

Комплекс игр и упражнений
«Радуга эмоций»

Автор-разработчик – педагог-психолог МБДОУ № 220 Иовина А.Ф.

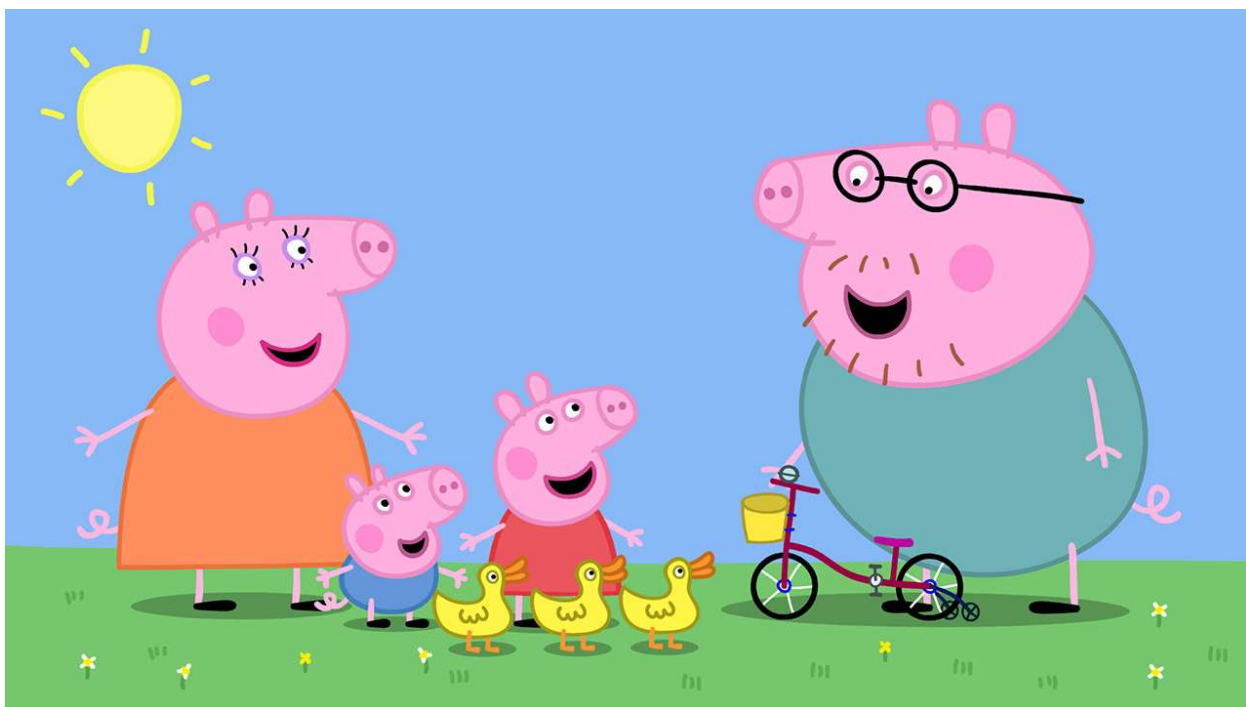
БЛОК 2 «МУЛЬТФИЛЬМЫ»

Мы предлагаем посмотреть с Вашим ребенком любой мультфильм, который ему нравится и обсудить эмоции различных персонажей, такие как радость, грусть, злость (гнев), страх (испуг), удивление, спокойствие и др. Я уверена, что Ваши дети хорошо их знают и уже научились их определять.

Представляем 6 мультфильмов, в которых отражены различные эмоции героев.

