

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 9 «СИНЯЯ ПТИЦА» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
143982, Московская обл., г. о. Железнодорожный ул. Чаплыгина, д. 4
тел. (495) 527-54 -32 e-mail: ds9.poteenko.larisa@yandex.ru официальный сайт:
<http://det-sad-9.ucoz.ru/>

Эмоциональное благополучие ребенка в детском саду

Подготовила воспитатель
старшей группы № 10:
Смирнова Н. Д.

г. Железнодорожный, декабрь, 2015 г



Актуальность

Эмоции играют важную роль в жизни людей, помогая воспринимать действительность и реагировать на нее. Чувства господствуют над всеми сторонами жизни дошкольника, придавая им особую окраску. Поведение ребенка, развитие его эмоциональной сферы является важным показателем в понимании мира маленького человека и свидетельствуют о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития.

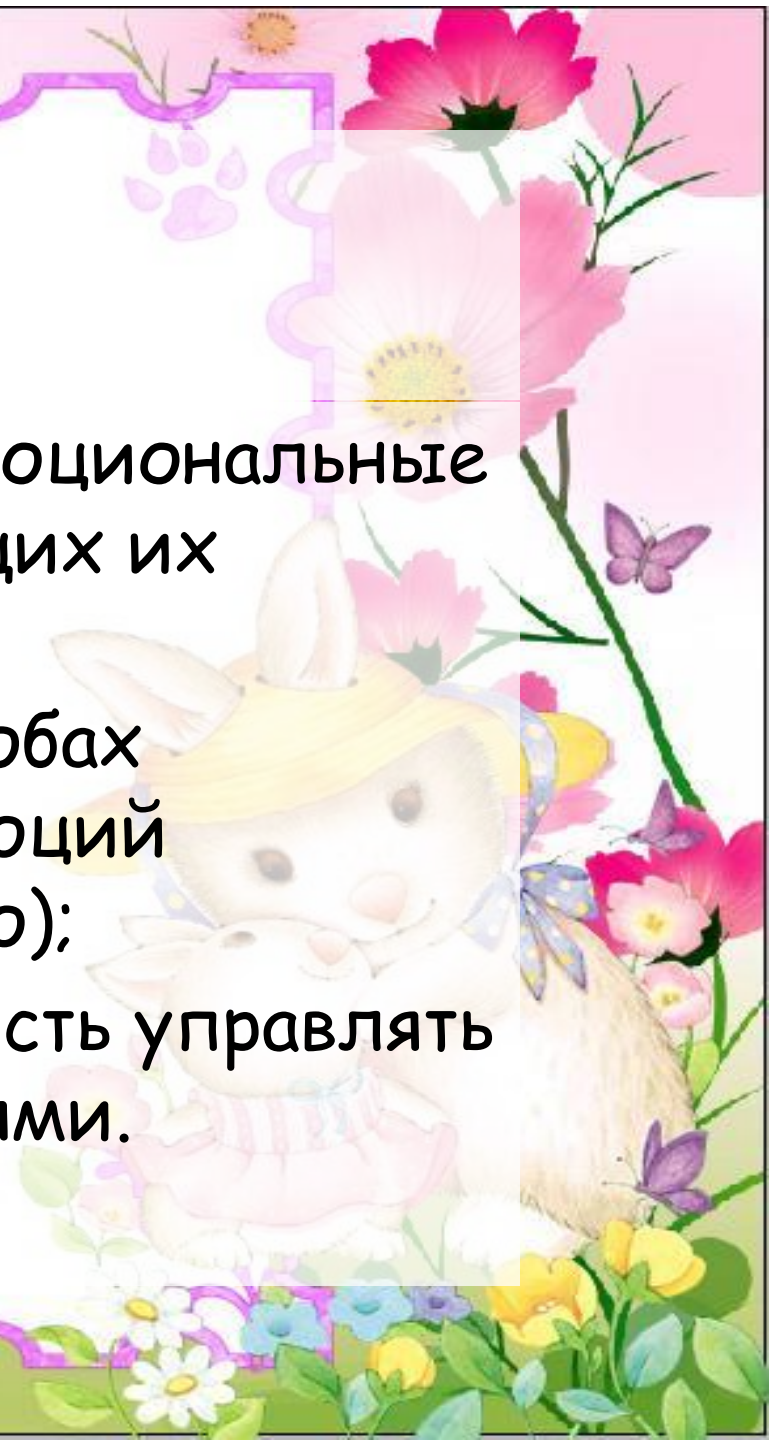
Цель:

Развитие
эмоциональной сферы у
детей старшего
дошкольного возраста



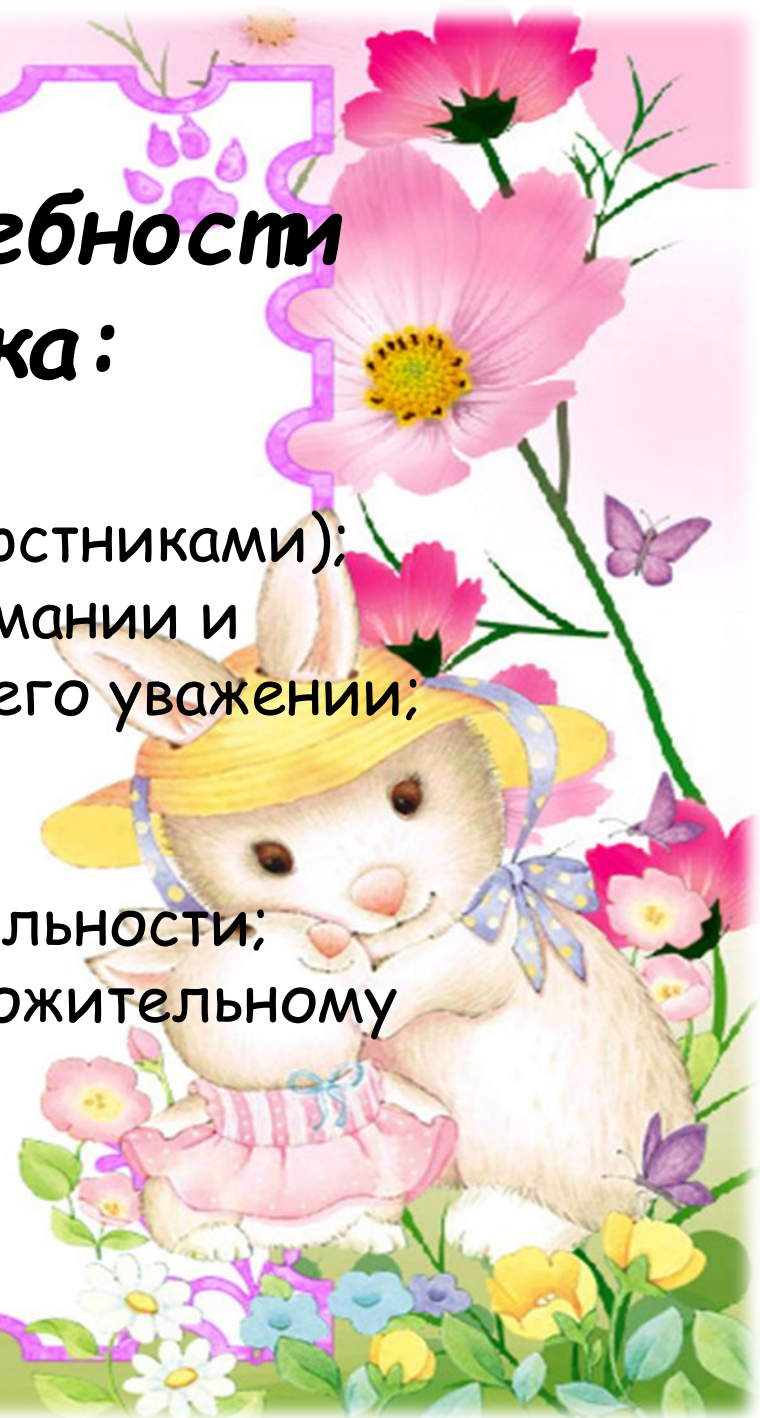
Задачи:

- Научить детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей;
- Дать представления о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слово);
- Совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями.



Основные потребности дошкольника:

- В любви, признании;
- Общении (в частности со сверстниками);
- Сотрудничестве, взаимопонимании и сопереживании взрослого, в его уважении;
- Положительных эмоциях;
- Новых впечатлениях;
- Общественно значимой деятельности;
- Осознании соответствия положительному эталону.

