

Комплекс игр и упражнений
«Радуга эмоций»

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


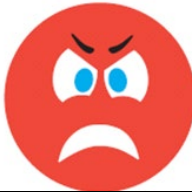












БЛОК 6 «РЕФЛЕКСИЯ»

Предлагаю Вам еще одно упражнение, которое понравится Вашим детям.

Мы уже с Вами знаем цветные обозначения эмоций и настроений

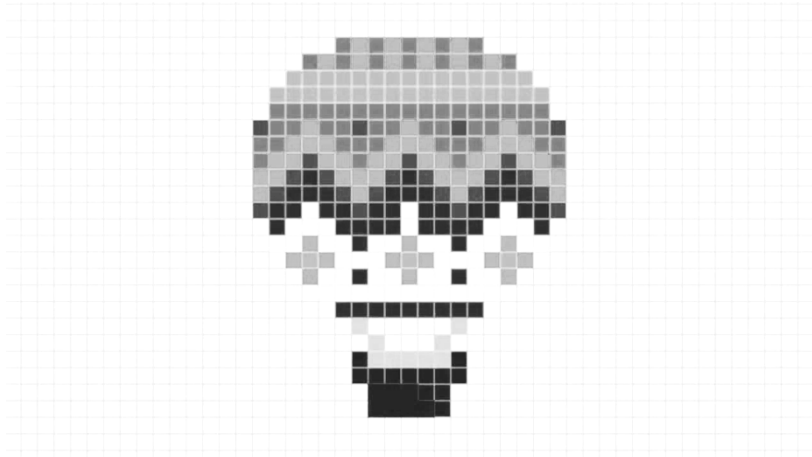
ПО РАДУГЕ ЭМОЦИЙ. Подсказка для Вас и Ваших детей представлена ниже!

РАДУГА ЭМОЦИЙ!!!

<u>1</u>		<u>злость, гнев</u>	
<u>2</u>		<u>удивление</u>	
<u>3</u>		<u>радость</u>	
<u>4</u>		<u>страх, испуг</u>	
<u>5</u>		<u>грусть</u>	
<u>6</u>		<u>спокойствие</u>	
<u>7</u>		<u>скука, обида</u>	

ЧТО С ЭТИМ ДЕЛАТЬ?

Вы можете взять любую картинку в клеточку, рассказать ребенку обозначения цветов, показать подсказку и дать задание ребенку раскрашивать одну клеточку в день в соответствии с его настроением и эмоцией, которую он испытывал в течении дня. Я предлагаю использовать такую, ТОЛЬКО УВЕЛИЧИТЬ ПРИ РАСПЕЧАТЫВАНИИ, ЧТОБЫ КЛЕТОЧКИ БЫЛИ БОЛЕЕ КРУПНЫМИ.



В итоге через некоторое время у Вас появится творческая работа, по которой можно будет проанализировать настроение и эмоции ребенка и определить его эмоциональный фон. Для этого Вам не потребуются специальных психологических знаний. Также Вы будете иметь возможность просматривать рисунок ребенка каждый день и увидев вечером в рисунке какую-либо негативную эмоцию утром разобраться по какой причине ребенок нарисовал такую эмоцию.

Например вы можете сказать так, я заметила, что вчера ты был очень грустный, почему?, что случилось? Или: ты вчера скучал потому что у меня не было возможности поиграть с тобой?.

Таким образом, вы подтолкнете ребенка к открытому признанию, принятию и выражению своих чувств и эмоций. По началу детям очень сложно сказать Вам «Я скучаю» или «Я грустный» или «Я обиделся», как правило они держат эмоции в себе и не показывают их взрослым, поэтому такой метод позволит Вам четко, просто и удобно определять настроение Вашего ребенка и вовремя избавляться от всех негативных эмоций при помощи всех вышеописанных методов.

БЕРЕГИТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ И БУДЬТЕ ВСЕГДА РЯДОМ! ИМ ОЧЕНЬ НУЖНЫ ВЫ, ВАША ЗАБОТА И ВНИМАНИЕ!!!