

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии и педагогики детства

**ЗАХАРОВА МАРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА
КОЖУХОВСКАЯ ВИКТОРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА
СЕРД ЮЛИЯ СЕРГЕЕВНА
ХОРОШЕВА АЛЕВТИНА АНДРЕЕВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
В РАМКАХ ПРОЕКТА «КАЛЕЙДОСКОП ЭМОЦИЙ»**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
Психология и педагогика дошкольного образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Груздева О.В.

Научный руководитель
канд. психол. наук, доцент Арамачева Л.В.

Дата защиты
19.06.2020 г.

Обучающиеся
Захарова М.А.,
Кожуховская В.А.,
Серд.Ю.С.,
Хорошева А.А.

Оценка

Красноярск 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
1.1. Эмоциональный интеллект: понятие, компоненты, показатели развития	7
1.2. Особенности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста... ..	16
1.3. Возможности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации	25
Выводы по главе 1	30
ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ ПРОЕКТА, НАПРАВЛЕННОГО НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	32
2.1. Аннотация проекта. Организационный план разработки и реализации проекта... ..	32
2.2. Анализ результатов предпроектного исследования.....	39
2.3. Направления и содержание психолого-педагогической работы в рамках реализации проекта по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста «Калейдоскоп эмоций»	54
2.4. Анализ и интерпретация результатов завершающего этапа исследования по итогам реализации проекта.....	55
Выводы по главе 2	69
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	71
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ... ..	73
ПРИЛОЖЕНИЯ	78

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день одной из актуальных проблем детской психологии, является проблема развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста, так как именно дошкольное детство является периодом становления психических функций, личностных образований.

Под «эмоциональным интеллектом» в психологии понимают способность воспринимать и выражать эмоции, понимать их и объяснять, ассимилировать эмоции и мысли, регулировать собственные эмоции и эмоции других людей (Д. Майер; П. Сэловей).

Изучением эмоционального интеллекта занимались многие отечественные и зарубежные психологи: И.Н. Андреева, Р. Бар-Он, Д. Гоулмен, Дж. Мэйер, Д. Карусо, П. Сэловей, Д.В. Ушаков, Д.В. Люсин и другие. Отдельные аспекты развития эмоционального интеллекта в детском возрасте рассматривали Г.М. Бреслав, Е.И. Изотова, Я.З. Неверович, М.А. Нгуен, О.М. Прусакова, А.М. Щетинина и др.

В последнее время проблема развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста все чаще привлекает внимание педагогов и психологов.

Увеличивается число детей с нарушениями поведения и развития эмоциональной сферы. Дети не умеют распознавать свое внутреннее состояние, настроение, понимать эмоции и чувства других людей.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО), предъявляет определенные требования к социально-коммуникативному развитию детей: усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; защиту и укрепление эмоционального

благополучия детей, развитие эстетических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, доброй воли, понимания чувств других людей; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе [45, с. 8].

Таким образом, обобщая требования ФГОС ДО, можно утверждать, что одним из важнейших направлений детского развития является развитие эмоционального интеллекта. Ставятся задачи развития эмоциональной отзывчивости, сопереживания, умения регулировать свои эмоции и чувства в общении со взрослыми и сверстниками.

Проанализировав работы ученых, мы отмечаем, что на данный момент нет однозначного мнения относительно специфики эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте. Исследователи выделяют различные компоненты эмоционального интеллекта детей, по-разному характеризуют возрастные особенности его развития. Соответственно, не разработаны методики, оценивающие уровень эмоционального интеллекта дошкольников [26, с. 46].

В то же время, вопрос развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста является важным при организации и реализации образовательного процесса, следовательно, существует необходимость разработки как теоретических, так и практических аспектов данной проблемы – технологий развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, которые будут эффективны в современных условиях.

На наш взгляд большие возможности для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации дает применение технологии проектирования.

Цель проектной работы: теоретически обосновать и реализовать психолого-педагогические условия развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Объект проектной работы: эмоциональный интеллект.

Предмет проектной работы: развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в рамках проекта «Калейдоскоп эмоций».

Проектная идея:

Развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста возможно при реализации следующих психолого-педагогических условий:

- организации игровых занятий с детьми по развитию эмоциональной сферы;
- обеспечения положительного эмоционального климата в группе детского сада;
- включения в психолого-педагогическую работу родителей как активных участников образовательного процесса.

Задачи проектной работы:

1. На основе анализа научной литературы раскрыть понятие «эмоциональный интеллект», выделить компоненты, факторы развития эмоционального интеллекта детей.
2. Эмпирически выявить и охарактеризовать особенности эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста;
3. Обосновать психолого-педагогические условия, разработать и реализовать комплекс мероприятий в рамках проекта «Калейдоскоп эмоций», обеспечивающих развитие эмоционального интеллекта детей старшего

дошкольного возраста.

4. Выделить показатели эффективности проделанной работы.

Методы проектной работы: анализ научной литературы, психодиагностика (наблюдение, анализ продуктов деятельности, беседа), игротерапия, психогимнастика.

Описание структуры ВКР:

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемых источников и приложений.

Во введении обоснована актуальность темы проектной работы, определены объект и предмет проекта, идея и задачи проектной работы.

В первой главе выпускной квалификационной работы «Теоретические аспекты проблемы развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста» выявлены понятия, компоненты, особенности проявления эмоционального интеллекта, также возможности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в образовательной организации.

Во второй главе «Разработка и апробация проекта, направленного на развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста» представлены результаты предпроектного исследования, аннотация и содержание проекта, его результативность.

В заключении выпускной квалификационной работы сформулированы выводы о достижении поставленных задач.

Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Эмоциональный интеллект: понятие, компоненты, показатели развития

На сегодняшний день в психолого-педагогических исследованиях активно обсуждается проблема развития эмоционального интеллекта детей. Ученые Д. Майер и П. Сэловей отмечают, что изменились представления об интеллекте и эмоциях: «Разум перестал восприниматься как некая идеальная субстанция, а эмоции – как враг интеллекта, и оба эти явления приобрели актуальное значение в жизни человека».

Эмоциональный интеллект (EQ-показатель эмоционального интеллекта человека) – способность распознавать собственные чувства и эмоции, умение вызвать нужные нам эмоции, управлять негативными эмоциями и чувствами; понимать эмоции и чувства других, чтобы выстраивать на основе этого понимания положительные взаимоотношения с окружающими.

Применительно к детскому возрасту М.А. Нгуен предлагает следующее понимание эмоционального интеллекта: «Готовность ребенка ориентироваться на других людей, учитывать их эмоциональное состояние и, на основе данных умений, регулировать отношения с окружающими и находить пути решения возникающих проблем» [27, с. 80].

Д. Карузо утверждает, что «эмоциональный интеллект – это не противоположность интеллекту, не триумф разума над чувствами, это уникальное пересечение обоих процессов».

Р. Бар-Он, автор аббревиатуры «EQ», описывает эмоциональный интеллект как «все некогнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями» [51, с. 13].

Д. Гоулман подчеркивает, что эмоциональный интеллект – это «способность человека истолковывать собственные эмоции и эмоции, окружающих для того, чтобы использовать полученную информацию в реализации собственных целей» [8, с. 26].

Анализ научных источников, показал, что на данный момент нет единого определения эмоционального интеллекта.

На сегодняшний день можно выделить модели эмоционального интеллекта. Модель эмоционального интеллекта предполагает последовательное и параллельное развитие четырех основных функций:

- самосознание (образ «Я», понимание «психологического устройства» себя);
- самоконтроль (способность совладать со своими чувствами, желаниями);
- социальная чуткость (умение устанавливать контакты с разными людьми);
- управление отношениями (способность к сотрудничеству, умение поддерживать, развивать, укреплять контакты) [2, с. 57].

Ученые Д. Майер, Д. Карузо и П. Сэловей предлагают свою модель эмоционального интеллекта, которая состоит из четырех компонентов:

1. Восприятие, оценка и выражение эмоций.

В данный компонент входит: умение воспринимать и определять эмоции; различать истинные и ложные выражения эмоций.

2. Использование эмоций для повышения эффективности мыслительной деятельности.

Компонент включает в себя: способность спровоцировать и контролировать конкретную эмоцию. С помощью данной способности, человек, несмотря на свое тревожное состояние, может работать с той же продуктивностью. Необходимо учитывать, что различные эмоциональные состояния по-разному влияют на решение задач [54].

3. Понимание эмоций.

Компонент свидетельствует о причинно-следственной связи, человек должен понимать эмоции, связь между ними, из-за чего возникает эмоция, переход от одной эмоции к другой, сформирует способность анализировать, интерпретировать и классифицировать эмоции.

4. Управление эмоциями.

Компонент связан с умением контролировать эмоции. Через осознание эмоций, появляется способность переживать негативные и позитивные эмоции. Способность отстраниться от определенных эмоциональных состояний.

Модель эмоционального интеллекта Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо представляет собой модель способностей, т.к. авторы понимают эмоциональный интеллект как когнитивную способность.

Существуют смешанные модели, которые направлены на выявление уровня эмоционального интеллекта с помощью опросников.

Модель эмоционального интеллекта Д. Гоулмана включает эмоциональные состояния, которые содействуют успеху, зависят от умения управлять своими эмоциями. Данная модель состоит из 5 компонентов:

1. Самопознание – способность идентифицировать свои эмоции, свою мотивацию при принятии решений, узнавать свои слабые и сильные стороны, определять свои цели и жизненные ценности.

2. Саморегуляция – способность контролировать свои эмоции, сдерживать импульсы.

3. Мотивация – способность стремиться к достижению цели ради факта ее достижения.

4. Эмпатия – способность учитывать чувства других людей при принятии решений, а также способность сопереживать другим людям.

5. Социальные навыки – способность выстраивать отношения с людьми, манипулировать людьми, подталкивать их в желаемом направлении [8, с. 30].

Подводя итог вышесказанному, можно сделать вывод о том, что существует несколько основных зарубежных моделей эмоционального интеллекта: Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо; Д. Гоулмана. Первая относится к модели способностей, остальная - к смешанным моделям.

Для формирования эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, необходимо иметь представления об эмоциональной сфере ребенка. Обращаясь к Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования, который направлен на обеспечение эмоционального благополучия ребенка и поддержку позитивного, дружеского отношения детей друг к другу. Способность ребенка сопереживать неудачам и радоваться победами других детей является целью в конце дошкольного образования.

Психологический словарь утверждает, что эмоции (от латинского *emoveo* - шок, беспокойство) представляют собой особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, которые отражаются в форме непосредственного опыта (удовлетворение, радость, страх и т. Д.) функционирование отдельных явлений и ситуаций для реализации своей жизни [5, с. 560].

По определению Л.Ф. Обуховой, эмоции – это особый класс субъективных психологических состояний, которые отражаются в форме непосредственного опыта, ощущения приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесса и результатов его практической деятельности [29, с. 212].

Эмоции и чувства являются специфической формой отражения реальности: если объекты и явления отражаются в познавательных процессах, то в чувствах смысл этих объектов и явлений для определенного

человека в определенной ситуации [35, с. 71].

Эмоции включают в себя настроения, чувства, аффекты, стресс (так называемые «основные» эмоции). Они участвуют во всех психических процессах человека. Все виды проявлений человеческой деятельности содержат эмоциональные переживания. А.Н. Леонтьев рассматривает три типа эмоциональных процессов: чувства, аффекты и эмоции.

Аффекты – это яркие, относительно кратковременные эмоциональные переживания, сопровождающиеся резко выраженными двигательными проявлениями и вегетативными изменениями организма.

Эмоции – более продолжительные состояния, они лишь иногда слабо проявляются во внешнем поведении. Эмоции характеризуют оценочное личностное отношение к складывающейся ситуации. Следовательно, эмоции способны предвосхищать ситуации и события, которые реально еще не наступили, в отличие от аффектов. На основе представлений о прожитых или воображаемых ситуациях и возникают эмоции.

Предметные чувства – вид эмоциональных процессов, которые возникают, как обобщение эмоций. Они связаны с представлениями о некоем объекте, определенном или отвлеченном (например, чувство ревности, зависти, любви к определенному человеку). Предметные чувства отражают устойчивые эмоциональные отношения [46, с. 8].

Формирование эмоциональной сферы происходит в процессе психического развития человека. Эмоциональная сфера является частью личности и, таким образом, оказывается непосредственно связанной с потребностно-мотивационной сферой, характером, поведением человека. Эмоции являются важной составляющей развития, помогающей человеку воспринимать реальность и реагировать на нее. По мнению А.В. Запорожца, Л.А. Абрахамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не могут:

- распознавать эмоциональное состояние другого;

- регулировать свои эмоции.

С помощью эмоций человек может понять, определить настроение и эмоциональное состояние собеседника. В результате осознание собственных эмоций и чувств является важным фактором формирования личности. По мнению психолога Л.С. Выготского: «Можно не только талантливо мыслить, но и талантливо чувствовать» [46, с. 114].

Дошкольники еще не потеряли прямолинейность выражения эмоций, но, в то же время, формируется эмоциональная компетентность, способность обдумывать и вербализировать личные чувства и чувства людей вокруг.

Дошкольники часто попадают в «эмоциональную ловушку», так как они не могут полностью контролировать свои эмоции, что приводит к импульсивности, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. В результате одним из важнейших критериев развития личности ребенка, опыт которого постоянно обогащается, является формирование эмоциональной сферы. Развитие эмоций тем более важно, потому что они напрямую связаны с моралью: эмоциональное восприятие плохих и хороших действий, способность понимать их и анализировать и учить людей быть отзывчивыми и добрыми.

Многие педагоги-психологи (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Т.А. Маркова, Я.З. Неверович, А.П. Усова, Д.Б. Эльконин и др.) обратились к проблемам эмоциональной сферы детей. Они отмечают, что положительные эмоции создают необходимые условия для нормального функционирования мозга и стимулируют понимание мира. Эти эмоции участвуют в формировании творческой активности любого ребенка и, в развитии его мышления.

Как справедливо указывали Л.С. Выготский, А.В. Запорожец «эмоциональная сторона личности имеет не меньшее значение, чем другие стороны, и составляет предмет и заботу воспитания в такой же мере, как ум и воля. То, как будут усваиваться полученные в процессе воспитания знания и

умения, и как ради достижения каких-либо целей они будут использованы в дальнейшем, решающим образом зависит от эмоционального отношения субъекта к окружающим людям и окружающей предметной среде»

Об этом же писал К. Изард: «Эмоции энергетизируют и организуют восприятие, мышление и действие»

По мнению А.В. Запорожца, эмоциональную сферу ребенка следует рассматривать как основное условие общего психического развития или как фундаментальный внутренний фактор, определяющий его психическое здоровье. Изучение генезиса эмоций ученый основывает на поиске источников их происхождения в осмысленной деятельности субъекта. В процессе такой деятельности ребенок осознает свои отношения с внешним миром и по-новому начинает не только понимать, но и эмоционально реагировать на события и явления [13, с. 176].

Психолог А.Д. Кошелева определяет эмоциональную сферу дошкольника как комплексную организованную систему регулирования поведения ребенка, которая определяет его благополучие, психическое и соматическое здоровье [13, с. 26].

Эмоции играют особую роль в развитии высших психических функций, в том числе речевой функциональной системы.

По словам М.И. Лисиной влияние семьи на содержание и способы выражения эмоциональных состояний детей огромно. Идеалы взрослых, система требований к ребенку, учет его индивидуальных особенностей во многом определяют содержание, силу и глубину его или ее эмоциональных проявлений. Ребенок быстро осваивает систему взаимоотношений в той среде, в которой он живет. Дошкольник, воспринимая эмоциональную атмосферу семьи и подражая взрослым, перенимает их ценностные ориентиры, их отношение к людям и окружающему их миру. Особая важность семьи объясняется тем фактом, что независимость ребенка является относительной, благополучие и жизнь ребенка зависят от ухода и

помощи взрослых, которые его воспитывают. Одобрение и неодобрение родителей, приобретают такой стимул, чтобы служить регулятором поведения и стимулом психического развития. Поэтому, во многом, от взрослых зависит, насколько уместными будут эмоциональные реакции детей [20, с. 35].

Несколько факторов играют важную роль в формировании эмоций в дошкольном возрасте: наследственность и индивидуальный опыт общения с родственниками или близкими взрослыми, а также факторы в обучаемости и развитие эмоциональной сферы. Эмоциональные черты ребенка также во многом связаны с чертами его или ее социального опыта, особенно приобретенного в дошкольном детстве. Успех его взаимодействия с окружающими людьми и, следовательно, успех его социального развития зависят от эмоций, которые ребенок чаще всего испытывает и выражает.

Свой вклад в эмоциональное развитие оказывает развитие познавательной сферы личности, в частности вовлечение речи в эмоциональные процессы. Эмоциональное развитие ребенка идет в нескольких направлениях. По мнению Е.И. Изотовой, Е.В. Никифоровой, к ним относятся [16, с. 58]:

- преодоление импульсивности поведения;
- возникновение вместе с чувствами, которые носят ситуативный характер, чувств, имеющих характер более стойкий;
- усиление регулирующих моментов в переживании и выражении чувств в эмоциональной сфере ребенка;
- социализация чувств, эмоций.

Эмоции и чувства формируются в процессе общения ребенка со сверстниками. Сочувствие к сверстнику во многом зависит от положения и ситуации, в которой оказался ребенка. В обстановке сильного личного соперничества дошкольник перегружен эмоциями, и количество негативных выражений, направленных на ровесника, резко возрастает. В групповых

соревнованиях стержнем служат интересы группы, успех и неудача делятся на всех, сила и количество негативных выражений уменьшаются, личные успехи и неудачи менее заметны на общем фоне группы [7, с. 89].

Эмоционально-сенсорная сфера интенсивно формируется у дошкольников в соответствии с их возрастом посредством ведущего вида деятельности, то есть в игре, которая очень полна разными переживаниями. Самым мощным фактором формирования эмоций и чувств является ролевая игра, поскольку ролевые отношения помогают дошкольнику понять другого ребенка с учетом его настроения, желания и эмоций.

Эмоциональные процессы всегда возникают во время работы, которая направлена на получение определенных результатов, которые полезны для других людей и детей: удовлетворенность общим успехом, сочувствие усилиям сверстников, радость от отличного выполнения своих задач, а также неудовлетворенность плохой работой.

Таким образом, чувства и эмоции – это субъективные реакции человека на воздействие внутренних и внешних раздражителей проявляются в виде удовольствия или неудовлетворенности, радости, страха и т.д. Жить без эмоций невозможно, поскольку они играют оценочную роль, побуждая людей действовать, влиять на их накопление и актуализировать опыт своих детей.

По мнению детских психологов, опыт эмоциональной привязанности к миру, приобретенный в дошкольном возрасте, очень мощный и принимает характер установки. Дети, осваивают социальную обусловленность эмоций, овладевают нормативными категориями, стандарты их проявления, что способствует первоначальному формированию эмоциональной культуры личности. Ребенок с развитыми эмоциями может легче преодолеть эгоцентризм, он лучше вовлечен в образовательные и познавательные ситуации, более успешен в деятельности [24, с. 24].

Таким образом, эмоциональный интеллект (EQ-показатель эмоционального интеллекта человека) – это способность распознавать собственные чувства и эмоции, умение вызвать нужные нам эмоции, управлять разрушительными эмоциями и чувствами; понимать эмоции и чувства других, чтобы выстраивать на основе этого понимания конструктивные взаимоотношения с окружающими.

Выделены компоненты эмоционального интеллекта: умение воспринимать и определять эмоции; различать истинные и ложные выражения эмоций; способность спровоцировать и контролировать конкретную эмоцию; понимать эмоции и видеть связь между ними, из-за чего возникает эмоция; способность анализировать, интерпретировать и классифицировать эмоции; умение контролировать эмоции; способность переживать негативные и позитивные эмоции; способность отстраниться от определенных эмоциональных состояний.

Выделены факторы развития эмоционального интеллекта: когнитивные способности; представления об эмоциях; особенности эмоциональности, а именно эмоциональная устойчивость, чувствительность; адаптация в социальном окружении.

Особенности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста

Дошкольный возраст является благоприятным для развития эмоционального интеллекта, так как является периодом формирования психических функций, личностных образований.

М.А. Нгуен выделяет, что в дошкольном возрасте мы можем говорить об эмоциональном интеллекте, «когда у ребенка возникает ориентация на другого человека, на его эмоциональные переживания и при этом старается вести себя соответственно этим переживаниям. Только опираясь на свои

эмоции и эмоции других людей, дети учатся ориентироваться на другого, получая полезную информацию о том, что действительно происходит» [26, с. 47].

И.А. Пазухина подчеркивает, что «маленькие дети часто находятся в «плёну эмоций», поскольку испытывают трудности управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, трудности в общении со сверстниками и взрослыми». Автор отмечает, что «дети эгоцентричны, поэтому важно научить ребенка смотреть на ситуацию с позиции своего собеседника. Обучая ребенка «взгляду со стороны», мы тем самым помогаем ему по-другому взглянуть на себя, по-иному оценить собственные мысли, чувства и поведение».

Анализ научной литературы позволяет выделить развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте: 1) способность к пониманию эмоций, являясь компонентом целостной системы, «модель психического» развивается по логике ее общего усложнения; 2) интегрированное понимание эмоций связано с развитием «модели психического» и формируется к пятилетнему возрасту; 3) к старшему дошкольному возрасту в связи с усложнением «модели психического» дети свободно передают в рисунках, как собственные эмоции, так и эмоциональное состояние другого человека.

Таким образом, к старшему дошкольному возрасту уровень понимания детьми эмоциональных состояний повышается; восприятие экспрессии становится более дифференцированным, что сказывается на точности оценки переживаний человека; увеличиваются активный и пассивный словарь обозначения эмоциональных состояний.

Дети старшего дошкольного возраста способны к пониманию своих эмоций и эмоциональных состояний других людей; способны выражать и регулировать свои переживания; способны осознавать свое эмоциональное поведение и поведение окружающих [33, с. 332].

У старших дошкольников происходит развитие и расширение мир эмоций, он становится более богатым и разнообразным и содержательными. Эмоциональный мир переходит от основных базовых эмоций, таких как: страх, радость, и др., к более расширенному спектру чувств: ребенок начинает радоваться или сердиться, восторгаться или удивляться, ревновать или же грустить. А также можно заметить происходящие изменения в проявлениях этих эмоциональных реакций. У старших дошкольников идет усвоение такого понятия как «язык чувств» – это формы выражения переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т. д., которые приняты в обществе.

В течение дошкольного детства эмоциональные особенности, такие как сила, длительность и устойчивость, изменяются вследствие того, что изменяется общий характер детской деятельности и ее мотивов, а также с усложнением отношений ребенка с окружающим его миром. Одновременно с переживаниями наслаждения или же неудовольствия, которые объединены с удовлетворением или неудовлетворением конкретных вожеланий, у ребенка появляются наиболее непростые эмоции, которые объединены с тем, в какой степени осуществил свои собственные прямые обязанности, какую роль играют действия ребенка для других людей, а также в какой мере соблюдаются определенные нормы и правила поведения и ребенком, и окружающими.

