

Игры на развитие эмоционального интеллекта у детей 5-6 лет.

Игра «История одного шарика».

Цель игры: Научить ребёнка расслабляться подстегнуть работу его воображения, помочь анализировать собственные переживания.

1. Попросите ребёнка надуть яркий воздушный шарик.
2. Придумайте историю, суть которой в том, что шарик переполнен эмоциями:
 - ему очень обидно, что он зелёный, а его друзья красные;
 - он боится предстоящего праздника, потому что дети могут его раздавить;
 - он солгал маме-шарику о том, где гулял вчера вечером, и теперь ему мучительно стыдно.
3. Чтобы шарик не лопнул от нахлынувших эмоций, ему надо помочь. Пусть ребёнок медленно выпустит воздух из шарика, приговаривая в этот момент что-то подбадривающее, какие-то слова поддержки.

На что обратить внимание: Желательно, чтобы надувал шарик, а затем выпускал из него воздух ребёнок, но если потребуется, помогите с этой частью задания.

Спрашивайте ребёнка, бывали ли у него ситуации, в которых он чувствовал себя как этот шарик (эмоции могут быть разными).

Игра «Фантазёры».

Цель игры: Научить ребёнка анализировать эмоциональное состояние рисованных персонажей, развивать чуткость и воображение.

Подготовьте несколько картинок, на которых изображены эмоции людей.

1. Пусть ребёнок опишет, что видит.

2. А теперь попросите его придумать, что предшествовало изображённому моменту.

3. Пофантазируйте вместе, что может случиться дальше.

Чем больше деталей заметит ребёнок на рисунке, тем лучше. Если в процессе работы над эмоциональным интеллектом вы будете периодически повторять показ картинок, то непременно обнаружите, как возрастает внимательность малыша.

Игра «Угадай!».

Закройте лицо руками, а когда откроете, на нём должна быть изображена какая-то эмоция. Предложите ребёнку угадать, что вы изобразили. Потом поменяйтесь ролями.

Игра «Как я говорю?».

Попробуйте произнести одну и ту же обычную фразу, например, «Доброе утро!», с разными интонациями (радостно, грустно, зло, удивлённо, испуганно и т.д.). Пусть ребёнок попробует угадать эмоцию. Придумайте другую фразу и поменяйтесь ролями.

Игра «Моё настроение».

Детям предлагается рассказать остальным о своём настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении – всё зависит от фантазии и желания ребёнка.

«Рисование».

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Ребёнку даётся задание: «Нарисуй доброе животное и назови его ласковым именем, награди его каким-нибудь волшебным средством понимания других.

Рисование проводится под спокойную музыку, красками, фломастерами, яркими мелками на белых листах.

Игра «Мешочек эмоций».

Положите в мешочек изображения эмоций (гнев, радость, страх, злость, удивление, спокойствие), каждый, кто вытянет одну карточку, должен изобразить эту эмоцию, и рассказать в каких ситуациях в своей жизни он испытывает эту эмоцию.

Игра «Линии эмоций».

Предложите ребёнку на свой вкус нарисовать грустную линию, радостную, обиженную, злую, спокойную и т.д. Нарисуйте, как вы видите линии с разными эмоциями. Сравните рисунки.

Эта игра не только развивает воображение, но и помогает наглядно увидеть разницу между восприятием.

Игра «Рисуем настроение».

Для этого упражнения нужно использовать краски, но не фломастеры! Настроение меняется каждый день, поэтому задание можно сделать ежедневным. Попробуйте целую неделю рисовать свои эмоции, а потом просмотрите получившиеся картины.