

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 33
СТАНИЦЫ КАВКАЗСКАЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАВКАЗСКИЙ РАЙОН



«Развитие эмоционально-волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста с помощью игры»

Автор: Воронина Елена Ивановна
педагог-психолог МАДОУ ЦРР – д/с № 33

ст. Кавказская
2023 год

Оглавление

Раздел	Страницы
Предисловие	3
Введение	4
Основная часть	5
Заключение	8
Список используемой литературы	9
Приложение 1. Игры и упражнения на развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста	11
Приложение 2. Консультация для родителей «Нарушение эмоционально-волевой сферы»	31
Приложение 3. Консультация для родителей «Эмоционально-волевая сфера детей»	34
Приложение 4. Консультация для родителей «Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка»	36
Приложение 5. Консультация для педагогов ДОУ «Социально-эмоциональное развитие детей в условиях ДОУ»	38
Приложение 6. Консультация для педагогов ДОУ «Эмоциональное развитие дошкольников»	42
Приложение 7. Консультация для педагогов «Социально-коммуникативное развитие детей дошкольного возраста в условиях ФГОС»	44
Приложение 8. Мастер-класс для педагогического коллектива «Улучшаем эмоциональное самочувствие дошкольников» (с детьми старшего дошкольного возраста)	48

*«Эмоция - это нечто, что переживается
как чувство, которое мотивирует,
организует и направляет
восприятие, мышление и действия»
(К. Изард «Психология эмоций»)*

Предисловие

Жизнь без эмоций так же невозможна, как и без ощущений. Эмоции возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Эмоционально-выразительные движения человека - мимика, жесты, пантомимика - выполняют функцию общения, т.е. сообщают человеку информацию о состоянии говорящего и его отношении к тому, что в данный момент происходит.

Эмоции неотступно сопровождают нас всю жизнь, с самого рождения, но нельзя совершать поступки исключительно под влиянием эмоций: человек должен уметь сознательно ими управлять. Потому кроме эмоций ему присуща воля. Вместе они составляют эмоционально-волевую сферу человека. Эмоционально-волевая сфера - это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Развитие эмоционально - волевой сферы является важнейшим аспектом развития личности в целом. Развитие эмоционально - волевой сферы является не только предпосылкой успешного усвоения знаний, но и определяет успех обучения в целом, способствует саморазвитию личности.

Дошкольное детство - очень короткий отрезок в жизни человека, всего первые семь лет, но они имеют огромное значение. В этот период развитие идет как никогда бурно и стремительно. Усложняется эмоциональная жизнь ребенка: обогащается содержание эмоций, формируются высшие чувства.

Дети учатся понимать не только свои чувства, но и переживания других людей. Начинают различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению, через мимику и пантомимику. Ребенок может сопереживать, сочувствовать литературному герою, разыгрывать, передавать в сюжетно-ролевой игре различные эмоциональные состояния.

В последние годы происходит активное реформирование системы дошкольного образования: появляются новые программы, разрабатываются оригинальные методические материалы. На фоне этих прогрессивных изменений развитию эмоционально-волевой сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития. Поэтому ФГОС ДО направлен на решение такой задачи как «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия».

Введение

Проблема развития эмоционально-волевой сферы дошкольников, ее роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одно из наиболее важных проблем педагогики и психологии.

Этой проблемой занимались многие педагоги, психологи (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. А. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин, Л. И. Божович, Я. З. Неверович, А. П. Усова, Т. А. Маркова и др.), которые утверждали, что положительные эмоции создают оптимальные условия для активной деятельности мозга и являются стимулом для познания мира. Эти эмоции участвуют в возникновении любой творческой деятельности ребенка, и конечно, в развитии его мышления. П. Ф. Лесгафт рассматривал игру как средство разностороннего воспитания личности ребенка, развитие у него честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Он рекомендовал воспользоваться играми, чтобы научить ребенка владеть собой.

По утверждению П. Ф. Лесгафта, систематическое проведение игр на развитие эмоциональной сферы детей, развивает у ребенка умение управлять своим поведением, дисциплинирует его. Благодаря игре ребенок учится действовать ловко, целесообразно, быстро; выполнять правила, ценить товарищество.

Теоретической основой моего опыта работы в данном направлении послужили следующие методические пособия: Алябьева Е. А., «Психогимнастика в детском саду», Кряжева Н. Л., «Развитие эмоций дошкольников», Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е., Первушина И. М. «Тропинка к своему Я», Крюкова С. В., Слободяник. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь», Программы эмоционального развития детей дошкольного младшего школьного возраста, Кошеева А. Д. «Эмоциональное развитие дошкольников», Эльконин Д. Б. «Психология игры», А. А. Романов «Расстройства поведения и эмоций у детей в целом».

Основная часть

Работая с детьми, общаясь с ними, я пришла к выводу: формирование эмоций и коррекцию недостатков эмоциональной сферы необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных, можно сказать приоритетных задач воспитания.

Причины, заставившие меня, как педагога-психолога, более внимательно отнестись к этой проблеме – это эмоциональные нарушения в поведении детей. Эти нарушения проявляются в виде неустойчивого настроения ребенка (возбудимое или депрессивное настроение, в виде особенностей характера (раздражительный, гневный), неумение детей адекватно проявлять собственные эмоции, учитывать эмоции окружающих и реагировать на них.

Поэтому целью своей работы как педагога-психолога я ставлю создание и обеспечение условий для развития эмоционально-волевой сферы дошкольника в ДОУ.

Для достижения поставленной цели необходимо решение следующих задач:

- уточнение роли эмоций для всего психического развития ребенка в период дошкольного возраста,
- раскрытие роли эмоций как мощного инструмента воспитания и обучения ребенка,
- поиск методов, приемов управления развитием эмоционально-волевой сферы ребенка, а также коррекции и профилактики эмоциональных нарушений у детей.

Моя работа в данном направлении направлена на развитие эмоционально волевой сферы детей с помощью игры, так как игра представляет собой особую деятельность, которая расцветает в детские годы и сопровождает человека на протяжении всей его жизни. Игра может служить эффективным средством для выявления тех объективных отношений, в которых живет ребенок: вступая в игру в реальные отношения со своими партнерами, он проявляет присущие ему личностные качества и обнажает эмоциональные переживания. В игре ребенок учится проявлять свои эмоции, учится адекватному их выражению.

Игра – это самостоятельная эмоционально насыщенная деятельность, в которой есть момент импровизации и опробования.

Таким образом, игровая деятельность - важнейшее средство развития у детей способности распознавать эмоциональное состояние человека по мимике, жестам, интонации, умения ставить себя на его место в различных ситуациях, находить адекватные способы содействия.

Игра в качестве эмоционального стимула рассматривается ни как самостоятельная деятельность, а как средство, включающее другие виды деятельности. Отсюда – педагогически целесообразные комплексы типа труд и игра; художественная деятельность и игра; познавательная деятельность и

игра. Игра – это не только показ, переживание конкретного поступка, это еще и мысль-действие, мысль-образ. И в этом ее воспитывающая сила.

Результативность работы с детьми по развитию эмоционально-волевой сферы зависит от тесного взаимодействия педагога-психолога с воспитателями детского сада. С целью расширения и обогащения знаний об эмоциональном и волевом развитии ребенка дошкольного возраста мной с педагогами ДОО проводятся консультации. В каждой группе оформлен уголок психолога, экран настроения. Воспитателям предлагаю игры, упражнения и стихотворения, которые можно использовать в своей работе с целью развития эмоционально-волевой сферы дошкольника. Провожу тренинги, направленные на профилактику эмоционального выгорания.

Цель работы с педагогами: повысить уровень компетентности педагогов, по теме развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников.

В соответствии с этой целью я ставила следующие задачи в работе с педагогами:

- формировать у педагогов способность понимать эмоциональное состояние, переживания, личностные особенности детей;
- повысить психолого-педагогическую грамотность педагогов в вопросах развития эмоционально-волевой сферы дошкольников.

В рамках повышения психологической и педагогической компетентности педагогов провожу:

- тренинги «Активное слушание», тренинги профилактики эмоционального выгорания
- тематические консультации: «Игры, в которые играют», «Эмоциональное развитие дошкольников»

Невозможно добиться положительных результатов в данном направлении без тесного сотрудничества с родителями. В рамках работы по развитию эмоционально-волевой сферы воспитанников, с целью привлечения интереса к познанию эмоциональной и волевой сферы ребенка я предусмотрела следующие формы работы с родителями:

- родительские собрания, где информировала их о целях, задачах, особенностях эмоционально-волевого развития;
- анкетирование родителей с целью получения информации об особенностях детско-родительских отношений и индивидуальности ребенка;
- знакомство родителей с результатами педагогического наблюдения.
- участие родителей в праздниках;
- размещение информации в «Уголке психолога» для родителей в группах.

Цель работы с родителями: просвещение по теме эмоционально-волевого развития ребенка, гармонизация детско-родительских отношений.

В соответствии с этой целью я ставила следующие задачи в работе с родителями:

- формировать у родителей способность понимать эмоциональное состояние, переживания, личностные особенности своего ребенка;

- осуществлять психолого-педагогическое просвещение с целью повышения психологической грамотности.

Взаимодействую с родителями по интересующим их вопросам, в виде тематического выступления на родительских собраниях, анкетирования, индивидуального консультирования, предоставляю родителям воспитанников информационные буклеты с рекомендациями.

Перспективу своей деятельности вижу в продолжении работы по формированию эмоциональной сферы дошкольников и развитию активной деятельности в тесном сотрудничестве с семьей воспитанников, постоянный поиск и внедрение современных технологий.

Заключение

Развитие ребенка теснейшим образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния ребенка, с другой стороны сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Мой сборник по развитию эмоционально-волевой сферы дошкольников будет полезен для всех, кто работает с детьми в детском саду и занимается их воспитанием. Предложенный практический материал может оказаться полезным при планировании и осуществлении деятельности в дошкольном учреждении. Главное – учитывать потребности ребенка, а также возможности педагога в конкретной ситуации. Предлагаемые игры и упражнения не являются средством решения всех проблем, однако позволяют создать благоприятную атмосферу для эмоционально-волевого развития ребенка.

Конечно же, ходить, говорить, читать, писать ребенок обязательно научится, а вот чувствовать, сопереживать, общаться, любить – этому научиться сложно.

Я искренне надеюсь, что работа в данном направлении поможет сделать эмоциональный мир детей более ярким, красочным и насыщенным.

Список используемой литературы:

1. Алямовская В.Г., Петрова С.Н. «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста». М.: - Скрипторий. 2002.
2. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4- 6 лет Пособие для практических работников детских садов Автор-составитель И.А. Пазухина Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008
3. Данилина Т. А., В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ, 3-е изд., М., Айрис – пресс, 2007.
4. Дорофеева Э.Т. «Методика исследования эмоционального состояния».
5. Зеньковский В.В. «Психология детства»: научное издание / Зеньковский В.В.; Отв. ред. и сост. П.В. Алексеев. - М.: Школа-Пресс, 1996.
6. Ильин Е.П. «Эмоции и чувства». СПб.: 2001
7. Истратова О. Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники, Ростов н/Д.:Феникс, 2007.
8. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль.: Академия развития, 1997.
9. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 3-4 лет. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014
10. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 4-5 лет. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014.
11. Куражева Н.Ю., Вараева Н.В., Тузаева А.С., Козлова И.А. «Цветик-семицветик». Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 5-6 лет. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014.
12. Пазухина И: Давай поиграем! Тренинговое развитие мира социальных взаимоотношений детей 3-4 лет: Пособие-конспект. Детство-Пресс, 2010 г.
13. Пазухина И: Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет. Детство-Пресс, 2010 г.
15. Семаго Н.Я. Семаго М.М. «Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога». М.: АРКТИ, 2000
14. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» (Давайте жить дружно») программы эмоционального развития детей под ред. С.В. Крюковой. М.1999.
15. Чистякова М. И. Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова. 2-е изд., М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.

