

# Игры на эмоциональное развитие детей 3, 4 лет

## Игры на выражение эмоциональных состояний

Умение выражать свои эмоции и управлять ими – важный фактор при общении людей. Для того чтобы понять настроение и чувства другого человека, нужно научиться сопереживать, а поможет нам в этом метод эмпатии – умение прочувствовать внутреннее состояние собеседника. Дети хорошо владеют этим методом: они безошибочно чувствуют, кто их любит, а кто нет; кто хороший человек, а кто плохой. Но не всегда умеют правильно выразить свои эмоции и управлять ими. Существуют игры и упражнения, которые учат ребенка этому. Предлагаем некоторые из таких игр.

### «Сделай» лицо

□ Попросите малыша мимикой изобразить различные эмоциональные состояния – радость, гнев, грусть и др.

#### Радость

□ Показать, как радуется ребенок новой игрушке.  
□ Напомните малышу о том, как он радовался, когда ему подарили новую игрушку. Попросите его вспомнить эту ситуацию: «Закрой глаза. Представь, что ты держишь ее в руках. Вырази свои чувства мимикой».

#### Огорчение

□ Показать огорчение ребенка, у которого заболел друг.  
□ «Представь, что ты хочешь поиграть в новую игру с другом, а он болен. Что ты при этом чувствуешь? Изобрази огорчение».

#### Грусть

□ Изобразить, как грустит больной ребенок.  
□ Напомните ребенку о том, что когда он болел, то сидел дома и смотрел в окно. А в это время другие дети играли в веселые игры. Спросите, что тогда он чувствовал.

#### Гнев

□ Показать сердитого ребенка, у которого сломалась любимая игрушка.  
□ Возьмите эту игрушку, спросите ребенка, как он любит играть с ней, как он о ней заботится. Но что он почувствует, если узнает, что она сломана и ее нельзя починить. Как изобразить гнев?