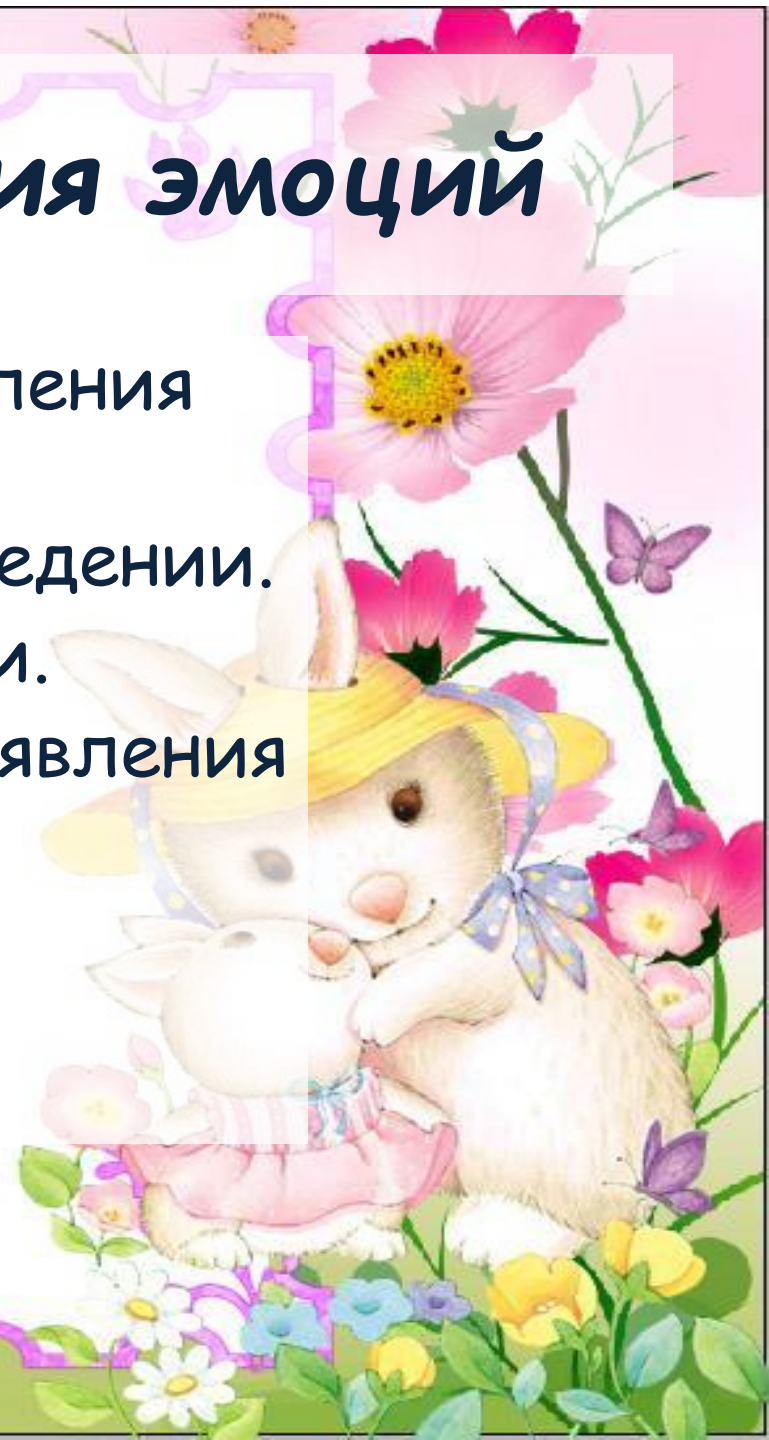


Характеристики эмоциональной сферы в дошкольном возрасте:

- Эмоциональные процессы более управляемы;
- Развивается эмоциональное предвосхищение (будущий результат, его оценка взрослым);
- Происходит переход от желаний, направленных на предмет, к желаниям, связанным с представлениях о предмете, его свойствах и получением конечного результата;
- Самооценка несколько завышена, что помогает осваивать новые виды деятельности без сомнения и страха, но к моменту обучения в школе уровень самооценки снижается;
- Появляется способность оценивать свое поведение.

Уровни проявления эмоций

- Субъективный план проявления эмоций.
- Проявление эмоций в поведении.
- Проявление эмоций в речи.
- Вегетативный уровень проявления эмоций.
- Проявление эмоций на биохимическом уровне.



Направления педагогической работы по эмоциональному развитию дошкольников:

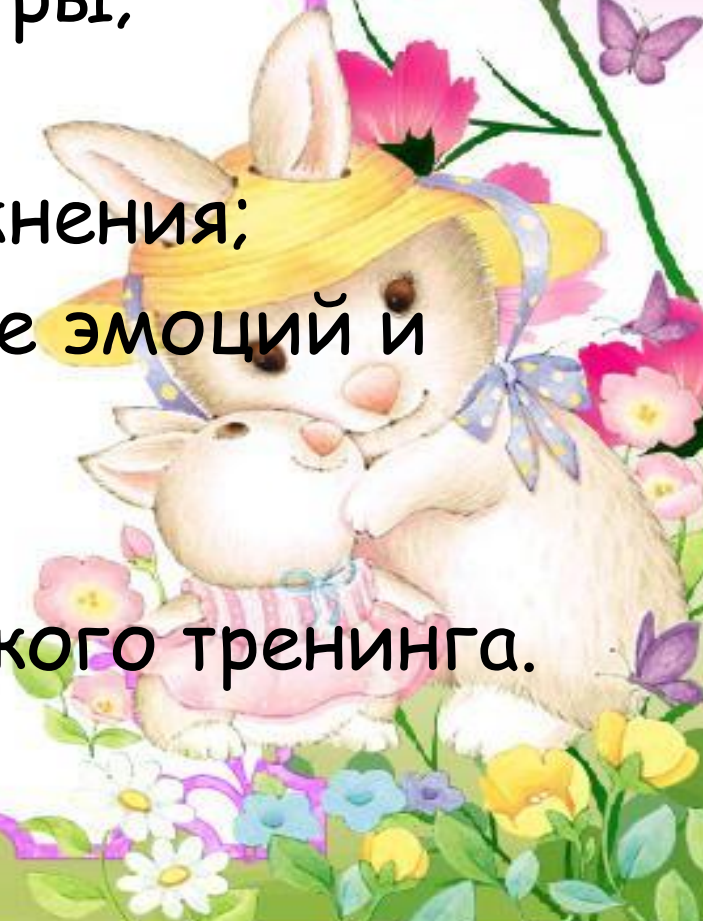
- Аксиологическое - формирование умения принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки;
- Инструментальное - формирование у ребенка умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, т.е. рефлексии;
- Потребностно-мотивационное - формирование умения находить в трудных ситуациях силы внутри себя, принимать ответственность за собственную жизнь, умения делать выбор, потребности в самоизменении и личностном росте.
- Развивающее - адекватное ролевое развитие, а также формирование эмоциональной децентрации и произвольной регуляции поведения.