16. Широкова Г. А. Справочник дошкольного психолога. Изд. 8., Ростов н/Д.: Феникс, 2011.
17. Данилина Т. А. Зедгенидзе В. Я., Степина Н. М. В мире детских эмоций. Айрис Пресс, 2004.
18. Кошеева А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников. - М. ,2003
19. Хухлаева О. В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет.
20. Психологические игры, упражнения, сказки. — М.: Генезис, 2005
21. Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е., Первушина И. М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. — М.: Генезис, 2004.

**Игры и упражнения на развитие эмоционально-волевой сферы детей
старшего дошкольного возраста**

Игра «Давайте поздороваемся»

Цель: упражнение продолжает знакомство, создает психологически непринужденную атмосферу.

Детям предлагается поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться им. (Для каждого последующего занятия придумывается новый, ранее не использованный способ приветствия!

Игра «Встаньте все те, кто...»

Цель: упражнение направлено на развитие внимания, наблюдательности, а также продолжение группового знакомства.

Ведущий дает задание: "Встаньте все те, кто: - любит бегать,- радуется хорошей погоде,

- имеет младшую сестру,- любит дарить цветы и т. д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети.

После завершения упражнения детям задаются вопросы, подводющие итоги игры:

- Сейчас мы посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто из ребят запомнил, кто у нас в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра? и т. д.

Затем вопросы усложняются (включают в себя две переменные):

- Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру? Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам - ему помогает группа»

Игра «Опиши друга»

Цель: развитие внимательности и умения описывать то, что видел, продолжение знакомства.

Упражнение выполняется в парах (одновременно всеми участниками). Дети, стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера.

Потом описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько ребенок был точен.

Игра «Что изменилось?»

Цель: развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения.

Каждый ребенок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты, За это время в группе производится несколько изменений в одежде,

прическе детей, можно пересесть на другое место (но не больше двух-трех изменений; все производимое изменения должны быть видимы). Задача водящего правильно подметить произошедшие изменения.

Игра «Как ты себя чувствуешь?»

Цель: развитие внимательности, эмпатии, умения чувствовать настроение другого.

Упражнение выполняется по кругу. Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом. Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.

Игра «Мое настроение»

Цель: развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроения других, развитие эмпатии.

Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении - все зависит от фантазии и желания ребенка.

Игра «Подарок на всех»

Цель: развитие чувства коллектива, умения дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками.

Детям дается задание: "Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе?" Или: "Если бы у нас был Цветик-семицветик, какое бы желание ты загадал?" Каждый ребенок загадывает одно желание, оторвав от общего цветка один лепесток.

Игра «Портрет самого лучшего друга»

Цель: развитие анализа и самоанализа.

Детям дается задание нарисовать портрет своего самого лучшего друга. Затем проводится беседа: - Кого ты считаешь своим самым хорошим, самым лучшим другом? Какими качествами обладает этот человек? Хотите ли вы, чтобы вас считали хорошим другом? Что для этого надо делать, как себя вести?

В ходе общего обсуждения формулируются правила радостного общения, которые рисуют в доступной для детей схематичной форме или же записывают их на листе ватмана печатными буквами (если дети уже умеют читать). Например:

- Помогай друзьям.
- Делись с ними, учись играть и заниматься вместе.
- Останови друга, если он делает что-то плохое. Скажи ему, если он в чем-то не прав.
- Не ссорься, не спорь по пустякам; играй со всеми дружно.
- Не завидуй.

- Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, извинись.
- Спокойно принимай советы и помощь других ребят.
- Не радуйся, когда кто-то проигрывает. Если можешь, помоги ему.
- Если проиграл сам, не срывай злость на других, может быть, ты выиграешь в следующий раз.

«Этюд на различные позиции в общении»

Цель: прочувствовать различные позиции в общении.

Детям дается задание разбиться на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: "Мое любимое животное", "Мой самый радостный день в прошлом месяце" и пр.

Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами, затем дети, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор. После у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения. Как больше понравилось общаться? Почему?

Игра «Руки знакомятся, руки соряются»

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Упражнение выполняется в парах с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2-3 минуты): Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь получше узнать своего соседа. Опустите руки»

- Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки соряются. Опустите руки.

- Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстаетесь друзьями.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

Игра «Волшебные средства понимания»

Цель: осознание того, что можно помочь человеку, которому грустно, плохо, что в силах каждого оказать помощь всем нуждающимся в ней, понимание того, что конкретно для этого можно сделать.

- Что вам помогает, когда вам трудно, плохо, когда вы провинились, когда вас обидели?

- Что особенного умеют делать люди, с которыми нам приятно общаться, что их отличает? (улыбка, умение слушать, контакт глаз, добрый ласковый

голос, мягкие нерезкие жесты, приятные прикосновения, вежливые слова, умение понять человека).

- Почему эти средства понимания мы можем назвать "волшебными"?
- Можем ли мы с вами применять эти "волшебные" средства, когда?

Игра «Лица»

Цель: способствует развитию понимания мимических выражений и выражения лица.

Руководитель вывешивает на доске различные картинки, маски: радость, удивление, интерес, гнев, злость, страх, стыд, презрение, отвращение.

Задача детей определить, какое чувство выражает маска.

Игра «Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: упражнение выполняется в парах, оно направлено на конкретную проработку, применение "волшебных" средств понимания, развитие эмпатии, использование уже знакомых средств понимания.

Воспользовавшись "волшебными" средствами понимания, дети должны помочь:

- 1) плачущему ребенку, он потерял мячик;
- 2) мама пришла с работы, она очень устала;
- 3) товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;
- 4) ваш друг плачет, он получил плохую оценку;
- 5) девочка-соседка попросила тебя ей сделать аппликацию.

Необходимо подобрать столько ситуаций, чтобы каждый ребенок смог выполнить задание.

Игра «Рисование»

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Детям дается задание: "Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите его каким-нибудь волшебным средством понимания." Рисование проводится под тихую спокойную музыку, красками или яркими мелками, фломастерами на нелинованных белых листах. Затем устраивается конкурс на самое доброе животное. Победителю вручается грамота.

Игра «Художник слова»

Цель: развитие способности описывать наблюдаемое, умения выделять существенные для описания детали, использование приемлемых, необходимых слов, расширение активного и пассивного словаря детей.

Каждый ребенок по очереди задумывает кого-то из группы и начинает рисовать его словесный портрет - его внешние особенности (а по возможности и внутренние, психологические, не называя конкретно имени этого человека).

Учитывая уровень развития детей можно предложить им упражнения на ассоциативное восприятие. (На какое животное похож? На какой цветок? На какой предмет мебели? и т. д.)

Игра «Сделаем друг другу подарок»

Цель: развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого, развитие эмпатии.

Ведущий дает задание каждому сделать своему соседу справа подарок, но не какой-то конкретный подарок, а выдуманный: "Что вы хотели бы подарить именно этому человеку? Подарите тот подарок, который, по вашему мнению, сейчас ему особенно нужен. " Подарок можно описать словами или показать жестами.

Игра «Игрушка»

Цель: ролевое проигрывание ситуаций, отработка навыков эффективного взаимодействия, эмпатии, умения сотрудничать.

Упражнение выполняется в парах. Один ребенок из пары – обладатель красивой и очень любимой им игрушки, с которой он очень любит играть. Другой ребенок очень хочет поиграть с этой игрушкой. Его задача уговорить хозяина игрушки дать поиграть с ней. Важно: при выполнении этого упражнения ребенку - хозяину игрушки в руки дается любая игрушка, которую он должен представить как свою самую любимую. Как только хозяин игрушки отдает ее просящему ребенку, упражнение прерывается и у ребенка спрашивают, почему он отдал игрушку.

Игра «Настроение»

Цель: умение описывать свое настроение, понимания настроения других, развитие эмпатии, ассоциативного мышления.

Создается цветопись настроения группы. Например, на общем листе ватмана с помощью красок каждый ребенок рисует свое настроение в виде полоски, или облачка, или просто в виде пятна. Возможен другой вариант: из корзинки с разноцветными лепестками из цветной бумаги каждый ребенок выбирает для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету его настроения. Затем все лепестки собираются в общую ромашку. Можно предложить детям сочинить спонтанный танец настроения.

Игра «Школа улыбок»

Цель: развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Вводная беседа:

- Когда люди улыбаются?
- Какие бывают улыбки?
- Попробуйте их показать. (Дети пробуют улыбнуться сдержанно, хитро, искренне).
- Нарисуйте улыбающегося человека.

- Улыбающийся человек, какой он?

Игра «Я – хороший, я - плохой»

Цель: развитие рефлексии и самоанализа.

Детям предлагается нарисовать рисунок, автопортрет, на котором должны быть нарисованы как их хорошие, так и плохие качества. Если дети затрудняются, то можно поговорить с ними о том, какие качества они считают плохими, а какие хорошими и почему. Как можно нарисовать плохое качество, а как хорошее? Какого они могут быть цвета и какой формы?

Игра «Пресс-конференция»

Цель: развивать навыки эффективного общения; воспитывать желание общаться, вступать в контакт с другими детьми; учить детей задавать различные вопросы на заданную тему, поддерживать беседу.

Содержание игры: участвуют все дети группы. Выбирается любая, но хорошо известная тема, например: «Мой режим дня», «Мой домашний любимец», «Мои игрушки», «Мои друзья» и т. д.

Один из участников пресс-конференции – «гость» - садится в центре зала и отвечает на любые вопросы участников.

Примерные вопросы к теме «Мои друзья»: Много ли у тебя друзей? С кем тебе интереснее дружить с мальчиками или с девочками? За что любят тебя друзья, как тебе кажется? Каким нужно быть, чтобы друзей стало больше? Как нельзя поступать с друзьями? И т. д.

Игра «Ролевая гимнастика»

Цель: учить раскованному поведению, развивать актерские способности, помогать почувствовать состояние другого существа.

Содержание игры: подобрать короткие и хорошо известные детям стихотворения.

Предложить рассказать стихотворение:

1. Очень быстро, «с пулеметной скоростью».
2. Как иностранец.
3. Шепотом.
4. Очень медленно, «со скоростью черепахи».

Пройти, как: трусливый зайчик, голодный лев, младенец, старичок, ...

Попрыгать, как: кузнечик, лягушка, козлик, обезьянка.

Сесть в позе: птички на ветке, пчелы на цветке, наездника на лошади, ученика на уроке, ...

Нахмуриться, как: рассерженная мама, осенняя туча, разъяренный лев, ...

Рассмеяться, как: добрая волшебница, злая волшебница, маленький ребенок, старичок, великан, мышка, ...