Стоит отметить, что для старших дошкольников свойственно более адекватное выражение чувств и эмоций, отсутствие сильных аффективных эмоциональных вспышек и конфликтов по малозначительным поводам. Этот, сравнительно устойчивый, эмоциональный фон или чувственная обстановка устанавливает возрастающие умения и способности ребенка регулировать собственными эмоциями и чувствами. Регулирование эмоций и чувств – одна из краев психосоциального развития детей [40, с. 87].

В старшем дошкольном возрасте желания ребенка непосредственно сливаются с его представлениями, именно из-за этого побуждения, перестраиваются. Например, эмоции, связанные с представлением, позволяют предвосхищать результаты каких-то конкретных операций и действий детей, удовлетворенность их желаний. Механизм (система) эмоционального предвосхищения детально рассмотрен и очерчен, описан А. В. Запорожцем [24, с. 42]. Суть механизма заключается в том, что еще вплоть до этого, равно как ребенок станет что-нибудь делать, у него уже возникает чувствительный облик, который отображает предстоящий итог (результат), а также оценку со стороны взрослого. Эмоционально предвосхищая последствия собственного действия или поведения, ребенок заранее знает, как он собирается поступить (хорошо или плохо). Предвосхищение положительного результата действий и, соответственно, высокой оценки со стороны близких взрослых сопряжено с позитивными чувствами и эмоциями, которые, очевидно, дополнительно стимулируют данное поведение. Следовательно, пожелания, которые ориентированы на эмоциональные, чувственные фантазии (воображение) ребенка, но никак не на их осознанность, становятся более результативными и эффективными.

Механизм (система) эмоционального чувственного предвосхищения результатов находится в основании эмоциональной регуляции поступков, действий дошкольника.

Следует отметить, что в это время так же изменяется и сама структура эмоциональных процессов. В структуру теперь входят вегетативные и моторные компоненты и непростые формы восприятия, образного мышления, воображения. Дошкольник наслаждается и грустит по поводу того, что он делает в связи с тем, что еще предстоит совершить. Переживания ребенка изменяются и делаются труднее, а также основательнее.

Увеличивается спектр эмоций, которые присущи детям данного возраста. Главную роль играет появление подобных чувств и эмоций, как сочувствие и сострадание другому человеку, сопереживание – в виду их отсутствия неосуществима совместная деятельность и сложные формы общения детей.

Как было отмечено ранее, развитие эмоциональной сферы связано с формированием плана представлений. Образы, которые представляет ребенок, носят эмоциональный характер, и вся его деятельность автоматически становится эмоционально насыщенной. Все, во что включается ребенок старшего дошкольного возраста - игра, лепка, рисование, подготовка к школе и т. д. – обязаны обладать эмоциональной окраской, иначе деятельность не строится либо стремительно рушится. Ребенок в данном возрасте затрудняется или вообще не может делать то, что не вызывает у него никакого интереса.

На основе анализа литературных источников можно выделить особенности развития эмоций у детей старшего дошкольного возраста. Такие как:

- более спокойный уравновешенный и стабильный фон восприятия;
- более управляемые эмоциональные процессы;
- развитие эмоционального предвосхищения (представление результата, представление того, как его оценит взрослый). При негативном следствии операций (действий) возникает неодобрительная оценка взрослого, что способно повлиять на развитие тревожности у ребенка. Однако при позитивном следствии операций (действий), дошкольник получает положительную оценку взрослого, это порождает положительный эмоциональный стимул, чувственный мотив для дальнейшего поведения;
- переход от желаний (мотивов), которые направлены на предметы, к желаниям, которые связаны с представлением о предметах, свойствах этих предметов, а также получение конечного результата;

– самооценка несколько завышена, это позволяет ребенку осваивать новые виды деятельности без сомнения и страха, однако к моменту обучения в школе уровень самооценки понижается;

– происходит соподчинение мотивов и появление новых мотивов (мотив достижения успеха, соревновательный), складывается индивидуальная мотивационная система (выделяются доминирующие мотивы, формируется иерархия, мотивы; достижения успеха, интерес к достижению результата деятельности);

– способность оценивать собственное поведение.

По мнению специалистов по психологии, человеческие чувства и эмоции – это выражение отличительных черт личности человека. Психологическая наука исследует закономерности, систему и фактические данные психической жизни человека и животных. Эмоциональная сфера человека исследуется в психологии согласно двум основным тенденциям:

1. Изучение чувств равно как взаимодействия организма в связь с иными категориями психологии.

2. Исследование механизма проявления эмоций.

В практической психологии эмоции могут рассматриваться с точки зрения их неполного проявления, что можно охарактеризовать как признаки многих психических расстройств личности. Педагогам эмоции интересны с воспитательной точки зрения, так как эмоциональная сфера человека является не только следствием, но и причиной различных отклонений в воспитании ребенка. Непосредственно по этой причине педагогика рассматривает и вопросы нормального формирования эмоциональной сферы человека в процессе его воспитания, и проблемы коррекции эмоциональных расстройств [18, с. 24].

Надо сказать, что на практике часто проблема эмоций рассматривается как сочетание педагогических и психологических аспектов, потому что во многих случаях эмоциональное неблагополучие является следствием

психических расстройств. Одновременно, неправильное эмоциональное воспитание ребенка может привести и к развитию психических болезней.

В психологии и педагогике используется большое количество методов и способов коррекции эмоционального состояния личности. Здесь наиболее существенное – это дать оценку ситуации и установить точный «диагноз». Нужно понимать, что уровень сформированности эмоционального неблагополучия может быть различным (первоначальный этап, запущенность, переход в состояние болезни и т.д.), и именно уровень развитости проблемы устанавливает, какие именно методы коррекции следует применять: педагогические, психологические или же смешанные.

Непосредственно отсутствие четкой границы между компетенцией педагогики и психологии в исследуемой проблеме, эмоциональная сфера человека рассматривается одновременно в психологическом и педагогическом аспектах. Это может означать то, что, выясняя первопричину эмоционального расстройства, специалист по психологии исследует все, без исключения, стороны жизни человека, а также то, в каких условиях и как происходило его воспитание.

Понятие «эмоциональные расстройства» понимается как – активное выражение эмоций, доставляющих неудобства человеку в повседневной жизни. К примеру, чрезмерный страх оказывает отрицательное влияние на выражение жизненной активности человека, страх вынуждает человека скрываться от действительности, а излишняя самонадеянность приводит к наглости и самоуверенности, что, не редко, мешает человеку производить реальную оценку и принимать правильные решения.

В первые годы жизни для нормального эмоционального развития ребенка достаточно своевременное и качественное удовлетворение матерью его биологических потребностей. Однако если же ребенок с самого детства испытывает недостаток в удовлетворении его основных потребностей, у него формируется тревожность, что, в свою очередь, автоматически ведет к

развитию эмоционального дискомфорта, который преследует человека на протяжении всей его жизни.

Позднее, в возрасте трех-пяти лет, у детей формируются более сложные эмоции и чувства, такие как: радость, удовольствие, страдание, мучение, гнев, ярость, изумление, удивление. Трудность осознания ребенком других чувств и эмоций некоторые связывают с недостатком социального опыта [10, с. 15]. В старшем дошкольном возрасте фиксируются те эмоции и чувства, какие выражались в более раннем возрасте, кроме того формируются и осмысляются новые эмоции и чувства. Трансформацию эмоционального развития сразу объединяют с формированием общественных мотивов, когда ребенок начинает переносить собственное «Я» на социум.

Эмоции в таком возрасте – это уже не только лишь моментальная реакция на ситуацию или меняющуюся обстановку, но и ее понимание. Чувства ребенка делаются более фундаментальными и содержательными по своему смысловому содержанию.

Старшие дошкольники начинают включать слова в процесс управления своими эмоциями. В этом возрасте у ребенка идет активное развитие форм коллективной деятельности, что, в свою очередь, приводит к осмыслению и проявлению такого рода эмоций как симпатия, влечение, сострадание, формируется чувство товарищества и чувство ответственности по отношению к окружающим его взрослым (однако в основном, до сих пор, к близкому окружению) и сверстникам. Возникает понимание потребности соблюдения правил социального поведения. Возрастает способность к самооценке. Несоблюдение правил, а также безнравственные действия и поступки вызывают у ребенка неловкость, вину, смущение, волнение, беспокойство. К 7 годам чувство ответственности расширяется на более обширный круг людей, в том числе на тех, с кем ребенок никак не взаимодействует [14, с. 318].

Поэтому эмоциональное состояние ребенка не устойчивое. Детям дошкольного возраста сложно понять, какие эмоции и чувства, они и люди переживают на данный момент. Однако некоторые эмоции они могут определить, и от ребенка достаточно рано можно услышать: «Я сержусь» или «Я обиделся». Когда ребенок увлечен, он испытывает яркие положительные эмоции. Если не получается – испытывает сильные негативные переживания.

Несмотря на то, что у старших дошкольников эмоции и чувства господствуют над всеми сторонами его жизни (он экспрессивен, чувства быстро и ярко вспыхивают), но он уже умеет быть сдержанным, скрывать страх, агрессию, слезы.

Таким образом, важно, чтобы у детей дошкольного возраста были сформированы особенности эмоционального интеллекта, а именно:

- знают и называют слова, обозначающие различные эмоциональные состояния;
- развитие умений называть и описывать собственное и чужое эмоциональное состояние;
- воспринимают и понимают свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние окружающих;
- свободно выражают свои эмоции (мимика, пантомимика) и контролируют их;
- умеют выстраивать и регулировать свое и чужое эмоциональное состояние;
- формируют высокий объем эмоционального опыта и эмоциональных представлений;
- умеют контролировать свои чувства так, чтобы они не “переливались через край”;
- способны сознательно влиять на свои эмоции;
- умеют признать и принять свои чувства;
- используют свои эмоции на благо себе и окружающим;

– формируют навыки релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования способности управлять своими эмоциональными состояниями.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста должно быть направлено на обогащение практики самоосознания (распознавания собственных чувств); саморегуляции (осознанной регуляции эмоций); развитие чувства эмпатии, самопринятия, а также приобретение коммуникативных навыков.

Возможности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации

Проблема развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста часто остается без должного внимания педагогов. Дошкольнику трудно самостоятельно выразить, регулировать свои чувства и эмоциональные переживания без обучения, так как ребенок еще только учится управлять своими эмоциями. Поэтому дошкольный возраст считается благоприятным для эмоционального развития [11, с. 1].

Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте считается одной из важных задач. Поэтому педагогу и психологу дошкольной образовательной организации необходимо включать различные программы, занятия, тренинги, упражнения по развитию эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста.

На данный момент в психолого-педагогической литературе представлен ряд программ, направленных на развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Например, программа развития эмоционального интеллекта дошкольников, разработанная М.А Нгуевым. Содержанием данной программы является комплекс занятий, распределенных в три блока.

Первый блок направлен на просветительскую работу с детьми. Дети осваивают базовые эмоции, учатся выражать через ролевые образы.

Второй блок позволяет сформировать у детей навыки вербального и невербального взаимодействия с окружающими. Учатся оценивать эмоции и принимать позицию другого человека.

Третий блок направлен на обучение детей эмоциональному проживанию игровой ситуации различного модального содержания (радостного, печального и т.д.).

Педагог может воспользоваться данной программой и провести комплекс занятий, для развития и повышения уровня эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста.

Оптимальный уровень развития эмоционального интеллекта у ребенка старшего дошкольного возраста предполагает:

- сформированные представления об эмоциях;
- умение распознавать свои эмоции и эмоции других людей;
- умение выражать свои эмоции с помощью различных средств общения;
- умение управлять своим эмоциональным состоянием;
- умение анализировать свое эмоциональное состояние и сверстников;
- умение сопереживать и понимать других.

В условиях дошкольного образовательного учреждения развивать эмоциональный интеллект ребенка можно через все виды деятельности. Основные методы и средства развития эмоционального интеллекта [43, с. 27]:

- игротерапия (сюжетно-ролевые, коммуникативные и т.д.).
Взаимосвязь между игрой и эмоциональным состоянием детей влияет на возникновение и развития эмоций, а сформировавшиеся эмоции влияют на развитие игры определенного содержания;
- арт-терапия – методика лечения при помощи художественного творчества (рисование, ритмопластика, танец);
- психогимнастика – невербальный метод, который предполагает выражение эмоционального состояния, эмоциональных проблем с помощью движения, мимики, жестов (этюды, мимика, пантомимика);
- ведение «календаря эмоций» помогает отслеживать свое эмоциональное состояние в течение дня, недели, искать способы регулирования негативными эмоциями;
- сюжетно-ролевые игры, формируют у детей эмоциональную отзывчивость к взрослым и сверстникам;
- театрализованная деятельность, с помощью выступлений ребенок учится выражать свои эмоции, понимать эмоции других людей.
- наглядность, является одним из методов обучения дошкольников. Для ребенка значим пример взрослого. Как педагоги, родители выражают свои чувства, реагируют на эмоции, мимику других людей;
- художественная литература, читая литературу, ребенок учиться переживать героям, выражать чувства с помощью слов, мимики, жестов, учиться определять эмоциональную характеристику героев (злой, добрый, веселый и т.д.);
- музыка, изобразительная деятельность способствуют формированию эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста;
- подвижные игры развивают эмоциональный интеллект у детей. В играх ребенок получает впечатления, которые он получает от общения с людьми. Они доставляют детям радость, грусть. Также в ходе игры, ребенок учится контролировать свое эмоциональное состояние [47, с. 44].

Большие возможности развития эмоционального интеллекта детей представляет метод проектирования.

Метод проектирования – является актуальным и эффективным в дошкольной образовательной организации, он способствует получению детьми новых знаний, развитию их умений и способностей.

Проект развития эмоционального интеллекта позволит сформировать у ребенка:

- самостоятельность; инициативность; чувствительность; умение применять знания в практической деятельности;
- в процессе общения проявлять свои эмоции;
- соотносит средства вербального и невербального общения;
- делится своими чувствами, интересами, настроением со сверстниками;
- проявляет чуткость, отзывчивость, сопереживание;
- распознает эмоции сверстников и взрослых;
- умение управлять и контролировать свои эмоции.

Основные методы и приемы развития эмоционального интеллекта детей в рамках, осуществляемых специалистами ДОО мероприятий проекта [47, с. 48]:

- беседа;
- чтение и анализ художественной литературы;
- сюжетно-ролевые игры;
- игры-упражнения на эмоции и эмоциональный контакт;
- психогимнастика: мимика; пантомимика;
- рассматривание собственной мимики перед зеркалом;
- метод мотивации эмпатии;
- словарный метод для развития у детей словаря эмоций.

Для развития эмоционального интеллекта детей, педагогам ДОО необходимо организовывать совместную деятельность детей и взрослых, в

том числе, сотрудничать с родителями детей. Воспитателям и родителям необходимо создать благоприятную атмосферу для развития ребенка [7, с. 151].

В работе с родителями по развитию эмоционального интеллекта могут использоваться следующие формы:

- папки – передвижки («Что делать, если...», «Эмоционально – речевое развитие детей», «Эмоциональный мир дошкольника» ...);
- информационные стенды («Памятка родителям от ребенка: «Школа эмоций»);
- консультации психолога, психологические тренинги;
- беседы («Нестабильность эмоционального состояния»);
- проекты («Наши эмоции», «Школа добрых волшебников»);
- групповые родительские собрания («Развитие эмоционального интеллекта ребенка в семье», «Как избавиться от гнева» ...);
- совместные досуговые праздники;
- открытые занятия;
- организация выставок поделок и работ, сделанных родителями совместно с детьми.

Организованная педагогическая работа с детьми и их родителями может пополнить эмоциональный опыт детей, исправить недостатки в их личностном развитии.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что существуют различные средства, которые обеспечивают развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

Выводы по главе 1

В ходе анализа психолого-педагогической литературы установлено следующее:

1. На сегодняшний день проблема изучения эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста является достаточно актуальной. Существует множество определений, компонентов и моделей эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект (EQ-показатель эмоционального интеллекта человека) – это способность распознать собственные чувства и эмоции, умение вызвать нужные нам эмоции созидания, управлять разрушительными эмоциями и чувствами; понимать эмоции и чувства других, чтобы выстраивать на основе этого понимания конструктивные взаимоотношения с окружающими.

Выделены компоненты эмоционального интеллекта: умение воспринимать и определять эмоции; различать истинные и ложные выражения эмоций; способность спровоцировать и контролировать конкретную эмоцию; понимать эмоции и видеть связь между ними, из-за чего возникает эмоция; способность анализировать, интерпретировать и классифицировать эмоции; умение контролировать эмоции; способность переживать негативные и позитивные эмоции; способность отстраниться от определенных эмоциональных состояний.

Выделены факторы развития эмоционального интеллекта: когнитивные способности; представления об эмоциях; особенности эмоциональности, а именно эмоциональная устойчивость, чувствительность; адаптация в социальном окружении.

2. К особенностям эмоционального интеллекта детей относятся следующие: дети знают и называют слова, обозначающие различные эмоциональные состояния; умеют называть и описывать собственное и чужое

эмоциональное состояние; воспринимают и понимают свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние окружающих; свободно выражают свои эмоции (мимика, пантомимика) и контролируют их; умеют выстраивать и регулировать свое и чужое эмоциональное состояние; формируют высокий объем эмоционального опыта и эмоциональных представлений; умеют контролировать свои чувства так, чтобы они не «переливались через край»; способны сознательно влиять на свои эмоции; умеют признать и принять свои чувства; используют свои эмоции на благо себе и окружающим; формируют навыки релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования способности управлять своими эмоциональными состояниями.

3. Существуют различные условия, которые влияют на развитие эмоционального интеллекта дошкольников. Эмоциональный интеллект формируется и развивается в различных сюжетно-ролевых играх, игротерапии, арт-терапии. Развитие эмоционального интеллекта детей может осуществляться в рамках проектной деятельности педагогов ДОО.

ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ ПРОЕКТА, НАПРАВЛЕННОГО НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация проекта. Организационный план разработки и реализации проекта

Для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста был разработан психолого-педагогический проект «Калейдоскоп эмоций».

1. Продолжительность реализации проекта: октябрь 2019 г. – апрель 2020 г.

2. Характеристика целевой группы: дети старшего дошкольного возраста в количестве 17 человек.

3. Место реализации проекта: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение комбинированного вида г. Красноярск.

4. Ресурсное обеспечение проекта.

Материально-технические: ноутбук, мультимедийный проектор, экран, колонки, детская мебель (столы, стулья), мяч, строительные кубики, барабан, небольшое зеркало, небольшая коробочка, свечка в безопасном подсвечнике, набор игрушечной посуды, корзинка, кубик с картинками сказочных героев, одноразовые стаканчики, трубочки.

Кадровые: воспитатели группы, педагог-психолог.

Учебные и методические материалы: диагностический материал для выявления уровня эмоционального интеллекта; подборка соответствующей литературы: сказки, игры, упражнения; видеоматериалы; музыкальные произведения; материал для художественного творчества (ватман А-2, ватман А-3, краски, цветной картон, цветная бумага, листы белой бумаги А4, клей, маркеры, ножницы, цветные карандаши); картинки с различными

эмоциями детей, животных, игрушек; картинки с надписями: «Я обижаюсь, когда...», «Я обижаюсь, потому что...», «Мне становится обидно, когда...», «Больше всего меня обижает...», «Чаще я обижаюсь на ...» и т.д.

Информационные: психолого-педагогическое просвещение воспитателей и родителей воспитанников группы по теме «Особенности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста».

5. Проектная идея: развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста возможно при реализации следующих психолого-педагогических условий:

- организации игровых занятий с детьми по развитию эмоциональной сферы;
- обеспечения положительного эмоционального климата в группе детского сада;
- включения в психолого-педагогическую работу родителей как активных участников образовательного процесса.

6. Ожидаемые результаты:

1. Выявлены и реализованы психолого-педагогические условия, способствующие развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

2. Дети, участвующие в проекте:

- имеют представления об эмоциях и способах их выражения;
- способны понимать свои эмоции и эмоциональные состояния других людей;
- умеют адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми;
- умеют регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами;

– родители являются заинтересованными, активными участниками работы по развитию эмоционального интеллекта детей и образовательного процесса в целом.

7. Критерии, показатели достижения результатов:

– реализация цели проекта «Калейдоскоп эмоций» в запланированное время в рамках запланированных ресурсов;

– повышение показателей развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, а именно: повышены знания об эмоциях и способах их выражения; дети понимают своих эмоции и эмоциональные состояния других людей; сформированы умения адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми; сформированы умения регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами.

8. Методы оценки результатов: психолого-педагогическая диагностика.

9. Этапы реализации проекта:

Предпроектный этап (октябрь 2019 г. – декабрь 2019 г.):

– анализ научной психолого-педагогической литературы по проблеме развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста: анализ проблемного поля; обоснование психолого-педагогических условий развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста;

– психодиагностика особенностей развития эмоционального интеллекта детей с использованием диагностических материалов авторов: Г.А. Волковой, В.Б. Никишиной, О.А. Прусаковой, М.А. Нгуена, А.А. Ошокиной, И.Г. Цыганковой (оценка показателей: знания об эмоциях и способах их выражения; понимания своих эмоций и эмоциональных состояний других людей; умение адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми; умение регулировать свое эмоциональное состояние).

Проектный этап (февраль 2020 г. – март 2020 г.) – разработка и реализация психолого-педагогического проекта «Калейдоскоп эмоций», направленного на развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Реализация проекта осуществлялась с 12.02 по 16.03 2020 г.

Предполагается проведение игровых 12 занятий с детьми и одно детско-родительское мероприятие.

21.02.2020 г. - 06.03.2020 г. – проведение игровых занятий по ознакомлению детей с эмоциями: гнев, злость, печаль, страх, радость, удивление, обида. Данные занятия способствуют развитию умения распознавать эмоции и сплочению детского коллектива.

09.03.2020 г. - 15.03.2020 г. – проведение игровых занятий, направленных на развитие умения распознавать свои эмоции и эмоции других людей, умения регулировать свое эмоциональное состояние.

15.03.2020 г. – проведение итогового мероприятия проекта «Ярмарка эмоций» с участием детей и родителей, направленного на закрепление полученных знаний и умений детей.

Аналитический (апрель 2020 г.) – оценка результатов реализации проекта с использованием диагностических материалов, подобранных для предпроектного этапа работы.

10. Перспектива реализации проекта:

- работа с детьми: создание условий для дальнейшей работы; поиск и использование новых форм, методов, средств работы с детьми старшего дошкольного возраста по данному направлению;
- работа с педагогами ДОО: ознакомление с методическими разработками по данному проекту;
- работа с родителями: оказание консультативной помощи в вопросах развития эмоционального интеллекта ребенка;

– распространение собственного педагогического опыта:
публикация материалов о результатах реализации проекта в научном сборнике.

