

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 7 комбинированного вида»
Г. Ясногорска Тульская область

Проект «В мире эмоций».

Подготовила: педагог-психолог
Пичугина Ульяна Сергеевна

2021г.

АКТУАЛЬНОСТЬ.

Современные дети стали все больше времени проводить у телевизора, компьютера и меньше общаться друг с другом, как в детском саду, так и в семье.

Очень часто, наблюдение за ребенком показывает наличие определенных нарушений в общении – уход от контактов со сверстниками, конфликты, драки, нежелание считаться с мнением или желанием другого человека.

А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому, надо больше уделять внимания развитию эмоциональной сферы ребенка.

Не развивая эмоционально детей, им будет очень тяжело социально адаптироваться в дальнейшем, подготовиться к новым взаимоотношениям с окружающими, выйдя из стен детского сада.

В настоящее время взрослые зачастую забывают о важности 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. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны осознать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Очень важно научить ребенка рассказывать о своем внутреннем мире, слушать, слышать и понимать окружающих.

Отсюда следует, что 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.

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

«В мире эмоций»

Авторы: Пичугина У.С.

Вид проекта: информационно – творческий.

Сроки реализации: краткосрочный.

Участники проекта: педагоги, дети второй младшей группы, родители.

Цель проекта: Создание условий для знакомства детей с миром эмоций, развитие умений их различать и понимать, обучение способам адекватного выражения своего эмоционального состояния; развитие эмоционально – волевой сферы у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи:

-закрепить у детей знания об основных эмоциях: радость, удивление, страх, гнев и др.

-развивать умение правильно выражать свои эмоции и чувства посредством мимики, жестов;

-создавать групповую сплоченность в детском коллективе;

-учить детей психогимнастическим упражнениям;

Ожидаемые результаты.

- повышение уровня эмоционального развития детей;
- заинтересованность родителей как участников образовательного процесса;
- эффективное и рациональное взаимодействие всех участников образовательного процесса;

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Подготовительный этап.

- формирование темы проекта, его цели и задач;
- подбор и анализ методической литературы;
- подбор наглядного материала (пиктограммы «*Эмоции*»)
- разработка плана занятий с детьми.

Основной этап.

В основе всего проекта лежит игровая деятельность и развитие эмоциональной сферы по средствам музыки, стихов, сказок.

Игровая деятельность «*Раз, два, три! Эмоция замри*»:

Материалы: картинки с эмоциями.

«*Кто громче крикнет*»:

Методика направлена на снятие эмоционального напряжения, высвобождение внутренней тревоги.

«*Покажи свой страх*»:

Методика направлена на освоение навыка контроля эмоционального состояния, релаксацию и подавление страхов.

«*Тишина*»:

Релаксационная методика, направленная на снятие внутреннего напряжения.

«*Зеркало*»:

Методика направлена на освоение навыка узнавания эмоционального состояния людей.



Знакомство с художественной литературой: чтение сказок отражающих различные эмоциональные состояния. Беседа с вопросами о повторение прочитанного.

Р. н. с. «Теремок»

Р. н. с. "Заюшкина избушка",

Р. н. с. "Волк и семеро козлят"

К. И. Чуковский "Краденое солнце"

К. И. Чуковский "Мойдодыр" и др.



Слушание музыки

Грустное настроение: «Грустный дождик», «Дождь идет» муз. И. Арсеева, «Плач куклы» муз В. Потапенко.

Радостное настроение: «Весною» муз. «Дождик и **радуга**», муз. Г. Свиридова; «Детская полька» муз. В. Семенова, «Веселая прогулка» муз. П. Чайковский, «Веселый танец» муз. Г. Левкодимова и др.

Раскраски по данной теме.



РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Консультация для родителей «Эмоциональное развитие»

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА

Дети научатся понимать своё и окружающих людей эмоциональное состояние; будут иметь представление о способах выражения собственных эмоций; смогут управлять своими эмоциями и чувствами. Проект способствует снижению тревожности и агрессивности у детей, развитию у них эмпатии, воображения, творческих способностей, а, главное, приобретению навыков позитивного общения не только со сверстниками, но и с взрослыми.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

В дошкольном возрасте чувства господствуют над всеми сторонами жизни ребенка, придавая им окраску и выразительность. На этом возрастном этапе реакции ребенка достаточно импульсивны, выражение эмоций носит непосредственный характер.

В конце периода раннего детства, при приближении к кризису 3-х лет, наблюдаются аффективные реакции на трудности, с которыми сталкивается ребенок. Он пытается что-то сделать самостоятельно, это у него не получается, в нужный момент рядом не оказывается взрослого — некому прийти на помощь. В такой ситуации вполне вероятна эмоциональная вспышка. Например, ребенок не может открыть дверь в комнату и начинает бить по ней руками и ногами, что-то вскрикивая. Причиной гнева или плача может быть и отсутствие внимания к ребенку со стороны взрослых, занятых своими делами именно в то время, когда ребенок изо всех сил старается завладеть их вниманием, ревность к брату или сестре и т. п.

Как известно, аффективные вспышки скорее угасают тогда, когда взрослые достаточно спокойно на них реагируют, а по возможности вообще их игнорируют. В отдельных случаях, особое внимание взрослых действует как положительное подкрепление: ребенок быстро замечает, что общение с родителями следует за его слезами или злостью, и начинает капризничать чаще. Кроме того, ребенка раннего возраста легко отвлечь. Если он действительно расстроен, взрослому достаточно показать ему любимую или новую игрушку, либо организовать совместную деятельность - и ребенок, у которого одно желание сменяется другим, мгновенно переключается и с удовольствием занимается новым делом.