Игра «Секрет»

Цель: формировать желание общаться со сверстниками; преодолевать застенчивость; находить различные способы для достижения своей цели.

Содержание игры: всем участникам ведущий раздает небольшие предметы: пуговичку, брошку, маленькую игрушку.... Это секрет. Участники объединяются в пары. Они должны уговорить друг друга показать свой «секрет».

Дети должны придумать как можно больше способов уговаривания (угадывать; говорить комплименты; обещать угощение; не верить, что в кулачке что-то есть ...)

Игра «Мои хорошие качества»

Цель: учить преодолению застенчивости; помогать осознавать свои положительные качества; повышать самооценку.

Содержание игры: каждый ребенок в течение нескольких минут должен вспомнить свои лучшие качества. Затем все садятся в круг и по очереди рассказывают о себе. (Дать возможность высказаться всем желающим и не заставлять, если кто-то отказывается.)

Игра «Я лучше всех умею ...»

Цель: учить преодолевать застенчивость, формировать чувство уверенности, повышать самооценку.

Содержание игры: дети садятся в круг, ведущий дает задание вспомнить, что у каждого из участников лучше всего получается (например, петь, танцевать, вышивать, выполнять гимнастические упражнения). Затем дети по очереди показывают это действие жестами.

Игра «Волна»

Цель: учить концентрировать внимание; управлять своим поведением.

Содержание игры: детям предлагается изобразить море, которое, в зависимости от погоды может быть самым разным.

Ведущий дает команду «Штиль!» Все дети замирают. По команде «Волна!» дети выстраиваются в линию и берутся за руки. Ведущий указывает силу волны, а дети приседают и с интервалом 1-2 секунды встают, не отпуская рук. Игра заканчивается командой «Штиль!» (предварительно можно побеседовать о художниках – маринистах, показать репродукции картин Айвазовского).

Игра «Мимическая гимнастика»

Цель: учить понимать соответствующую настроению мимику; осознавать свое эмоциональное состояние.

Содержание игры: детям предлагается при помощи мимики выполнить ряд простых упражнений, которые помогут научиться правильно выражать некоторые эмоции: удивление, страх, обиду, злость, печаль, радость,

восторг. Эмоции можно изобразить на карточках и положить рубашкой вверх. Ребенок вытаскивает карточку и изображает данную эмоцию. Дети должны отгадать эмоцию.

Когда дети хорошо освоят мимику, можно добавлять жесты и воображаемую ситуацию. Например, ребенок вытащил карточку с эмоцией «радость». Он не только изображает радость, но и помещает себя в конкретную ситуацию: нашел подарок под елкой, хорошо нарисовал портрет, увидел самолет в небе, ...)

Игра «Собери эмоцию»

Цель: учить определять по отдельным мимическим фрагментам выраженную эмоцию; развивать умение осознавать эмоцию; развивать цветоощущения.

Содержание игры: потребуется лист с пиктограммами, разрезанные на части наборы пиктограмм, цветные карандаши, листы бумаги. Детям дается задание собрать пиктограммы так, чтобы получилось правильное изображение эмоции. Затем ведущий показывает лист с образцами пиктограмм, чтобы дети могли проверить. Можно попросить детей нарисовать любой рисунок, выбрав карандаш, соответствующий собранной эмоции (по мнению ребенка)

Игра «Мое настроение. Настроение группы»

Цель: учить детей осознавать свои эмоции и выражать их через рисунок.

Содержание игры: каждый ребенок из группы рисует свое настроение на листе бумаги карандашом одного цвета. Затем работы вывешиваются и обсуждаются. Можно взять один большой лист и предложить детям выбрать подходящий своему настроению цвет карандаша и изобразить свое настроение. В результате можно увидеть общее настроение группы. Игра рассматривается, как вариант рисуночных тестов. Необходимо обратить внимание на то, какие цвета использовали дети, что рисовали и в какой части листа. Если дети использовали преимущественно темные цвета, побеседовать с детьми и провести веселую подвижную игру.

Игра «Слушаем тишину»

Цель: снять мышечное напряжение; упражнять в концентрации внимания; учить управлять своим эмоциональным состоянием.

Содержание игры: по сигналу ведущего дети начинают прыгать и бегать по комнате, топтать и хлопать. По второму сигналу дети должны быстро сесть на корточки или на стулья и прислушаться к тому, что происходит вокруг. Затем можно обсудить, какие звуки детям удалось услышать.

«Заряд бодрости» релаксационное упражнение

Цель: помочь детям справиться с чувством усталости, помочь настроиться на занятие или переключить внимание; улучшить настроение;

Содержание упражнения: дети садятся на пол, двумя пальчиками (большим и указательным) берутся за мочки ушей и массируют их круговыми движениями 10 раз в одну сторону и 10 раз в другую, приговаривая: «Мои ушки слышат все!» После этого дети опускают руки и встряхивают ими.

Затем ставят указательный палец между бровей над носом. Массируют эту точку также по 10 раз в каждую сторону, приговаривая: «Просыпайся, третий глаз!» В конце упражнения встряхивают руки.

Затем собирают пальцы в горстку и массируют точку, которая расположена внизу шеи, со словами: «Я дышу, дышу, дышу!»

Игра «Броуновское движение»

Цель: способствовать сплоченности коллектива; учить работать в группе, общаться со сверстниками, принимать совместно решения.

Содержание игры: участники свободно двигаются по помещению. По сигналу ведущего им необходимо объединиться в группы. Количество человек в группе зависит от того, сколько раз ведущий хлопнет в ладоши (можно показать карточку с цифрой). Если число участников в группе не совпадает с объявленным, группа должна сама решить, как выполнить условие игры.

Игра «Котел»

Цель: способствовать сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учить контролировать свое эмоциональное состояние; развивать координацию движений, ловкость.

Содержание игры: «Котел» - это ограниченное пространство в группе (например, ковер). Участники на время игры становятся «капельками воды» и хаотично двигаются по ковра, не задевая друг друга. Ведущий произносит слова: «вода нагревается!», «вода становится теплее!», «вода горячая!», «вода кипит!», Дети в зависимости от температуры воды меняют скорость движения. Запрещается сталкиваться и выходить за пределы ковра. Те, кто нарушает правила, выходят из игры. Победителями становятся самые внимательные и ловкие.

Игра «Вторжение»

Цель: способствовать сплочению коллектива, снятию чувства страха и агрессии; воспитывать взаимовыручку; развивать ловкость и быстроту.

Содержание игры: на пол выкладывается покрывало. Дети «салятся в космические корабли и прибывают на любую планету». Затем они свободно гуляют по планете. По сигналу ведущего «Вторжение!», дети должны быстро укрыться от инопланетян все вместе под одним покрывалом. Те, кто не поместились, выбывают из игры.

Игра «Передай по кругу»

Цель: способствовать формированию дружного коллектива; учить действовать согласованно; развивать координацию движений и воображение.

Содержание игры: дети садятся в круг. Педагог передает по кругу воображаемый предмет: горячую картошку, льдинку, лягушку, песчинку, и т. д. С более старшими детьми можно играть, не называя предмета. Предмет должен пройти весь круг и вернуться к водящему не изменившись (картофелина не должна остыть, льдинка – растаять, песчинка – потеряться, лягушка – ускакать).

«Монетка в кулачке» релаксационное упражнение

Цель: снять мышечное и психологическое напряжение; овладеть приемами саморегуляции.

Содержание упражнения: дать ребенку монетку и попросить сжать ее в кулачке. Подержав несколько секунд кулачок сжатым, ребенок раскрывает ладонь и показывает монетку. При этом рука ребенка расслабляется. Чтобы разнообразить тактильные ощущения, можно давать ребенку различные мелкие предметы. Дети постарше могут отгадывать, что у них в руке.

«Подними игрушку» релаксационное упражнение

Цель: снятие мышечного и психологического напряжения; концентрация внимания; освоение диафрагмально-релаксационного типа дыхания.

Содержание упражнения: ребенок лежит на спине на полу. На живот ему ставят небольшую устойчивую игрушку. На счет 1-2 ребенок делает вдох через нос. Живот надувается и игрушка поднимается. На счет 3-4-5-6 – выдох через рот, губы сложены трубочкой – живот сдувается, игрушка опускается вниз.

Игра «Приветствие короля»

Цель: снятие мышечного и психологического напряжения; создание позитивного настроения в группе; развитие умения управлять своими эмоциями.

Содержание игры: участники выстраиваются в две линейки. Передние кладут руки друг другу на плечи. Они образуют как бы ограду для стоящих сзади. Стоящим позади, нужно, опираясь на ограду, подпрыгнуть, как можно выше, приветствуя улыбкой короля, помахивая то левой, то правой рукой. Можно при этом издавать приветственные возгласы. Затем ограда и зрители меняются местами. Дети должны почувствовать разницу в напряжении мышц: когда они были деревянной, неподвижной оградой, а теперь, ликующие, весело подпрыгивающие люди.

Игра «Найди и промолчи»

Цель: развитие концентрации внимания; воспитание стресс устойчивой личности; воспитание чувства товарищества.

Содержание игры: дети, стоя, закрывают глаза. Ведущий кладет предмет на видное для всех место. После разрешения водящего, дети открывают глаза и внимательно разыскивают его взглядом. Первый, кто увидел предмет, не должен ничего говорить или показывать, а молча садится на свое место. Так поступают и другие. Не нашедшим предмет, помогают так: все смотрят на предмет, а дети должны увидеть его, проследив за взглядом остальных.

«Коробка переживаний» релаксационное упражнение

Цель: снятие психологического напряжения; развитие умения осознавать и формулировать свои проблемы.

Содержание упражнения: ведущий показывает небольшую коробку и говорит: «В эту коробку мы соберем сегодня все неприятности, обиды и огорчения. Если вам что-то мешает, вы можете прошептать это прямо в коробку. Я пушу ее по кругу. Потом я ее закрою и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши переживания».

Игра «Акулы и матросы»

Цель: способствовать сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учить контролировать свое эмоциональное состояние; развивать координацию движений, ловкость.

Содержание игры: дети делятся на две команды: матросы и акулы. На полу чертится большой круг – это корабль. В океане около корабля плавает много акул. Эти акулы пытаются затащить матросов в море, а матросы стараются затащить акул на корабль. Когда акулу полностью затаскивают на корабль, она тут же превращается в матроса, а если матрос попадает в море, то он превращается в акулу. Перетягивать друг друга можно только за руки. Важное правило: одна акула – один матрос. Никто больше не вмешивается.

Игра «Коровы, собаки, кошки»

Цель: развитие способности к невербальному общению, концентрации слухового внимания; воспитание бережного отношения друг к другу; развитие умения слышать других.

Содержание игры. Ведущий говорит: «Пожалуйста, встаньте широким кругом. Я подойду к каждому и шепотом скажу на ушко название животного. Запомните его хорошенько, так как потом вам нужно будет стать этим животным. Никому не проговоритесь о том, что я вам прошептала». Ведущий по очереди шепчет каждому ребенку: «Ты будешь коровой», «Ты будешь собакой», «Ты будешь кошкой». «Теперь закройте глаза и забудьте человеческий язык. Вы должны говорить только так, как «говорит» ваше животное. Вы можете, не открывая глаз, ходить по комнате. Как только услышите «свое животное», двигайтесь ему навстречу. Затем, взявшись за руки, вы идете уже вдвоем, чтобы найти других детей, «говорящих на вашем

языке». Важное правило: не кричать и двигаться очень осторожно». Первый раз игру можно провести с открытыми глазами.