11. Факторы риска в реализации проекта:

- низкая мотивация родителей к участию в проекте;
- ограниченность временного ресурса;
- карантин в ДОО;
- отсутствие необходимого материально-технического обеспечения в ДОО.

Организационный план разработки и реализации проекта представлен в таблице 1.

Таблица 1

Организационный план разработки и реализации проекта

№ п/п	Этапы / проектные действия	Срок реализации	Проектный результат/ проектный продукт	Ответственный
1	2	3	4	5
1.	Предпроектный этап			
1.1.	Обоснование актуальности проекта. Анализ научной психолого-педагогической литературы по проблеме развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста: анализ проблемного поля; обоснование психолого-педагогических условий развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.	октябрь 2019 г. – декабрь 2019 г.	Теоретической обоснование проектной работы	Серд Ю.С. Кожуховская В.А. Захарова М.А. Хорошева А.А.

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	5
1.2.	Эмпирическое изучение особенностей развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста. Осуществлялась психодиагностика показателей развития эмоционального интеллекта детей с использованием диагностических материалов авторов: Г.А. Волковой, В.Б. Никишиной, О.А. Прусаковой, М.А. Нгуена, А.А. Ошокиной, И.Г. Цыганковой.	октябрь 2019 г. – декабрь 2019 г.	Результаты эмпирического исследования, характеризующие особенности развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста	Серд Ю.С. Кожуховская В.А. Захарова М.А. Хорошева А.А.
1.3.	Обоснование психолого-педагогических условий и разработка проекта по развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.	октябрь 2019 г. – декабрь 2019 г.	Проект	Серд Ю.С. Кожуховская В.А. Захарова М.А. Хорошева А.А.
2	Проектный этап			
2.1.	Реализация психолого-педагогического проекта «Калейдоскоп эмоций»	февраль 2020 г. – март 2020 г.)	Комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленных на развитие эмоционального интеллекта детей: -повышение знаний об эмоциях и способах их выражения; -понимание своих эмоций и эмоциональных состояний других людей; - формирование умения	Серд Ю.С. Кожуховская В.А. Захарова М.А. Хорошева А.А.

Окончание таблицы 1

1	2	3	4	5
			адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми; - формирование умения регулировать свое эмоциональное состояние	
3	Заключительный этап			
3.1.	Проведение повторной диагностики по выявлению уровня развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста	апрель 2020 г.	Результаты контрольного исследования особенностей развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста после реализации проекта	Серд Ю.С. Кожуховская В.А. Захарова М.А. Хорошева А.А.
3.2.	Оценка достигнутых изменений в ходе реализации проекта, их соотнесение с поставленными целями и задачами, ожидаемым результатом, оценивалась эффективность проекта	апрель 2020 г.	Выводы о результативности проекта на основе анализа динамики изучаемых показателей	Серд Ю.С. Кожуховская В.А. Захарова М.А. Хорошева А.А.

Анализ результатов предпроектного этапа исследования

С целью изучения особенностей развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации нами была проведена проектно-исследовательская работа. Выборку составили 17 детей старшего дошкольного возраста.

Диагностировались следующие показатели, характеризующие эмоциональный интеллект детей:

1. Знания об эмоциях и способах их выражения;
2. Понимания своих эмоций и эмоциональных состояний других людей;
3. Умение адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми;
4. Умение регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами.

Для выявления уровня развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста использовались следующие диагностические методики:

1. Методика «изучения мимической моторики» (Г.А. Волкова) [9, с. 202].

Цель методики: определить знания детей об эмоциях и способах их выражения.

В процессе проведения ребенку предлагалось показать эмоциональное состояние: радость, грусть, удивление, гнев, испуг, страх. Ребенку предлагалась инструкция: «Я скажу, какое эмоциональное состояние нужно изобразить, а ты покажешь это состояние». Все результаты заносились в протокол, в котором отмечалось наличие диагностируемых показателей и их выраженность в баллах.

По сумме баллов определялся уровень знаний об эмоциях и способах их выражения:

низкий уровень (0-1 балл) – говорит о недостаточной выраженности эмоциональных состояний (ребенок с затруднением изображает из названных эмоций 1-2 эмоции);

средний уровень (1-2 балла) – ребенок выражает без затруднения 3-4 эмоции;

высокий уровень (2-3 балла) – характеризует оптимальный уровень знаний об эмоциях.

2. Методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (В.Б. Никишина) [22, с. 89].

Цель методики: изучение понимания эмоций, эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке.

Ребенку последовательно показывали портретные картинки с изображением детей, на каждой из которых ярко выражено эмоциональное состояние и задавались вопросы: «Как чувствует себя ребенок, изображенный на картинке? Как ты догадался об этом». Каждая картинка предъявлялась отдельно.

Полученные результаты подвергались качественной и количественной оценке. При анализе протоколов определили уровень понимания эмоций, эмоциональных состояний людей по внешним проявлениям:

низкий уровень (1 балл) – недостаточное понимание эмоциональных состояний. Ребенок с затруднением характеризует, из названных, лишь одну эмоцию, с неохотой выполняет задание. Не отвечает на вопросы;

средний уровень (2 балла) – средний уровень понимания эмоциональных состояний. Ребенок объясняет без затруднения из названных эмоций 2-3 эмоции, с радостью принимает задание и выполняет его. Отвечает с затруднением на вопросы взрослого, или отвечает с подсказкой взрослого;

высокий уровень (3 балла) – характеризует нормальный уровень понимания эмоциональных состояний. Ребенок объясняет все названные взрослым эмоции, с радостью принимает задание и выполняет его. Отвечает на все вопросы взрослого.

3. Методика «Определи эмоции человека по ситуации» (О.А. Прусакова) [16, с. 332].

Цель методики: выявление особенностей распознавания эмоций, эмоциональных состояний людей по их поведению.

Ребенку были прочтены 4 рассказа про мальчика Петю, который попадает в различные ситуации, для каждой из четырех базовых понятий: радость, печаль, страх, гнев. После прочтения ситуаций ребенку задавались вопросы: «Как ты думаешь, что почувствовал Петя, какое у него стало настроение?».

По сумме баллов определялся уровень развития умения распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению:

низкий уровень (1 балл) – ребенок слушал рассказы взрослого, но смог определить только 1 эмоцию. На вопросы взрослого отвечал с затруднением или с подсказкой взрослого;

средний уровень (2 балла) – ребенок слушал рассказы взрослого, но смог определить только 2-3 эмоции. На вопросы взрослого ответил, но с подсказкой взрослого;

высокий уровень (3 балла) – ребенок слушал рассказы взрослого, смог определить все эмоции, описанные взрослым. На вопросы взрослого отвечает полно, с удовольствием;

Образец протокола индивидуального диагностического обследования детей представлен в приложении А.

4. Методика «Что – почему – как» (М.А. Нгуен) [15, с. 48.].

Цель методики: выявить степень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нем.

Ребенку был прочтен рассказ про Антона (Аню), которые защищали своего (свою) брата (сестру). После прочтения ситуаций ребенку задавались вопросы: «Как ты думаешь, что он(а) им сказала?», «Почему Таня (Юра) так поступил (а)? «Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?»

Отвечая на вопросы психолога, ребенок должен решить определенную проблему, связанную с отношениями между детьми, их оценкой ситуаций и пониманием эмоциональных состояний других людей.

По сумме баллов определялся уровень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека, умения адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми:

1. «Как ты думаешь, что он (она) им сказала?»

0 баллов–ребенок не отвечает или дает такие варианты ответа: «Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно».

1 балл–«Старшая сестра (старший брат) угрожала (угрожал) ребятам;

2 балла–конструктивное решение проблемы. Варианты конструктивного решения: – старшая сестра (старший брат) просит ребят оставить младшую сестру (младшего брата) в покое, иначе она (он) пожалуется учителям и родителям; – старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам, что так делать нельзя, что это плохо; – старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам проблему своей младшей сестры (своего младшего брата) и настаивает на том, чтобы ребята прекратили над ней (над ним) смеяться.

2. «Почему Таня (Юра) так поступила (поступил)?»

0 баллов – ребенок не понимает вопроса.

1 балл– «Чтобы не смеялись»; «Чтобы не обижали».

2 балла – «Люди чувствуют себя плохо, если над ними смеются»

3. «Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?»

0 баллов – ответ отсутствует.

1 балл– «Надо попросить взрослых поговорить с обидчиками».

2 балла–ребенок сам принимает решение, опираясь на свои чувства – чувства обиженного человека.

Уровни развития эмоционального интеллекта:

низкий уровень: 0 – 2 балла;

средний уровень: 3 – 4 балла;

высокий уровень: 5 – 6 баллов.

5. Методика «Наблюдение за поведением ребенка в естественных условиях» (А.А. Ошокина, И.Г. Цыганкова).

Цель методики: выявить уровень развития умения регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами.

В ходе наблюдения на каждого испытуемого заводился протокол, в котором отмечалось наличие диагностируемых показателей в естественных условиях и их выраженность в баллах.

На суммирование баллов определялся уровень умения регулировать эмоциональным состоянием:

низкий уровень (0-1 балл)- ребенок не применяет способ эмоциональной саморегуляции предложенный взрослым;

средний уровень (2 балла) – взрослый направляет ребенка, а способ эмоциональной саморегуляции дошкольник выбирает и реализует самостоятельно;

высокий уровень (3 балла) – самостоятельно применяет известные ему способы и средства эмоциональной саморегуляции.

Методики исследования представлены в Приложении А.

Приведем результаты исследования.

Результаты диагностики уровня знаний детей об эмоциях и способах их выражений с помощью методики Г.А. Волковой «Изучение мимической моторики» представлены в таблице 2.

Результаты исследования уровня знаний детей об эмоциях и способах их выражений (методика Г.А. Волковой)

№	Ф.И.	Эмоции						Уровень развития знаний об эмоциях и способах их выражения
		радость	грусть	удивление	гнев	испуг	страх	
1	А.Л.	1	0	1	0	0	0	низкий
2	И.Д.	1	1	0	1	0	0	средний
3	К.Е.	1	0	1	0	0	0	низкий
4	К.Л.	1	1	1	0	1	0	средний
5	М.Д.	1	1	1	0	1	1	высокий
6	М.Ж.	1	1	0	0	0	0	низкий
7	М.П.	1	0	1	0	1	0	средний
8	Н.А.	1	1	1	0	1	0	средний
9	П.В.	1	1	0	1	1	1	высокий
10	П.М.	1	1	1	0	0	0	средний
11	Р.А.	0	0	0	0	0	0	низкий
12	С.Д.	1	1	0	1	0	0	средний
13	С.М.	1	0	0	0	0	1	низкий
14	Т.Э.	1	0	0	1	0	0	низкий
15	Ф.С.	1	1	1	0	0	1	средний
16	Ч.А.	1	1	0	1	0	0	средний
17	Ч.В.	1	1	1	1	0	0	средний
Средние значения (балл)		0,94	0,64	0,52	0,23	0,29	0,35	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 1.

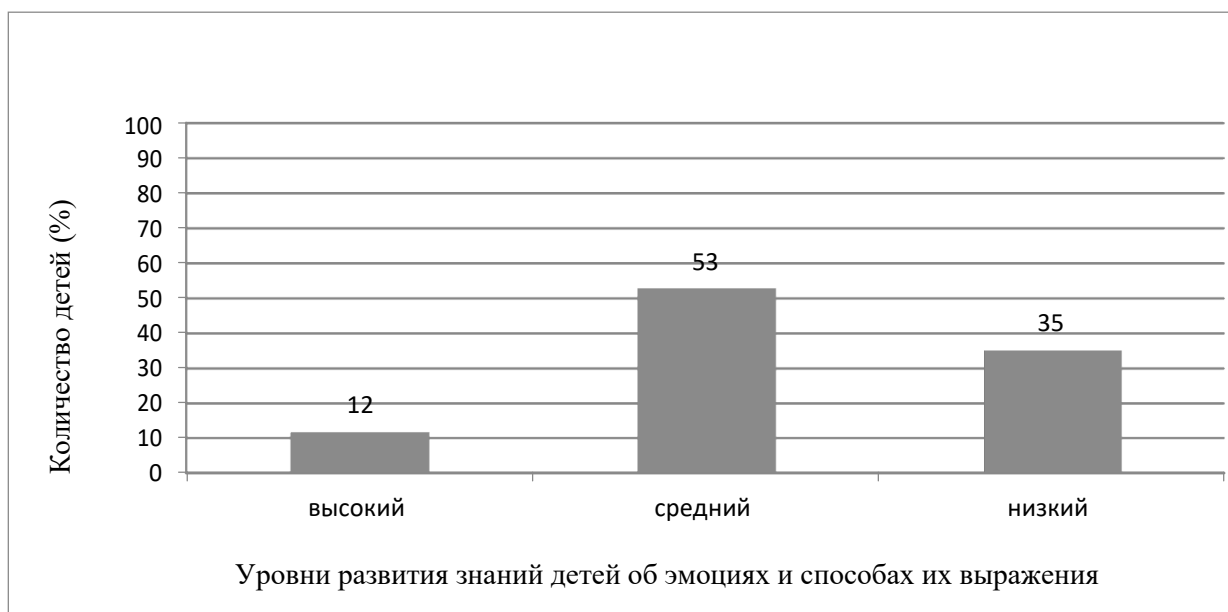


Рисунок 1. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития знаний детей об эмоциях и способах их выражения (методика Г.А. Волковой)

Таким образом, при оценке уровня развития знаний детей об эмоциях и способах их выражения установлено: преобладающее число дошкольников (53%) демонстрирует средний уровень (объясняют и изображают большую часть названных взрослым эмоций: радость, печаль, злость), низкий уровень характерен для 35% детей, высокий – лишь для 12% дошкольников.

При этом, установлено, что в большей мере у детей сформированы знания о таких эмоциях как: радость (0,94 балла), грусть (0,64 балла), удивление (0,52 балла); отмечаются затруднения в назывании и способах выражения таких эмоций, как страх (0,23 балла), испуг (0,29 балла), гнев (0,35 балла).

Результаты диагностики умения детей понимать свои эмоции и эмоциональные состояния других людей с помощью методики «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» В.Б.Никишина представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты исследования умения детей понимать свои эмоции и эмоциональные состояния других людей (методика В.Б. Никишина)

№	Ф.И.О	Эмоции				Уровень понимания своих эмоций и эмоциональных состояний людей
		радость	страх	гнев	горе	
1	А.Л	0	0	1	1	средний
2	И.Д	1	0	0	0	низкий
3	К.Е	1	0	1	1	средний
4	К.Л	1	0	0	1	средний
5	М.Д	1	1	0	0	средний
6	М.Ж	1	0	1	0	средний
7	М.П	1	1	1	0	средний
8	Н.А	1	0	1	1	средний
9	П.В	1	1	1	1	высокий
10	П.М	0	0	1	1	средний
11	Р.А	1	1	0	1	средний
12	С.Д	1	1	1	1	высокий
13	С.М	1	1	0	0	средний
14	Т.Э	1	0	1	0	средний
15	Ф.С	1	1	1	0	средний
16	Ч.А	1	1	0	1	средний
17	Ч.В	1	0	0	0	низкий
Средние значения (балл)		0,88	0,47	0,58	0,52	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 2.

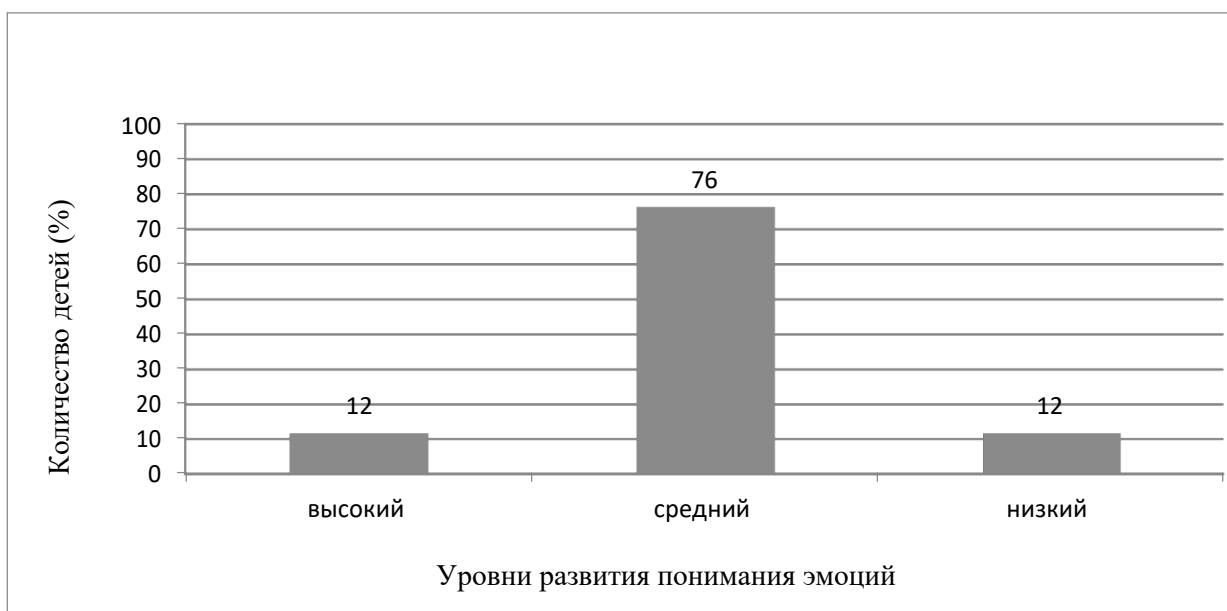


Рисунок 2. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития понимания эмоциональных состояний людей (методика В.Б. Никишиной)

При оценке умения детей понимать эмоциональные состояния других людей выявлено: для большей части дошкольников (76%) свойственен средний уровень: они называют эмоции людей по описанию их поведения и на предъявляемых взрослым картинках, но, иногда, затрудняются выделить отличительные признаки эмоций (страх, гнев). Высокий уровень характерен для 12 % дошкольников, низкий – для 12%.

При этом более доступными понимаю детей, являются эмоции радость (0,88 балла), гнев (0,58 балла), дошкольники испытывают трудности при распознавании эмоций: страх (0,47 балла), горе (0,52 балла).

Результаты диагностики умения детей распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению с помощью методики «Определи эмоции человека по ситуации» О.А. Прусакова представлены в таблице 4.

Таблица 4

Результаты исследования уровня развития умения детей распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению (методика «Определи эмоции человека по ситуации» О.А. Прусакова)

№	Ф.И.О	Эмоции				Уровень развития распознавания эмоций, эмоциональных состояний людей по их поведению
		радость	печаль	страх	гнев	
1	А.Л	1	1	1	0	средний
2	И.Д	0	1	0	0	низкий
3	К.Е	1	1	1	0	средний
4	К.Л	1	1	0	0	средний
5	М.Д	1	1	1	0	средний
6	М.Ж	1	1	1	0	средний
7	М.П	1	1	1	0	средний
8	Н.А	1	0	1	0	средний
9	П.В	1	1	1	0	средний
10	П.М	1	1	1	1	высокий
11	Р.А	0	1	1	0	средний
12	С.Д	1	1	1	0	средний
13	С.М	1	0	0	0	низкий
14	Т.Э	1	1	0	0	средний
15	Ф.С	1	0	1	0	средний
16	Ч.А	1	1	1	0	средний
17	Ч.В	1	0	0	0	низкий
Средние значения (балл)		0,88	0,76	0,7	0,05	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 3.



Рисунок 3. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития умения распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению (методика О.А. Прусакова)

Диагностика умения детей распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению показала: для большей части дошкольников (76%) свойственен средний уровень: дети прослушали рассказ взрослого о поведении героя в различных ситуациях и смогли определить эмоциональные состояния героя только с подсказкой взрослого.

Высокий уровень характерен для 6 % дошкольников, низкий – для 18%.

При этом более доступными для понимания детей являются эмоциональные состояния: радость (0,88 балла), печаль (0,76 балла), страх (0,7 балла); дошкольники испытывают трудности при распознавании эмоции горе (0,05 балла).

Результаты изучения уровня готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении с помощью методики «Что – почему – как» М.А. Нгуен представлены в таблице 5.

Таблица 5

Результаты исследования готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении (методика «М.А. Нгуен»)

№	Ф.И.	Показатели			Уровень развития готовности учитывать эмоциональное состояние другого человека
		Распознавание эмоционального состояния другого	Умение объяснять эмоциональное состояние другого	Умение адекватно реагировать на проявление эмоций других людей	
1	А.Л	0	1	0	низкий
2	И.Д	1	1	1	средний
3	К.Е	1	1	0	низкий
4	К.Л	1	1	1	средний
5	М.Д	1	1	0	низкий
6	М.Ж	0	1	0	низкий
7	М.П	1	1	1	средний
8	Н.А	1	0	0	низкий
9	П.В	2	1	2	высокий
10	П.М	1	1	0	низкий
11	Р.А	0	0	0	низкий
12	С.Д	1	1	1	средний
13	С.М	0	1	0	низкий
14	Т.Э	1	0	0	низкий
15	Ф.С	1	1	1	средний
16	Ч.А	1	1	2	средний
17	Ч.В	0	0	2	низкий
Средние значения (балл)		0,76	0,76	0,64	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 4.



Рисунок 4. Распределение выборочной совокупности детей по уровням готовности учитывать эмоциональное состояние другого человека (методика М.А. Нгуена)

При оценке готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении установлено: преобладающее число дошкольников (59%) показали низкий уровень: дети испытывают затруднения в решении предложенной взрослым проблемной ситуации, связанной с отношениями между людьми, проявлением ими эмоций в общении и взаимодействии. Средний уровень характерен для 35% дошкольников, высокий – показал лишь 1 испытуемый (6%).

При этом менее выраженной является готовность адекватно реагировать на проявление эмоций других людей (0,64 балла).

Результаты оценки умения детей регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами с помощью методики «Наблюдение за поведением ребенка в естественных условиях» А.А. Ошокина, И.Г. Цыганкова представлены в таблице 6.

Результаты исследования уровня развития умения детей регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами
(методика А.А. Ошокиной, И.Г. Цыганковой)

Ф.И.О. ребенка	Показатели умения регулировать свое эмоциональное состояние				Уровень развития умения регулировать свое эмоциональное состояние
	Самостоятельно	Направляющая помощь взрослого (способ выбора – сам.)	Помощь взрослого в виде готового решения	Не применяет, даже при помощи взрослого	
А.Л	0	1	2	1	средний
И.Д	2	1	1	1	средний
К.Е	1	2	1	1	средний
К.Л	1	2	1	1	средний
М.Д	1	2	2	0	средний
М.Ж	1	3	2	1	средний
М.П	1	1	2	1	средний
Н.А	0	1	2	1	низкий
П.В	3	2	0	3	высокий
П.М	1	3	0	0	средний
Р.А	0	1	2	0	низкий
С.Д	3	3	1	1	высокий
С.М	0	0	2	1	низкий
Т.Э	1	2	1	0	средний
Ф.С	2	1	1	1	средний
Ч.А	2	2	1	0	средний
Ч.В	2	1	1	0	средний

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 5.