1. «Свинка Пеппа»

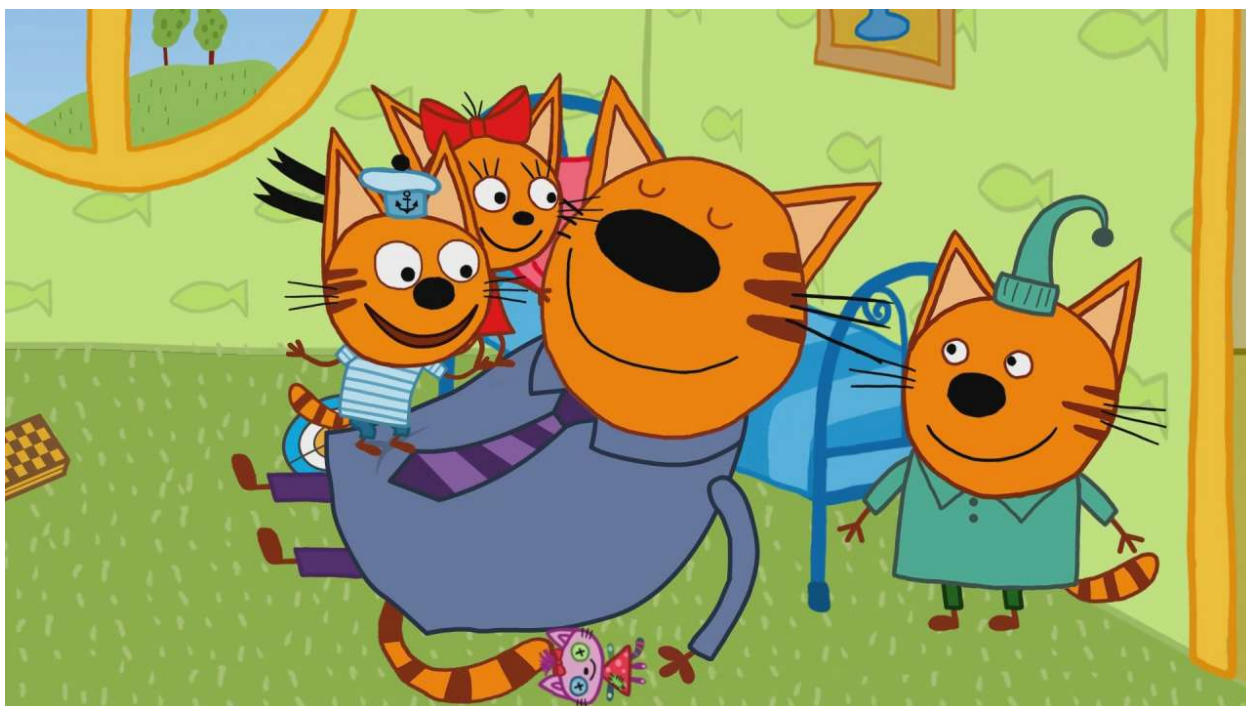
Любимая детьми «[Свинка Пеппа](#)» прекрасно подходит для обсуждения эмоционального состояния ребёнка на основе простых событий из жизни Пеппы, её братика Джорджа и их родителей. Когда свинкам радостно, они смеются, когда грустно — плачут. Прыжки по лужам вызывают радость, восторг, пауки вызывают страх, поездка на пикник — любопытство, а потеря любимой игрушки — огорчение. Все эти чувства семейство проговаривает вслух, уча детей справляться с ними. Важнейший навык!



2. «Три кота»

Этот мультсериал будет особенно актуален для просмотра и обсуждения с детьми 2–5 лет. С котятами Коржиком, Карамелькой и Компотом часто случаются разные истории, в которых они радуются, удивляются, пугаются, сердятся и обижаются.

Так, в серии «День страшилок» мама и папа напугали котят и их друзей, которые безуспешно пытались провести этот день в страхе. А после того, как страх прошёл, все очень радовались и смеялись, что всё было понарошку. После серии можно обсудить, что каждый человек в силу своего воображения и опыта может нарисовать разные картины источника страха: дверь хлопает потому, что дует ветер или оттого, что за ней кто-то спрятался? Страх помогает нам быть осторожными, мобилизовать свои силы, чтобы убежать или покинуть место, в котором небезопасно.