Игра «Разведчики»

Цель: развитие зрительного внимания; формирование сплоченного коллектива: умение работать в группе.

Содержание игры: в комнате расставлены «препятствия» в произвольном порядке. «Разведчик» медленно идет через комнату, выбранным маршрутом. Другой ребенок, «командир», запомнив дорогу, должен провести отряд тем же путем. Если командир затрудняется в выборе пути, он может попросить помощи у отряда. Но если он идет сам, отряд молчит. В конце пути, «разведчик может указать на ошибки в маршруте.

«Пианино» релаксационное упражнение

Цель: снятие мышечного и психологического напряжения; установление межличностных контактов; развитие мелкой моторики.

Содержание упражнения: все садятся в круг, как можно ближе друг к другу. Правую руку кладут на колено соседа справа, а левую на колено соседа слева. По кругу, по очереди производить пальцами движения, имитирующие игру на пианино (гаммы).

«Кто кого перехлопает/перетопчет» релаксационное упражнение

Цель: снятие психологического и мышечного напряжения; создание хорошего настроения.

Содержание упражнения: группа делится на две части. Все начинают одновременно топтать или хлопать. Выигрывает команда, которая хлопала или топала громче.

«Аплодисменты» релаксационное упражнение

Цель: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата.

Содержание упражнения: дети стоят в широком кругу. Воспитатель говорит: «Вы сегодня славно поработали, и мне хочется похлопать вам. Воспитатель выбирает одного ребенка из круга, подходит к нему и, улыбаясь, аплодирует ему. Выбранный ребенок тоже выбирает товарища, подходит к нему уже вдвоем с воспитателем. Второму ребенку аплодируют уже вдвоем. Таким образом, последнему ребенку аплодирует вся группа. Второй раз игру начинает уже не воспитатель.

Игра «Создание рисунка по кругу»

Цель: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата; развитие мелкой моторики и воображения.

Содержание игры: все сидят в кругу. У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева.

Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

«Приветствие» релаксационное упражнение

Цель: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата;

Содержание игры: участники делятся на пары. Первые номера становятся внутренним кругом, вторые – внешним.

Здравствуй друг! Здороваются за руку.

Как ты тут? Хлопают по плечу друг друга.

Где ты был? Дергают за ушко друг друга.

Я скучал! Кладут руки себе на сердце.

Ты пришел! Разводят руки в стороны.

Хорошо! Обнимаются.

Игра «Скучно-скучно»

Цель: умение пережить ситуацию неуспеха; воспитание альтруистического чувства детей; воспитание честности.

Содержание игры: дети садятся на стульчики вдоль стены. Вместе с ведущим все проговаривают слова:

Скучно-скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть.

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться. После этих слов все должны добежать до противоположной стены, дотронуться до нее рукой и, вернувшись, сесть на любой стульчик. Ведущий в это время убирает один стул. Играют до тех пор, пока не останется один самый ловкий ребенок. Выбывшие дети играют роль судей: смотрят за соблюдением правил игры.

Игра «Тень»

Цель: развитие двигательной координации, быстроты реакции; установление межличностных контактов.

Содержание игры; один участник становится путником, остальные его тенью. Путник идет через поле, а за ним на два шага сзади – его тень. Тень старается точь-в-точь скопировать движения путника. Желательно чтобы путник совершал движения: собирал грибы, срывал яблоки, перепрыгивал через лужи, смотрел вдаль из-под руки, балансировал по мостику и т. д.

Игра «Властелины кольца»

Цель: обучение координации совместных действий; обучение поиску способов коллективного решения проблемы.

Содержание игры: потребуется кольцо диаметром 7-15 см (моток проволоки или скотча, к которому привязаны на расстоянии друг от друга три нитки длиной 1.5 – 2м каждая. Три участника становятся по кругу, и каждый берет в руки нитку. Их задача: действуя синхронно, опустить кольцо точно на мишень – например, лежащую на полу монетку. Варианты: глаза открыты, но переговариваться нельзя. Глаза закрыты, но можно переговариваться.

Игра «Повтори движения»

Цель: развитие умения контролировать свои действия, подчиняясь указаниям взрослого.

Ребенок, слушая взрослого, должен выполнять движения, если услышит название игрушки – должен хлопнуть, если название посуды – топнуть, если название одежды – присесть.

Игра «Час тишины – час можно»

Цель: развитие умения регулировать свое состояние и поведение.

Договоритесь с ребенком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребенок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час «можно», когда ребенку разрешается делать все: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей, висеть на них, задавать вопросы и др. Эти часы можно чередовать, можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

Игра «Молчание»

Цель: развитие умения контролировать свои эмоции, управлять своим поведением.

Играющие садятся в кружок и молчат, они не должны ни двигаться, ни разговаривать. Ведущий ходит по кругу, задает вопросы, выполняет нелепые движения. Сидящие должны повторять все, что он делает, но без смеха и слов. Кто нарушит правила — водит.

Игра «Да и нет»

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

При ответе на вопросы слова «ДА» и «НЕТ» говорить нельзя. Можно использовать любые другие ответы.

Ты девочка? Соль сладкая?

Птицы летают? Гуси мяукают?

Сейчас зима? Кошка – это птица?

Мячик квадратный? Зимой шуба греет?

У тебя есть нос? Игрушки живые?

Игра «Говори»

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Ведущий говорит: «Я буду задавать вам вопросы, простые и сложные. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду «Говори». Давай те потренируемся: «Какое сейчас время года?» (делает паузу) – Говори. Какого цвета занавески в нашей комнате? Говори. Какой сегодня день недели? Говори...

Игра «Галерея эмоций»

Цель: развитие эмоционально-волевой сферы (развитие навыка распознавать эмоции, чувства свои и других людей, адекватно оценивать их и называть, развитие навыков командной работы).

Оборудование: фото и картинки людей и сказочных героев с различными мимическими проявлениями, выражениями различных эмоций; клубки ниток или ленточки разных цветов (синие, красные, серые, желтые, зеленые, игрушка – паучок).

Инструкция для детей: «Ребята, сейчас мы вместе с вами посетим необычную экскурсию, галерею, выставку эмоций. Рассмотрите, пожалуйста, и постарайтесь понять, какое настроение, какие чувства, какие эмоции переживают герои, которые изображены на картинках и фото».

Дети: отвечают, какое настроение у героев, что они узнали.

Педагог-психолог: «Ой, смотрите, а кто это тут в уголочке?»

Дети: «Паучок!»

Педагог-психолог: «Точно, это же паучок! А раз мы с вами в сказочной стране, то и паучок у нас волшебный! Он умеет различать настроение, чувства, эмоции людей и животных. И поэтому его паутина не обычная, серая, а цветная. Как вы думаете, какое настроение паучок плетет синими ниточками? А красными? А серыми? А желтыми? А зелеными?»

Дети: синими – грусть, печаль; красными – злость, когда кто-то сердится; серыми – когда скучно; желтыми – весело и радостно, смешно; зелеными – обидно или радостно.

Педагог-психолог: «Рассмотрите еще раз картинки героев и помогите паучку доплести паутинку».

Дети плетут цветную паутинку (привязывают возле изображения героя ленточку соответствующего цвета). Педагог-психолог, воспитатель в этом им помогают.

Педагог-психолог: какая яркая паутинка у нас получилась! Молодцы! Мы тоже испытываем разные чувства и эмоции, каждый день наше настроение может немного отличаться от предыдущего, так и наша паутинка получилась цветной, разнообразной, яркой, как наши эмоции.

Игра «Кого укусил комарик»

Цель: развитие доверия детей друг к другу, тактильного и зрительного внимания, наблюдательности.

Педагог-психолог: «Летом нам могут встретиться различные насекомые. Какие?»

Дети: «Мошки, шмели, пчелы, мухи, комары».

Педагог-психолог: «Молодцы! Совершенно верно! Вот и сейчас, нам встретились маленькие комарики, только они прилетели из сказочного мира, они необычные. Сказочные комарики эти больно не кусаются, а нежно гладят лапками людей по спинкам. Давайте с ними поиграем?»

Дети: «Да!»

Педагог-психолог: «Сейчас с помощью считалочки мы выберем того, кто будет комариком»

Дети выбирают считалочкой «комарика».

Педагог-психолог: «Ребята, сейчас всем нужно взяться за ручки и встать вокруг, закрыть глазки, а наш комарик будет летать и того, кто ему понравится, он будет кусать. Комары в сказочной стране кусаются не больно, а ласково гладят лапкой по спинке, забирают плохое настроение и оставляют только хорошие чувства и эмоции. Поэтому наш комарик будет ласково гладить того, кого он выберет. Все в это время молчат, только слышно, как пищит комарик. Когда я скажу: «Стоп!», - комарик подлетает ко мне, все ребята открывают глаза и те, кого укусил комарик, должны сильно напрячь спинку и шейку, а остальные должны догадаться, кого укусил комарик. Запомните, никто сразу не говорит, кого укусили, остальные ребята сами должны догадаться! Начали!».

Примечание: в эту игру можно играть несколько раз, каждый раз выбирая нового «комарика» из группы, чтобы все смогли поучаствовать.

Игра «Город великанов»

Цель: развитие навыков волевой саморегуляции, слухового внимания, памяти, мышления, расширение кругозора.

Оборудование: карточки с загадками.

Инструкция для детей: «Представьте, что мы с вами попали в страну Великанов и у них очень чуткий слух, у них очень сильно начинает болеть голова, когда кто-то громко разговаривает. Поэтому в стране Великанов принято говорить только шепотом. Чтобы завоевать доверие Великанов нужно ответить на специальные загадки, отвечать нужно только очень тихо, шепотом, даже если очень сильно захочется громко выкрикнуть правильный ответ. Если вы выполните задание правильно, то Великаны подарят вам свое вечное уважение и всегда будут рады вам в гости!»

Загадки подбираются в соответствии с возрастом детей. Примеры загадок:

Крыша любая ему до плеча,
Люди прозвали его «Каланча»,
Я вас прошу, никуда не глядя,
Вспомнить имя этого дяди.
(Стена) В стране лилипутов
Был сеткой опутан.

В стране великанов
На лодке греб в ванной.

(Гуливер)

Ну-ка, кто из вас ответит:

Не огонь, а больно жжет,

Не фонарь, а ярко светит,

И не пекарь, а печет?

(Солнце)

Над лесами, над рекой

Семицветный мост дугой

Если б я мог встать на мост

Я б достал рукой до звезд!

(Радуга) Шевелились у цветка

Все четыре лепестка.

Я сорвать его хотел,

А он вспорхнул и улетел.

(Бабочка) Песен полон лес и крика,

Брызжет соком земляника,

Дети плещутся в реке,

Пляшут пчелки на цветке.

Как зовется время это?

Угадать не трудно...

(Лето)

Игра «Портрет»

Цель: развитие эмоционально-волевой сферы (развитие навыка распознавать эмоции, чувства свои и других людей, адекватно оценивать их, изображать и называть, развитие навыков командной работы, умения договариваться).