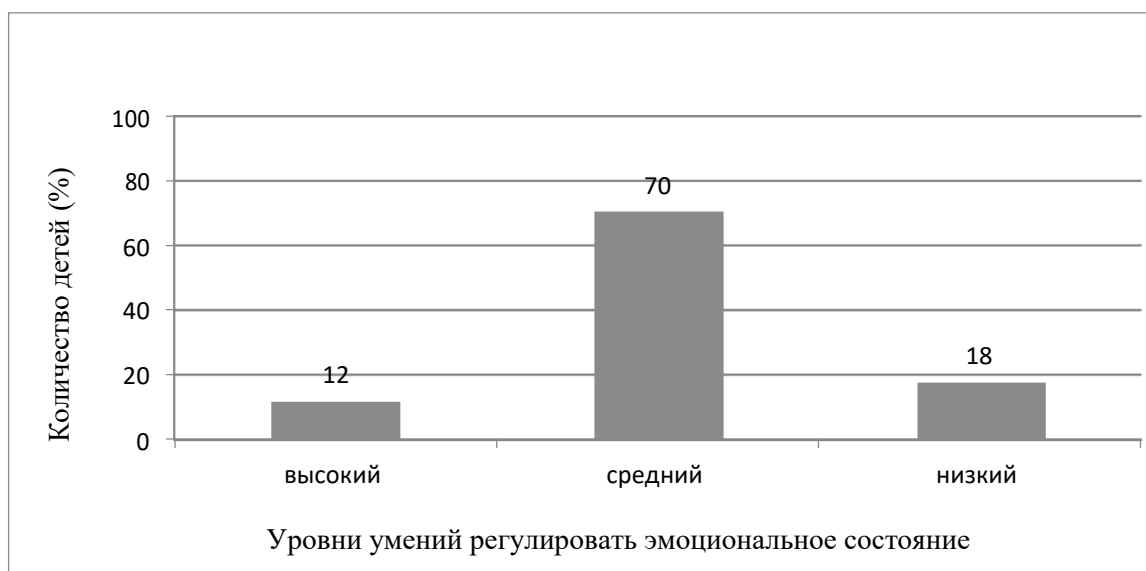


Рисунок 5. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития умения регулировать эмоциональное состояние разными средствами и способами (методика А.А. Ошокиной, И.Г. Цыганковой)

При оценке умения детей регулировать свое эмоциональное состояние выявлено: большая часть дошкольников (70%) показала средний уровень (дети могут регулировать свое эмоциональное состояние в естественных условиях, используя разные средства и способы саморегуляции, при условии направляющих действий со стороны взрослого). Низкий уровень продемонстрировали 18% детей, высокий – 12%.

Полученные в ходе предпроектного исследования данные позволили выделить проблемные области развития эмоционального интеллекта детей:

- знания об эмоциях и способах их выражения (наибольшие затруднения у детей вызвало распознавание эмоций: гнев, страх, удивление);
- готовность учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении;
- умение регулировать свое эмоциональное состояние.

Результаты предпроектного исследования послужили основой разработки психолого-педагогического проекта, направленного на развитие эмоционального интеллекта детей.

Направления и содержание психолого-педагогической работы в рамках реализации проекта по развитию эмоционального интеллекта

детей старшего дошкольного возраста «Калейдоскоп эмоций»

На основе результатов предпроектного исследования нами разработан психолого-педагогический проект «Калейдоскоп эмоций».

Участниками проекта стали 17 детей старшего дошкольного возраста, их родители, а также педагоги, психолог дошкольного образовательного учреждения.

В основу реализации проекта нами положена проектная идея: развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста возможно при реализации следующих психолого-педагогических условий:

- организации игровых занятий с детьми по развитию эмоциональной сферы;
- обеспечения положительного эмоционального климата в группе детского сада;
- включения в психолого-педагогическую работу родителей как активных участников образовательного процесса.

Содержание проекта включило два основных направления работы:

1. Работа с детьми:

- организация игровых занятий по развитию эмоциональной сферы;
- обеспечение положительного эмоционального климата в группе детского сада.

Было разработано 12 занятий, которые способствуют повышению уровня знаний об эмоциях и способах их выражения; пониманию своих эмоций и эмоциональных состояний других людей; формированию умения адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми и формированию умения регулировать свое эмоциональное состояние.

В занятия включены игры и упражнения на сплочение детского коллектива, которые обеспечивают положительный эмоциональный климат в группе детского сада.

Разработанные занятия представлены в Приложении Б.

2. Работа с родителями: привлечение родителей к участию в мероприятиях проекта.

Была проведена просветительская работа об эмоциональном интеллекте с родителями. Родителям были предоставлены данные о результатах первичной и констатирующей диагностики уровня эмоционального интеллекта у детей.

Было проведено детско-родительское мероприятие «Ярмарка эмоций». В данном мероприятии дети и родители определяли эмоции в мелодиях, участвовали в различных играх и упражнениях, например, «совладение с гневом» и «море эмоций».

Сценарий мероприятия представлен в Приложении В.

Анализ и интерпретация результатов завершающего этапа исследования по итогам реализации проекта

После реализации комплекса психолого-педагогических мероприятий в рамках проекта «Калейдоскоп эмоций», мы провели повторную диагностику эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста с помощью методик, применяемых на предпроектном этапе работы.

Результаты диагностики уровня знаний детей об эмоциях и способах их выражений с помощью методики Г.А. Волковой «Изучение мимической моторики» представлены в таблице 7.

Результаты исследования уровня знаний детей об эмоциях и способах их выражений после реализации проекта (методика Г.А. Волковой)

№	Ф.И.О	Эмоции						Уровень развития знаний детей об эмоциях и способах их выражения
		радость	грусть	удивление	гнев	испуг	страх	
1	А.Л	1	1	1	1	0	0	средний
2	И.Д	1	1	0	1	0	1	средний
3	К.Е	1	1	1	0	0	0	средний
4	К.Л	1	1	1	0	1	0	средний
5	М.Д	1	1	1	1	1	1	высокий
6	М.Ж	1	1	0	1	0	0	средний
7	М.П	1	1	1	0	1	0	средний
8	Н.А	1	1	1	1	1	0	высокий
9	П.В	1	1	0	1	1	1	высокий
10	П.М	1	1	1	1	0	0	средний
11	Р.А	1	0	0	0	0	1	низкий
12	С.Д	1	1	0	1	0	1	средний
13	С.М	1	1	0	0	0	1	низкий
14	Т.Э	1	0	0	1	0	0	низкий
15	Ф.С	1	1	1	0	0	1	средний
16	Ч.А	1	1	1	1	0	0	средний
17	Ч.В	1	1	1	1	0	0	средний
Средние значения (балл)		1	0,88	0,58	0,64	0,29	0,41	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 6.

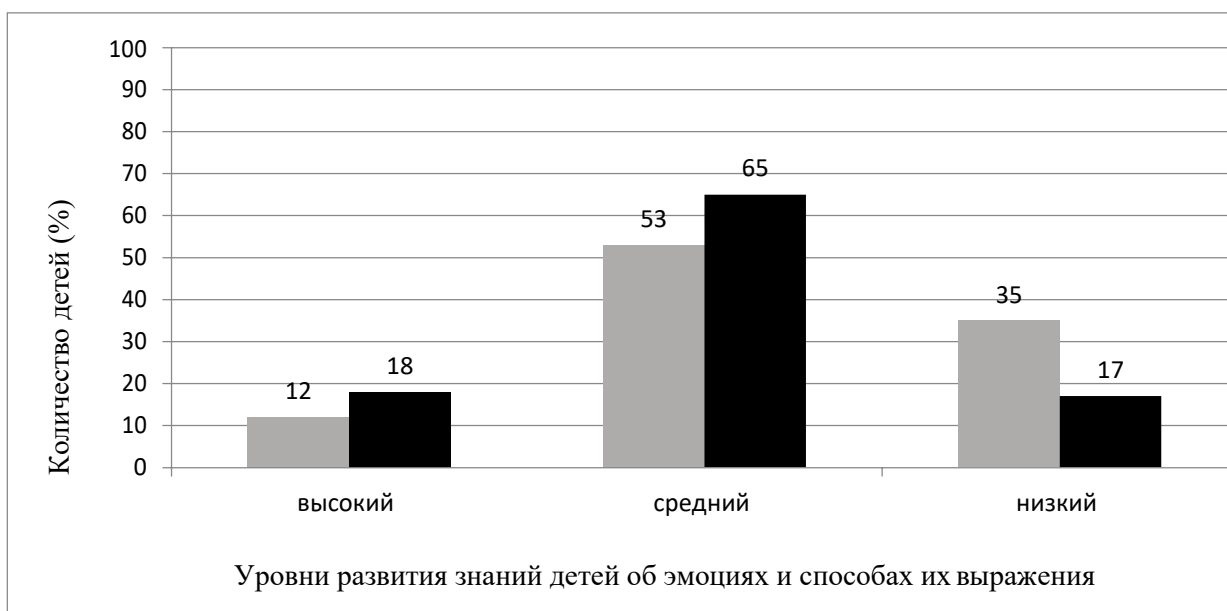


Рисунок 6. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития знаний детей об эмоциях и способах их выражения до и после реализации проекта (методика Г.А. Волковой)

Таким образом, при оценке уровня развития знаний детей об эмоциях и способах их выражения после реализации проекта установлено: преобладающее число дошкольников (64%) демонстрирует средний уровень (объясняют и изображают бóльшую часть названных взрослым эмоций: радость, печаль, злость), низкий уровень характерен для 18% детей, высокий – лишь для 18% дошкольников.

Увеличилось число детей с высоким уровнем развития знаний об эмоциях и способах их выражения – с 12% до 18%. Увеличилось количество детей со средним уровнем – с 53% до 64%. Снизилось количество детей с низким уровнем с 35% до 18%.

При этом, установлено, что в большей мере у детей сформированы знания о таких эмоциях как: радость (1 балл), грусть (0,88 балла), удивление (0,58 балла), гнев (0,64 балла), страх (0,41 балла); отмечаются затруднения в назывании и способах выражения эмоции испуг (0,29 балла).

Из результатов исследования мы видим положительную динамику развития исследуемого компонента эмоционального интеллекта детей.

Результаты диагностики умения детей понимать свои эмоции и эмоциональные состояния других людей, с помощью методики В.Б. Никишина, представлены в таблице 8.

Таблица 8

Результаты исследования умения детей понимать свои эмоции и эмоциональные состояния других людей (методика В.Б. Никишина)

№	Ф.И.О	Эмоции				Уровень понимания своих эмоций и эмоциональных состояний людей
		радость	страх	гнев	горе	
1	А.Л	1	0	1	1	средний
2	И.Д	1	0	1	0	средний
3	К.Е	1	1	1	1	высокий
4	К.Л	1	0	1	1	средний
5	М.Д	1	1	0	1	средний
6	М.Ж	1	1	1	0	средний
7	М.П	1	1	1	0	средний
8	Н.А	1	0	1	1	средний
9	П.В	1	1	1	1	высокий
10	П.М	1	0	1	1	средний
11	Р.А	1	1	0	1	средний
12	С.Д	1	1	1	1	высокий
13	С.М	1	1	0	1	средний
14	Т.Э	1	1	1	0	средний
15	Ф.С	1	1	1	0	средний
16	Ч.А	1	1	0	1	средний
17	Ч.В	1	0	1	1	средний
Средние значения (балл)		1	0,64	0,76	0,70	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 7.

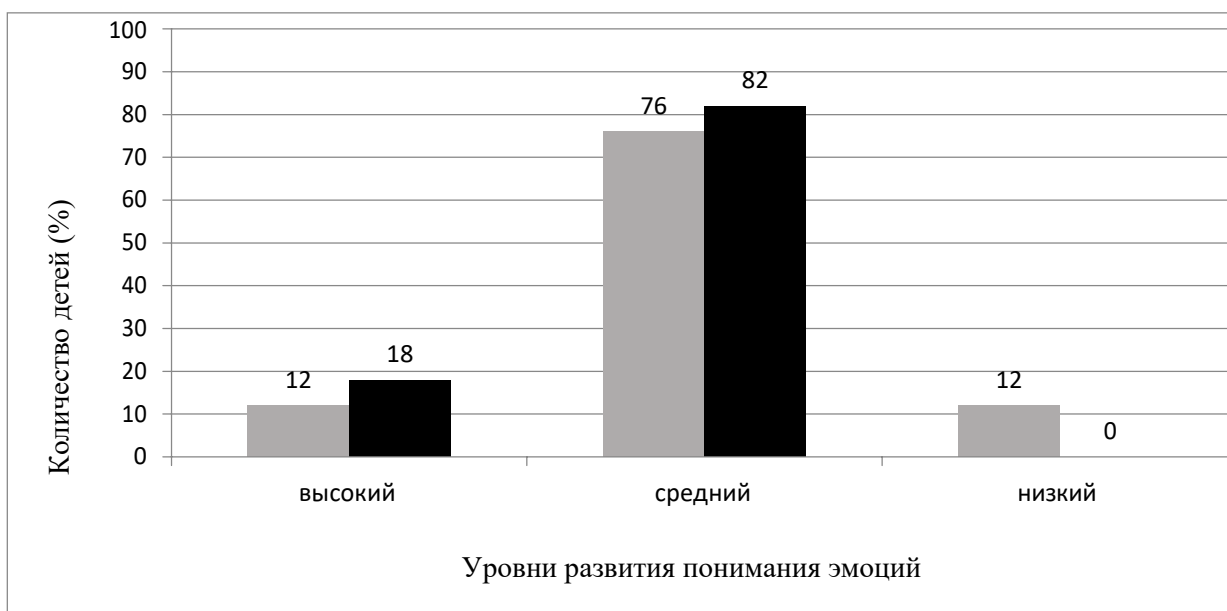


Рисунок 7. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития понимания эмоциональных состояний людей после реализации проекта (методика В.Б. Никишиной)

Для большей части дошкольников (82%) свойственен средний уровень умения понимать свои эмоциональные состояния и других людей: дети называют эмоции людей по описанию их поведения и на предъявляемых взрослым картинках, но, иногда, затрудняются выделить отличительный признак эмоции (страх). Высокий уровень характерен для 18% дошкольников, низкий уровень не выявлен.

Увеличилось число детей с высоким уровнем развития умения понимать эмоциональные состояния (свои и других людей) – с 12% до 18%. Увеличилось количество детей со средним уровнем – с 76% до 82%. Низкий уровень не выявлен.

При этом доступными понимаю детей являются все предложенные эмоции: радость (1 балл), гнев (0,76 балла), горе (0,7 балла), страх (0,64 балла).

Из результатов диагностики мы видим, положительную динамику развития исследуемого компонента эмоционального интеллекта детей.

Результаты диагностики умения детей распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению, с помощью методики О.А. Прусакова, представлены в таблице 9.

Таблица 9

Результаты исследования уровня развития умения детей распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению, после реализации проекта (методика О.А. Прусакова)

№	Ф.И.О	Эмоции				Уровень развития распознавания эмоций, эмоциональных состояний людей по их поведению
		радость	печаль	страх	гнев	
1	А.Л	1	1	1	1	высокий
2	И.Д	1	1	0	1	средний
3	К.Е	1	1	1	0	средний
4	К.Л	1	1	1	0	средний
5	М.Д	1	1	1	0	средний
6	М.Ж	1	1	0	1	средний
7	М.П	1	1	1	0	средний
8	Н.А	1	0	1	1	средний
9	П.В	1	1	1	1	высокий
10	П.М	1	1	1	1	высокий
11	Р.А	1	1	1	0	средний
12	С.Д	1	1	1	0	средний
13	С.М	1	1	0	1	средний
14	Т.Э	1	1	0	0	средний
15	Ф.С	1	0	1	0	средний
16	Ч.А	1	1	1	0	средний
17	Ч.В	1	0	0	0	низкий

Средние значения (балл)	1	0,82	0,70	0,41	
-------------------------	---	------	------	------	--

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 8.

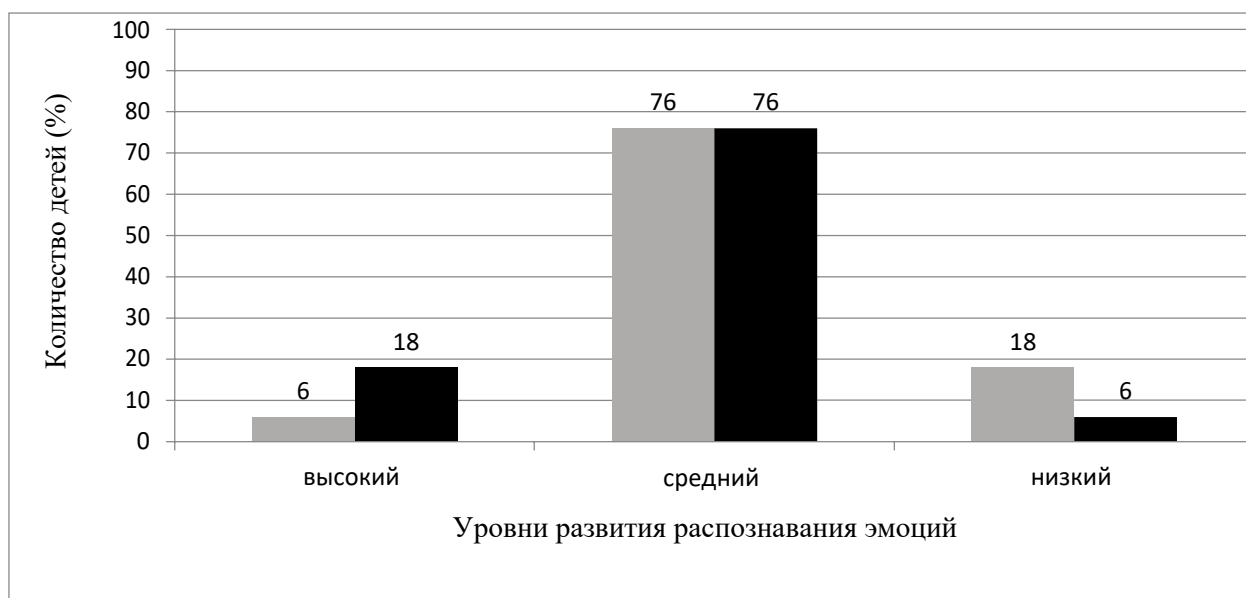


Рисунок 8. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития умения распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению, до и после реализации проекта (методика О.А. Прусакова)

Диагностика умения детей распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению после проведения мероприятий проекта показала: для большей части дошкольников (76%) свойственен средний уровень: дети прослушали рассказ взрослого о поведении героя в различных ситуациях и смогли определить эмоциональные состояния героя только с подсказкой взрослого. Высокий уровень стал характерен для 18% дошкольников, низкий – для 6%.

Увеличилось число детей с высоким уровнем развития умения распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению – с 6% до 18%. Количество детей со средним уровнем развития эмоционального

интеллекта остался на том же уровне– с 76%. Низкий уровень уменьшился с 18% до 6%.

При этом более понятными детям эмоциями и эмоциональными состояниями являются: радость (1 балл), печаль (0,82 балла), страх (0,7 балла), менее доступна пониманию детей эмоция гнев (0,41 балла).

Из результатов методики мы видим, положительную динамику развития данного компонента эмоционального интеллекта детей.

Результаты изучения уровня готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, с помощью методики М.А. Нгуен, представлены в таблице 10.

Таблица 10

Результаты исследования готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, после реализации проекта (методика «М.А. Нгуен)

№	Ф.И.О	Показатели			Уровень развития готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека
		Распознавание эмоционального состояния другого	Умение объяснять эмоциональное состояние другого	Умение адекватно реагировать на проявление эмоций других людей	
1	А.Л	1	1	2	средний
2	И.Д	1	1	1	средний
3	К.Е	1	1	1	средний
4	К.Л	2	1	1	высокий
5	М.Д	1	1	1	средний
6	М.Ж	0	1	1	низкий
7	М.П	1	1	1	средний

8	Н.А	2	0	0	низкий
9	П.В	2	1	2	высокий
10	П.М	1	1	0	низкий
11	Р.А	0	1	1	низкий
12	С.Д	1	1	1	средний
13	С.М	0	1	1	низкий
14	Т.Э	1	1	0	низкий
15	Ф.С	1	1	1	средний
16	Ч.А	1	1	2	средний
17	Ч.В	0	1	2	средний
Средние значения (балл)		0,94	0,94	1	

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 9.

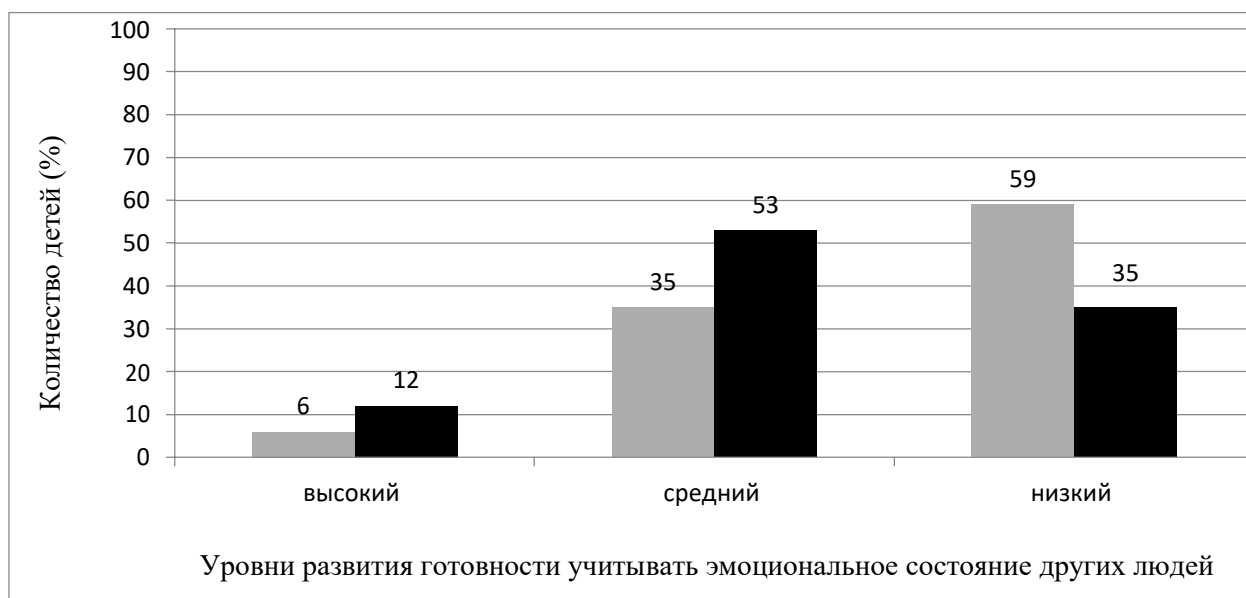


Рисунок 9. Распределение выборочной совокупности детей по уровням готовности учитывать эмоциональное состояние другого человека, до и после реализации проекта (методика М.А. Нгуен)

При оценке готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении установлено: преобладающее число дошкольников (53%) показали средний уровень: дети принимают решения в предложенной взрослым проблемной ситуации, связанной с отношениями между людьми, проявлением ими эмоций в общении и взаимодействии. Низкий уровень стал характерен для 35% дошкольников, высокий уровень характерен для 12 % дошкольников.

