**Картотека игр для развития эмоционального интеллекта.**

Каждую минуту мы ощущаем какие-то эмоции. Они влияют на наше поведение, помогают понимать других людей и самих себя. Познакомьте детей с разными чувствами и развивайте их эмоциональный интеллект с помощью игр.

**«Я удивлюсь, если…»**

Поиграйте с детьми в игру «Я удивлюсь, если…» В эту игру можно играть где угодно. По дороге в школу или в садик, во время поездки в транспорте, во время ожидания очереди в поликлинике. Количество участников может быть любым. По очереди каждый приводит свой вариант окончания фразы «Я удивлюсь, если…».

Например: «Я удивлюсь, если наш кот заговорит человеческим голосом». «Я удивлюсь, если папа придет с работы в костюме клоуна». «Я удивлюсь, если встречу на улице инопланетянина».

Эта игра не только объясняет, что же такое удивление, – она смешит, развивает фантазию и потихоньку приближает к пониманию того, что такое «ожидаемое» и «неожиданное».

**«Изображаем все шесть эмоций»**

Дайте ребенку зеркало и попросите изобразить на лице эмоцию: страха, гнева, отвращения, печали, радости, интереса, удивления. Потом сделайте это сами. Еще раз – вместе! Понравилось?

**«Угадываем эмоцию»**

Поиграйте в «Угадай эмоцию». Можно играть вдвоем или в компании. Один изображает какую-нибудь эмоцию, а остальные должны угадать. Посмотрите лицо на следующей странице. Обсудите с ребенком, какие эмоции в разные моменты выражает это лицо?

**«Изображаем эмоцию с помощью движений тела»**

Попробуйте вместе с детьми изобразить эмоцию с помощью движений тела, не выдавая ее лицом. Если нет маски, можно завязать лицо платком.

**«Угадываем эмоцию по голосу»**

А еще можно угадывать эмоции, вообще не видя человека, только по голосу, по интонации, с которой произносится фраза. Вспомните, случалось ли вам, разговаривая по телефону, понимать, что ваш собеседник обижен, злится, расстроен или радуется, даже если он прямо не сообщает об этом?

Попробуйте произнести фразы с разной интонацией, пусть ребенок догадается, что вы испытываете. Итак, вы произносите фразу, как будто при этом у вас присутствует эмоция: радости, грусти, злости, удивления, отвращения:

- «Митя уехал к маме».

- «Сегодня выпал снег».

- «Завтрашняя тренировка отменяется».

- «Сегодня на ужин плов».

**«Рисуем линии эмоций»**

Возьмите фломастер или карандаш. Пусть ребенок на свой вкус нарисует, как выглядит радостная линия, грустная линия, линия страха, линия отвращения, линия гнева, линия спокойствия. Все линии должны быть одного цвета и отличаться только формой.

А теперь предложите нарисовать эти линии кому-нибудь из близких людей или знакомых. Как они их себе представляют? Только не показывайте линии вашего ребенка, пока они не нарисуют свои.

**«Рисуем цвет эмоций»**

Возьмите гуашь и попросите ребенка подобрать цвет для каждой эмоции (грусть, страх, отвращение, гнев, спокойствие). Цвета можно смешивать.

А теперь предложите нарисовать эти эмоции кому-нибудь из близких людей или знакомых. Как они их себе представляют? Только не показывайте цвета, которые выбрал для эмоций ваш ребенок, пока они не нарисуют свои.

Радость – яркие, чистые цвета, часто оранжевого или желтого цвета. Грусть, печаль – темные, часто холодные цвета, серый или близкие к серому. Отвращение – коричневый, болотный. Страх – больше всего различий бывает именно в изображении страха. Цвет может быть и серый, и черный, и коричневый, и красный, и синий, и белый. Различия объясняются прежде всего тем, что в страхе мы себя ведем по-разному. Кто-то при опасности начинает нападать, атаковать. Кто-то убегает. Кто-то прячется. Гнев – часто рисуют красным или черным. Спокойствие – светлые, пастельные тона, часто голубые или зеленые.

**«Размытое письмо»**

Детям сообщается, что получено письмо. Но почтальон, который его доставлял, попал под дождь, и водой размылись слова. Остались только одни картинки. Следует придумать историю, которая могла быть рассказана в этом письме.

Пиктограмма жадность - пиктограмма грусть.

Пиктограмма злость - пиктограмма вина - пиктограмма радость.

Пиктограмма страх - пиктограмма удивление - пиктограмма радость.

**«Четвёртый лишний»**

Детям предъявляются четыре пиктограммы эмоциональных состояний. Ребёнок должен выделить одно состояние, которое не подходит к остальным:

- Радость, добродушие, отзывчивость, жадность.

- Грусть, обида, вина, радость.

- Трудолюбие, лень, жадность, зависть.

- Жадность, злость, зависть, отзывчивость.

**«Сыщики»**

Педагог выставляет портреты детей с различными выражениями эмоциональных состояний, чувств. Один из участников игры выбирает, не сообщая другим участникам, любой из портретов. Его задача – описать портрет, называя признаки человека, выражающие это чувство, или причину, по которой может возникнуть данное состояние. Другие участники должны отгадать и указать на этот портрет.