Оборудование: меловые индивидуальные карточки (3-6 штук, цветные мелки, карточки- смайлики с изображениями различных эмоций (радость, обида, стыд, страх/испуг, гнев/злость, удивление).

Инструкция для детей: «Ребята, мы успешно выполнили все задания Великанов и теперь уже на пол пути к полянке «Счастья». Впереди нас будет сказочный пропускной пункт. Как и в любой стране, нам нужен документ. Сейчас мы его с вами получим! Для этого выберите, пожалуйста, себе пару. Сейчас каждой паре я дам по табличке и набору цветных мелков. Вам сейчас нужно быстро решить, кто будет рисовать настроение, эмоцию, которую я назову, а кто будет находить нужную картинку в корзинке со смайликами. Поднимите ручки, кто понял, что нужно сделать?»

Дети поднимают руки, педагог-психолог подходит к тем, кто не поднял руку, либо поднял, но говорит, что не все понял, дополнительно объясняет задания. Когда все разбились на пары, педагог-психолог выдает каждой паре по табличке, набору мелков. Дети встают/сидят в кругу, а по центру стоит

стол, на котором расположена корзинка с карточками-смайликами, изображающими различные эмоции человека (радость, обида, стыд, страх/испуг, гнев/злость, удивление). Педагог-психолог дает каждой паре задание: одна пара получает задание изобразить одну определенную эмоцию, один рисует, показывает другому (сначала рисунок, а затем и с помощью мимики, другой должен повторить с помощью мимики изображенную эмоцию, а затем найти ее схожее изображение в корзинке.

Игра «Сказочный патруль»

Цель: развитие эмоционально-волевой сферы (умение распознавать свои и чужие эмоции, адекватно выражать их, развитие зрительного внимания, мышления).

Оборудование: карточки-смайлики (изображения людей или животных с различными мимическими проявлениями эмоций человека, зеркало, картинка с изображением сказочного пограничника, скотч.

Инструкция для детей: «Посмотрите, пожалуйста, здесь нас встречает сказочный пограничник. Как вы думаете, что он тут делает? Следит за всем, чтобы никто чужой не пробрался в сказочную страну! Ребята, чтобы нас пропустил сказочный пограничник нам нужно показать ему наши сказочные документы – смайлики. Возьмите, пожалуйста, каждый себе по одной картинке из корзинки. Рассмотрите внимательно, какое настроение, какие чувства и эмоции переживает герой на картинке, которую вы выбрали. Сейчас вам нужно будет посмотреть в волшебное зеркало и сделать точно такое же выражение лица, которое изображает смайлик на ваших документах, на вашей карточке. Постройтесь, пожалуйста, змейкой и по одному подходите к зеркалу и показывайте своим выражением лица, какой у вас смайлик в руке. Старайтесь! Все должны показать как можно лучше, чтобы сказочный патруль точно пропустил нас на сказочную полянку «Счастья»».

Примечание: Дети выполняют задание. Если у кого-то не получается сразу изобразить нужную эмоцию, то психолог предлагает этому ребенку держать карточку-смайлик рядом с лицом, чтобы ее было видно в зеркале, так он сможет сравнивать свои мимические проявления с тем, что изображено на карточке.

Игра «Путаница»

Цель: сплочение детского коллектива, развитие навыков вербального и невербального общения в конструктивной форме, бережного отношения детей друг к другу, развитие навыков командной работы, достижения цели, волевой саморегуляции, слухового внимания.

Дети встают в круг, взявшись за руки. Педагог-психолог читает считалочку и выбирает одного ребенка, который выходит из круга и круг обратно сцепляется.

Инструкция для детей: «Делаем наш круг большим, ручки держим крепко, стараемся их не отпускать, мы должны показать, какие мы дружные. Послушайте внимательно правила игры! Говорим вполголоса, чтобы каждого можно было услышать. Если вдруг стало больно или неприятно, говорим «стоп». Если кто-то сказал «стоп» все замирают, не шевелятся, а распутыватель подходит и начитает распутывать, бережно, аккуратно, чтобы никому не было больно. Сами ручки не расцепляете. В конце у нас должен получиться такой же ровный большой круг, что и был. А сейчас начинаем «запутываться», не расцепляя руки можно проходить под сцепленными руками ребят напротив и обратно, так, чтобы у нас получился запутанный клубочек, пока кто-то из ребят или я не скажу «стоп». Готовы? Начали!»

Дети играют в игру, педагог-психолог наблюдает, комментирует положительные моменты, подсказывает распутывателю, где ребятам стало некомфортно.

Игра «Эстафета дружбы»

Цель: сплочение детского коллектива, снятие психоэмоционального напряжения.

Оборудование: волшебный ключик, карточка со стихотворением – волшебные слова.

Инструкция для детей: «Ребята, не отпуская рук, давайте зарядим нашей дружеской энергией этот ключик и откроем дверь на полянку «Счастья»! Для этого я сейчас буду читать магические слова, а вы, пока я читаю, должны бережно сжимать руки друг друга, чтобы наша сила дружбы как с помощью насоса могла передвигаться и накапливаться. Начнем!»

Друг не будет смотреть свысока,
Наизусть он характер твой выучит.
Нужно верить, что друга рука
В трудный час обязательно выручит.
Так давайте, давайте дружить,
Пусть не раз нам стихи эти вспомнятся.
Если дружбой всегда дорожить,
То любое желанье исполнится.

Педагог-психолог по завершению чтения магических слов берет в руки волшебный ключик и предлагает детям каждому до него дотронуться, чтобы передать в него магию дружбы. Затем можно открыть им воображаемую страну «Счастья» или передавать этот ключик другим детям, у кого плохое настроение, кто чувствует себя одиноко, чтобы ему стало веселее, он почувствовал магию дружбы всей группы.

Психогимнастика: упражнения на расслабление «Полянка счастья»

Цель: обучение техникам расслабления, снятия психоэмоционального напряжения.

Оборудование: яркие пледы по числу детей, магнитофон с музыкой.

Инструкция для детей: «Ребята, мы попали на полянку «Счастья». Мы немного устали за день и сейчас можно немного отдохнуть. Посмотрите, здесь есть место, где можно полежать и насладиться солнышком, его теплом. Лягте, пожалуйста, на нашу «Полянку» на спинку. Закройте глазки. Пусть наши ручки, ножки, животик, головка, глазки, ротик, язычок отдохнут. Ушки послушают приятную музыку и мой голос. Представьте себе лесную полянку, на которой растет мягкая травка-муравка. Вы лежите на ней, как на перине. Вокруг все спокойно и тихо, вы дышите ровно и легко. Над вами склоняется полевой цветок, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков. Вы чувствуете, как нежные лучики солнца гладят ваш лоб, щечки, дотрагиваются до рук, гладят ваше тело... Лучики гладят, ласкают (имена всех детей, участвующих в упражнении). Вам хорошо, приятно... А теперь потянитесь и счет «три» откройте глаза. Один... два... три. Открываем глаза. Можно потянуться, улыбнуться, почувствовать, как чудесно отдохнули».

Консультация для родителей «Нарушение эмоционально-волевой сферы»

Довольно часто родительская забота главным образом сосредоточена на физическом здоровье своего ребенка, тогда как эмоциональная составляющая остается практически без внимания. Это обуславливается тем, что большинство родителей считают ранние проявляющиеся симптомы эмоциональных расстройств, как временные, и поэтому неопасные. На сегодняшний день наблюдается тенденция к росту эмоциональных нарушений у детей, в виде пониженной социальной адаптации и склонности к агрессивному поведению.

Причины

Наиболее распространенные причины эмоциональных нарушений следующие:

1. Физические особенности, с учетом перенесенных заболеваний в младенческом периоде.
2. Торможение психического и умственного развития.
3. Неправильное воспитание ребенка в дошкольный период.
4. Неправильное питание, а именно недостаточное поступление необходимых веществ, что значительно сказывается на развитии малыша

Также данные вышеперечисленные причины подразделяют на две большие группы:

1. Биологические.

В данную причинную группу включается характерный тип нервной системы. Например, при наличии синдрома дефицита внимания, у ребенка впоследствии может возникать патологический процесс в головном мозге, формирующиеся в результате тяжелого течения беременности и родов его матери.

2. Социальные

Данная группа обуславливает процесс взаимодействия ребенка с другими людьми и окружающей обстановкой. Например, если у ребенка уже имеется опыт общения с возрастной группой людей, своими сверстниками и первостепенной для него группой – семьей, то в некоторых случаях такая социализация может также ему и навредить.

Появление новых переживаний, которые не совпадают с его концептуальной структурой, начинают восприниматься им негативно, что в итоге формируют для него определенный стресс.

При отсутствии понимания со стороны сверстников у ребенка формируются эмоциональные переживания (ярость, обида, разочарование), которые характеризуются остротой и продолжительностью. Также постоянные

конфликты в семье, требования к ребенку, отсутствие понимания его интересов, также вызывает эмоциональные нарушения в психическом развитии ребенка.

Также родителям стоит обратить внимание, если ребенок испытывает какие-либо эмоциональные переживания, чувства, а также, если его состояние характеризуется как подавленное.

Психическая коррекция аффективных расстройств у детей является организованной системой психологических воздействий. Данная коррекция главным образом направлена на:

1. Смягчение эмоционального дискомфорта.
2. Повышение активной деятельности и самостоятельности.
3. Подавление вторичных личностных реакций (агрессивность, чрезмерная возбудимость, тревога и т.д.).
4. Коррекцию самооценки.
5. Формирование эмоциональной устойчивости.

Мировая психология включает в себя 2 основных подхода к психологической коррекции ребенка, а именно:

1. Психодинамический подход. Выступает за создание условий, которые позволяют подавлять внешние социальные преграды, с помощью таких методов как психоанализ, игровая терапия и арттерапия.
2. Поведенческий подход. Данный подход позволяет стимулировать ребенка на усвоение новых реакций, направленных на формирование адаптивных поведенческих форм и наоборот, подавляет неадаптивные формы поведения, если таковые имеются. Включает в себя такие методы воздействия как поведенческие и психорегулирующие тренинги, которые позволяют малышу закрепить усвоенные реакции.

При выборе способа психологической коррекции эмоциональных нарушений следует исходить из специфики нарушения, которое определяет ухудшение эмоционального состояния.

Если наблюдается преобладание межличностных конфликтов применяют групповую психокоррекцию, которая позволяет оптимизировать межличностные отношения. При выборе какого-либо метода обязательно учитывается тяжесть эмоциональной нестабильности ребенка.

Такие методы психологической коррекции как игротерапия, сказкотерапия и т.п. эффективно работают, если они соответствуют психическим особенностям ребенка и врача-терапевта.

Рекомендации родителям:

Возраст ребенка до 6 лет (дошкольный период) является наиболее важным периодом его развития, так как именно в данный промежуток у ребенка формируются личностные основы, волевые качества, а также стремительно развивается эмоциональная сфера.

Развитие данных качеств характеризуется как общее развитие личности, то есть главным образом, сформировывая волю, эмоции и чувства.

