (мальчику – новую машинку). Она рада, весело скачет, кружится, играет с куклой.

Баба-Яга (этюд на выражение гнева).

Баба-Яга поймала Алёнушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама уснула. Проснулась, а Алёнушки и нет — сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

Фокус (этюд на выражение удивления).

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.

Лисичка подслушивает (этюд на выражение интереса).

Лисичка стоит у окна избышки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чём они говорят.

Соленый чай (этюд на выражение отвращения).

Мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чая и не глядя, по ошибке вместо сахара насыпал две ложки соли. Помешал и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

Новая девочка (этюд на выражение презрения).

В группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у неё был завязан большой бант. Она считала себя самой красивой, а остальных детей — недостойными её внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

Про Таню (горе — радость).

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик (горе).

«Тише, Танечка, не плачь —

Не утонет в речке мяч!»

Золушка (этюд на выражение печали).

Золушка возвращается с бала очень печальной: она больше не увидит принца, к тому же она потеряла свою туфельку...

Один дома (этюд на выражение страха).

Мама-енотиха ушла добыть еду, крошка-енот остался один в норе. Вокруг темно, слышны разные шорохи. Крошке еноту страшно – а вдруг на него кто-нибудь нападёт, а мама не успеет прийти на помощь?