Следовательно, увеличилось число детей с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта – с 6% до 12%. Количество детей со средним уровнем развития эмоционального интеллекта – с 35% до 53%. Низкий уровень уменьшился с 59% до 35%.

Из результатов диагностики мы видим, положительную динамику развития изучаемого компонента эмоционального интеллекта детей.

Результаты оценки умения детей регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами с помощью методики «Наблюдение за поведением ребенка в естественных условиях» А.А. Ошокина, И.Г. Цыганкова представлены в таблице 11

Таблица 11

Результаты исследования уровня развития умения детей регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами, после реализации проекта (методика А.А. Ошокиной, И.Г. Цыганковой)

Ф.И.О. ребенка	Показатели умения регулировать свое эмоциональное состояние				Уровень развития умения регулировать свое эмоциональное состояние
	Самостоятельно	Направляющая помощь взрослого (способ выбора – сам.)	Помощь взрослого в виде готового решения	Не применяет, даже при помощи взрослого	
А.Л	0	1	2	1	средний
И.Д	2	1	1	1	средний
К.Е	1	2	1	1	средний

К.Л	1	2	1	1	средний
М.Д	1	2	2	0	средний
М.Ж	1	3	2	1	средний
М.П	1	1	2	1	средний
Н.А	0	1	2	1	средний
П.В	3	2	0	3	высокий
П.М	1	3	0	0	средний
Р.А	0	1	2	0	низкий
С.Д	3	3	1	1	высокий
С.М	0	2	2	1	средний
Т.Э	1	2	1	0	средний
Ф.С	2	1	1	1	средний
Ч.А	2	2	1	0	средний
Ч.В	2	1	1	0	средний

Обобщенные результаты исследования приведены на рисунке 10.

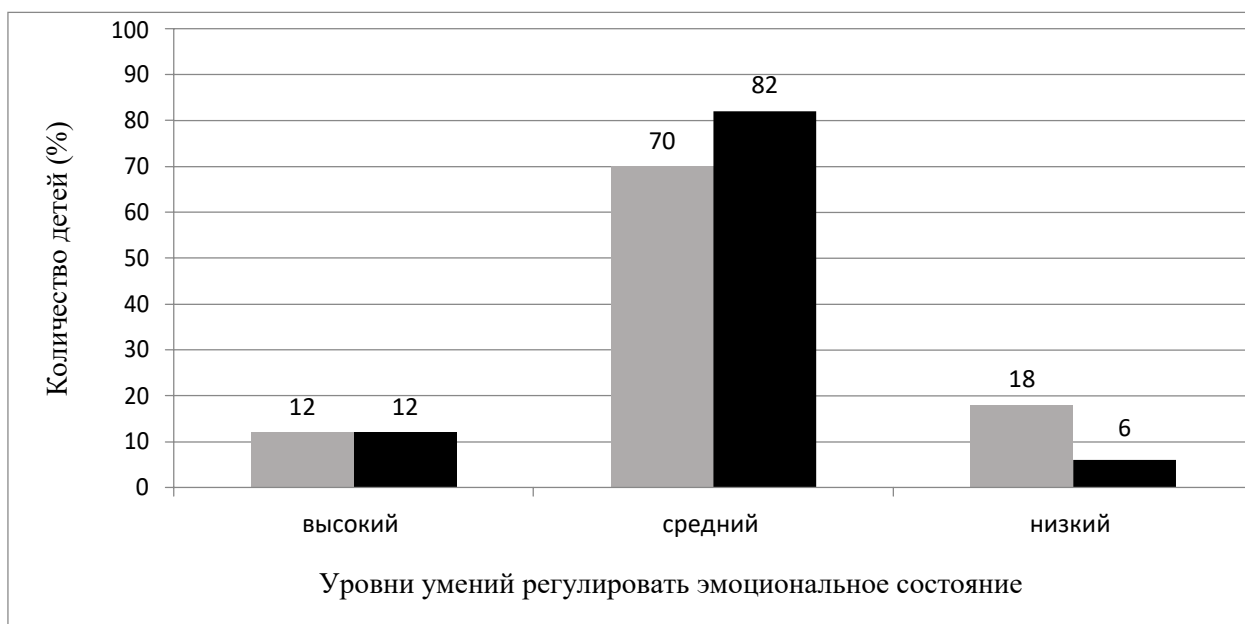


Рисунок 10. Распределение выборочной совокупности детей по уровням развития умения регулировать эмоциональное состояние разными средствами и способами, до и после реализации проекта (методика А.А. Ошокина, И.Г. Цыганкова)

При оценке умения детей регулировать свое эмоциональное состояние выявлено: большая часть дошкольников (82 %) показала средний уровень (дети могут регулировать свое эмоциональное состояние в естественных условиях, используя разные средства и способы саморегуляции, при условии направляющих действий со стороны взрослого). Низкий уровень продемонстрировали 6% детей, высокий – 12%.

Таким образом, число детей с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта не изменилось – 12%. Количество детей со средним уровнем развития эмоционального интеллекта возросло с 70 % с 82%. Доля детей с низким уровнем – уменьшилась с 18% до 6%.

Следовательно, отмечаем положительную динамику развития рассматриваемого компонента эмоционального интеллекта детей.

Результаты диагностики позволили выявить положительную динамику развития эмоционального интеллекта детей, после реализации проекта «Калейдоскоп эмоций». Следовательно, проведенная в рамках проекта работа может быть оценена как эффективная.

В качестве достигнутых результатов отмечаем:

1. Выявлены и реализованы психолого-педагогические условия, способствующие развитию эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

2. Дети имеют представления об эмоциях и способах их выражения; понимают свои эмоции и эмоциональные состояния других людей; учатся адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми и регулировать свое эмоциональное состояние разными способами и средствами.

3. Родители проявляют заинтересованность и активность в работе с детьми в данном направлении.

В ходе реализации проекта, были преодолены следующие риски и трудности:

1. Низкая мотивация родителей к участию в проекте была преодолена благодаря проведению просветительской работы о значимости развития эмоционального интеллекта ребенка, а также предоставлению данных о результатах первичной диагностики уровня развития эмоционального интеллекта детей.

2. Ограниченность временного ресурса. Данный риск преодолен за счет того, что всю необходимую работу мы планировали заранее; распределяли объем работы между участниками проекта; оказывали помощь друг другу, в случае необходимости.

3. Карантин в ДОУ. Данный риск мы пытались преодолеть посредством проведения всей необходимой работы с детьми в небольшие временные сроки. Но мы не могли предположить, что карантин затянется на несколько месяцев. Поэтому риск был преодолен частично: провели 8 из 12 занятий; далее было проведено мероприятие с родителями; повторная диагностика.

4. Отсутствие необходимого материально-технического обеспечения в ДОУ было преодолено тем, что: а) упражнения и игры были подобраны на основе имеющегося, и самостоятельно изготовленного материала; б) в обеспечении необходимого технического оборудования, мебели, игрушек, посодействовали воспитатели и психолог; г) учебные и методические материалы с диагностиками, играми, сказками и т.д. были подобраны нами самостоятельно.

Выводы по главе 2

С целью изучения возможностей развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации нами была проведена проектно-исследовательская работа. Выборку составили 17 детей старшего дошкольного возраста.

1. На предпроектном этапе работы осуществлялась психодиагностика особенностей развития эмоционального интеллекта детей с использованием диагностических материалов авторов: Г.А. Волковой, В.Б. Никишиной, О.А. Прусаковой, М.А. Нгуена, А.А. Ошокиной, И.Г. Цыганковой. Оценивались показатели: знания об эмоциях и способах их выражения; понимания своих эмоций и эмоциональных состояний других людей; умение адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми; умение регулировать свое эмоциональное состояние. В качестве методов психодиагностики использовались наблюдение, анализ продуктов деятельности, беседа. Приведем результаты исследования.

При оценке уровня развития знаний детей об эмоциях и способах их выражения установлено: большинство дошкольников (53%) демонстрируют средний уровень (объясняют и изображают бóльшую часть названных взрослым эмоций: радость, печаль, злость), низкий уровень характерен для 35% детей, высокий – лишь для 12% дошкольников.

При оценке умения детей понимать эмоциональные состояния других людей выявлено: для большей части дошкольников (76%) свойственен средний уровень: они называют эмоции людей по описанию их поведения и на предъявляемых взрослым картинках, но, иногда, затрудняются выделить отличительные признаки эмоций (страх, гнев). Высокий уровень характерен для 12 % дошкольников, низкий – для 12%.

При оценке готовности детей учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении, установлено: преобладающее число дошкольников (59%) показали низкий уровень: дети испытывают затруднения в решении предложенной взрослым проблемной ситуации, связанной с отношениями между людьми, проявлением ими эмоций в общении и взаимодействии. Средний уровень характерен для 35% дошкольников, высокий – показал лишь 1 испытуемый (6%).

При оценке умения детей регулировать свое эмоциональное состояние выявлено: большая часть дошкольников (70%) показала средний уровень (дети могут регулировать свое эмоциональное состояние в естественных условиях, используя разные средства и способы саморегуляции, при условии направляющих действий со стороны взрослого). Низкий уровень продемонстрировали 18% детей, высокий – 12%.

2. Полученные, в ходе предпроектного исследования, данные позволили выделить проблемные области развития эмоционального интеллекта детей (знания об эмоциях и способах их выражения; готовность учитывать эмоциональное состояние другого человека в общении; умение регулировать свое эмоциональное состояние) и разработать психолого-педагогический проект «Калейдоскоп эмоций», позволяющий при условиях: организации системы игровых занятий по развитию эмоциональной сферы; обеспечения положительного эмоционального климата в группе детского сада; включения в психолого-педагогическую работу родителей как активных участников образовательного процесса – обеспечить оптимальные показатели развития эмоционального интеллекта дошкольников.

3. Оценка результатов реализации проекта на аналитическом этапе показала положительную динамику изучаемых показателей. Следовательно, проведенная в рамках проекта работа может быть оценена как эффективная.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведенного исследования были решены следующие задачи:

1. На основе анализа научной литературы раскрыто понятие «эмоциональный интеллект», выделили компоненты, факторы развития эмоционального интеллекта детей.
2. Эмпирически выявлены и охарактеризованы особенности эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.
3. Обоснованы психолого-педагогические условия, разработан и реализован комплекс мероприятий в рамках проекта «Калейдоскоп эмоций», обеспечивающих развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.
4. Выделены показатели эффективности проделанной работы.

Таким образом, проектная идея о том, что развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста возможно при реализации следующих психолого-педагогических условий: организации игровых занятий с детьми по развитию эмоциональной сферы; обеспечения положительного эмоционального климата в группе детского сада; включения в психолого-педагогическую работу родителей как активных участников образовательного процесса – доказана.

Проект «Калейдоскоп эмоций» эффективен, для развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Перспективы данного проекта заключаются в следующем:

1. Проект можно использовать в своей дальнейшей профессиональной деятельности.
2. На основании данной работы можно осуществлять поиск новых форм, методов, средств работы с детьми старшего дошкольного возраста по развитию эмоционального интеллекта.

3. Работа может быть востребована педагогами, педагогами-психологами ДОО в качестве самостоятельного методического пособия, а также дополнительного источника в русле данной темы.

4. Проект «Калейдоскоп эмоций» позволяет оказать консультативную помощь родителям в вопросах развития эмоционального интеллекта ребенка.

5. Передача собственного педагогического опыта путем публикации материалов о результатах реализации проекта в научном сборнике.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. СПб., 2012. 288 с.
2. Андреева И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта // Вопросы психологии. 2007. № 5. С.57–65.
3. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3. С.78–86.
4. Базарсадаева Э.Ж. К вопросу об истории изучения эмоционального интеллекта // Вестник бурятского государственного университета. 2013. № 5. С.24–31.
5. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. М., 2008. 632 с.
6. Гиппенрейтер Ю.Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Вместе переживаем и играем. М., 2014. 96 с.
7. Гогоберидзе А.Г. Детство с музыкой. Современные педагогические технологии музыкального воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста. СПб., 2010. 650 с.
8. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: Пер. с англ. А.П. Исаевой. М., 2009. 478 с.
9. Грозина В.А. Возможности игровых и рисуночных техник для развития эмоционального интеллекта старших дошкольников // Психологические исследования эмоций. 2012. № 6. С.85–93.
10. Гром Н.А. Особенности развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста // Концепт. 2016. № 10. С.86–90.
11. Довгая Н.А. Об особенностях развития эмоциональной сферы // Дошкольное воспитание. 2004. № 10. С.12–17.
12. Ежкова Н.С. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольных учреждений. М., 2010. 127 с.

13. Запорожец А.В., Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспитателей дет. сада / Под ред. А. Д. Кошелевой. М., 1985. 175 с.
14. Зеньковский В.В. Психология детства: пособие для вузов. М., 1995. 346 с.
15. Изард К.Э. Эмоции человека: пер. с англ. М., 2008. 954 с.
16. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: учебное пособие. М., 2014. 288 с.
17. Комкова Е.И., Недвецкая Т.М. Идентификация эмоций как показатель эмоционального интеллекта у старших дошкольников // Инновационные образовательные технологии. 2012. № 1 (29). С.53–58.
18. Крутецкий В.А. Психология: Учебник для учащихся пед. училищ. М., 1980. 352 с.
19. Куракина А.О. Модель психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта дошкольников // Фундаментальные исследования. 2013. № 11. С. 546–550.
20. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. СПб., 2009. 320 с.
21. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М., 2004. С. 29–36.
22. Люсин Д.В., Овсянникова В.В. Связь эмоционального интеллекта и личностных черт с настроением // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015. Т.12. № 3. С. 154–164.
23. Микляева Г.Ф. Развитие эмоционального интеллекта у дошкольников посредством ознакомления с портретной живописью в условиях введения ФГОС ДО // Образовательные проекты «Совёнок» для дошкольников. 2017. № 53. 14 с.

24. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников: Занятия. Игры: Пособие для практических работников дошкольных учреждений. - М., 2003. 48 с.
25. Нгуен М.А. Психологические особенности формирования эмоционального интеллекта старших дошкольников: на примере российских и вьетнамских детей: дис. ... д-ра психол. наук. Воронеж, 2008. 188 с.
26. Нгуен М.А. Психологические предпосылки возникновения эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте // Культурно-историческая психология. 2007. № 3. С. 46–51.
27. Нгуен М.А. Развитие эмоционального интеллекта // Ребенок в детском саду. 2007. № 5. С. 80–87.
28. Никитин А.А. Эмоциональный интеллект и художественное мышление [Электронный ресурс]. Хабаровск, 2011 г. // Научные статьи. URL:http://www.artcenter.khabonline.com/nauchnye_statji/m..e_myshlenie/ (дата обращения: 13.02.2020)
29. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. М., 1998. 351 с.
30. Общение и эмоциональное благополучие ребенка дошкольного возраста: учебное пособие к спецкурсу по психологии / Сост. Л.В. Доманецкая; Краснояр. гос. пед. ун-т им В.П. Астафьева, 2008. 164 с.
31. Орел Е.А. Опыт разработки теста эмоционального интеллекта ЭМІQ. // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / Под. ред.: Д.В. Люсин, Д. Ушаков. М., 2009. С. 197–208.
32. Прусакова О.А., Сергиенко Е.А. Понимание эмоций детьми дошкольного возраста // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 24–35.
33. Прусакова О.А., Сергиенко Е.А. Репрезентация эмоций в дошкольном возрасте // Исследования по когнитивной психологии / Под ред. Сергиенко Е.А. М., 2004. С. 332–350.

34. Психология детства: учебник / под ред. А.А. Реана. СПб., 2013. 368 с.
35. Рогов Е.И. Эмоции и воля. М., 2006. 240 с.
36. Семенака С.И. Использование проблемных ситуаций в развитии эмоционального интеллекта дошкольников // Детский сад: теория и практика. 2014. № 4. С. 86–95.
37. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Эмоциональный интеллект: методическое пособие / русскоязычная адаптация теста Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо М., 2017. 139 с.
38. Сидоров С.В. Социально-эмоциональное развитие старших дошкольников // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 7 (19). С. 178–182.
39. Симбирцева Н.В. Современные теоретические представления об эмоциональном интеллекте // Вестник кемеровского государственного университета. 2008. № 3. С. 54–56.
40. Симонов П.В. Эмоциональный мозг. М., 1981. 166 с.
41. Смирнова Е.О. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция. М., 2005. 158 с.
42. Социально-эмоциональное развитие дошкольников / Под ред. Н.В. Минаевой. М., 2013. 154 с.
43. Токарев А.А. Формы и методы развития личности детей дошкольного возраста в условиях ДОУ // Материалы международной заочной научной конференции «Современная психология» (г. Пермь, июнь 2012 г.). Пермь. 2012. С. 27–40.
44. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии: пособие для студентов педагогических институтов, учащихся педагогических училищ и колледжей, воспитателей детского сада / Под ред. Г.А. Урунтаевой. М., 1995. 291 с.

45. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // Министерство образования и науки Российской Федерации. Документы. URL: <http://минобрнауки.рф/документы/922> (дата обращения: 12.11.2019).

46. Чертовских И.С. Условия развития социальных эмоций детей старшего дошкольного возраста. Липецк, 2016. 168 с.

47. Шило Т.В., Редкова Ю.Н. Средства и методы развития эмоциональной сферы ребенка // Материалы II международной научной конференции «Образование: прошлое, настоящее и будущее» (г. Краснодар, февраль 2017 г.). Краснодар, 2017. С. 48–51.

48. Эмоциональное развитие дошкольника: пособие для воспитателей дет. сада / Под ред. А.Д. Кошелевой. М., 1985. 176 с.

49. Эмоциональное развитие дошкольников: пособие для студентов / Под ред. А.Д. Кошелевой. М., 2013. 176 с.

50. Яковлева Е.Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития // Вопросы психологии. 1997. № 4. С. 20–27.

51. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). NJ, 2006. P. 13–25.

52. Brackett M., Mayer J.D., Warner. R.M. Emotional intelligence and the prediction of behavior // Personality and Individual Differences. 2004. Vol. 36. P. 1387–1402.

53. Mayer J.D., Perkins D., Caruso D.R., Salovey P. Emotional intelligence and giftedness // Handbook of giftedness in children. 2001. Vol. 23. P.131–137.

54. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G. Emotional Intelligence As a Standard Intelligence // Emotion. 2001. Vol.1. P. 232–242.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Методики исследования

Методика 1. «Методика изучения мимической моторики» (Г.А. Волкова).

Цель методики: определить знания детей об эмоциях и способах их выражения.

В процессе проведения ребенку предлагалось показать эмоциональное состояние: радость, грусть, удивление, гнев, испуг, страх. Ребенку предлагалась инструкция: «Я скажу, какое эмоциональное состояние нужно изобразить, а ты покажешь это состояние». Все результаты заносились в протокол, в котором отмечалось наличие диагностируемых показателей и их выраженность в баллах.

По сумме баллов определялся уровень знаний об эмоциях и способах их выражения:

низкий уровень (0-1 балл) – говорит о недостаточной выраженности эмоциональных состояний (ребенок с затруднением изображает из названных эмоций 1-2 эмоции).

средний уровень (1-2 балла) – ребенок выражает без затруднения 3-4 эмоции.

высокий уровень (2-3 балла) – характеризует оптимальный уровень знаний об эмоциях.

Методика 2. «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (В.Б. Никишина).

Цель методики: изучение понимания эмоций, эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке.

Ребенку последовательно показывали портретные картинки с изображением детей, на каждой из которых ярко выражено эмоциональное состояние и задавались вопросы: «Как чувствует себя ребенок,

изображенный на картинке? Как ты догадался об этом». Каждая картинка предъявлялась отдельно.

Полученные результаты подвергались качественной и количественной оценке. При анализе протоколов определили уровень понимания эмоций, эмоциональных состояний людей по внешним проявлениям:

низкий уровень (1 балл) – недостаточное понимание эмоциональных состояний. Ребенок с затруднением характеризует, из названных, лишь одну эмоцию, с неохотой выполняет задание. Не отвечает на вопросы.

средний уровень (2 балла) – средний уровень понимания эмоциональных состояний. Ребенок объясняет без затруднения из названных эмоций 2-3 эмоции, с радостью принимает задание и выполняет его. Отвечает с затруднением на вопросы взрослого, или отвечает с подсказкой взрослого.

высокий уровень (3 балла) – характеризует нормальный уровень понимания эмоциональных состояний. Ребенок объясняет все названные взрослым эмоции, с радостью принимает задание и выполняет его. Отвечает на все вопросы взрослого.



Рисунок 11. «Эмоциональные состояния людей, изображенных на картинке»

Методика 3. «Определи эмоции человека по ситуации» (О.А. Прусакова).

Цель методики: выявление особенностей распознавания эмоций, эмоциональных состояний людей по их поведению.

Ребенку были прочтены 4 рассказа про мальчика Петю, который попадает в различные ситуации, для каждой из четырех базовых понятий: радость, печаль, страх, гнев. После прочтения ситуаций ребенку задавались вопросы: «Как ты думаешь, что почувствовал Петя, какое у него стало настроение?».

По сумме баллов определялся уровень развития умения распознавать эмоции, эмоциональные состояния людей по их поведению:

низкий уровень (1 балл) – ребенок слушал рассказы взрослого, но смог определить только 1 эмоцию. На вопросы взрослого отвечал с затруднением или с подсказкой взрослого.

средний уровень (2 балла) – ребенок слушал рассказы взрослого, но смог определить только 2-3 эмоции. На вопросы взрослого ответил, но с подсказкой взрослого.

высокий уровень (3 балла) – ребенок слушал рассказы взрослого, смог определить все эмоции, описанные взрослым. На вопросы взрослого отвечает полно, с удовольствием.

Методика 4. «Что – почему – как» (М.А. Нгуен).

Цель методики: выявить степень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нем.

Ребенку был прочтен рассказ про Антона (Аню), которые защищали своего(свою) брата (сестру). После прочтения ситуаций ребенку задавались вопросы: «Как ты думаешь, что он(а) им сказала?», «Почему Таня (Юра) так поступил (а)? «Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?».