Следовательно, для благополучного эмоционально-волевого воспитания ребенка, родителям и педагогам необходимо в особенности обратить внимание на создание позитивной атмосферы взаимопонимания. Поэтому многие специалисты рекомендуют родителям формирование следующих критериев для своего ребенка:

1. В общении с ребенком необходимо соблюдать абсолютное спокойствие и всячески показывать свою доброжелательность.
2. Следует стараться чаще общаться с ребенком, спрашивать его о чем-либо, сопереживать и интересоваться его увлечениями.
3. Совместный физический труд, игра, рисование т.п. благополучно скажется на состоянии ребенка, поэтому старайтесь уделять ему как можно больше внимания.
4. Необходимо следить, чтобы ребенок не смотрел фильмы и не играл в игры с элементами насилия, так как это только усугубит его эмоциональное состояние.
5. Всячески поддерживайте ребенка и помогайте ему сформировать уверенность в себе и в своих силах.

Консультация для родителей «Эмоционально-волевая сфера детей»

В дошкольном возрасте ребенок овладевает новыми и разнообразными видами деятельности, изменяется и усложняется общение его с другими людьми, он активно познает окружающий мир и самого себя. Все это окрашено яркими переживаниями ребенка. Он еще мал, чтобы воспринимать мир, разумно осмысливая его. Многие усваиваются дошкольником через эмоциональную сферу.

Эмоциональное развитие ребенка начинается с первых мгновений беременности матери, и даже еще раньше. Ведь хроническая усталость, семейные неурядицы и прочее уже подготовили «негативную почву» для эмоциональных проблем ребенка. Процесс рождения, первые минуты, месяцы жизни определяют многое в эмоциональной сфере мальчика или девочки. И очень важно, если в семье единый стиль воспитания. Тогда ребенку не придется «разрываться» в выборе своих действий, не нужно будет приспосабливаться и ловчить. При авторитарном, командном стиле воспитания, у детей чаще наблюдается склонность к вранью, упрямству и даже мелкому воровству. Эмоциональность ребенка определяется и наследственными факторами (на кого похож ваш малыш).

Некоторые дети шумные и плаксивые, иные боязливые и тревожные, но и тем и другим сложно справляться со своими эмоциями. Крики и наказания со стороны взрослых лишь усиливают проблемы у детей. Что же делать?

Прежде всего необходимо попытаться понять своего ребенка, понять, что с ним происходит, что он чувствует, думает. Очень важно проговаривать свое понимание детям. Например: «Я тебя понимаю, ты сейчас чувствуешь (печаль, радость, страх), или хочешь (играть, гулять, кричать), но ты пойми и меня, я чувствую. После этого остается только предложить ребенку альтернативу или ограничить негативные проявления во времени. Для этого на помощь приходит игрушка (лучше всего звуковая). Например:

«Ты еще немного поиграешь, а когда зайчик тебя позовет, игра закончится».

Таким образом убирается агрессия, направленная на взрослых, и родителям легче быть последовательными в требованиях. А когда последовательности нет, т.е. если сегодня вы сказали «да», а завтра «нет», не объясняя причин, или после детских приставаний вы «сдались!», тогда можете считать, что ребенок начнет вами манипулировать, искать «новые кнопки».

Что делать, если такое уже случилось, и ребенок путает «можно» и «нельзя»? На помощь приходит игра «Солнышки», в которую родители могут поиграть с детьми дома.

Красиво оформляется лист бумаги или блокнот. Ребенку предлагается вступить в игру: «Ты у нас уже совсем большой, многое можешь делать самостоятельно (необходимо перечислить 2-3 положительных качества малыша), но, например, убирать игрушки у тебя еще не совсем получается. (Объясняется как надо убирать.) Можно формировать любое другое желаемое взрослыми качество, назвав его ребенку».

«Мы будем рисовать солнышки, когда ты поиграешь и сам уберешь игрушки. Если у тебя будет больше двух солнышек (затем количество увеличивается, то в конце дня получишь сюрприз». (Ребенку не объясняется, что именно, но в качестве сюрприза используются нематериальные ценности. Например: игра с папой, чтение любимой сказки, просмотр мультфильма, разрешение лечь спать на 15 минут позже и др.). Сюрприз обязателен! Когда одно качество сформировано (сроки индивидуальны, тогда можно приступать к формированию другого».

Эмоциональные дети (боязливые или шумные) нуждаются в двигательной физической активности. Можно использовать такие игры, как: «Злая-добрая кошка», «У прямая подушка», «Минута шалости» и др. Кроме того, необходимо проводить игры на расслабление, т. к. постоянные зажимы у агрессивных или тревожно-боязливых детей могут приводить к психосоматическим заболеваниям.

В играх, как и в требованиях, желательно быть последовательными и систематичными. При условии правильного реагирования со стороны родителей, тренируется воля и самоконтроль ребенка, узнавание себя и границ возможного и многое другое.

Большую силу имеют руки родителей: объятия, прикосновения, жесты останавливающие, уводящие и т.д. Руки - источник ощущений, а следовательно, и чувств, обладают магической силой влияния на ребенка, порой больше, чем слово или подарок.

Родительская любовь и профессионализм педагогов помогут ребенку справиться с любыми трудностями.

Консультация для родителей «Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка»

Появляясь на свет, ребенок овладевает не только речью, знаниями, он учится эмоциям. Очевидно ли богатство внутреннего мира родителей ребенку, видит ли родитель эмоциональные состояния своего малыша, умеет ли ему объяснить их, помочь пережить справиться либо оберегает от любых печалей – все это имеет прямое отношение к эмоциональному развитию ребенка. Мать, не способная вынести малейшее страдание ребенка, каждый раз заслоняющая от него свое чадо, лишает малыша полезного огорчения, шанса научиться погоревать, отгоревать, не бояться своих отрицательных эмоций.

Задачи родителей в развитии эмоциональной и волевой сферы детей:

- 1 – помочь ребенку осознать чувства, понимать свое эмоциональное состояние;
- 2 – учить справляться с ними.

Для этого родитель должен развивать словарный запас ребенка: обращать внимание на собственные чувства и называть их, вводить в его лексикон слова, обозначающие оттенки чувства (зол, сердит, раздосадован, расстроен, огорчен и т.д.).

Обучение распознаванию чувств и эмоций следует начинать с того, что:

- признать, что чувства не бывают плохими, они просто есть, и ребенок имеет право на проявление чувств (вербальное, телесное); однако нужно вводить определенные правила проявления эмоций;
- обсуждать случаи, которые произошли с кем – то, просить определить чувства и предложить собственные варианты поступков; при этом избегать осуждения;
- обсуждая с ребенком его чувства, не пытаться решить за него проблему;
- предлагать ребенку различные способы, помогающие ему взять себя в руки, вербальные, физические, зрительные, творческие и др. Часто все, что требуется ребенку – это понять охватившее чувство. Предлагать ребенку варианты, и пусть он сам выбирает наиболее действенный.

В этой работе необходимо быть последовательным и помнить, что одни ситуации разрешаются быстро, а другие требуют времени и терпения. Главное – не терять из виду цель, которую вы ставите перед ребенком и перед собой, обязательно отмечая успехи ребенка.

Негативные тона воспитания (например, замечания, одергивания, критика, неодобрение и т.д.) задерживают развитие. Детям нужен позитивный настрой и положительное подкрепление своей деятельности со стороны взрослых.

Если в общении детей и родителей много запретов и наказаний, ребенок может почувствовать, что к нему становятся невнимательны, что общаются с ним только тогда, когда он сделает что-нибудь неверно. В этом случае ребенок будет обязательно стараться делать все вопреки запретам.

Самостоятельное поведение ребенка не всегда удобно для взрослых. Однако несамостоятельное поведение оборачивается в дальнейшем зависимостью от множества обстоятельств, настроения окружения и своего собственного. Несамостоятельный ребенок не умеет принимать помощь окружающих, а если и принимает ее, то не с позиции сотрудничества, а как иждивенец.

Эмоциональный мир ребенка требует бережности и постоянного педагогического труда от родителей.

Рекомендации:

1. В семье должен преобладать единый стиль воспитания.
2. Необходимо попытаться понять своего ребенка, понять, что с ним происходит, что он чувствует, думает.
3. Родители должны быть более последовательными в требованиях. Эмоциональные дети нуждаются в двигательной физической активности.
4. Необходимо обучать их расслаблению, релаксации.

**Консультация для педагогов ДОУ
«Социально-эмоциональное развитие детей в условиях ДОУ»**

Дошкольное детство – очень короткий отрезок в жизни человека, всего первые шесть – семь лет. Но они имеют очень большое значение. В этот период развитие идет как никогда бурно и стремительно. Из совершенно беспомощного, ничего не умеющего существа младенец превращается в относительно самостоятельную, активную личность. Получают определенное развитие все стороны психики ребенка, тем самым закладывается фундамент для дальнейшего роста.

Если в восприятии, ощущениях, познавательных процессах отражаются многообразные предметы и явления, их различные качества и свойства, всевозможные связи и зависимости, то в эмоциях и чувствах человек проявляет свое отношение к содержанию познаваемого. Эмоции и чувства – это своеобразное личностное отношение человека не только к окружающей действительности, но и к самому себе. Так, между человеком и окружающим миром складываются объективные отношения, которые становятся предметом чувств и эмоций.

Одной из задач всех специалистов и воспитателей в детском саду является нравственное развитие и воспитание дошкольников, привитие ему основных моральных качеств и устоев, которые в дальнейшем помогут ему общаться с другими людьми и адекватно относиться к их поведению и поступкам.

Нравственное развитие и воспитание ребенка необходимо начинать именно с развития эмоциональной сферы, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять собственными эмоциями. Понимание собственных эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности растущего человека.

Современный родитель, к сожалению, немного внимания уделяет этой проблеме, ему важнее научить ребенка читать, писать, считать, так как ему кажется этого достаточным для дальнейшего развития ребенка. Именно поэтому так важно объяснить родителям, что одно из важнейших мест в развитии личности занимает именно социально-эмоциональное развитие, и начинать его необходимо именно в дошкольном возрасте, так как именно в этом время мы закладываем первые и самые главные черты характера человека.

Своеобразие эмоций и чувств определяется потребностями (удовлетворением или неудовлетворением), мотивами, стремлениями, намерениями человека, особенностями его воли и характера. С измерением какого-либо из этих компонентов меняется личностное отношение человека к предмету потребности.

Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Знакомясь с различными свойствами и качествами вещей, маленький ребенок получает и некоторые эталоны отношений и человеческих ценностей: одни предметы, действия, поступки приобретают знак желаемых, приятных, другие, наоборот – отвергаются. Познавая окружающий мир, ребенок уже в раннем детстве проявляет выраженное, субъективное, избирательное отношение к предметам. Прежде всего, малыш четко выделяет из окружающей его среды близких ему людей.

В формировании эмоциональности в дошкольном возрасте важную роль играют несколько факторов: наследственность и индивидуальный опыт общения с близкими взрослыми, а также факторы обучаемости и развития эмоциональной сферы (навыки выражения эмоций и связанные с эмоциями формы поведения). Эмоциональные черты ребенка в значительной степени обусловлены особенностями его социального опыта, особенно опыта, приобретенного в младенчестве и раннем детстве. От эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность его взаимодействия с окружающими его людьми, а значит, и успешность его социального поведения.

Наиболее сильные эмоциональные переживания вызывают его взаимоотношения с другими людьми – взрослыми и детьми.