Принципы взаимодействия с детьми:

- позитивности (создание поддерживающей, доброжелательной атмосферы помощи, сотрудничества);
- безусловного принятия ребенка педагогом для формирования у него чувства безопасности;
- индивидуального подхода (максимальный учет психологического своеобразия и индивидуального опыта каждого ребенка);
- развития и саморазвития личности (активизация творческих возможностей, способностей к самопознанию и самосовершенствованию);
- поощрения достижений ребенка в обретении творческой самостоятельности;
- обеспечения в процессе игровой деятельности условий, актуализирующих переживания ребенком чувства достижения собственного достоинства и самоуважения.

Методические средства развития эмоциональной сферы детей

- Ролевые игры (игры-драматизации);
- Психогимнастические игры;
- Коммуникативные игры;
- Творческие игры и упражнения;
- Упражнения на выражение эмоций и эмоциональный контакт;
- Релаксация;
- Элементы психологического тренинга.



Ролевые игры (игры - драматизации)

Пальчиковый кукольный театр

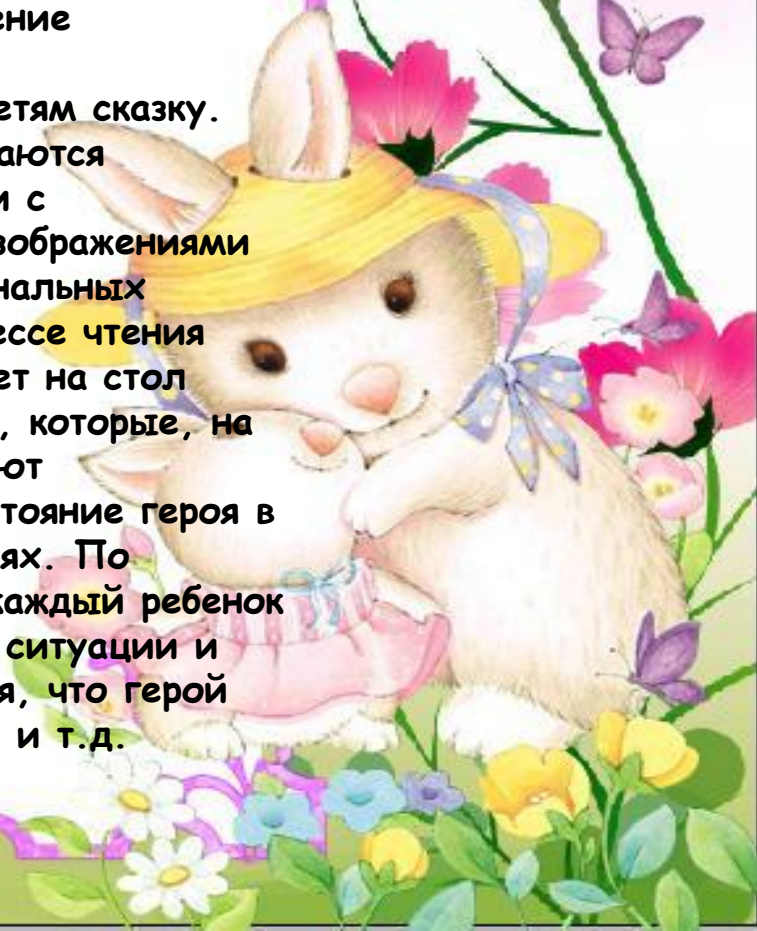
Цель: развитие уверенности в себе, коррекция тревожности и страхов.