Отвечая на вопросы психолога, ребенок должен решить определенную проблему, связанную с отношениями между детьми, их оценкой ситуаций и пониманием эмоциональных состояний других людей.

По сумме баллов определялся уровень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека, умения адекватно реагировать на проявление эмоций другими людьми:

1. «Как ты думаешь, что он (она) им сказала?».

0 баллов – ребенок не отвечает или дает такие варианты ответа:

«Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно».

1 балл – «Старшая сестра (старший брат) угрожала (угрожал) ребятам;

2 балла – конструктивное решение проблемы. Варианты конструктивного решения: – старшая сестра (старший брат) просит ребят оставить младшую сестру (младшего брата) в покое, иначе она (он) пожалуется учителям и родителям; – старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам, что так делать нельзя, что это плохо; – старшая сестра (старший брат) объясняет ребятам проблему своей младшей сестры (своего младшего брата) и настаивает на том, чтобы ребята прекратили над ней (над ним) смеяться.

2. «Почему Таня (Юра) так поступила (поступил)?».

0 баллов – ребенок не понимает вопроса.

1 балл – «Чтобы не смеялись»; «Чтобы не обижали».

2 балла – «Люди чувствуют себя плохо, если над ними смеются»

3. Как бы ты поступил(а) в такой ситуации?

0 баллов – ответ отсутствует.

1 балл – «Надо попросить взрослых поговорить с обидчиками».

2 балла – ребенок сам принимает решение, опираясь на свои чувства – чувства обиженного человека.

Уровни развития эмоционального интеллекта:

низкий уровень: 0 – 2 балла;

средний уровень: 3 – 4 балла;

высокий уровень: 5 – 6 баллов.

Методика 5. Наблюдение за поведением ребенка в естественных условиях (А.А. Ошокина, И.Г. Цыганкова).

Цель методики: выявить уровень развития умения регулировать свое эмоциональное состояние разными средствами и способами.

В ходе наблюдения на каждого испытуемого заводился протокол, в котором отмечалось наличие диагностируемых показателей в естественных условиях и их выраженность в баллах.

На суммирования баллов определялся уровень умения регулировать эмоциональным состоянием:

низкий уровень (0-1 балл)- ребенок не применяет способ эмоциональной саморегуляции предложенный взрослым;

средний уровень (2 балла) – взрослый направляет ребенка, а способ эмоциональной саморегуляции дошкольник выбирает и реализует самостоятельно;

высокий уровень (3 балла) – самостоятельно применяет известные ему способы и средства эмоциональной саморегуляции;

Занятия для развития эмоционального интеллекта у детей старшего
дошкольного возраста

№	Занятие	Содержание
1	Занятие	<p>Цель: познакомить детей с эмоцией "радость".</p> <p>Задачи: Установить положительные эмоциональные связи между детьми; развивать эмоциональный интеллект.</p> <p>Оборудование: ватман, альбомные листы, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см. цветные карандаши, карточки с эмоциями людей, мяч, видеотехника.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>В круг скорее становись и друг другу улыбнись. Всем вы здравствуйте скажите, руку дружбы протяните.</p> <p>Здорово! Как хорошо мы с вами поздоровались.</p> <p>Ребята! А вы знаете, что такое радуга? А как она выглядит? Давайте ее нарисуем!</p> <p>Какая у нас яркая радуга получилась!</p> <p>Скажите, а знаете ли вы, что такое эмоции? А умеете ли вы их выражать? Давайте попробуем все вместе!</p> <p>А поможет нам в этом игра.</p> <p>Начнем?</p> <p>Раз, два, три в фигуру радости превратись. В фигуру грусти превратись. В фигуру удивления превратись. В фигуру злости превратись.</p> <p>Отлично! Вот мы и показали друг другу наши эмоции, а теперь я предлагаю вам их нарисовать и приклеить к нашей радуге!</p> <p>Теперь наша радуга наполнена эмоциями, и каждый раз, когда мы будем с вами играть, мы будем рисовать наши эмоции и приклеивать на нашу радугу, согласны?</p> <p>Я предлагаю вам приветствие «ласковые волны»</p> <p>Приветствие. Упражнение "Ласковые волны"</p> <p>Каждый ребенок по очереди встает в центр круга. Остальные, изображая ласковые волны, подходят к нему, касаются руками его тела и произносят слова: "Мы рады тебя видеть! Мы любим тебя!"</p> <p>-Человек испытывает радость при долгожданной встрече, подарка и многого другого. Я вам сейчас прочитаю стихотворение, а вы мне скажите, что вызвало радость.</p> <p>Радуга Солнце светит, дождь идет, В небе радуга цветет. Над рекой она взошла. Радость людям принесла. Речка краше сразу стала: Разным цветом засияла.</p> <p>-Ребята, а когда радуется вы?</p> <p>Ответы детей.</p> <p>Игра "Я радуюсь, когда..."</p>

1	2	3
		<p>- Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему мячик и попрошу, рассказать нам об этом (ведущий бросает мяч). Дарина, скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?». Дарина должна будет поймать мячик и сказать: "Я радуюсь, когда..."</p> <p>Дарина рассказывает, когда она радуется, а затем бросает мячик следующему ребенку и, назвав его по имени, в свою очередь спросит: "(имя ребенка), скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?"</p> <p>- Мы с вами говорили о том, что вас радует. Думаю, у вас много причин для радости, настолько много, что вы сможете нарисовать дерево радости. Согласны?</p> <p>Упражнение "Дерево радости"</p> <p>- Берите альбомные листы и занимайте свое место за столами. Нарисуйте на своих листах дерево, а на веточках вместо листочков изобразите то, что вызывает у вас радость. Чем больше у вас будет рисунков, тем лучше.</p> <p>Для экономии времени на альбомных листах детей заранее нарисованы шаблон дерева с крупными листьями. Детям останется только нарисовать внутри листочков то, что их радует, чем больше листочков будет заполнено, тем лучше.</p> <p>После того, как деревья будут нарисованы, ведущий предлагает каждому ребенку по очереди рассказать, чему они радуются. (Особенно следует обратить внимание детей на рисунки, где причинами радости являются добрые поступки и дела по отношению к другим, чувство радости, вызванное собственными успехами и достижениями. Например, научился кататься на коньках, читать и т. д. Отметить рисунки, где причинами радости является улыбка друга, яркое солнце, хорошая погода и т. д.)</p> <p>- Ребята, какие по-настоящему радостные получились у вас деревья, как много в жизни причин для радости. Как вы думаете, радость мешает нам или помогает?</p> <p>Упражнение "Когда радость помогает, а когда мешает"</p> <p>- Ребята, у меня есть видео ролики, на которых показаны разные ситуации. Давайте посмотрим их и скажем, когда радость помогает, а когда мешает. Дети выполняют задание.</p> <p>Ведущий: Ребята, эмоция «радость» — это улыбки, смех, тепло и добро, она похожа на солнце.</p> <p>-дети, ложитесь на ковер, закройте глаза и сотворим в себе солнце.</p> <p>Упражнение "Сотвори в себе солнце"</p> <p>В природе есть солнце. Оно светит и всех любит и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своем сердце маленькую звездочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несет любовь. Мы чувствуем, как звездочка увеличилась. Направляем лучик с добром, звездочка стала еще больше. Я направляю к звездочке лучики, которые несут радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звездочка становится большой, как солнце. Оно несет тепло всем, всем, всем (руки в стороны).</p>
2	Занятие	<p>Цель: познакомить детей с эмоцией "злость".</p> <p>Материалы: строительные кубики, барабаны, бумага, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., цветные карандаши.</p>

1	2	3
		<p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Здравствуйте, мои дорогие друзья. Приветствие "Эстафета дружбы" Вставайте в круг и возьмитесь за руки. Я "передам" вам свою дружбу и "передаю" ее, как эстафету через рукопожатие, и она идет от меня к Марку, к Маше и т.д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый добавил чуточку своей. Пусть же она не покидает вас и греет.</p> <p>Основная часть -Ребята, скажите, какая эмоция может разрушить дружбу? Ответы детей - Молодцы! Вы правильно говорите - злость может разрушить дружбу. Я предлагаю вам поиграть в игру «Когда я зол».</p> <p>Упражнение "Когда я зол" Для игры необходимо раздать каждому ребенку по 3-4 строительных кубика. Ведущий объясняет детям, что каждый по очереди будет выходить в круг и ставить их друг на друга. Каждый раз, выходя в круг, дети должны говорить вслух о том, что злит и раздражает их больше всего. Допустимо говорить все, что угодно, не следует вводить ограничения и запреты (иначе упражнение теряет всякий смысл). Начать выполнение задания лучше взрослому. В конце игры следует обратить внимание детей на то, что в эту игру они могут играть самостоятельно и в группе, и дома каждый раз, когда чувствуют, что очень сильно разозлились и хотят сказать что-то грубое, неприятное. Ведущий подводит итог игры: Чем больше неприятных слов мы говорим, тем больше башня, а значит неустойчивее, поэтому легко разрушается. Также и с дружескими отношениями, чем больше грубых слов мы говорим друг другу, тем чаще ссоримся, ругаемся, деремся. Главное помните, ребята, что такие слова можно говорить, выстраивая башню из кубиков или других предметов, а вот говорить их родителям, воспитателям, друзьям не нужно, так как это неизбежно приведет к ссоре. - Ребята, люди выражают свою злость не только словами, но и жестами. Упражнение "Как наша злость проявляется в действиях" Закройте глаза и представьте себе ситуацию, когда вы на что-то или кого-то сильно разозлились. Почувствуйте, какие действия вы хотели бы сделать руками, ногами, запомните эти действия. Откройте глаза. Теперь предлагаю каждому по очереди показать, что хотелось сделать. Сначала покажите действия руками, а потом ногами. После того, как все дети покажут действия, которые им хочется сделать руками и ногами, взрослый обращает внимание детей на их стремление толкнуть, пнуть, ударить. Подчеркивает, что эти желания вполне естественны, но нужно найти такие способы, которые не вредят другим детям и взрослым, не разрушают дружеских отношений. - Ребята, посмотрите в нашем уголке уединения есть предметы, которые можно использовать для выражения злости безопасным игровым способом (бумага, строительные кубики, мягкие мячики, барабан с барабанными палочками и т.д.).</p>

1	2	3
		<p>Как вы подумаете, как можно использовать их для выполнения тех действий, которые вы показывали. (Выслушивает ответы детей). Ведущий приглашает освоить способы регуляции злости посредством игровых упражнений.</p> <p>Игра "Барабанная дробь"</p> <p>Детям предлагается бить, стучать, ударять в барабан. Способы и варианты выполнения задания дети находят самостоятельно. Упражнение выполняется до момента наступления пресыщения.</p> <p>Игра "Разрывание бумаги"</p> <p>Обращаем внимание детей, что когда мы чувствуем злобу, гнев нам хочется, что – то разрушить. Удовлетворить это стремление, не причинив вреда себе и окружающим, можно, используя бумагу. Детям предлагается самостоятельно найти способ действия с бумагой (подсказка: как повредить бумагу, разрушить ее целостность; подвести к пониманию возможности разрывания бумаги на более мелкие составляющие). Можно предложить детям подбрасывать кусочки бумаги в воздух (но потом все убрать).</p> <p>Упражнение "Волшебный цветок добра"</p> <p>А сейчас устройтесь поудобнее закройте глаза и представьте, что на ваших ладонях лежит "цветок добра и хорошего настроения". Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная музыка. И вам хочется ее послушать. Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в свое сердце. Почувствуйте, как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете, как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вам. Вас обвевает теплый, ласковый ветерок. У вас доброе, хорошее настроение. Я хочу, чтобы вы запомнили то, что сейчас чувствуете, и взяли с собой и сохранили на весь день. Откройте глаза, пошлите друг другу добрые мысли.</p> <p>Ребята, предлагаю нарисовать эмоцию «радость» и приклеить к нашей радуге.</p> <p>Всего вам доброго!</p>
3	Занятие	<p>Цели: познакомить детей с эмоцией удивления.</p> <p>Задачи: учить различать, передавать эмоции, используя различные выразительные средства; учить эмоционально воспринимать настроение людей; развивать умение чувствовать чужое настроение и сопереживать окружающим.</p> <p>Оборудование: пиктограмма “радости”, “удивление” картинка с изображением удивленной девочки, небольшое зеркало; цветные карандаши, бумага, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см.</p> <p>Ход занятия</p> <p>- Сегодня мы продолжаем изучать настроения. Послушайте стихотворение.</p>

1	2	3
		<p>Купание Купание Полон дом народу Целая компания В кухне греет воду. А мама в белой юбке, Как капитан из рубки, Дает команду бодро - Скорей несите ведра, Мыльницы и губки Удивляет братца Вся эта суматоха: Зачем ему купать? Ему и так неплохо! (А. Барто) - Какое настроение у тех, кто готовит принадлежности для купания? Дети - веселое. Найдите нужную картинку. -А у малыша? Дети - удивленное. - Давайте рассмотрим этот рисунок. (Демонстрируется карточка с изображением удивленной девочки.) - У этой девочки тоже настроение удивления. Посмотрите внимательно на ее лицо. Что происходит с бровями? (Они подняты вверх дугой.) С глазами? (Они широко раскрыты). С губами? (Они растянуты виз и вверх и похожи на букву «О»).</p> <p>Упражнение «Зеркало» - Давайте попробуем изобразить настроение удивления на своих лицах. Я по кругу буду передавать зеркало, а вы представите себе, что там отразилось что-то сказочное и удивитесь. Как вы думаете, чему может удивиться человек? Дети - Сюрпризам; необыкновенным фокусам; мороженому, которого раньше он никогда не ел; бабочкам среди зимы; неожиданным подаркам. - Я расскажу вам одну историю, а потом мы попробуем ее проиграть. Этюд «Удивление» - Мальчик со своей мамой отправился в цирк. Там много артистов – людей и животных. Но вдруг он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было, а из чемодана выпрыгнула собака. Мальчик очень удивился. (Мимика рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты). - Давайте распределим роли. Кто будет играть фокусника мальчика? Остальные будут зрителями. (Отработка мимика удивления).</p> <p>Упражнение «Тренируем эмоции» Давайте сделаем гимнастику для лица. Улыбнитесь, как: Кот на солнце; Само солнце; Буратино; Хитрая лиса; Радостный ребенок (Отработка эмоции удивления).</p>

1	2	3
		<p>А теперь удивитесь, как: Ребенок, который увидел в цирке фокусника; Человека, который обнаружил, что к нему в комнату вошел слон; Ребенок, который встретил волшебника; Ребенок, который увидел чудо. (Отработка эмоции удивления). «Настроение в музыке» Цель: Знакомство с эмоцией «Удивление» Я принесла вам картинки. Посмотрите, какая веселая девочка! Она радуется, улыбается! Давайте и мы улыбнемся друг другу, посмеемся, попрыгаем, потанцуем! Звучит веселая музыка, дети танцуют, прыгают, кружатся. Ведущий демонстрирует картинку с изображением удивленного персонажа и аудиозапись со словами: «А теперь глаза открой и удивись!» «А этот мальчик удивился (интонацией и мимикой выражает удивление). Послушайте, какие слова в этой музыке поются». Затем ведущий по очереди показывает детям картинки и предлагает угадать, какая будет звучать музыка. А теперь давайте нарисуем и приклеим на радугу настроение удивление.</p>
4	Занятие	<p>Цель: Знакомство с эмоцией обиды. Задачи: Научить определять по выражению лица эмоцию, научить распознавать эмоцию. Оборудование: Картинки с изображениями обиженных детей, карточки с надписями ("Я обижаюсь, когда...", "Я обижаюсь, потому что..."), Альбомные листы на каждого ребенка, воздушные шары на каждого ребенка по 2 шт., бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., цветные карандаши.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Добрый день, ребята. Я рада вас видеть и мне очень хочется вас всех обнять. Давайте поприветствуем друг друга объятиями. Приветствие "Ласковые объятия" Дети, свободно передвигаются по комнате, дарят друг другу ласковые объятия. Ведущий: Сегодня мы продолжаем знакомство с эмоциями. А с какой эмоцией познакомимся, попробуйте отгадать по картинкам (показ картинок мальчика и девочки). О какой эмоции пойдет речь? "обида". - Молодцы, вы правильно определили эмоцию. Давайте попытаемся разобраться, что такое обида, почему мы обижаемся. Упражнение "Я обижаюсь, когда..." Дети располагаются в кругу, в центре круга находятся карточки с перевернутыми вниз надписями ("Я обижаюсь, когда...", "Я обижаюсь, потому что...", "Мне становится обидно, когда...", "Больше всего меня обижает...", "Чаще я обижаюсь на ..." и т. д.). Дети по очереди берут карточку, воспитатель читает начало фразы, а ребенок продолжает ее. Необходимо, чтобы каждый ребенок имел возможность высказаться. В конце упражнения ведущий обращает внимание, на то, что причин для возникновения обиды множество (разного вида ограничения, запреты, конфликты, отсутствие друзей).</p>

1	2	3
		<p>- Ребята, чем можно кого-нибудь обидеть? (поступками, обидными словами).</p> <p>- Как выглядит обиженный человек? (У него опущены плечи, руки и голова. Он может молчать, громко сопеть или говорить очень тихо).</p> <p>- Покажите, как мы выглядим, когда обижены. (Дети изображают обиду).</p> <p>- Как можно назвать человека, который обижает кого-нибудь? (Обидчик).</p> <p>- Как вы думаете, какого цвета обида? (Черного, синего, серого...).</p> <p>Я предлагаю вам нарисовать свою обиду.</p> <p>Упражнение "Нарисуй свою обиду"</p> <p>Дети располагаются на стульях за столами. У каждого по альбомному листу и цветные карандаши.</p> <p>- Сядьте удобно, облокотитесь на спинку стула, закройте глаза.</p> <p>- Вспомните ситуации, когда вы обижаетесь. Попробуйте представить, как выглядит ваша обида. Какая она? На что похожа? Откройте глаза, возьмите цветные карандаши и нарисуйте свою обиду.</p> <p>Детям, испытывающим трудности с осознанием своих эмоций, можно рассмотреть картинки с изображением разных геометрических форм, линий, картинки, отображающих обиду. Если и такой вид помощи не позволяет ребенку почувствовать свою обиду, целесообразно предложить ему воспользоваться фигурками – шаблонами. Для этого ребенку необходимо взять понравившийся ему шаблон, обвести его на своем листе, а потом раскрасить фигурку так, чтобы увидеть, как она себя чувствует.</p> <p>После завершения рисования эмоции обиды, детям предоставляется возможность рассмотреть рисунки других детей. Следует обратить внимание детей на цвет, форму, размер в изображениях эмоции обиды, отметить сходства и различия рисунков.</p> <p>- Ребята, сейчас мы будем учиться контролировать свои обиды.</p> <p>Упражнение "Рассерженные шарики"</p> <p>Дети располагаются в кругу на ковриках. Для каждого ребенка приготовлены воздушные шарики (по 2 шарика на каждого ребенка).</p> <p>Ведущий просит каждого ребенка надуть шарик (можно предварительно положить в шарик конфетти для усиления эффекта того, как обида может травмировать окружающих, если "выплескивается" наружу) и завязать его. Он объясняет детям, что шарик может символизировать тело, а находящийся в нем воздух – обиду.</p> <p>Вопросы детям:</p> <p>- Может ли сейчас воздух входить в шарик и выходить из него?</p> <p>- Что может случиться, когда обида переполняет человека?</p> <p>- Может ли он оставаться в этом состоянии спокойным?</p> <p>Ведущий или сам ребенок лопает шарик.</p> <p>Вопросы детям:</p> <p>- Можно ли такой способ выражения обиды рассматривать как безопасный?</p> <p>- Почему нет?</p> <p>Ведущий подводит детей к пониманию того, что если копить в себе обиду, то это может разрушить человека, навредить его здоровью, а если «выплеснуть» обиду на других, то это приведет к ссорам, потере друзей.</p>

1	2	3
		<p>Ведущий просит детей надуть еще один шарик, но на этот раз его не завязывать, а лишь крепко держать, не давая воздуху выходить наружу. Детям предлагается выпустить из шарика немного воздуха и затем вновь его крепко зажать. Ведущий обращает внимание детей на то, что шарик уменьшился, но не взорвался.</p> <p>Вопросы детям:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Можно ли такой способ обиды считать более безопасным? - Почему? <p>Обратить внимание детей на то, что шарик остался целым, не взорвался, никого не напугал. Подобным же образом, когда мы выражаем свою обиду безопасным способом, мы никому не причиняем вреда – ни себе, ни окружающим. Детям предлагается продолжить сдувать шарики мелкими порциями, до тех пор, пока в них совсем не останется воздуха.</p> <p>Упражнение "Дыхание животом"</p> <p>Дети лежат на ковриках.</p> <p>Ведущий: Положите руки на верхнюю часть живота. Представьте, что под ладонями – воздушный шарик. Вдох – шарик надувается, живот округляется, задержка дыхания. Теперь медленно выдыхаем, шарик сдувается, живот втягивается. Подышите так несколько раз.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Сегодня мы с вами освоили упражнения, которые помогают снять напряжение в теле, возникающее, когда мы обижаемся. Вы можете использовать их каждый раз, когда чувствуете напряжение в теле. Теперь вы знаете, как расслабить свое тело. <p>Предлагаю нарисовать эту эмоцию и приклеить к нашей радуге.</p> <p>Вы все сегодня очень постарались, а сейчас пора прощаться, до новых встреч!</p>
5	Занятие	<p>Цели: Познакомить детей с эмоцией страха.</p> <p>Задачи: Изучение выражения эмоциональных состояний в том числе и в мимике; развивать положительные эмоциональные связи между детьми.</p> <p>Оборудование: картинка ребенка, испытывающего страх; пиктограмма "страх"; свечка в безопасном подсвечнике, цветные карандаши, бумага, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., мусорное ведро.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Я рада вас приветствовать!</p> <p>Сейчас мы будем здороваться друг с другом, передавая по кругу свечку.</p> <p>Цель: снятие эмоционального напряжения, настрой на совместную работу.</p> <p>Сначала давайте посмотрим на нашу свечку. Видите, как колышется ее пламя, какое оно красивое. Когда вы будете передавать свечку друг другу, почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к своему соседу, который сидит справа от вас, и, глядя на него, улыбнитесь и скажите, например, "Миша, я рад тебя видеть!".</p> <p>Давайте вспомним, о каком чувстве мы с вами говорили на прошлых занятиях? Что нам помогало определить эти чувства? Да, это выражение лица, интонация голоса. А теперь посмотрите на эту фотографию. Как вы думаете, какое чувство испытывает этот ребенок? Смотрите внимательно. У него широко открыты глаза, рот, он вот-вот закричит. Его правая рука выставлена вперед. Он как будто бы хочет что-то оттолкнуть или отгородиться от кого-то. Какая же это может быть эмоция?</p>