В дошкольном возрасте, как и в раннем, сохраняется эмоциональная зависимость детей от взрослых. Поведение взрослого постоянно обуславливает активность поведения и деятельности ребенка. Установлено, что если взрослый расположен к ребенку, радуется вместе с ним его успеху и сопереживает неудачу, то ребенок сохраняет хорошее эмоциональное самочувствие, готовность действовать и преодолевать препятствия даже в случае неуспеха. Ласковое отношение к ребенку, признание его прав, проявление внимания являются основой эмоционального благополучия и вызывают у него чувство уверенности, защищенности, что способствует нормальному развитию личности ребенка, выработки положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Установив позитивные взаимоотношения с взрослым, ребенок доверительно относится к нему, легко вступает в контакт с окружающими. Общительность и доброжелательность взрослого выступает как условие развития положительных социальных качеств у ребенка.

Невнимательное отношение взрослого к ребенку значительно снижает его социальную активность: ребенок замыкается в себе, становится скованным, неуверенным, готовым расплакаться либо выплеснуть свою агрессию на сверстников. Негативное отношение взрослого вызывает у ребенка типичную реакцию: он или стремится установить контакт с взрослым, или сам замыкается и старается избежать общения. Во взаимоотношениях с ребенком взрослый должен тонко подбирать эмоциональные формы воздействия. Постепенно должна сформироваться своеобразная техника общения, где основной фон составляют

положительные эмоции, а отчуждение используется как форма порицания ребенка за серьезный поступок.

Именно поэтому в работе с родителями следует проводить совместные занятия родителей с детьми, семинары-практикумы и консультации для родителей, направленные на создание эмоционально-благоприятной обстановкой в семье, знакомство родителей с эффективным стилем общения с детьми, сближение детей и родителей.

Потребность в общении со сверстниками развивается на основе совместной деятельности детей – в играх, при выполнении трудовых поручений и так далее. Первая и наиболее важная черта общения состоит в большом разнообразии коммуникативных действий и чрезвычайно широком диапазоне. При общении со сверстниками ребенок совершает множество действий и обращений, которые практически не встречаются в контактах со взрослыми. Он спорит со сверстниками, навязывает свою волю, успокаивает, требует, приказывает, обманывает, жалеет и прочее. Именно в подобном общении появляются такие формы поведения, как притворство, стремление выразить обиду, нарочито не отвечать партнеру, кокетство, фантазирование и тому подобное. В своих занятиях НОД воспитателю следует стараться всегда это учитывать, включая в каждое занятие игры, направленные на развитие коммуникативности и социальных умений («Пантомимические этюды», «Эхо», «Собери чемодан» и так далее).

По мере развития личности у ребенка повышаются способности к самоконтролю и произвольной психической саморегуляции. За этими понятиями стоит возможность управлять своими эмоциями и действиями, умение моделировать и приводить в соответствие свои чувства, мысли, желания и возможности, поддерживать гармонию духовной и материальной жизни.

На встречах с родителями воспитателям следует объяснять, что взрослые (родители) должны стремиться к установлению тесных эмоциональных контактов с ребенком, так как взаимоотношения с другими людьми, их поступки – важнейший источник формирования чувств дошкольника. Для понимания детских эмоций взрослым необходимо знать их происхождение, а также стремиться помочь ребенку глубже понять те или иные факты действительности и сформировать правильное отношение к ним.

Главная цель развития эмоциональной сферы дошкольников – научить детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей; дать представления о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слово, а также совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями.

Основная наша цель – ввести ребенка в сложный мир человеческих взаимоотношений, формируя мотив общения, коммуникативное намерение и потребность в общении, и тем самым помочь ему адаптироваться в группе детей, повысить осознание ребенком своих эмоциональных проявлений и

взаимоотношений и тем самым обеспечить всестороннее гармоничное развитие его личности, эмоциональный комфорт.

Конечно, как и в каждой работе, будут и положительные и отрицательные результаты. Это можно объяснить появлением все большего количества «трудных» детей, которые требуют большего внимания. У многих детей не всегда, получается, выразить заданное эмоциональное состояние с помощью пантомимики и голоса. Возможно, из-за того, что в настоящее время повысилось число тревожных, замкнутых детей, которым очень тяжело расслабить свое тело для принятия желаемой позы. А также таким детям очень трудно подчинить свои интонации. Возникают проблемы и при принятии компромиссных решений, решении конфликтных ситуаций. Дети не всегда могут контролировать свои эмоциональные реакции. Так же, дети очень хорошо умеют определить хорошие и плохие поступки сказочных героев, но возникают проблемы при оценке своего собственного поведения, контроле над ним.

Но мы должны находиться в постоянном творческом поиске, стараться как можно больше узнавать о новинках литературы, которые смогут помочь нам в этой нелегкой работе, использовать инновационные технологии при работе, направленной на развитие социально-эмоциональной сферы. Ведь если вам интересно с детьми, а им – с вами, если вы проявляете терпение и любовь к детям, результаты обязательно появятся.

**Консультация для педагогов ДОУ
«Эмоциональное развитие дошкольников»**

Среда эмоций очень хрупка, ее нарушения, «поломки» совершаются порой одним взглядом, словом, каким-то одним жестом, поступком. Люди с негативными эмоциями не способны думать о хорошем, видеть положительное в окружающих и уважительно относиться к себе. Задача родителей и педагогов - научить ребенка мыслить позитивно. Эмоциональность влияет не только на формирование личностных черт и социальное развитие ребенка, она сказывается и на его интеллектуальном развитии. Так мышление тесно связано с эмоциональным развитием ребенка.

Вся система воспитания и образования до сих пор продолжает строиться на основе развития интеллекта, неизмеримо меньше внимания уделяя становлению эмоциональной сферы. Акцент в обучении на эмоциональной сфере — это наиболее верное решение, так как опираясь именно на эмоциональную сферу ребенка можно решить целый ряд проблем в его развитии в процессе формирования личностной сферы. Работая над формированием эмоций, расширением их диапазона, созданием «тонкого эмоционального реагирования», педагог, родители создадут основу для его успешного обучения. Если за основу работы педагога взять работу по воспитанию базовых эмоций, как составного компонента личности ребенка, то любое занятие должно включать в себя задачу по формированию какой-то эмоции, ее уточнению, адекватному воспроизведению и т.п. Эмоции образуют основные структуры сознания.

Формирование каждой базовой эмоции значимо для работы над личностью ребенка. Базовые эмоции - это вектор направлений работы педагога и родителей по развитию эмоционально – волевой сферы ребенка, через которую можно будет скорректировать и поведение, и речь, и мышление! Благодаря огромной роли эмоций в регуляции деятельности ребенка-дошкольника его мышление носит «эмоционально-образный» характер, который надолго остается доминирующим в структуре детского интеллекта. Эмоции всегда с нами, и переживание эмоций в значительной степени определяет наше восприятие и интерпретацию окружающего мира. Вот именно поэтому важны и необходимы профилактические мероприятия по сохранению и обогащению эмоционального мира ребенка. Взрослый, желающий видеть ребенка счастливым, должен помнить:

- доверительные отношения с ребенком, если ребенок доверяет, он сможет выразить свой негатив словами. Проговаривание вслух чувств, оказывающих отрицательное воздействие на существующий образ «Я», помогает ослабить эти чувства и они уже не окажут такого разрушительного воздействия на психику;

- использование игр с куклами, ролевых игр в работе с детьми дошкольного возраста. Различные роли кукол, выполняемые ребенком, позволят ему посмотреть на ситуацию с разных точек зрения и проявить различные эмоции. Ролевая игра способствует обучению владению собственными эмоциями, сюжетами для таких игр следует выбирать разные ситуации, предполагающие яркое проявление эмоций, чувств.

- снятие эмоциональных зажимов с помощью игр, танцев, пластики, физических упражнений;

- создание условий для того, чтобы ребенок ощущал себя комфортно и оценивал себя положительно (хвалить ребенка в присутствии других детей и взрослых; проявляя искреннюю заботу о ребенке);

- в основе познавательной деятельности малыша лежит сенсорный процесс, вызывающий эмоции.

Главное – всегда помнить о развитии эмоциональных устремлений детей!

Консультация для педагогов «Социально-коммуникативное развитие детей дошкольного возраста в условиях ФГОС»

Проблема социально-личностного развития ребенка дошкольного возраста в процессе его взаимодействия с окружающим миром становится особенно актуальной на современном этапе, поскольку основные структуры личности закладываются в дошкольный период детства, что, в свою очередь, возлагает на семью и дошкольное учреждение особую ответственность за воспитание необходимых личностных качеств у детей.

Актуальность социально-коммуникативного развития дошкольников возрастает в современных условиях в связи с особенностями социального окружения ребенка, в котором часто наблюдаются дефицит воспитанности, доброты, доброжелательности, речевой культуры во взаимоотношениях людей.

В рамках реализации ФГОС в содержании образовательной деятельности дошкольных учреждений более пристальное внимание должно быть уделено достижению целей и решению задач социально-коммуникативного развития.

Основной целью этого направления является позитивная социализация детей дошкольного возраста, приобщение их к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

Задачами социально-коммуникативного развития в соответствии с ФГОС ДО являются следующие:

- присвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;
- развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками;
- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания,
- формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками,
- формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье, малой родине и Отечеству, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках;
- формирование основ безопасности в быту, социуме, природе.
- формирование социально-коммуникативных речевых умений (развитие способности вступать в общение и поддерживать его).

Для решения поставленных задач необходимо соблюдать ряд условий:

- использование в практике работы ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий;
- реализация общеобразовательной программы;
- обогащение предметно-пространственной среды.

Введение ФГОС дошкольного образования определяет характер взаимодействия взрослых и детей как - личностно-развивающий и гуманистический. предполагающая уважение к ребенку, создание доброжелательной атмосферы сотрудничества детей в группе, ориентация детей на общечеловеческие ценности.

Развитие собственной активной позиции у ребенка обеспечивается предоставлением ему инициативы в самых разных видах деятельности, и, прежде всего в игре.

Выделяются основные принципы дошкольного образования, направленные на формирование личностных качеств дошкольника и его адаптацию к социуму:

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- учет этнокультурной ситуации развития детей;

ФГОС дошкольного образования изменяет представления о содержании и условиях реализации образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»:

Содержание направлено:

- на присвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;
- развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками;
- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания;
- формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками;
- формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье, малой родине и Отечеству, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках;
- формирование основ безопасности в быту, социуме, природе.

Выделяется ряд требований к условиям реализации образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»:

1. *Требования ФГОС ДО к основным компетенциям педагога:*

- Обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- Поддержка индивидуальности и инициативы детей;
- Установление правил поведения и взаимодействия с детьми в разных ситуациях;
- Построение развивающего образования, ориентированного на зону ближайшего развития каждого воспитанника;
- Организация сотрудничества с родителями воспитанников.

2. Рекомендуемые инновационные формы работы с детьми по «Социально-коммуникативному развитию» по ФГОС:

Младший дошкольный возраст

- Вариативная организация игр-экспериментов и игр-путешествий предметного характера с детьми как основных методов воспитания;
- Организация сюжетных игр;
- Организация моментов радости, связанных с культурно-гигиеническими навыками и навыками ЗОЖ;
- Простейшие поисковые и проблемные ситуации;
- Игры с моделированием;
- Литература и игра (чтение);

Средний дошкольный возраст

- Организация сюжетно-ролевых игр;
- Вариативная организация игровых проблемных ситуаций, игровых поисковых ситуаций, усложняющихся игр-экспериментирований и игр-путешествий, игр-этюдов.
- Введение в процесс воспитания простейших ситуационных задач.
- Беседы и совместная познавательная деятельность воспитателя и детей с элементами игры

Старший дошкольный возраст

- Ситуационные задачи, их широкая вариативность.
- Использование метода проектов.
- Использование метода коллекционирования.
- Использование театрализованной деятельности.
- Использование литературно-игровых форм (сочинение с детьми загадок, стихотворные игры, сочинение с детьми лимериков (форма коротких стихов)
- Самостоятельная деятельность детей.