3. «Смешарики. Пин-код»

Научный мультсериал особенно нравится детям 5–8 лет. Любимые круглые персонажи говорят с детьми, будто, на одном языке. Оттого все объяснения сразу становятся проще и понятней.

В серии «Орбита Плутона» (сезон «Гуманитарные технологии») понятно и подробно рассказывается о разных эмоциях: радости, страхе, гнев, любопытстве, отвращении, обиде и их значении в жизни каждого человека. Дети смогут сделать вывод, почему в некоторых случаях эмоции нам

мешают, а в некоторых — помогают достигать поставленных целей и жить осмысленно.

В серии «Перемотка», помимо очень любопытных знаний о крионике в доступной и увлекательной форме, прекрасно показан гнев Бараша. Он сердится и злится, что ему постоянно приходится чего-то ожидать в своей жизни. Копатыч делится с другом, как ему хватает терпения дождаться весны, а Совунья спасает Бараша от переохлаждения.

После просмотра мультфильма можно поговорить о том, что вам с ребёнком тоже не нравится чего-то ждать. Испытывать недовольство — нормально. В жизни каждого человека есть моменты, которые вызывают раздражение и гнев. Важно понять причину, которая их вызвала, принять это и попробовать изменить в конструктивную форму.



4. «Царевны»

Мультсериал «Царевны» также способствует развитию эмоционального интеллекта юных зрителей. В каждой серии царевны испытывают разные эмоции, которые они ярко демонстрируют. В серии «Дивногорье и его обитатели» мы наблюдаем их любопытство и интерес во время экскурсии, страх и ужас, когда их похищает злая колдунья. В серии «Гребешок» царевны сердятся на клон Василисы, который раскидывает муку, кидается сырыми яйцами, наводит беспорядок на уроке домоводства. После таких эпизодов можно обсудить причину гнева царевен на свою подругу. Почему они рассердились на неё? Ведь после этого им придётся объясняться со своей учительницей, убираться, мыть полы и стены. Это вызывает у людей справедливое недовольство.



5. «Летающие звери»

Персонажи мультсериала [«Летающие звери»](#) не оставят равнодушным и взрослого человека. Каждый из них обладает обаянием и ценными человеческими качествами: чуткостью, заботой, вниманием и добротой. Искренне рекомендую этот мультфильм для просмотра и обсуждения в кругу семьи.

Так, к примеру, в серии «Улыбка» у свиньи Софи происходит неприятность: она спотыкается о ведро и огорчается от ушибов. Когда она грустит, все цветы вянут. А когда они вянут, Софи расстраивается ещё больше и плачет горькими слезами. Не помогает ни нарисованная на пластыре улыбка, ни упражнения в умении улыбаться от лошади Джейн. Софи приходит утешать растения и понимает, что когда она огорчена, они её жалеют и ей сочувствуют. А в завершении серии звучит чудесная песенка с глубоким философским смыслом о вреде обиды.

После просмотра мультфильма можно обсудить, что близкие люди переживают, когда мы расстраиваемся и грустим, особенно, когда плачем. Это грустно, когда важный для тебя человек расстроен. Но будет намного лучше, если этот человек не будет нас смешить и говорить, что всё хорошо, а сможет разделить наши эмоции и посочувствовать, принять тот факт, что мы чем-то расстроены. Тогда эта грусть станет чуть меньше.



6. «Ангел Бэби»

В мультсериале «Ангел Бэби» в серии «Ничего не боюсь» Лиза узнаёт о том, какие кошмары посещают по ночам её родителей, брата Тима и кошки Маркизы. Благодаря просмотру и обсуждению сюжета, можно прийти к выводу, насколько важно не пугать друг друга умышленно, относиться с пониманием к тому, что каждый человек может бояться чего-то своего, постараться помочь в преодолении страха.



Если смотреть эти мультфильмы вместе с ребёнком, а потом обсуждать увиденное на экране, то просмотр телевизора принесёт гораздо больше пользы, чем вы когда-либо могли предполагать!