Jocuri pentru dezvoltarea socio-emotionala a preșcolarilor

Prof.înv.pr. Boeru Andreea

Școala Gimnazială Nr.3 Popești-Leordeni

31.08.2025

Materialul de față are ca scop sprijinirea cadrelor didactice și a specialiștilor din educație în organizarea unor activități ludice menite să dezvolte competențele socio-emoționale ale preșcolarilor. Jocurile propuse pot fi utilizate atât în grădinițele de masă, cât și în cele cu program de incluziune, adaptându-se nevoilor fiecărui copil. Prin intermediul lor, copiii învață să își exprime emoțiile, să colaboreze, să își dezvolte empatia și încrederea în sine. Activitățile sunt accesibile, atractive și adaptabile la diferite niveluri de dezvoltare.

Jocuri didactice derulate cu succes și recomandate:

1. „Cutia emoțiilor”

Materiale: o cutie decorată, cartonașe cu fețe ce exprimă emoții (fericire, tristețe, furie, frică, surpriză).

Desfășurare: Fiecare copil extrage un cartonaș și imită emoția ilustrată. Grupul încearcă să ghicească emoția, iar apoi copilul povestește o situație în care a simțit acea emoție.

Obiectiv: dezvoltarea recunoașterii și exprimării emoțiilor.

2. „Salutul prietenos”

Materiale: muzică veselă.

Desfășurare: Copiii se plimbă prin sală pe fundal muzical. Când muzica se oprește, fiecare salută un coleg printr-un gest prietenos (strângere de mână, îmbrățișare, zâmbet).

Obiectiv: stimularea relațiilor pozitive și a sentimentului de apartenență la grup.

3. „Păianjenul prieteniei”

Materiale: un ghem de ață colorată.

Desfășurare: Copiii stau în cerc. Primul copil ține capătul aței, spune numele unui coleg și un lucru frumos despre el, apoi aruncă ghemul. Jocul continuă până când se formează o rețea asemănătoare unei pânze de păianjen.

Obiectiv: dezvoltarea respectului reciproc și a stimei de sine.

4. „Balonul furiei”

Materiale: baloane.

Desfășurare: Educatoarea explică faptul că emoțiile negative pot „umfla balonul interior”. Copiii umflă un balon imaginându-și că introduc în el supărările lor, apoi „eliberează aerul” pentru a se calma.

Obiectiv: exersarea autoreglării emoționale.

5. „Povestea fără sfârșit”

Materiale: fără materiale speciale.

Desfășurare: Educatoarea începe o poveste despre un personaj vesel sau trist. Fiecare copil adaugă câte o propoziție, continuând povestea. La final, se discută ce emoții au trăit personajele și cum au reușit să le gestioneze.

Obiectiv: dezvoltarea exprimării verbale, ascultării active și a empatiei.

6. „Oglinda emoțiilor”

Materiale: fără materiale speciale.

Desfășurare: Copiii stau în perechi, față în față. Un copil își exprimă prin gesturi și mimică o emoție (zâmbet, mirare, supărare), iar celălalt trebuie să o imite ca într-o oglindă. Rolurile se inversează.

Obiectiv: dezvoltarea empatiei și a capacității de recunoaștere a expresiilor emoționale.

7. „Semaforul emoțiilor”

Materiale: trei cercuri colorate (roșu, galben, verde).

Desfășurare: Educatoarea explică: verde = bucurie, galben = liniște, roșu = supărare. Copiii primesc situații (ex. „un prieten îți ia jucăria”), iar ei ridică cercul care corespunde emoției simțite.

Obiectiv: identificarea emoțiilor în contexte concrete și învățarea regulilor de autocontrol.

8. „Ștafeta complimentelor”

Materiale: o minge moale.

Desfășurare: Copiii stau în cerc. Primul copil ține mingea și spune un compliment colegului din stânga. Apoi pasează mingea mai departe, până ce toți copiii primesc și oferă câte un compliment.

Obiectiv: consolidarea stimei de sine și a relațiilor pozitive în grup.

9. „Ghici emoția!”

Materiale: cartonașe sau imagini cu situații (ex. un copil care plânge, un copil care râde, un copil care primește cadou).

Desfășurare: Educatoarea arată imaginea, iar copiii trebuie să spună ce emoție simte personajul. Se discută scurt de ce au ales acea emoție și cum ar putea ajuta personajul.

Obiectiv: înțelegerea emoțiilor celorlalți și dezvoltarea empatiei.

10. „Inima prieteniei”

Materiale: o foaie mare în formă de inimă și creioane colorate.

Desfășurare: Fiecare copil desenează în interiorul inimii ceva care îl face fericit la grădiniță (jocuri, prieteni, activități). La final, educatoarea expune „Inima prieteniei” pe perete.

Obiectiv: stimularea sentimentului de apartenență și coeziune de grup.

11. „Umbrela prieteniei”

Materiale: o umbrelă mare colorată.

Desfășurare: Copiii țin împreună de umbrelă și se plimbă prin curte. Educatoarea spune diverse situații (ex. „cine ajută pe altcineva să-și lege șireturile?”). Cei care au făcut astfel de gesturi intră sub umbrelă.

Obiectiv: conștientizarea comportamentelor prosociale și promovarea sentimentului de apartenență.

12. „Podul prieteniei”

Materiale: două linii desenate pe asfalt (sau două șiruri de jaloane).

Desfășurare: Copiii, în perechi, trebuie să traverseze „podul” ținându-se de mână. Dacă podul e „îngust”, trebuie să coopereze și să își coordoneze pașii.

Obiectiv: dezvoltarea colaborării și a comunicării nonverbale.