1	2	3
		<p>Да. Это эмоция страха.</p> <p>Пиктограмма "страх"</p> <p>- Посмотрите на картинку и попробуйте изобразить страх на своем лице. Молодцы! У вас хорошо получается.</p> <p>Сейчас я расскажу вам историю про девочку Галю. Вы ее внимательно слушайте, а потом мы попробуем разыграть сценку.</p> <p>Цель: научить детей выражать с помощью движений эмоциональное состояние другого человека, различать выраженные в мимике эмоциональные состояния, дать опыт проживания негативной ситуации.</p> <p>- Галя приехала к бабушке в деревню. Однажды она гуляла недалеко от реки, рвала цветы, пела песенки и услышала, что позади нее кто-то зашипел: "Ш-ш-ш!" Галя обернулась и увидела большого гуся. Она испугалась и побежала домой. Прибежала к бабушке и рассказывает: "Я испугалась гуся! Он громко шипел и хотел меня ущипнуть". Бабушка успокоила Галю.</p> <p>- Давайте подумаем, сколько человек нам нужно, чтобы разыграть эту сценку? Нам нужна девочка Галя. Кто может ее изобразить?</p> <p>Итак, Галя гуляла у реки, рвала цветы. Вдруг она услышала, как позади нее кто-то зашипел. Она обернулась, увидела гуся, испугалась и побежала домой.</p> <p>Здорово у тебя получилось! Кто еще может изобразить девочку Галю? В этой сценке есть гусь. Кто хочет изобразить гуся? Он появляется позади Гали, начинает шипеть. Шея у него вытянута, крылья сложены за спиной, или он широко ими размахивает. Ну, кто решится изобразить гуся?</p> <p>Очень хорошо! И еще нам нужна бабушка, которая успокоила Галю. Как она могла это сделать?</p> <p>Здорово! Теперь покажем нашу сценку целиком. Кто хочет быть Галей? Гусем? Бабушкой? (Проиграв роли отдельно, дети соединяют их в одно большое действие.)</p> <p>У вас отлично получилось!</p> <p>Средство от страха»</p> <p>- Закройте глаза, подумайте, есть ли такие вещи: предметы, люди, ситуации, которых вы еще боитесь?</p> <p>- Расскажите нам, а мы все вместе придумаем, что лучше сделать, чтобы преодолеть данное чувство.</p> <p>- Давайте вспомним, какие предметы в сказках помогали людям справляться с бедой (волшебная палочка, шапка-невидимка, сапоги-скороходы, скатерть-самобранка, ковер-самолет и др.).</p> <p>- Ребята, подумайте и нарисуйте предмет, который поможет ничего не бояться.</p> <p>- Можно придумать название этому предмету, описать его.</p> <p>- Теперь, сочините историю о подвигах и победах над страшными персонажами с помощью данного предмета. Расскажите, как вы ими пользовались.</p> <p>- Рисуем таблетки для храбрости, крем «Антиурашин», конфеты «Осмелин», зазеркальную храбрость, делаем из бумаги повязку против страха, пояс отваги и другие предметы.</p>

1	2	3
		<p>Упражнение «Воспитавай свой страх».</p> <p>Цель: коррекция эмоции страха.</p> <p>Дети вместе с педагогом придумывают, как воспитать страх, чтобы сделать страшилку доброй, пририсовать ей воздушные шары, нарисовать улыбку, или сделать страшилку – смешной. Если ребенок боится темноты, нарисовать свечку и т. д.</p> <p>Чтобы справиться со своими страхами нам понадобится смелость!</p> <p>Упражнение «Мусорное ведро».</p> <p>Цель: снятие страхов.</p> <p>Ведущий предлагает рисунки страхов разорвать на мелкие кусочки и выбросить в мусорное ведро, тем самым, избавляясь от своих страхов.</p> <p>Какие вы все отважные и смелые, теперь страх вам не по чем!</p> <p>Молодцы!</p> <p>- А теперь, ребята, предлагаю немного поиграть.</p> <p>Игра «Носок-пятка»</p> <p>Цель: сближение коллектива и снятие тактильного напряжения.</p> <p>Все становятся в круг очень плотно, так чтобы носок упирался в пятку впереди стоящему. Когда встали как надо, все начинают в таком положении медленно приседать - получается, что каждый садится на колени предыдущему. Если успешно сели - нужно попробовать так немного продержаться.</p> <p>Игра «Разговор через стекло»</p> <p>Цель: обучение использованию мимики и жестов в общении.</p> <p>Дети делятся на пары. Ведущий дает задание: представьте себе, что один из вас зашел в магазин, а другой остался на улице, но забыл сказать товарищу, что необходимо купить в магазине. Попробуйте с помощью жестов договориться о покупке. Голос использовать нельзя, потому что в магазине очень толстое стекло и через него ничего не слышно.</p> <p>Примечание: начинать игру стоит с работы одной пары, остальные дети наблюдают. Затем следует обсудить, правильно ли играющие поняли друг друга и что им помогло догадаться.</p> <p>Ребята, наша встреча подошла к концу, давайте вспомним, с какой эмоцией мы сегодня с вами познакомились? Предлагаю нарисовать эту эмоцию и приклеить к нашей радуге.</p>
6	Занятие	<p>Цель: Познакомить детей с эмоциями: гнев, печаль, презрение; Сплочение детского коллектива.</p> <p>Задачи: Знакомство с эмоциями посредством сказок; развивать умение взаимодействовать со сверстниками.</p> <p>Оборудование: бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., цветные карандаши.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Добрый день, дети!</p> <p>В круг скорее становись и друг другу улыбнись. Всем вы здравствуйте скажите, руку дружбы протяните.</p> <p>Вот мы с вами и поздоровались, скажите, а вы помните, что мы делали и о чем говорили на прошлом занятии?</p> <p>Отлично! Расскажите, какие же сегодня у вас эмоции, а затем мы снова нарисуем их и приклеим к радуге!</p>

1	2	3
		<p>Мы уже знаем, что вы любите сказки и рассказы, хотите послушать и погадывать?</p> <p>Психогимнастические упражнения</p> <p>Цель: Освоение навыков управления своей эмоциональной сферой: формирование у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать, полноценно переживать.</p> <p>Детям зачитываются мини-рассказы. Им необходимо определить о каких эмоциях идет речь, и изобразить их.</p> <p>«Гадкий утенок» (презрение и печаль)</p> <p>На птичьем дворе появилась утка с утятами. Все утята были обычными, а один утенок какой-то неуклюжий, с длинной шеей. Все птицы невзлюбили гадкого утенка, они надменно говорили: «Какой он гадкий!» (презрение). Даже его мать-утка часто повторяла: «Глаза бы на тебя не глядели!» Утки щипали его, куры клевали, а девушка, которая давала птицам корм, толкала его ногою. А утенок очень переживал такое несправедливое отношение к себе, ему было очень грустно, что у него нет друзей (печаль).</p> <p>«Дуремар и Тортилла»(презрение и гнев)</p> <p>Пришел Дуремар к пруду и встретил там черепаху Тортиллу. Захотел он ее поймать, а черепаха просит: «Отпусти меня!» Дуремар и отвечает: «Ах ты, плавучий чемодан, глупая тетка Тортилла, чем ты можешь от меня откупиться? Разве своей костяной крышкой, куда прячешь лапы и голову. Я бы продал ее на гребешки» (презрение). Рассердилась черепаха на такие грубые слова и говорит: «Клянусь — ни ты и никто другой не получит волшебного ключика! Его получит только тот, кто заставит все население пруда просить меня об этом!» (гнев).</p> <p>«Дюймовочка и майский жук» (отвращение и гнев)</p> <p>Майский жук перенес Дюймовочку с листка кувшинки на ветку дерева. Она ему очень понравилась, и он решил жениться на ней. Но Дюймовочке совсем не понравился жених: он был такой толстый, блестящий и очень неприятный (неприятность, отвращение). Она совсем не хотела быть его женой! Жук рассердился на нее за это, затопал всеми шестью лапами и, слетев с дерева, опустил ее на ромашку (гнев).</p> <p>Игра «Испорченный телефон».</p> <p>Цель - Развитие мимики и понимания детьми эмоций.</p> <p>Все члены игры, кроме двоих, погружаются в сон «спят». Ведущий, не говоря ни слова демонстрирует первому участнику какую-либо эмоцию при помощи мимики или пантомимики. Первый участник, «разбудив» второго игрока, передает увиденную эмоцию, как он ее понял, тоже без слов. Затем второй участник «будит» третьего и передает ему свою версию увиденного. И так продолжается до последнего участника в игре.</p> <p>После этого ведущий спрашивает у всех участников игры, начиная с последнего и кончая первым, о том, какую эмоцию, по их мнению, им демонстрировали. Таким образом можно обнаружить звено, в котором произошло искажение, или убедиться, что «телефон» был полностью испорчен.</p>

1	2	3
		<p>Игра «Липучка»</p> <p>Цель: игра способствует развитию умения взаимодействовать со сверстниками, снятию мышечного напряжения, сплочению детской группы.</p> <p>Описание игры: все дети двигаются, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают «Я, липучка – приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «липучки» берут за руку, присоединяя его к своей компании. Затем они все вместе ловят в свои «сети» других.</p> <p>Когда все дети становятся «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.</p> <p>Игра «Конкурс хвастунов»</p> <p>Цель: научить видеть и подчеркивать положительные качества и достоинства других людей.</p> <p>Описание игры: ведущий объявляет о том, что проводится конкурс хвастунов. Нужно лучше всех похвастаться. А хвастаться мы будем не собой, а своим соседом слева. Ведь это так приятно, иметь самого лучшего соседа. Посмотрите внимательно на соседа, подумайте, какой он, что в нем хорошего, чем он может понравиться?</p> <p>А сейчас давайте вспомним, что мы узнали сегодня нового? Во что мы играли? О каких эмоциях мы сегодня узнали? Предлагаю нарисовать эти эмоции и приклеить к нашей радуге.</p> <p>Вы все сегодня очень постарались, а сейчас пора прощаться, до новых встреч!</p>
7	Занятие	<p>Цель: Развивать эмоциональный интеллект, развивать способность распознавать различные эмоции свои и чужие.</p> <p>Задачи: Развивать у детей умения выражать свои эмоции и распознавать чужие.</p> <p>Оборудование: цветные карандаши, мяч, карточки с изображениями эмоций, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., мяч.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Добрый день, дети!</p> <p>В круг скорее становись и друг другу улыбнись. Всем вы здравствуйте скажите, руку дружбы протяните.</p> <p>Вот мы с вами и поздоровались, скажите, а вы помните, что мы делали и о чем говорили на прошлом занятии?</p> <p>Отлично! Расскажите, какие же сегодня у вас эмоции, а затем мы снова нарисуем их и приклеим к радуге! А поможет нам в этом игра!</p> <p>«Вырази чувство глазами»</p> <p>Цель — способствовать самовыражению детей.</p> <p>Ребенок и взрослый по очереди задумывают какое-либо чувство и стараются выразить его только глазами. Другие дети пытаются угадать, какое чувство выражает тот или иной ребенок. Остальную часть лица надо при этом чем-нибудь прикрыть, например, можно сделать для этого упражнения маску с прорезью для глаз.</p> <p>Все молодцы!</p>

1	2	3
		<p>Дети, теперь вы знаете, что люди всегда показывают свои эмоции, а давайте теперь попробуем понять, как же эмоции связаны с тем, что происходит вокруг нас!</p> <p>«Я чувствую»</p> <p>Цель - Формирование интереса к психологическим состояниям других. Детям раздаются карточки с изображением различных эмоций. Ребенок называет изображенное чувство и говорит, когда он его испытывает.</p> <p>- Ну вот теперь мы понимаем, что, когда с нами случается что-то, мы испытываем и показываем эмоции и, от того, что с нами случается мы можем испытывать и проявлять негативные или позитивные эмоции. И наша следующая игра поможет нам понять, когда же мы радуемся чаще всего.</p> <p>Упражнение «Я радуюсь, когда . . .»</p> <p>Цель - Расширение представлений детей об эмоции «радость»; формирование положительных эмоций; расширение представление детей о действиях и поступках, которые приносят радость, удовольствие.</p> <p>Ведущий называет одного из участников группы, кидает этому участнику мяч и говорит: «(Имя ребенка), скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?» участник, поймав мяч, говорит: «Я радуюсь, когда ...» Затем он кидает мяч следующему участнику и, назвав его по имени, повторяет вопрос: «(Имя ребенка), скажи, пожалуйста, когда ты испытываешь радость?».</p> <p>- Ух, как много мы сегодня с вами разговариваем! А давайте теперь помолчим? И наша следующая игра ...</p> <p>Упражнение «Без слов»</p> <p>Цель - Развивать и совершенствовать у детей умения и навыки общения, обучать ребенка понимать своего собеседника по выражению его лица, жестам, позе.</p> <p>Избирается водящий. Он молча показывает какой-то предмет, действие, пытается что-то сказать. В это время задача остальных детей – угадать то, что изображает и объясняет водящий. Игра продолжается, как минимум, до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в роли водящего. Педагог следит за тем, чтобы отгадывали все дети. Если кто-то все время затрудняется отгадывать, ему необходимо помочь с помощью наводящих вопросов.</p> <p>- Вот, оказывается, как сложно понимать друг друга без слов!</p> <p>Молодцы!</p> <p>- Давайте, в завершении, посмотрим на нашу радугу. Сколько же много эмоций мы узнали и приклеили на нее! Предлагаю продолжать рисовать и наклеивать наши эмоции на радугу после каждого занятия, и, в конце посмотрим, что у нас получится. До встречи!</p>
8	Занятие	<p>Цель: Развивать эмоциональный интеллект, развивать способность распознавать различные эмоции свои и чужие; формировать умение распознавать эмоции через музыкальные произведения.</p> <p>Задачи: Развивать у детей точность оценки и выражения эмоции; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого; развивать способность эмоционально откликаться на музыку контрастного характера; развивать умение выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.</p>

1	2	3
		<p>Оборудование: цветные карандаши, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., музыка для танцев, картинки с изображением веселых и грустных детей, животных, игрушек, а также фрагменты музыкальных произведений с ярко выраженным настроением.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Добрый день, дети!</p> <p>В круг скорее становись и друг другу улыбнись. Всем вы здравствуйте скажите, руку дружбы протяните.</p> <p>Вот мы с вами и поздоровались, скажите, а вы помните, что мы делали и о чем говорили на прошлом занятии?</p> <p>Отлично! Расскажите, какие же сегодня у вас эмоции, а затем мы снова нарисуем их и приклеим к радуге!</p> <p>А хотите послушать сказку?</p> <p>Сказка о полезных эмоциях</p> <p>Жила-была маленькая девочка Маша. И был у нее необычный домашний зверинец. Маленькая пушистая семейка, которая появилась у Маши с рождения. Самых активных в этой семье звали Радостяшка, Отвращака, Грустилка, Обижалка, Страшилка, Виновашка, Злючка, Интересовалка, Удивлялка, Озорняшка, Завидка и Спокойняка. С этими зверятами Маша играла чаще других.</p> <p>Зверята частенько спорили, кто из них главный и нужный, и кого больше любит маленькая хозяйка. Каждая зверушка кричала, тыча маленьким пальчиком в грудь, что она самая важная.</p> <p>Радостяшка говорила:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Я всем нравлюсь, меня все любят. И Маша, и ее родители, и друзья. Им всегда нравится, когда Маша выбирает меня. Со мной весело и приятно. <p>Удивлялка и Интересовалка возмутились:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Иногда Машу ругают, когда она играет с тобой в неподходящее время. А вот нас всегда любят. За нас Машу хвалят. - Все помнят, как мама радовалась, когда Маша получила в подарок большую куклу? Это моя заслуга - воскликнула Удивлялка. - А неужели все забыли, как хвалила хозяйку воспитательница в детском саду, когда она изучала новые кубики? - напомнила Интересовалка. - Мы то помним! А вот ты, похоже, позабыла, как ругали Машу за то, что она залезла в ящик с папиными инструментами и все там раскидала - осадил сестру Виновашка. - Это была не я, - хлюпнула носом Интересовалка, - Это все Озорняшка. - Чего чуть, что так сразу я? - запротестовала Озорняшка, - мы с тобой вдвоем там были! - Все равно Маша тебя не любит, - прошипела Злючка. - Неправда! - Закричала сестрица, - Маше я нравлюсь, и ее друзьям тоже. А вот тебя точно никто не любит. Ты плохая! - Ну и что? - Начала закипать Злючка, - мне не нужна ничья любовь. Мне и так хорошо. Вот! - Вот и молчи тогда, и не высовывайся, - сказала Завидка, - без тебя лучше. <p>Злючка насупилась, отвернулась и ушла в дальний угол.</p>

1	2	3
		<p>- Хотела бы я быть такой как Радостяшка - недовольно пробурчала Завидка, - тогда бы меня больше любили. Но я так не умею. Эх, до сих пор перед глазами стоит эта выскочка Лена с ее идеальным рисунком. Фу, бее.</p> <p>- Эх, жаль, что мне не дали добраться до ее рисунка, - донеслось из угла, где стояла Злючка.</p> <p>- Вот меня точно никто не любит, - тихо заплакала Грустилка.</p> <p>Отвращалка посмотрела на нее, скривила губы и молча закатила глаза. Обижалка начала громко всхлипывать вслед за Грустилкой. А Страшилка боялась сказать что-нибудь не то.</p> <p>- Да успокойтесь вы все, вступила в разговор Спокойняка, - вы все нужны. Маша вас всех одинаково любит! Вот вспомни Озорняка, как весело Маше было собирать разбросанные инструменты вместе с папой. Ведь он так редко с ней играет, а тут такой случай. Виновашка, ты помогла Маше понять, что разбрасывать папины инструменты не стоит. Интересовалка, ты всегда помогаешь Маше изучать новое. А ты, Удивлялка - это новое находишь. Радостяшка, от Машиных улыбок всем становится теплее. Ты важна даже не к месту. Отвращалка, благодаря тебе наша маленькая хозяйка не отравилась испорченным йогуртом, которым ее пытался угостить Вася.</p> <p>- Ох уж этот Вася! - Гневно отозвалась Злючка, - Не напоминайте мне о нем.</p> <p>- Почему же не напоминать? - Спросила Спокойняка, - если бы ты не заступилась за Машу, он бы так и продолжал обижать ее. Конечно им обоим потом влетело, но теперь Вася не трогает Машу.</p> <p>- Да, здоровская была разборка, - заулыбалась Озорняшка.</p> <p>Спокойняка согласно кивнула и продолжила:</p> <p>- Завидка, пообщавшись с тобой Маша смогла улучшить свой рисунок, и он стал намного лучше рисунка Лены. А Радостяшка помогла вам помириться и порадоваться одинаково обеим работам. Страшилка, не бойся высказать свое мнение. Все отлично помнят, как ты спасла Машу, не пустив ее в лес одну. Обижалка, ты сообщаешь близким и друзьям Маши, что они сделали ей больно, неприятно и не совсем правы.</p> <p>- А чем полезна я? - Подала голос Грустилка.</p> <p>- А ты, моя милая, - сказала Спокойняка, - помогаешь Маше проживать плохие и трудные моменты в жизни. Маша именно с тобой пережила переезд подружки в другой город. И с твоей помощью стала ближе к маме. После тебя всегда становится легче. Ты останавливаешь силы, которые она тратит на Радостяшку, Озорняшку, Интересовалку и Злючку, да и на остальных твоих сестер.</p> <p>- А ты, Спокойняка, помогаешь Маше лучше понимать нас, - подытожила Радостяшка.</p> <p>И сестры дружно обнялись.</p> <p>Что вы думаете об этой сказке? А какие еще эмоции знаете вы и чем они полезны?</p> <p>А теперь, ребята, давайте послушаем вместе музыку и немного подвигаемся.</p> <p>Упражнение «Эмоциональные танцы»</p> <p>Танцы – это энергия, которая отлично передает эмоции и настроение.</p>

1	2	3
		<p>Предложите детям придумать свой "танец радости" или "танец разочарования", "танец интереса" или "танец грусти". В этой игре важно работать с разным настроением, и под каждую эмоцию ребенок двигается по своему усмотрению.</p> <p>Если играет группа детей, то все по очереди предлагают свое движение, которое повторяют остальные. Так получается самый искренний, импровизированный танец.</p> <p>Какой замечательный танец у нас получился!</p> <p>А мы играем дальше!</p> <p>Упражнение «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»</p> <p>Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.</p> <p>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»</p> <p>- Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.</p> <p>- Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстаетесь друзьями.</p> <p>Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?</p> <p>Молодцы!</p> <p>А сейчас давайте вспомним, что мы узнали сегодня нового? Во что мы играли? Хотите ли вы еще раз нарисовать ваши эмоции и приклеить к нашей радуге?</p> <p>Молодцы! Вы все сегодня очень постарались, а сейчас пора прощаться, до новых встреч!</p>
9	Занятие	<p>Цель: Развитие эмоционального интеллекта; развитие способности осознанно воспринимать свои эмоции и чувства.</p> <p>Задачи: Развитие умения различать эмоции по их проявлениям; закреплять понимание собственного эмоционального состояния; создание положительного эмоционального настроения в группе. Оборудование: картинки с изображением веселых и грустных детей, животных, игрушек, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., цветные карандаши, набор игрушечной посуды.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Ведущий: Здравствуйте Ребята, я очень рада вас видеть! У меня хорошее настроение и я хочу поделиться им с вами.</p> <p>Приветствие: «Я рад тебя видеть»</p> <p>Идем по комнате, подходим к детям и приветствуем детей словами: " Я рада тебя видеть". Тоже предлагаем сделать и детям. Нужно поприветствовать участников слева и справа от себя.</p> <p>- Вот мы с вами и поздоровались, скажите, а вы помните, что мы делали и о чем говорили на прошлом занятии?</p>

