

Проект

«Развитие эмоциональной сферы дошкольников»

Работу выполнила:

педагог-психолог МБДОУ№2

Михеева В.В

Проект «Развитие эмоциональной сферы дошкольников»

Тема проекта: развитие эмоциональной сферы дошкольников.

Решаемая проблема: В настоящее время, заботясь о физическом и познавательном развитии ребёнка, взрослые зачастую забывают о важности его эмоционально - личностного развития, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием ребёнка. Развитию эмоциональной сферы ребёнка не всегда уделяется достаточное внимание, в отличие от его познавательного развития. Однако, как справедливо указывали педагоги Л. С. Выготский и А. В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны осознать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Следовательно, актуальность данной проблемы очевидна. Она заключается в следующем: рассмотрение вопроса о развитии эмоциональной сферы и личности ребенка дошкольника предполагает всестороннее изучение его личности, поведения и деятельности, взаимоотношений с окружающими людьми, особенностей его переживаний, мировоззрения и качеств личности.

Почему эту проблему важно обсуждать и решать: У детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выразить своё эмоциональное состояние социально приемлемым способом. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т. д.

Цель проекта: Создание условий для ознакомления детей с миром эмоций и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния.

Вид проекта – практико-ориентированный.

Описание проекта: Классификация эмоций. Различные способы выражения эмоционального состояния (*вербальный способ, мимика, пантомимика, жесты и т. д.*). Доступные для детей методы саморегуляции. Способы снятия или снижения негативного эмоционального состояния.

Ожидаемые результаты проекта: Дети научились выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениями; стали лучше понимать эмоциональное состояние других людей; узнали о

способах, как выплеснуть свои эмоции и никому не навредить. Родители глубже осознали свою роль в эмоциональном благополучии ребенка.

По продолжительности проведения –
долгосрочный (*продолжительность 6 месяцев*)

Для решения данной темы необходимо решить следующие задачи:

1. Выявить соотношение между формированием эмоциональной сферы и возрастными особенностями детей дошкольного возраста.
2. Разработать систему занятий, комплекс игр, упражнений и психологических этюдов по формированию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.
3. Научить детей соотносить свои эмоции, чувства с эмоциями и чувствами других людей, сравнивать их, и регулировать их таким образом, чтобы было комфортно им самим и окружающим их людям.

Подготовительный этап:

Включал в себя проведение первоначальной диагностики (методики «Дом-Дерево-Человек», «Тест Руки», «Рисунок семьи», «Рисунок человека», анкетирование родителей (Анкета «О способах воспитания», «Рисунок семьи», наблюдение; подбор и анализ методической литературы, наглядного материала (пиктограммы «Эмоции») и оборудования; разработка плана занятий с детьми.

Основной этап – проведение цикла занятий, психологических упражнений и игр.

Завершающий этап – проведение сравнительной диагностики, ознакомление родителей с результатами, подведение итогов.

В основу системы работы легли следующие принципы: позитивности, взаимодействия, индивидуального подхода, психологической комфортности, развития и саморазвития личности, здоровьесберегающий принцип.

Для решения поставленных задач и целей по развитию эмоциональной сферы дошкольников использую тренинговые программы С. В. Крюковой:

1. Программа адаптации детей 4-6 лет к условиям дошкольного учреждения «*Давайте жить дружно!*». Основная цель: адаптация детей к условиям дошкольного учреждения, создание у них чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, развитие коммуникативных навыков.
2. Программа эмоционального развития дошкольников «*Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь*», которая направлена на эмоциональное развитие детей и является логическим продолжением первой.

Все занятия имеют гибкую структуру, исходя из поставленных целей и индивидуальных особенностей каждого ребёнка в группе.

Вводная часть – это введение в тему, создание эмоционального настроения.

В рабочей части проводятся: игры, упражнения, психогимнастика, релаксация, ролевые диалоги, проблемные ситуации.

В завершающей части создаем у каждого участника чувство принадлежности к группе и закрепляем положительные эмоции от работы. Проводится либо общая игра-забава или продуктивная коллективная деятельность, например, создание общего рисунка.

Ниже приводится одно из занятий.

Занятие по развитию эмоциональной сферы дошкольников

«Закрепление знаний о чувствах»

Цели:

- закрепление умения различать чувства;
- закрепление мимических навыков;
- повышение у детей уверенности в себе;
- формировать навыки саморегуляции.

Материалы:

- игра «Азбука настроений»; настольный театр «Эмоции»; лист ватмана, гуашь.

Ход занятия:

Педагог- психолог : Здравствуйте, ребята! Я рада видеть всех вас! *(все садятся на пол в круг)*

1. Давайте поздороваемся друг с другом.

Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа, и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа. *(Цель – создание положительного настроения).*

А теперь давайте вспомним, с какими чувствами мы с вами уже знакомы. (Показываю детям пиктограммы и провожу беседу о том, как именно мы узнаем, что это именно то или другое чувство).

2. А теперь давайте сядем за один стол. Настольный театр «Эмоции». Перед вами герои с одними лишь лицами. Подумайте, кто эти герои и почему у них именно такие эмоции *(дети рассказывают свои истории про героев).*

3. А сейчас вернемся опять на ковер и возьмемся за руки.

