

## **Игры для развития эмоционального интеллекта у детей.**

Подготовила:  
учитель – дефектолог Чернова А.А.

Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста — важная часть их воспитания. Эмоции играют ключевую роль в формировании личности, способствуя умению понимать и контролировать свои чувства, а также чувствовать и уважать эмоции других людей. Совместные игры с родителями помогают создать атмосферу доверия и взаимопонимания, одновременно развивая у ребенка важные социальные навыки. Вот несколько простых и увлекательных игр, которые вы можете провести вместе с вашим ребенком дома.

### **1. «Эмоциональная мозаика»**

Цель этой игры — научить ребенка распознавать и называть различные эмоции. Вам потребуется набор картинок с изображениями разных эмоций (радость, грусть, страх, удивление и др.).

Как играть:

- Вырежьте из бумаги или распечатайте готовые карточки с изображениями различных эмоций.
- Попросите ребенка выбрать одну карточку и рассказать, какое чувство она вызывает у него.
- Затем предложите малышу придумать историю о том, почему человек на картинке чувствует именно так.

### **2. «Театр теней»**

Это творческая игра, где дети могут экспериментировать с выражением эмоций через тени своих рук.

Как играть:

- Включите настольную лампу или фонарик и направьте свет на стену.
- Пусть ваш малыш попробует создать тени руками, имитируя разные эмоции (смеющийся рот, грустные глаза и т.п.).
- Обсудите, какие эмоции получаются при каждом движении рук.

### **3. «Рисуем настроение»**

Этот вариант подходит для творческих детей, любящих рисовать. Он помогает выразить эмоции через искусство.

Как играть:

- Дайте ребенку лист бумаги и карандаши/краски.
- Предложите нарисовать то, что вызывает у него радость, печаль, гнев или любое другое чувство.
- После завершения рисунка обсудите, что именно вызвало такие эмоции и почему.

#### 4. «Копилка добрых дел»

Эта игра учит детей заботиться о других людях и замечать их эмоции.

Как играть:

- Сделайте вместе с ребенком небольшую коробку или банку, украсив её яркими рисунками.
- Каждый раз, когда ребенок совершает добрый поступок (помогает маме, делится игрушками с другом), кладет в эту коробочку маленький камешек или монетку.
- Периодически пересматривайте содержимое коробки и вспоминайте добрые дела, обсуждая, какие эмоции испытывали люди вокруг.

#### 5. «Изобрази эмоции»

Для этой игры взрослый берет зеркало и вместе с малышом показывает, как выглядят эмоции — страх, гнев, печаль, радость, интерес, удивление. Например, демонстрирует гнев: хмурит брови, опускает уголки губ. Для того чтобы воспринимать эмоции, важно знать, как они выглядят, и мимика — самый простой способ «прочитать их».

Эти игры помогут вашему ребенку лучше понять свои эмоции и научиться сопереживанию другим людям. Совместные занятия укрепляют связь между родителем и ребёнком, создавая доверительную атмосферу, в которой легко обсуждать любые вопросы. Помните, что главное в этих играх — это удовольствие и позитивный опыт общения!

