

Упражнения на развитие эмоций

1. Продолжи фразу:

- «Я радуюсь, когда...»
- «Я боюсь, когда...»
- «Я грущу, если...»
- «Я удивляюсь, если...»

2. Упражнение «Волшебный шлем». Приглашать по одному человеку в центр, на стульчик, и сказать, что есть невидимый шлем, который умеет передать эмоцию через того, на кого его наденут. Надеть на голову, застегнуть старательно, чтобы малыши поверили, и сказать на ушко: «Включаю радость!» (нажимаю на кнопку). Дети угадывают, шлем снимаем и надеваем на следующего, называя на ушко эмоции или различные оттенки чувств и состояний: удивление, недоумение, грусть, тоска, хитрость, лукавство, злость, негодование, самоуверенность, ярость, изумление, наглость, презрение... Шкала для маленьких, конечно, сложновата, но...

3. Хрюкните те, кто:

- любит долго спать;
- не любит есть;
- дружит с облаками;
- обожает маму;
- любит рисовать;
- не любит, когда его гладят;
- любит есть пироги и т.д.

4. Выразить названую эмоцию – глазами, руками, губами, всем телом.

Нахмуриться, как туча; как рассерженная мама; как разъяренный лев.

Игры на развитие выразительной мимики.

Цель: учить использовать выразительную мимику для создания яркого образа.

1. Солёный чай.
2. Ем лимон.
3. Сердитый дедушка.
4. Лампочка потухла, зажглась.
5. Тепло-холодно.
6. Обиделись.
7. Удивились.
8. Умеем лукавить (подмигивание).
9. Мне грустно.
10. Получить подарок.
11. Верблюд решил, что он жираф,
И ходит, голову задрал.
У всех он вызывает смех,
А он, верблюд, плюет на всех.
12. Встретил ежика бычок
И лизнул его в бочок.
А лизнув его бочок,
Уколол свой язычок.
А колючий еж смеется:
— В рот не суй, что попадется!
13. Восторг.

Игры-этюды:

Цель: развивать детское воображение. Обучать детей выражению различных эмоций и воспроизведению отдельных черт характера.

- 1. Представьте раннее утро. Вчера вам подарили новую игрушку, вам хочется везде носить ее с собой. Например, на улицу. А мама не разрешила. Вы обиделись (губки «надули»). Но это же мама — простили, улыбнулись (зубы сомкнуты).*
- 2. Представьте себя собачкой в будке. Серьезная собачка. Ага, кто-то идет, надо предупредить (рычим).*
- 3. Берем снежинку в руку и говорим ей хорошие слова. Говорим быстро, пока не растаяла.*