Чувства, возникающие у ребенка по отношению к другим людям, легко переносятся на персонажей художественной литературы, сказок, рассказов, возникают по отношению к животным, игрушкам, растениям.

К дошкольному возрасту эмоциональный мир ребенка становится богаче и разнообразнее. От базовых эмоций (страха, радости и др.) он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, восторгается и удивляется, ревнует и грустит. Изменяется и внешнее проявление эмоциональных реакций. В этом возрасте усваивается язык чувств — принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т. д.

На протяжении детства особенности эмоций (их сила, длительность, устойчивость) изменяются в связи с изменением общего характера деятельности ребенка и его мотивов, а также с усложнением отношений ребенка с окружающим миром. Наряду с переживаниями удовольствия или неудовольствия, связанными с удовлетворением или неудовлетворением непосредственных желаний, у ребенка возникают более сложные чувства, вызванные тем, насколько хорошо выполнил он свои обязанности, какое значение имеют совершаемые им действия для других людей и в какой мере соблюдаются им самим и окружающими определенные нормы и правила поведения.

Для дошкольного детства становится характерным более адекватное проявление эмоций, отсутствие сильных аффективных вспышек и конфликтов по незначительным поводам. Этот новый относительно стабильный эмоциональный фон определяет растущая способность детей управлять своими эмоциями. *Регулирование эмоций — одна из сторон детского психосоциального развития, особенно, в первые семь лет жизни.* В раннем детстве течение эмоциональной жизни ребенка обуславливали особенности той конкретной ситуации, в которую он был включен, например: обладает он привлекательным предметом или не может его получить. К концу дошкольного возраста эмоциональные процессы становятся более уравновешенными, что дает возможность ребенку отвлечься от непосредственной ситуации, и сиюминутные затруднения, связанные с ней, могут восприниматься не так остро, теряя свою прежнюю значимость.

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 развития.

Наиболее сильные эмоциональные переживания вызывают у ребенка его взаимоотношения с другими людьми — взрослыми и детьми. Как уже отмечалось, **эмоции и чувства формируются в процессе общения ребенка со взрослыми.** 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, выработке положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Установив позитивные взаимоотношения со 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 со взрослыми, 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 основным фон составляют положительные эмоции, а отчуждение используется как форма порицания ребенка за серьезный поступок.

Эмоции и чувства формируются в процессе общения со сверстниками. Навык общения с другими детьми в раннем детстве только начинает формироваться. На втором году жизни при приближении сверстника ребенок ощущает беспокойство, может прервать свои занятия и броситься под защиту матери. На третьем году он уже спокойно играет рядом с другими детьми, но моменты общей игры кратковременны. Если маленький ребенок посещает

ясли, он вынужден более тесно общаться со сверстниками, и получает в этом плане больший опыт, чем те, кто воспитывается дома. Но и дети, посещающие ясли, не избавлены от возрастных трудностей в общении. Они могут проявлять агрессивность — толкнуть, ударить другого ребенка, особенно, если тот как-то ущемил их интересы, скажем, попытался завладеть привлекательной игрушкой. Ребенок раннего возраста, общаясь с другими детьми, всегда исходит из собственных желаний, не учитывая стремления другого. Эмоциональный механизм соперничества появится позже, в дошкольном детстве. Тем не менее, общение со сверстниками полезно и тоже способствует эмоциональному развитию ребенка, хотя и не в той мере, как общение со взрослыми.

Потребность в общении со сверстниками развивается на основе совместной деятельности детей - в играх, при выполнении трудовых поручений и т. д. Первая и наиболее важная черта общения состоит в большом разнообразии коммуникативных действий и чрезвычайно широком их диапазоне. При общении со сверстником 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 т. п.

Второе отличие общения со сверстниками от общения со взрослыми заключается в его **чрезвычайно яркой эмоциональной насыщенности**. Действия, адресованные сверстнику, характеризуются значительно большей аффективной зараженностью. Дошкольники втрое чаще одобряют сверстников и в 9 раз чаще вступают с ним в конфликтные отношения, чем при взаимодействии со взрослым. Столь сильная эмоциональная насыщенность контактов дошкольников связана с тем, что, начиная с 4-летнего возраста, сверстник становится более предпочитаемым и привлекательным партнером по общению. При недостаточных эмоциональных контактах у дошкольников может наблюдаться задержка эмоционального развития.

Итак, **развитие эмоциональной сферы зависит от характера общения ребенка со взрослыми и сверстниками**. В общении с родителями, которые помогают ребенку познавать мир «взрослых» предметов, преобладают мотивы сотрудничества, хотя сохраняется и чисто эмоциональное общение, необходимое на всех возрастных этапах. Помимо безусловной любви, эмоционального тепла дети ждут от взрослого непосредственного участия во всех своих делах, совместного решения любой задачи, будь то освоение столовых приборов или строительство башни из кубиков. В таких совместных действиях для ребенка и открываются новые формы общения со взрослыми.

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.

Как уже говорилось выше, взрослые (родители и воспитатели) должны стремиться к установлению тесных эмоциональных контактов с ребенком, так как взаимоотношения с другими людьми, их поступки — важнейший источник формирования чувств дошкольника.

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);
- совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями.

Литература.

- 1.Аланский Ю.Л. Азбука театра. Л.: «Детская литература», 1998.;
- 2.А.И. Буренина. «Театр всевозможного: от игры до спектакля»;
- Выгодский Л.В. Воображение и творчество в детском возрасте. М.: «Просвещение», 1983.;
- 3.Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. М.: АРКТИ, 2000.;
- 4.Чистякова М.А. Психогимнастика. М., 1990.;