Разыгрывать сценки, в которых одна из кукол всего боится, а другие помогают ей справиться со страхом. Следует спрашивать всех детей, какие варианты борьбы со страхом они могут предложить.

Эмоции героев

Цель: способствовать развитию эмпатии, умения оценивать ситуацию и поведение окружающих.

Взрослый читает детям сказку. Детям заранее выдаются маленькие карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний. В процессе чтения ребенок откладывает на стол несколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, в какой ситуации и почему ему кажется, что герой был весел, грустен и т.д.



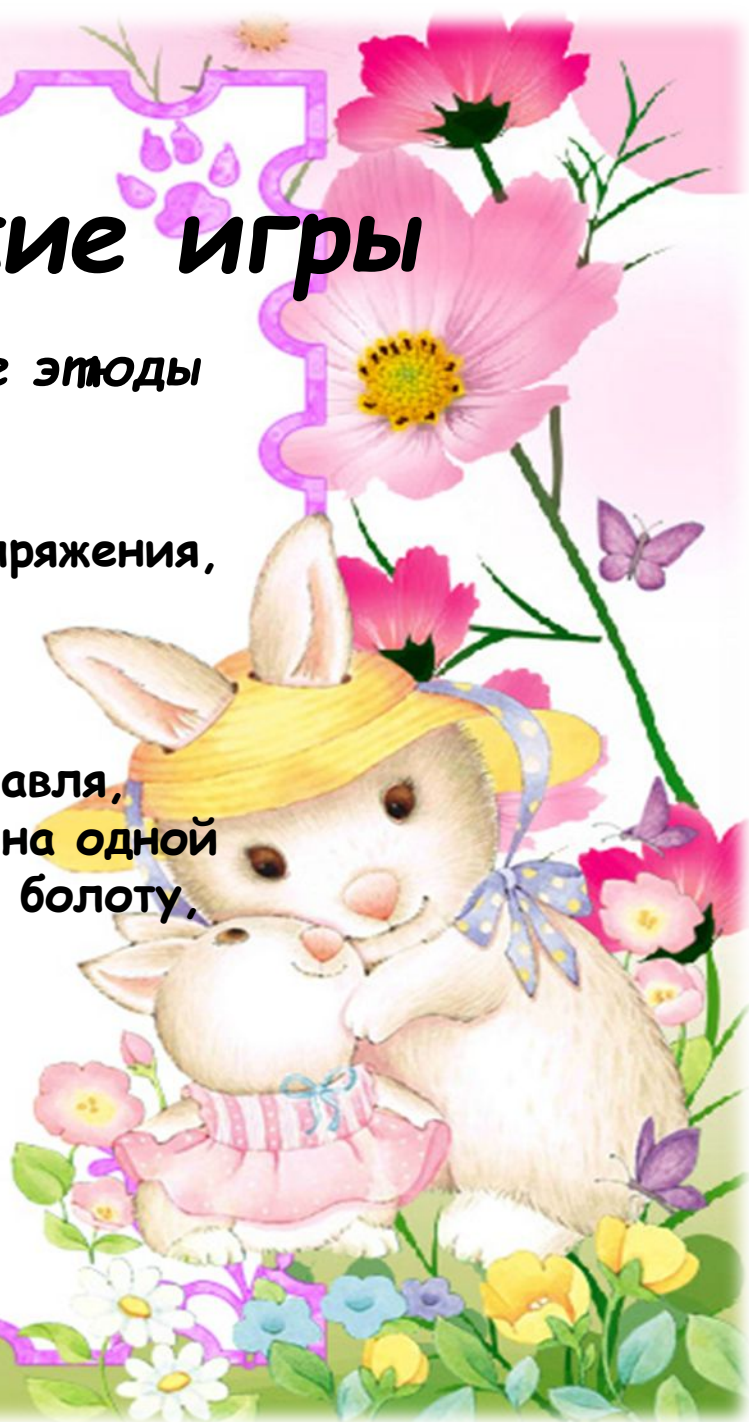
Психогимнастические игры

«Психологическая лепка»

Цель: снятие мышечного напряжения, формирование умения сотрудничать. Воспитатель просит детей «слепить» из своих тел одну общую фигуру, например, морскую звезду, и показать, как она движется. Можно предложить ракушку, кота, птицу, цветок, машину и т. д. Дети не только «лепят» фигуру, но и «оживляют» ее, двигаясь плавно и синхронно, не нарушая ее целостности.

Пластические этюды «Птицы»

Цель: снятие мышечного напряжения, развитие выразительных движений. Изобразить журавля, который стоит на одной ноге, ходит по болоту, ловит лягушек.



Коммуникативные игры

Представь свое имя в движении

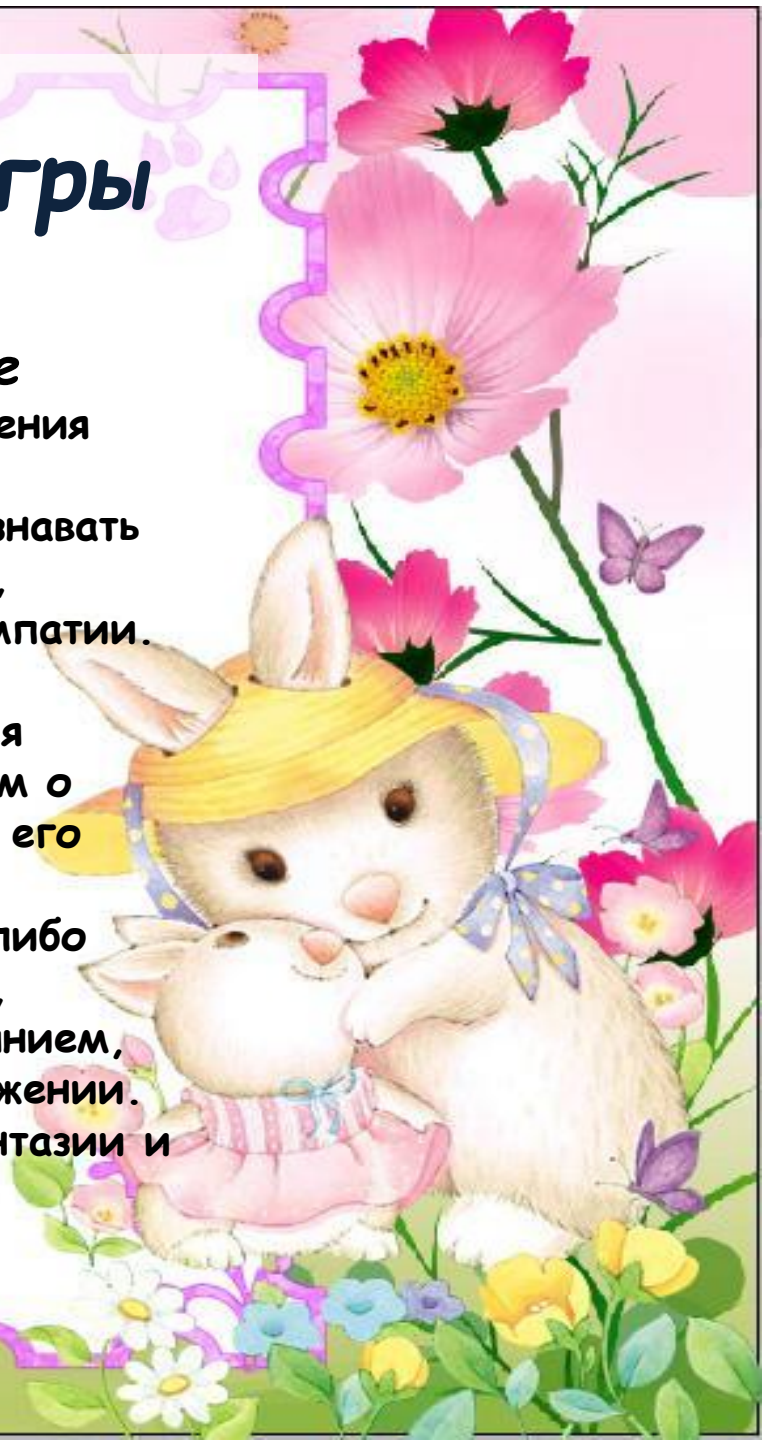
Цель: позволяет детям запомнить имена друг друга, способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

Дети сидят в кругу. Поочередно, по часовой стрелке, дети делают телодвижения, выражающее их имя. Это упражнение более эффективно, если попросить всех повторять имена и телодвижения.

