**Картотека игр для развития эмоционального интеллекта**

Ежедневно, ежечасно, ежеминутно, постоянно мы проявляем разные эмоции. Они помогают понимать других людей и самих себя, влияют на наше поведение, настроение. Познакомить детей с разными чувствами и развить их эмоциональный интеллект помогут игры. Поиграем?

**1. «Я обрадуюсь, если…»**

В эту игру можно играть, где угодно: во время поездки в транспорте, по дороге в школу или в детский сад, на днях рождения друзей, … Количество участников может быть любым. По очереди каждый произносит свой вариант окончания фразы «Я обрадуюсь, если…».

Например: «Я обрадуюсь, если к нам в гости приедет бабушка». «Я обрадуюсь, если папа купит новый конструктор». «Я обрадуюсь, если мама испечёт вкусный торт».

Эта игра не только объясняет, что же такое радость, – она развивает фантазию и подводит к пониманию того, что такое «ожидаемое» и «неожиданное».

**2. «Какой я? Какой ты?»**

Предложите ребенку зеркало и попросите изобразить на лице эмоцию: страха, гнева, отвращения, печали, радости, интереса, удивления. Потом сделайте это сами. Еще раз – вместе! Понравилось? А теперь скажи: « Какой я? Какой ты?» (Радостный, грустный, печальный, удивленный, …)

**3. «Угадай эмоцию».**

Поиграем в игру «Угадай эмоцию». Можно играть вдвоем или в компании. Один игрок изображает какую-нибудь эмоцию, а остальные должны угадать её и назвать. Обсудите с ребенком, какие эмоции в разные моменты выражает это лицо?

**4. Изображаем эмоцию с помощью движений тела**

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

**5. «Угадай 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?

Попробуем 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:

• «Денис уехал к маме».

• «Сегодня идёт дождь».

• «Завтрашняя репетиция отменяется».

• «Сегодня на ужин плов».

**6. 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. Обозначаем словом, какая линия эмоций получилась.

**7. 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.

**8. Размытое письмо.**

Детям сообщается, что получено письмо. Но почтальон, который его доставлял, попал под дождь, и слова размылись водой. 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.

**9. Дидактическая игра «Четвёртый лишний».**

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

• Радость, добродушие, отзывчивость, жадность.

• Грусть, обида, вина, радость.

• Трудолюбие, лень, жадность, зависть.

• Жадность, злость, зависть, отзывчивость.

**10. Игра «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.