Упражнение «Зеркало». Ребенок встает в центр круга и изображает чувства: страх, гнев, обиду, радость и т. п. При этом он как будто смотрится в зеркало. Роль «зеркала» играют все стоящие в кругу. Дети должны точно «отзеркалить» изображенное ребенком чувство. (Мимическая гимнастика)

4. Наша следующая игра называется «Спаси птенца» (цель: ознакомить детей с методами саморегуляции)

Педагог- психолог: «Представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный птенец. Вытяните руки вперед ладонями вверх. А теперь согните руки в локтях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным, спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам».

5. А сейчас давайте поиграем в игру, которая называется «Я – лев». (повышение у детей уверенности в себе).

Педагог- психолог: «Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев – царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе. Педагог- психолог е, спокойный, мудрый. Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например, «Я – лев Гриша». Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой. (дети выполняют упражнение) Отлично! Молодцы!

6. Релаксация. Упражнение «Цветок-имя».

Педагог- психолог. «Сядьте поудобнее на ковер, закройте глаза и представьте летний день в саду или на лесной полянке. Почувствуйте запахи летнего дня. Может быть, кто-то сумеет что-нибудь услышать, например, пение птиц или еще что-нибудь. Рассмотрите цветы вокруг себя. А теперь попробуем увидеть цветок, который вы могли бы назвать своим именем. Какой он? Рассмотрите его, ощутите его запах, возьмите в руки. Попробуйте запомнить, что чувствуют ваши руки. Можно сделать глубокий вдох и открыть глаза».

Педагог- психолог: «А теперь давайте расскажем друг другу о цветах, которые носят ваши имена, и поделимся своими чувствами» (Ответы детей).

Хорошо. Садитесь на стульчики.

И в заключение нашего занятия, я предлагаю сделать плакат под названием «Ладонь, полная солнца» (цель: формирование у детей умения любить окружающих). На подготовленный лист ватмана (в середине солнца) дети по очереди кладут ладонку и обводят ее. После этого каждый ребенок закрашивает чужую ладонку. Коллективная работа готова.

Педагог- психолог: «Ребята, давайте представим, какие добрые качества будут находиться в наших ладонках, наполненных солнцем (Смех, дружба, любовь и п. т.)

Педагог- психолог: «Давайте встанем в круг и возьмемся за руки. А теперь улыбнемся друг другу». На этом наше занятие заканчивается.

Для **развития эмоциональной сферы** в свободной деятельности детей и в режимных моментах я использую психологические упражнения: «Цирк» (снижение агрессивности, «Я не упаду» (формирует доверие к окружающим, «Листочек падает» (формирует умение любить окружающих) и др., а также игры: «Смешные и сердитые лица», «Я кот Мур-Мур» (**развитие** фантазии и воображения, терапевтические сказки- метафоры; пальчиковый театр; работу в уголке настроения).

И, конечно, для решения поставленных задач я не могла не обойтись без активного взаимодействия с семьями своих воспитанников. Ведь значительную роль в **развитии** и воспитании у ребёнка **дошкольного возраста эмоций** (например: сопереживания и сочувствия) принадлежит семье.

Формы работы с семьёй:

- анкетирование «*Какие мы родители?*»,
- индивидуальные беседы по текущим проблемам,
- консультации «*в мире детских эмоций*»
- проведение родительских собраний «**Эмоциональное благополучие ребёнка. Что это такое?**»
- дни открытых дверей,
- оформление групповых фотовыставок.

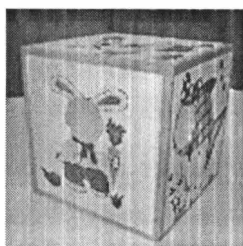
В результате целенаправленной работы с детьми и при содействии родителей мы добились позитивных результатов по **развитию эмоциональной сферы детей**, на что указывают данные мониторинга. На начало года, с высоким уровнем **развития эмоциональной сферы** было выявлено **6 (23%)** детей, со средним 15 (58%, с низким 5 (19%) детей, от общего количества (26детей). На конец года количество детей с высоким уровнем **развития составило 10(39%)**детей, со средним 16 (61%) и с низким уровнем детей не выявлено.

Итак, можно сказать, что цели и задачи достигнуты, но работу по **развитию эмоциональной сферы** детей необходимо продолжать и далее.

Используемая литература:

1. Запорожец А. В. **Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста.** М., Педагогика, 1986г.
2. Кряжева Н. Л. **Развитие эмоционального мира детей.** М., 1997г.
3. **Развитие познавательной и эмоциональной сфер дошкольников.** Методические рекомендации/Под ред. А. В. Можейко. - М: ТЦ **Сфера**, 2009.(Библиотека журнала «*Воспитатель ДОУ*») (3).
4. Хухлаева О. В. **Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки.** М.:Генезис, 2011г.

- Интернет-ресурсы
- <http://pochemu4ka.ru>
- <http://doshvoznast.ru>
- <http://stranamasterov.ru>



Кубик эмоций .Представляю вашему вниманию пособие для развития эмоциональной сферы детей «Кубик эмоций». Цели: развитие эмоциональной сферы дошкольников,.

Библиотека изображений:

