

Для детей с РАС в детском саду игры на эмоции должны строиться по принципу «от простого к сложному», с опорой на визуализацию, четкую структуру и сенсорную безопасность. Здесь нельзя использовать соревновательные моменты или абстрактные вопросы («почему ты грустишь?»).

Вот подборка эффективных игр, разделенных по уровню сложности и целям:

1. Знакомство с эмоциями (Базовый уровень)

Цель: Научить распознавать базовые эмоции (радость, грусть, злость, спокойствие) по пиктограмме и фото.

«Найди пару» (Лицо — Картинка). Используйте реальные фотографии детей группы и карточки-смайлы. Задача: приложить смайл к фото, где ребенок улыбается или плачет.

«Эмоциональное лото». Ведущий показывает действие («Мишка упал»), ребенок закрывает фишкой карточку с грустным лицом.

«Зеркало». Перед зеркалом взрослый показывает эмоцию, ребенок повторяет. Важно: для аутичных детей используйте не просьбу «повтори», а «Сделай как я» с визуальной карточкой-образцом рядом.

2. Игры на телесный контакт и эмпатию (Сенсорный уровень)

Цель: Связать абстрактную эмоцию с физическими ощущениями.

«Мешочек радости и грусти». В один мешочек кладем гладкую теплую игрушку (радость), в другой — шершавую или холодную (грусть). Ребенок запускает руку и ассоциирует ощущение с карточкой.

«Сдуй тучку». Для снятия агрессии. На ладонке ребенка воображаемая туча (злость). Нужно сделать глубокий вдох и сдуть ее, сжав кулачок. Сразу после этого вкладываем в руку мягкий мячик — «солнышко» (спокойствие).

Игра «Черепашка». Дети ползают медленно. При сигнале «Гроза!» — прячут голову в плечи (страх), при сигнале «Солнце!» — высовывают головы и улыбаются.

3. Работа с гневом и раздражением (Безопасная агрессия)

Цель: Дать разрешение на злость, но направить ее в безопасное русло.

«Стаканчик для крика». Пустая пластиковая бутылка с отверстиями. Если ребенок злится, он может покричать в нее, а не на людей.

«Рви бумагу». Давать детям старые газеты и разрешать рвать их на мелкие кусочки, когда они чувствуют злость. Это лучше, чем бить или кусаться.

«Топотунчики». Включаем ритмичную музыку и топаем ногами, как слон, «вытаптывая» обиду.

4. Игры-сепарации (Уход от мамы)

Цель: Снизить тревогу при расставании.

«Письмо маме». Ребенок кладет в красивую коробку «привет» для мамы (камушек, перышко). Воспитатель говорит: «Пока мама не пришла, мы положим твою любовь в этот сундучок. Она тут, никуда не денется».

«Тактильная доска ожидания». Пока ребенка нет, он передвигает фишку по дорожке из разных материалов (бархат, гладкий пластик) к фигурке мамы.

5. Групповые игры (Для социализации)

Цель: Понимать эмоции другого в паре.

«Роботы и люди». Взрослый дает карточку. Один ребенок — «Робот» (не выражает эмоций, лицо спокойное), второй — «Человек» (показывает радость/удивление). Остальные угадывают, кто есть кто.

«Паровозик чувств». Дети строятся паровозиком. Вагончик может быть «грустным» (едет медленно) или «веселым» (едет быстро). Воспитатель меняет карточки, и дети меняют скорость/звук гудка.

Важные принципы для воспитателя:

Визуальное расписание. Перед игрой покажите картинку «Что мы будем делать» и «Что после» (игра -> мытье рук -> прогулка).

Право на выход. Ребенок с РАС может закрыть глаза или уши — это не каприз, это перегрузка. Дайте ему сигнальную карточку «Стоп», чтобы он мог выйти из игры без крика.

Не требуйте смотреть в глаза. Смотрите на область переносицы или позвольте смотреть в сторону во время объяснения.

Хвалите конкретно. Не «молодец», а «Ты правильно положил грустную карточку. Мишка плачет — нам грустно».

Если ребенок совсем неговорящий, замените речь на карточки ПЕКС (ребенок не называет эмоцию, а кидает в коробку картинку с нужным лицом).

