



ИГРЫ | НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИЙ

Волчок

Играющие садятся в кружок. Ведущий берет волчок со стрелочкой, и, прежде чем раскрутить ее, предлагает задание, например: проскакать на одной ножке, спеть песенку, похлопать в ладоши и т.д. Участник, на которого укажет стрелка волчка, должен выполнить задание, а потом сам придумать новое задание.

Час тишины и час «можно»

Взрослый договаривается с ребёнком о том, что у них теперь будет час тишины и час «можно». Это значит, что в час тишины все будут вести себя тихо и заниматься спокойными делами: рисованием, лепкой и т.п. Зато в час «можно» они смогут делать все, что захочется – бегать, прыгать, кричать, петь и т.д. При этом желательно заранее предупредить, что даже в час «можно» нельзя драться, ругаться, обижать кого-либо.

Разговор с руками

В эту игру играют, если ребенок склонен к дракам или разрушению. Взрослый предлагает ребенку обвести контур ладошек, а затем «оживить» их: нарисовать им лица (глазки, ротик, носик и т.д.), можно раскрасить пальчики цветными карандашами. Затем взрослый начинает разговор с пальчиками, расспрашивая их об их привычках и привязанностях, о том, что они любят и чего не любят. Ответить может ребенок, но если он молчит, то взрослый сам отвечает за пальчики, рассказывая о том, какие они хорошие, как много они умеют. Потом взрослый говорит: «Но пальчики иногда не слушаются своего хозяина», - и предлагает заключить с непослушными «договор», что они в течение определённого дней не будут никому причинять боль и не будут ничего ломать, будут делать только хорошее: здороваться, мастерить, играть, помогать хозяину одеваться и раздеваться.

Этюд «Обнималки»

Взрослый говорит ребёнку: «Представь, что ты обнимаешь огромного слона, бегемотика, поросёнка». Ребёнок изображает «обнималки» широко расставив руки. Затем взрослый предлагает ребёнку погладить котенка, щенка, и аккуратно взять в ладошки хомячка. Заканчивается этюд обниманием себя и других членов семьи.



Упражнение «На берегу моря»

Ребёнок ложится на ковер. Взрослый включает музыку «Шум моря» и спокойным ровным голосом говорит: «Закрой глаза, представь, что мы лежим на берегу моря. Светит теплое солнышко, мы греемся на нём. Ручки и ножки расслаблены. По телу разливается тепло. Дует ласковый ветерок (в этот момент можно погладить ребенка). Дышим спокойно и глубоко. Набираем полные легкие воздуха и выдыхаем весь воздух. Нам хорошо и спокойно. Море спокойное, а под водой плавают разноцветные сказочные рыбки. Представь, какие они красивые: голубые, желтые, зеленые. Они блестят и переливаются. А мы лежим на берегу, и все заботы и тревоги покидают нас, уплывают, как рыбки. Потихоньку открываем глаза, можно потянуться, возвращаемся в нашу комнату».

Упражнение «Тучка и солнышко»

Ребёнок складывает лист бумаги пополам. На внешней части листа взрослый просит его нарисовать тучку, а внутри листа солнышко. Затем проводится беседа: ребёнок рассказывает про свою тучку и солнышко. В конце делается вывод о том, что за каждой тучкой скрывается солнышко, а после любых неприятностей бывает все хорошо.

«Закапывание плохих слов»

Если ребенок только начал употреблять в своей речи нецензурные слова, можно воспользоваться следующим методом коррекции.

Нужно раскопать с ребенком ямку, нашептать туда все плохие слова, которые знает ребенок, и закопать их в этой ямке. Делать все это надо с серьезным видом, настраивая ребенка на то, что слова должны остаться в ямке навсегда. Такое ритуальное действие очень нравится детям и является высоко эффективным, в том случае если употребление нехороших слов, еще не стало привычкой.