3. Инновационные формы работы с родителями:

- Совместные образовательные проекты, а также семейные и межсемейные;
- Вечера вопросов и ответов;
- Родительские гостиные;
- Тренинги по запросам родителей;
- Клубы по интересам;
- Родительские конференции;
- Совместное творчество родителей, детей и педагогов;
- Творческие выставки и фотовыставки;
- Тематические вечера и викторины;
- Совместные досуги;
- Видеоинтервью и мультимедийные презентации;
- Выпуск семейных газет и книжек-малышек;
- Совместное создание мини-музеев.

4. Формирование социально-коммуникативной компетентности дошкольников будет успешным, при соблюдении следующих организационно-педагогических условий:

- Создание атмосферы доброжелательности, взаимопонимания и любви;
- Обучение умению слушать и слышать другого;
- Развитие умения использовать мимику, пантомимику и голос в общении;
- Развитие у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях;
- Обучение умению использовать формулы речевого этикета адресовано и мотивировано;
- Воспитание доброжелательного отношения к сверстникам;
- Формирование чувства симпатии между участниками общения;
- Объяснение детям, что неосторожно сказанное слово ранит, не менее больно, чем действие;
- Обучение умению детей владеть собой;
- Развитие умения анализировать ситуацию;
- Целенаправленное формирование у детей коммуникативных навыков.

ФГОС направлены на повышение качества и статуса дошкольного образования что соответственно, предусматривает профессиональное развитие педагогических работников, повышение их профессиональных и личностных компетенций. Меняется мир, изменяются дети, что, в свою очередь, выдвигает новые требования к квалификации педагога. Педагог должен постоянно самосовершенствоваться и соответствовать требованиям современности.

**Мастер-класс для педагогического коллектива
«Улучшаем эмоциональное самочувствие дошкольников»
(с детьми старшего дошкольного возраста)**

Цель: расширение круга методов и приемов по улучшению эмоционального самочувствия дошкольников.

Задачи:

1. Актуализировать теоретические знания педагогов по проблеме эмоционального самочувствия детей;
2. Рассмотреть методы и приемы работы по улучшению эмоционального самочувствия детей в условиях ДОУ;
3. Проиграть с педагогами упражнения, направленные на улучшение эмоционального самочувствия дошкольников.

План проведения мастер-класса:

1. Теоретическая часть
 - 1.1 Актуальность проблемы.
 - 1.2 Условия обеспечения эмоционального благополучия детей
2. Практическая часть
 - 2.1 Разминка. Упражнение «Какого я цвета»
 - 2.2 Эмоционально –коммуникативная игра для детей 4-10 лет «Азбука настроений»
 - 2.3 Упражнения и игры с масками эмоций
 - 2.4 Игра с «кубиком эмоций»
 - 2.5 Упражнения и игры на снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения
3. Подведение итогов. Рефлексия

Ход мастер-класса:

I. Теоретическая часть мастер-класса:

Добрый день, уважаемые педагоги! Я рада приветствовать вас в нашем уютном зале! Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста – это одно из важнейших направлений деятельности. Ведь эмоции дошкольника – это своеобразный калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, одновременно познавая его.

У ребенка в возрасте 3-7 лет происходят качественные изменения в сфере эмоций, преобразуются взгляды на мир и отношения с окружающими. Малыши, например, живо и непосредственно реагируют на все происходящее. Старшие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать свои эмоции, являющиеся своеобразным индикатором наиболее значимых потребностей. С развитием эмоциональной сферы качественно меняется сам внутренний мир ребенка, который для достижения

гармонии чувств и ощущений, а также для полноценной реализации личности в жизни должен быть ярким, комфортным и позитивным.

В наши дни уместно вспомнить феномен «засушенного сердца», открытый еще Л.В. Выготским. Под этим термином понимается черствость, обыденность или даже полное отсутствие чувств во взаимоотношениях людей. А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому дети становятся более эгоистичными, эмоционально изолированными, переутомленными и менее отзывчивыми к чувствам других. Кроме того, со стороны взрослых также не всегда встречается должное внимание к настроениям и переживаниям ребенка. Родители нередко бывают слишком заняты, чтобы тратить время на «детские проблемы». Между тем, ростки негативных чувств и эмоций могут принести самые нежелательные плоды.

Для обеспечения эмоционального благополучия детей необходимо:

- ✓ Безусловное принятие каждого ребенка взрослым для развития у него жизненно важного чувства безопасности и уверенности в себе, в собственных силах;
- ✓ Позитивность окружающей детей обстановки (создание поддерживающей, доброжелательной, искренней домашней атмосферы в группах);
- ✓ Равенство в отношениях между взрослым и ребенком;
- ✓ Внимательное отношение и чуткая реакция на возникающие детские проблемы тревоги и страхи;
- ✓ Тактичное общение с ребенком для совместной «переработки» чрезмерно волнующей его темы с целью повышения его самооценки.

На развитие эмоциональной сферы дошкольников позитивно влияет создание в группах таких уголков:

- ✓ Для малышей – «домотека», в специально отведенном пространстве группы, дети размещают свои вещи, принесенные из дома: фотографии, игрушки или другие вещи, напоминающие о доме. Это по-настоящему обстановку детского сада к семейной и разрешает проблему адаптации и преодоления нередко возникающего чувства одиночества, способствует установлению в группе позитивного эмоционального микроклимата;
- ✓ Для детей 4-5 лет - «дерево эмоций», на котором ребенок, приходя утром может разместить свою фотографию в соответствии с настроением – в центре или по краям, на темном или светлом фоне. В течение дня по своему желанию он может внести изменения. Его внутреннее состояние становится, таким образом, более понятным, а помощь взрослого в случае необходимости – эффективной и своевременной.
- ✓ Возможность 5-7 летнему ребенку побыть одному, сменить обстановку и немного отдохнуть от потока информации приобретает все большую

актуальность, так как способствует профилактике эмоциональных срывов, перенапряжения.

Старшим дошкольникам для эмоциональной разрядки подходит уголок с мягкой мебелью или модулями с подобранными для данного возраста книгами, журналами, иллюстрациями, интересными настольными играми и игрушками.

Практика свидетельствует, что главное в деле обеспечения эмоционального благополучия ребенка – искренняя заинтересованность в успехе, а также единство взглядов значимых взрослых – родителей, воспитателей. Поиск оптимальных путей достижения эмоционального благополучия детей педагогам необходимо вести постоянно, применяя фантазию и творчество, находя свои варианты решений в ходе непосредственного общения и активного взаимодействия взрослых и детей.

II. Практическая часть

Дидактические пособия, игры и упражнения для эмоционального развития детей:

1. Упражнение «Какого я цвета?» (на материале теста Люшера)

Для определения эмоционального состояния на начало нашего мастер-класса я предлагаю вам выбрать из этих разноцветных цветочков тот, который соответствует вашему сегодняшнему настроению и разместить их на панно «Волшебная полянка».

Участники выбирают цветы по настроению и располагают их на панно (звучит музыка).

Расшифровка всех предложенных цветов по тесту Люшера (красный – жизненная сила, стремление к успеху; желтый – надежда и ожидание большого счастья; синий – спокойствие и умиротворенность; зеленый – благополучное эмоциональное состояние; серый – безразличие; черный – негативное; коричневый – тревожное; фиолетовый – подавление чувств).

2. Эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет «Азбука настроений» (автор – Н.Л. Беснопольская). В игре представлены 6 персонажей (мужчина, женщина, кошка, попугай, мышка, рыбка) и 6 настроений (радость, горе, самодовольство, испуг, агрессия, недовольство). Игра рекомендуется как дидактический материал по обучению правилам поведения и основам этикета.

3. Маски эмоций

Упражнения и игры с масками:

- «Угадай эмоцию»
- «Найди эмоцию»
- «Изобрази такую же эмоцию»
- «Назови персонажа из сказки или мультфильма, который испытывал такую эмоцию»
- «Что может вызвать такую эмоцию»

4. **Уголок «приветствия»**

Цель: способствовать психическому и личностному росту ребенка, сплочению детского коллектива, создание позитивного эмоционального настроя, атмосферы группового доверия и принятия.

Для этого можно использовать:

- Стенд «Здравствуй, я пришел!» с фото детей (приходя в д/с ребенок переворачивает лицом свое фото к окружающим, т.е. заявляя о своем присутствии в группе)
- Стенд «Мое настроение» (дети с помощью заготовок – пиктограмм определяют свое настроение в течение дня)

5. **«Кубик эмоций»** (для детей старшего дошкольного возраста)

Задача: упражнять детей в умении передавать различные эмоции мимикой, соотнося их с определенными пиктограммами. Закреплять понятие «настроение» и формы его проявления.

Материал: кубик, украшенный самоклеящейся пленкой, на гранях которого изображены пиктограммы эмоций.

Методика использования: дети передают кубик по кругу, проговаривая слова:

«Ты катись, веселый кубик, катись быстро по рукам.

Что покажет этот кубик, повтори за ни ты сам!» Ребенок бросает кубик в круг. На какой из пиктограмм он остановится, ту эмоцию он должен показать. Задание можно усложнить- соотносить пиктограмму со звучащей музыкой, а затем показать эмоцию мимикой.

6. **Упражнения и игры на снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения.**

7. **Цветотерапия – метод психологической коррекции при помощи цвета.**

Цветотерапия способствует:

- Улучшению психологического микроклимата в детском коллективе;
- Стимуляции интеллектуального и эмоционального развития дошкольников;
- Приобретению детьми навыков психофизической релаксации.

8. **Подушка-колотушка** (ее можно кидать, бить, пинать). Выделите отдельную подушку «для разрядки», можно пришить к ней глаза, рот; не стоит использовать для этой цели мягкие игрушки и кукол, а вот боксерская груша подойдет.

9. **Мешочек для крика и негативных эмоций.**

10. **Коробочки для разных эмоциональных состояний:**

- «Коробочка гнева и раздражения» - это может быть любая коробочка, которую можно «выплеснуть» негативные эмоции.

- «Коробочка страха» - в эту коробочку можно спрятать образ любого страха, который волнует ребенка
- «Коробочка доброты» - в эту коробочку можно «собирать» добрые слова и поступки
- «Коробочка счастья» - в эту коробочку можно сложить слова, а может даже какие-то символы счастья.

Я предлагаю всем участникам мастер-класса получить свой кусочек счастья.
(В коробочке счастья приготовлены конфеты с добрыми пожеланиями.)

III. Подведение итогов. Рефлексия

Участники мастер-класса поочередно высказываются.

1. Что понравилось/не понравилось на мастер-классе?
2. Какие упражнения/игры вызвали трудности у педагогов?
3. Какие приемы/упражнения я буду применять в своей педагогической практике?