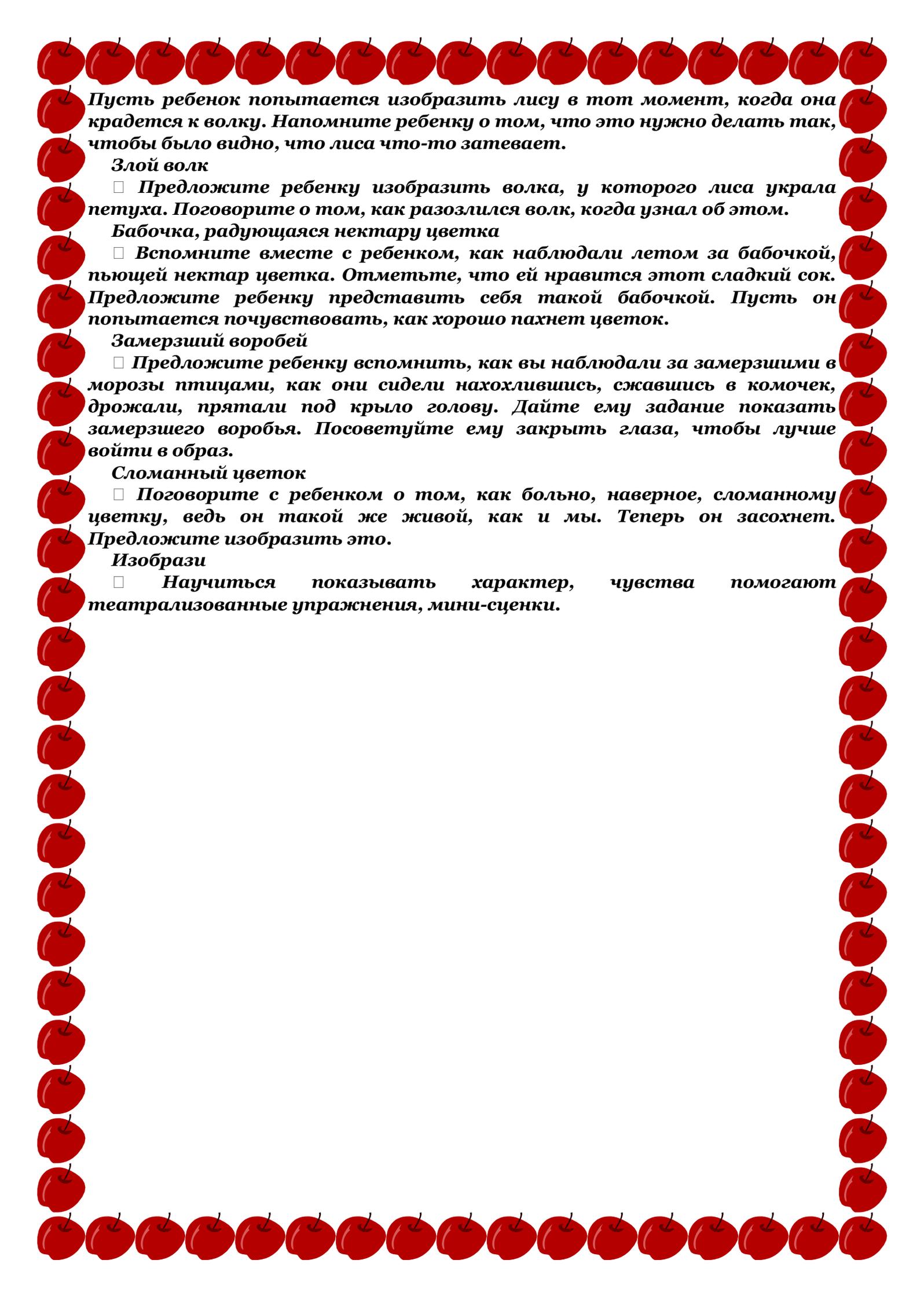
#### Грустим-радуемся

□ Когда ребенок научится правильно изображать эмоции, ему можно предложить менять мимику лица: с грустного на веселое (больной ребенок выздоровел), с сердитого на радостное (ему починили игрушку) и т. п.

□ Он может смотреть при этом в зеркало, чтобы не только чувствовать эмоциональное состояние, но и видеть, как он его изображает.

#### Хитрая лиса

□ Недаром говорят: «Хитрая лиса»! Предложите ребенку вспомнить сказки, в которых лиса кого-нибудь обманывает. Пусть он представит лису, которая хочет обманом выманить у волка петуха. Как она может это сделать? (Предложить волку свою помощь – посторожить петуха – или напугать волка известием, что по его следам идут охотники.)



Пусть ребенок попытается изобразить лису в тот момент, когда она крадется к волку. Напомните ребенку о том, что это нужно делать так, чтобы было видно, что лиса что-то затевает.

**Злой волк**

□ Предложите ребенку изобразить волка, у которого лиса украла петуха. Поговорите о том, как разозлился волк, когда узнал об этом.

**Бабочка, радующаяся нектару цветка**

□ Вспомните вместе с ребенком, как наблюдали летом за бабочкой, пьющей нектар цветка. Отметьте, что ей нравится этот сладкий сок. Предложите ребенку представить себя такой бабочкой. Пусть он попытается почувствовать, как хорошо пахнет цветок.

**Замерзший воробей**

□ Предложите ребенку вспомнить, как вы наблюдали за замерзшими в морозы птицами, как они сидели нахохлившись, сжавшись в комочек, дрожали, прятали под крыло голову. Дайте ему задание показать замерзшего воробья. Посоветуйте ему закрыть глаза, чтобы лучше войти в образ.

**Сломанный цветок**

□ Поговорите с ребенком о том, как больно, наверное, сломанному цветку, ведь он такой же живой, как и мы. Теперь он засохнет. Предложите изобразить это.

**Изобрази**

□ Научиться показывать характер, чувства помогают театрализованные упражнения, мини-сценки.