Мое настроение

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

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



Творческие игры и упражнения

Подарок для мамы

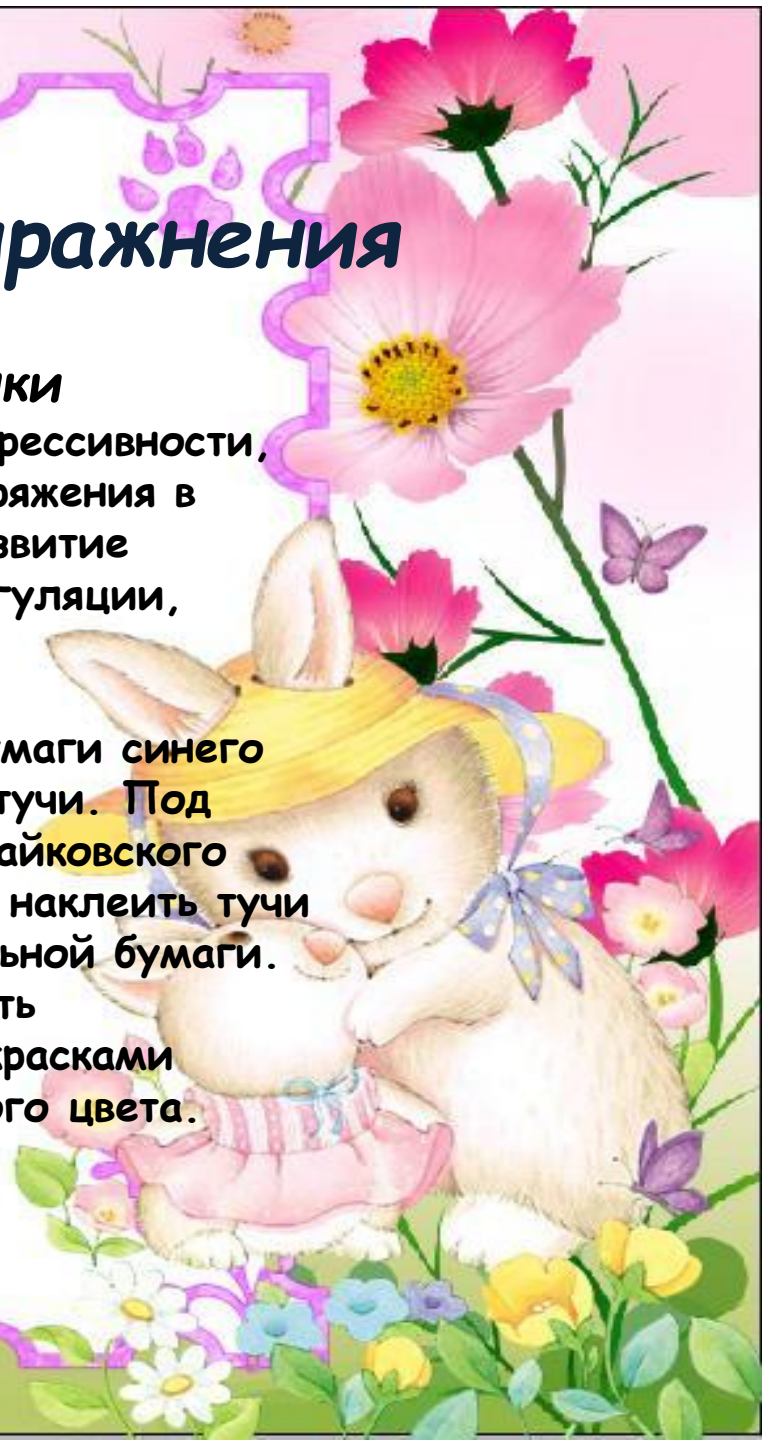
Цель: развитие уверенности в себе, коррекция тревожности, развитие навыков саморегуляции.

На листе бумаги нарисовать несколько цветов. Из небольших кусочков пластилина желтого, оранжевого и белого цвета скатать несколько шариков, добиваясь однородного цвета. Под музыку из к/ф «Мама», м/ф «Мамонтенок ищет маму» размазать шарики пластилина по изображению цветов, заполняя все пространство.

Тучки

Цель: снятие агрессивности, мышечного напряжения в области рук, развитие навыков саморегуляции, воображения.

Из бархатной бумаги синего цвета вырезать тучи. Под музыку П. И. Чайковского «времена года» наклеить тучи на лист акварельной бумаги. Дождь нарисовать пальчиковыми красками синего и голубого цвета.



Упражнения на выражение эмоций и эмоциональный контакт

Передай настроение

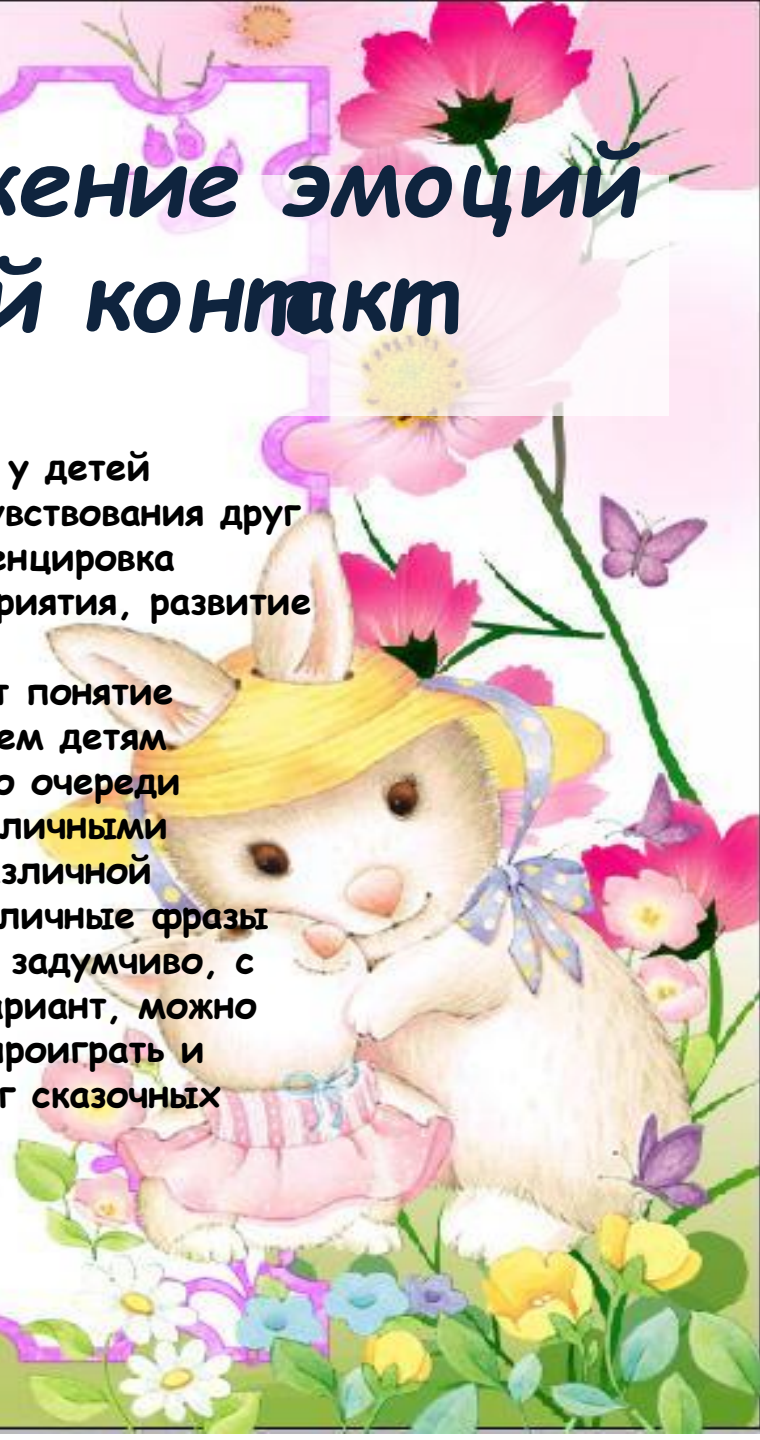
Цель: научить детей передавать различные эмоциональные состояния невербальным способом.

Дети становятся в круг и закрывают глаза. Взрослый, находясь в общем кругу, придумывает какое-нибудь настроение, затем «будит» своего соседа и показывает свое движение, тот «будит» следующего и так – по кругу, пока все дети не «проснутся» и не дойдет очередь до последнего. Игра продолжается до тех пор, пока все желающие не загадают свое настроение и не передадут его по кругу.

Интонация

Цель: развитие у детей понимания и чувствования друг друга, дифференцировка слухового восприятия, развитие эмпатии.

Ведущий вводит понятие интонации. Затем детям предлагается по очереди повторить с различными чувствами, с различной интонацией различные фразы (зло, радостно, задумчиво, с обидой). Как вариант, можно интонационно проиграть и обсудить диалог сказочных героев.



Релаксация

"Достань звезду"

Представь себе, что ты стоишь на поляне. Над тобой - темное ночное небо, все усыпанное звездами. Они светят так ярко, что кажутся совсем близко. Поляна залита мягким, нежно-голубым светом. Люди говорят, что, когда звезда падает, нужно загадать желание, и оно обязательно сбудется. Еще говорят, что звезду нельзя достать. Но может быть, они просто не пробовали? Найди на небе мысленным взглядом самую яркую звезду. О какой твоей мечте она напоминает? Хорошенько представь себе, чего бы ты хотел. А теперь открой глаза, глубоко вдохни, затаи дыхание и постарайся дотянуться до звезды. Это не просто: тянись изо всех сил, напряги руки, встань на носочки. Так, еще немного, ты уже почти достал ее. Есть! Ура! Выдохни и расслабься, твое счастье в твоих руках! Положи свою звезду перед собой в красивую корзинку. Порадуйся, глядя на нее. Ты сделал что-то очень важное. Теперь можно немного отдохнуть. Закрой глаза. Снова мысленно посмотри на небо. Есть ли там еще звезды, напоминающие тебе о других заветных мечтах? Если есть, то внимательно присмотри к выбранному светилу. А теперь открой глаза, вдохни и тянись к своей новой цели!

Планируемые результаты

- Окликается на эмоции близких людей и друзей;
- Сопереживает персонажам сказок, историй, рассказов;
- Понимает скрытые мотивы поведения героев произведения;
- Эмоционально реагирует на произведения изобразительного искусства, музыкальные и художественные произведения, мир природы.

Спасибо за внимание