1	2	3
		<p>Отлично! Расскажите, какие же сегодня у вас эмоции, а затем, в конце занятия, мы снова нарисуем их и приклеим к радуге!</p> <p>Упражнение "Определи эмоции".</p> <p>Посмотрите, у вас на столе картинки и фотографии с изображением разных эмоций.</p> <p>Давайте определим, где какая эмоция. Когда наши желания удовлетворяются, мы радуемся, а когда у нас что – то не получается, что – то идет не так – мы грустим, обижаемся, злимся и даже боимся.</p> <p>Выражая эмоции, мы без слов можем понять друг друга.</p> <p>Упражнение «Крошка Енот»</p> <p>Цель - Совершенствовать умения выражать различные эмоции.</p> <p>Выбирается один ребенок – Крошка Енот, остальные дети будут его отражением («Тот, который живет в реке».) Они сидят свободно на ковре или стоят в шеренге. Енот подходит к «реке» и показывает разные чувства (испуга, интереса, радости), а дети точно отражают их с помощью жестов и мимики. Затем на роль Енота по очереди выбираются другие дети.</p> <p>Какие вы молодцы, даже с такой сложной игрой справились! Но не забывайте о том, что не надо все всегда делать как кто-то другой. Ведь, в нашем мире не было бы столько гениев, если бы все повторяли за кем-то, правильно?</p> <p>А теперь, ребята, предлагаю немного подвигаться.</p> <p>Игра «Сиамские близнецы»</p> <p>Цель: развитие умения сотрудничать.</p> <p>Педагог собирает детей вокруг себя и рассказывает историю: «В одной стране жил-был Злой волшебник, любимым занятием которого было всех ссорить. Но люди в этой стране были очень дружными. И тогда он разозлился и решил их заколдовать. Он соединил каждого человека с его другом так, что они превращались в одно целое. Они прирастали друг к другу бок о бок, и у них на двоих было всего две руки, две ноги и т. д. Давайте поиграем в таких заколдованных друзей. Разделитесь на пары, крепко обнимите друг друга одной рукой и считайте, что этой руки у вас нет. Есть только по одной руке на каждого. Ходить сложно, ведь ноги тоже срослись, так что приходится шагать как одному существу. Сначала — шаг двумя сросшимися ногами, потом — единый шаг двумя боковыми ногами (взрослый выбирает двоих детей и показывает остальным, как они могут ходить). Пройдитесь по комнате, привыкните друг к другу. Привыкли? Попробуйте позавтракать. Садитесь за стол. Помните, что у вас на двоих всего две руки. В одну руку берите нож, в другую — вилку. Режьте и ешьте, кладите кусочки в каждый рот по очереди. Помните, что нужно быть внимательным к действиям вашего друга, иначе ничего не получится». Если детям нравится игра, можно предложить им вместе умыться, причесаться, сделать зарядку и пр.</p> <p>Игра «Перетягивание каната»</p> <p>Цель: развитие умение «чувствовать» другого, согласовывать действия.</p> <p>Педагог предлагает детям: «Разбейтесь на пары, встаньте на расстоянии пяти шагов друг от друга, возьмите в руки воображаемый канат и постарайтесь перетянуть партнера, сдвинуть его с места. Действуйте так, будто у вас в руках — настоящий канат.</p>

1	2	3
		<p>Следите за партнером: когда он с усилием отстраняется назад и перетягивает вас, подайтесь чуть вперед, а потом прикладывайте еще больше усилий и перетягивайте партнера». Сначала воспитатель показывает детям, как надо играть, встав в пару с одним из детей, затем дети играют самостоятельно.</p> <p>Упражнение "Путешествие на облаке"</p> <p>Ребята садитесь на белое пушистое облако(подушечку), удобно расположитесь на этой большой, облачной подушке (дети садятся на подушечки и закрывают глаза, звучит спокойная медленная музыка и воспитатель говорит). Твое облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуешь, как ветер овеивает твое лицо?</p> <p>Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть твое облако перенесет тебя сейчас в такое место, где ты будешь счастлив. Постарайся мысленно «увидеть» это место как можно более точно. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное. (Пауза 30 секунд)</p> <p>Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми.</p> <p>А сейчас давайте вспомним, что мы узнали сегодня нового? Во что мы играли? Хотите ли вы еще раз нарисовать ваши эмоции и приклеить к нашей радуге?</p> <p>Молодцы! Вы все сегодня очень постарались, а сейчас пора прощаться, до новых встреч!</p>
10	Занятие	<p>Цель: распознавать эмоциональные реакции других людей и развивать умение адекватно выражать свои эмоции.</p> <p>Задачи: развивать способность сопоставлять и выражать свои эмоции через цветовую гамму, закреплять умение выражать эмоции через мимику; снятие эмоциональное и мышечное напряжения.</p> <p>Оборудование: бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., цветные карандаши, красивая небольшая коробочка, зеркальце, пиктограммы с изображением эмоциональных состояний, ватман, цветная бумага, ножницы, клей на всех детей.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Добрый день, я очень ждала нашей с вами встречи.</p> <p>Ведущий достает из красивой коробочки зеркальце, показывает детям и предлагает с ним поиграть.</p> <p>Упражнение "Зеркало"</p> <p>Ведущий передает по кругу зеркало и предлагает каждому ребенку посмотреть на себя, улыбнуться и сказать: «Здравствуй, это я!» После выполнения упражнения обращает внимание на то, что, когда человек улыбается, у него уголки рта направлены вверх, щеки могут так подпереть глазки, что они превращаются в маленькие щелочки. (Если ребенок затрудняется с первого раза обратиться к себе, не надо на этом настаивать. В этом случае зеркало лучше сразу передать следующему участнику группы. Такой ребенок тоже требует особого внимания со стороны взрослых).</p>

1	2	3
		<p>Ведущий предлагает детям, используя зеркало, показать грусть, удивление, страх и т.д., опираясь на пиктограмму с изображением заданной эмоции, обратив внимание на положение бровей, глаз, рта.</p> <p>Упражнение "Коллаж эмоций"(Дети располагаются за столом вокруг ватмана, у каждого набор цветной бумаги, ножницы, клей).</p> <p>Ведущий: Определитесь, в какой части листа вы будете работать. Для изображения своих эмоций используйте разные цвета, формы, линии. Вы можете разрывать, мять, резать бумагу на разные фрагменты, а потом приклеивать на ватман. Приступайте к выполнению упражнения.</p> <p>Когда коллаж будет полностью готов, дети рассматривают, что у них получилось.</p> <p>Какая цветовая гамма преобладает, через какие формы отражены эмоции, какие образы можно рассмотреть в получившейся работе.</p> <p>Ведущий: Ребята. вы хорошо потрудились, давайте немного отдохнем и восстановим силы.</p> <p>Упражнение "Волшебный сон"</p> <p>Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза.</p> <p>"Волшебный сон" закончится тогда, когда я громко скажу: "Открыть глаза! Встать!"</p> <p>Внимание... Наступает "Волшебный сон"</p> <p>Реснички опускаются, глазки закрываются...</p> <p>Мы спокойно отдыхаем. (2 раза)</p> <p>Сном волшебным засыпаем.</p> <p>Дышится легко, ровно, глубоко.</p> <p>Наши руки отдыхают, ноги тоже отдыхают.</p> <p>Отдыхают. Засыпают. (2раза)</p> <p>Шея не напряжена и расслаблена.</p> <p>Губы чуть приоткрываются, все чудесно расслабляется. (2раза)</p> <p>Дышится легко, ровно, глубоко.</p> <p>Напряжение улетело и расслаблено все тело... (2 раза)</p> <p>Греет солнышко сейчас, руки теплые у нас.</p> <p>Жарче солнышко сейчас, ноги теплые у нас.</p> <p>Дышится легко, ровно, глубоко.</p> <p>Губы теплые и вялые, но несколько не усталые.</p> <p>Губы чуть приоткрываются. все чудесно расслабляется...(2раза)</p> <p>Нам понятно, что такое состояние покоя...(2раза)</p> <p>Долгая пауза (до конца медленной музыки). Начинает звучать бодрая, веселая музыка.</p> <p>Дети продолжают лежать с закрытыми глазами. Воспитатель обращается к детям:</p> <p>Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали...</p> <p>Хорошо нам отдыхать!</p> <p>Но пора уже встать!</p> <p>Крепко кулачки сжимаем,</p> <p>Их повыше поднимаем.</p>

1	2	3
		<p>Потянулись! Улыбнулись! Всем открыть глаза и встать! А сейчас давайте вспомним, что мы узнали сегодня нового? Во что мы играли? Хотите ли вы еще раз нарисовать ваши эмоции и приклеить к нашей радуге? Молодцы! Вы все сегодня очень постарались, а сейчас пора прощаться, до новых встреч!</p>
11	Занятие	<p>Цель: Развивать способность выражать и контролировать свои эмоции. Задачи: Развивать у детей умения конструктивно выражать свои эмоции; распознавать эмоции с помощью мимики и пантомимики; учить выражать эмоции через интонацию голоса. Оборудование: цветные карандаши, бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см.</p> <p style="text-align: center;">Ход занятия</p> <p>Добрый день, дети! В круг скорее становись и друг другу улыбнись. Всем вы здравствуйте скажите, руку дружбы протяните. Вот мы с вами и поздоровались, скажите, а вы помните, что мы делали и о чем говорили на прошлом занятии? Отлично! Расскажите, какие же сегодня у вас эмоции, а затем мы снова нарисуем их и приклеим к радуге! Ребята, вспомните, ругали ли вас когда-нибудь за плохое поведение? И что вы тогда делали, после того как вас ругали? А хотите узнать, как же сделать так, чтобы вас не так часто ругали? Упражнение «Дыши и думай красиво». Цель: научить детей контролировать свои эмоции и поведение. «Когда ты волнуешься, попробуй красиво и спокойно дышать. Закрой глаза, глубоко вдохни: - мысленно скажи: «Я — лев», выдохни, вдохни; - скажи: «Я — птица», выдохни, вдохни; - скажи: «Я — камень», выдохни, вдохни; - скажи: «Я — цветок», выдохни, вдохни; - скажи: «Я спокоен», выдохни. Ты действительно успокоишься». Упражнение «Замри» Цель: научить детей контролировать свои эмоции и поведение. - Если ты расшалился и тобой недоволен, скажи себе мысленно: «Замри!» Посмотри вокруг, что делают другие, найди себе интересное занятие. Сейчас мы с вами выберем одного человека, он будет взрослым. Остальные будут детьми. Дети шалят, приходит взрослый и начинает ругать детей. Дети (первый раз вслух, потом молча) говорят сами себе «Замри!» и тут же начинают смену деятельности. Какие вы молодцы! А теперь давайте вспомним, когда вы устаете от какого-нибудь занятия, вы начинаете капризничать? Чтобы не капризничать и огорчать родителей вам нужно проделать следующее упражнение. Упражнение «Сбрось усталость».</p>

1	2	3
		<p>Цель: эмоциональная и физическая разгрузка.</p> <p>- Встань, расставь широко ноги, согни их немного в коленях, согни тело и свободно опусти руки, расправь пальцы, склони голову к груди, приоткрой рот. Слегка покачайся в стороны, вперед, назад. А сейчас резко тряхни го-ловой, руками, ногами, те-лом. Ты стряхнул всю ус-талость, чуть-чуть осталось, повтори еще.</p> <p>Упражнение “Злюка”.</p> <p>Цель: развивать способность распознавать различные эмоции с помощью мимики и пантомимики.</p> <p>Детям предлагается представить, что в одного из ребенка “вселились” злости и гнев и превратили его в Злюку. Дети становятся в круг, в центре которого стоит Злюка. Все вместе читают небольшое стихотворение:</p> <p>-Жил (а)-был (а) маленький (ая) мальчик (девочка). -Маленький (ая) мальчик (девочка) сердит (а) был (а). -Ребенок, выполняющий роль Злюки, должен передать с помощью мимики и пантомимики соответствующее эмоциональное состояние (сдвигает брови, надувает губы, размахивает руками). При повторении упражнения всем детям предлагается повторить движения и мимику сердитого ребенка.</p> <p>Можно давать и другие роли.</p> <p>Упражнение «Как я говорю?»</p> <p>Попробуйте произнести одну и ту же обычную фразу, например, «Доброе утро!», с разными интонациями (радостно, грустно, зло, удивленно, испуганно и т.д.) Пусть ребенок попробует угадать эмоцию. Придумайте другую фразу и поменяйтесь ролями. Если играют больше 2-х человек, необходимо разделить на пары, а затем повторить в кругу.</p> <p>«Эстафета добра»</p> <p>Мы с вами по очереди будем говорить друг другу комплименты. Я начну первая. Ребята не забывайте благодарить за комплимент. Молодцы! Сколько хороших слов мы сегодня услышали. А сейчас давайте вспомним, что мы узнали сегодня нового? Во что мы играли? Хотите ли вы еще раз нарисовать ваши эмоции и приклеить к нашей радуге? Молодцы! Вы все сегодня очень постарались, а сейчас пора прощаться, до новых встреч!</p>
12	Занятие	<p>Цель: Закрепление у детей представления о положительных и отрицательных эмоциях, определение чувств и эмоций по телесным проявлениям – через мимику и пантомимику.</p> <p>Оборудование: бумага заранее нарезана на квадратики 5*5см., цветные карандаши, картинки с эмоциями, корзинка, кубик с картинками сказочных героев, одноразовые стаканчики, трубочки.</p> <p>Ход занятия</p> <p>Упражнение-приветствие «Я люблю»</p> <p>Дети давайте возьмемся за руки и поздороваемся друг с другом волшебными словами. Чтобы у каждого из нас на душе стало тепло-тепло и уютно.</p>

1	2	3
		<p>(Дети говорят слова, движениями рук, показывая на того, к кому обращаются).</p> <p>Я люблю - себя, Я люблю - тебя, Я люблю - всех, В этом мой успех.</p> <p>- Какие красивые слова. Давайте скажем их еще раз ласково и нежно, чтобы мы все почувствовали эту любовь (дети эмоционально повторяют слова дважды). От ваших волшебных слов стало ясно и уютно не только на этой полянке, но и у каждого на сердце.</p> <p>Сюрпризный момент.</p> <p>Стук в дверь появляется девочка Плакса.</p> <p>Плакса: Вижу вам здесь хорошо, а я все время плачу.</p> <p>Ведущий: Ты кто? И почему ты плачешь? Почему тебе грустно?</p> <p>Плакса: Я Плакса. А попала к вам с острова Плакс. Когда-то наш остров назывался Страной настроения и мы, так же, как и вы испытывали разные эмоции.</p> <p>Но однажды на наш остров попал вредный вирус, который заразил нас. И теперь все на нашем острове только плачут. Мы забыли, как выглядят остальные эмоции.</p> <p>Ведущий: Можем ли мы тебе помочь?</p> <p>Плакса: Мне могут помочь только те, кто знает много разных эмоций и покажет их мне, что бы я смогла научить, ими пользоваться всех, кто живет на острове. Вот письмо от правителя нашего острова Смайлика, в котором все описано.</p> <p>Ведущий: Плакса, и успокойся. Что же в этом письме нам пишут:</p> <p>«Дорогие дети! Если вы хотите помочь жителям острова научиться вновь, испытывать разные эмоции, разрешите Плаксе побыть на вашем занятии и познакомиться с ними».</p> <p>Ведущий: Дети, поможем жителям острова? Разрешим Плаксе присутствовать на нашем занятии? Плакса, вот тебе корзинка, в которую ты будешь собирать все картинки с эмоциями, чтобы показать их жителям твоего острова. Садись на стул. Дети, тоже занимаем стулья. Прежде, чем сесть на стул, возьмите в руку пиктограмму с эмоцией, которая лежит на вашем стуле.</p> <p>Упражнение «Определи свое настроение»</p> <p>Все взяли пиктограмму? Сейчас по очереди, покажите мне и гостям свою пиктограмму и назовите эмоцию, изображенную на ней. А ты, Плакса, смотри и запоминай, все пиктограммы ты получишь от нас в подарок. (Дети называют эмоцию и пиктограммы отдают плаксе).</p> <p>Упражнение «Угадай настроение сказочного героя»</p> <p>Ведущий: У меня есть картинки с героями сказок и мультфильмов (на доске). А еще волшебный «кубик настроения». Посмотрите на картинки, у всех героев одинаковое настроение? (нет) Да, разное. Дети, сейчас, кто - то из вас, бросит кубик, назовет эмоцию, которая выпала на кубике, а другой найдет картинку сказочного героя, изображающего такое же эмоциональное состояние. Правильно выбранную картинку, он отдаст Плаксе (выполняют).</p>

1	2	3
		<p>Плакса, ты запомнила, как называются эмоции, и какая им соответствует мимика на лице?</p> <p>Плакса: Я не уверена, эмоций было много, может мне не удалось все запомнить.</p> <p>Ведущий: Сейчас проверим.</p> <p>Беседа ведущего с детьми «Что такое эмоции?»</p> <p>Ведущий: Дети, как вы думаете, какое сегодня у меня настроение? (ответы) Как вы можете узнать, какое настроение у людей, которые вас окружают?</p> <p>Дети: По выражению лица.</p> <p>Ведущий: Да, выражение лица мы называем эмоцией. А как еще мы можем узнать настроение?</p> <p>Дети: По голосу.</p> <p>Ведущий: Правильно. Сейчас мы послушаем отрывки из стихотворений и по интонации голоса и словам определим их настроение и покажем мимикой соответствующую ему эмоцию, а ты Плакса, назови это эмоцию (звучит запись).</p> <p>Упражнение «Эмоциональные стихи»</p> <p>(РАДОСТЬ)</p> <p>У тебя сегодня день рождения, И подарков от друзей не счесть. Книжки, сладости, игрушки, Даже шар воздушный есть.</p> <p>(УДИВЛЕНИЕ)</p> <p>Гном зимой поймал снежинку, Подобрал на горке льдинку. Прибежал домой и... Ах!!! Лишь вода была в руках.</p> <p>(ГРУСТЬ)</p> <p>Все ребята во дворе Весело играют. Только Глеб болеет дома, Он с утра скучает.</p> <p>(СТРАХ)</p> <p>Ночь пришла и в темноте Тени движутся везде. Макс забрался под кровать, Спрятался и стал дрожать.</p> <p>Ведущий: Молодец, Плакса. Скоро ты будешь узнавать эмоции не хуже нас.</p> <p>Но настроение есть не только у сказочных героев, но и у музыки.</p> <p>Плакса: Да как же так? У музыки же нет лица и мимики, голоса тоже нет.</p> <p>Ведущий: Дети покажем Плаксе, как мы можем определить настроение музыкальных произведений?</p> <p>Упражнение «Угадай мелодию»</p> <p>Ведущий: Плакса, вот тебе ноты с пиктограммой настроения.</p>

1	2	3
		<p>Сейчас мы будем слушать с вами музыкальные отрывки, задача детей, угадать, какое настроение передает музыка и назвать его, а Плакса поднимет соответствующую ноту с пиктограммой настроения. Дети, слушайте внимательно, угадывайте и называйте настроение, а также проверяйте, правильно ли показала его Плакса (первую пиктограмму Плакса показывает неправильно).</p> <p>Игра «Люди злятся»</p> <p>Ведущий: Мы сегодня были активными, пришло время нам немного отдохнуть. Становимся в круг. Плакса, присоединяйся к нам.</p> <p>Бывает так, что люди злятся, назовите, из - за чего вы можете разозлиться? (ответы) Сейчас, я буду называть, в каких случаях это бывает, если вы согласны со мной, хлопайте в ладоши, если нет - топайте ногами.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Люди злятся, когда опаздывают на работу. - Люди злятся, когда едят мороженое. - Люди злятся, когда на них кричат. - Люди злятся, когда им дарят подарки. - Люди злятся, когда опаздывают с ребенком в детский сад. - Люди злятся, когда о маме говорят «плохая». - Люди злятся, когда берут их вещи без разрешения. - Люди злятся, когда их любят. - Да, любовь и доброе отношение может растопить любую злость!!!!!! <p>Садимся на стулья.</p> <p>Ведущий: Ребята, мы знаем, что есть отрицательные и положительные эмоции.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Назовите положительные эмоции (радость, забота, сочувствие, гордость). - А какие вы знаете отрицательные эмоции? (злость, страх, грусть, зависть) Вам нравится испытывать отрицательные эмоции? (нет) <p>Плохое настроение нельзя держать в себе, можно даже заболеть от него.</p> <ul style="list-style-type: none"> - А как можно поднять себе настроение, если грустно? (поиграть с другом, послушать веселую музыку...) - А что мы будем делать, когда нам страшно? (включим свет, позовем маму...) - А как мы можем избавиться от злости? (побить подушку или грушу, разорвать бумагу, попрыгать...) а сегодня, я вам покажу, еще один способ избавления от плохого настроения. <p>Упражнение «Волшебные стаканчики»</p> <p>Ведущий: Я предлагаю избавиться от отрицательных эмоций с помощью волшебных стаканчиков. Подвиньте стаканчики и изо всех сил подуйте в трубочку. Отправьте через трубочку все свои обиды и подавленное настроение. Плакса, тоже присоединяйся к нам. Итак, все свои отрицательные эмоции и подавленное настроение мы оставили в прошлом.</p> <p>Ведущий: Мы ежедневно видим много людей, у них у всех разное настроение. Может, кому-то требуется наша помощь, а кто - то с нами разделит свою радость, гордость, проявит заботу. Попробуйте назвать эмоцию, а также предположить, что могло случиться у людей, изображенных на этих слайдах.</p>

1	2	3
		<p>Игра «Что случилось»</p> <p>Показ слайдов, на которых изображены люди в разном эмоциональном состоянии. Дети называют эмоцию и рассказывают, что могло случиться с этим человеком. Плакса, может и ты попробуешь угадать настроение и предположить, какая ситуация его могла вызвать?</p> <p>Плакса: Конечно, попробую. Я буду стараться</p> <p>«Собери эмоцию» (работа в группе)</p> <p>Ведущий: Ребята мы говорили с вами о том, что при каждом эмоциональном состоянии мимика человека разная, глаза, рот, брови, очень активно меняются, в зависимости от эмоции. Сейчас мы все вместе поиграем, я вам дам разрезанные картинки с эмоциями, а вам нужно их правильно собрать и положить рядом с подобной пиктограммой. Плакса, присоединяйся к нам. Проверим, как ты научилась разбираться в эмоциях.</p> <p>Рефлексия</p> <p>Ведущий: Наша встреча подходит к концу. Расскажите, какие эмоции вы испытывали на протяжении нашей встречи (ответы детей)</p> <p>Плакса: Я тоже знаю, можно я назову эмоцию?</p> <p>Ведущий: Конечно можно (отвечает). Плакса, мы помогли тебе?</p> <p>Плакса: Спасибо большое, я все запомнила, а ваши пиктограммы и картинки возьму с собой, чтобы вернуть жителям нашего острова разнообразные эмоции. До свидания, вы мне очень мне помогли.</p> <p>Дети: До свидания, Плакса.</p> <p>Ведущий: Дети, встанем в круг. Возьмемся за руки. Посмотрим, друг на друга и подарим друг другу самую добрую улыбку. А чтобы улыбка не покидала вас, я дарю вам смайлики с хорошим настроением.</p> <p>Молодцы! Все мы очень постарались, все работали и много узнали о том сколько много у человека эмоций, какие они разные, как их можно выражать. Узнали о том, что все-все-все эмоции важны и нужны нам, только нужно помнить о том, что наши эмоции не должны портить отношения с окружающими.</p> <p>Ребята, посмотрите, какая у нас получилась в итоге радуга, сколько много эмоций вы сюда приклеили! Но на самом деле, эмоций вы испытали за время, пока мы их изучали, намного больше, чем тут наклеено. Эта радуга останется с вами, пусть она вам напоминает о наших занятиях, о Плаксе, о Злючке, Радостяшке, Озорняшке, Интересовалке и других героях наших занятий.</p> <p>А сейчас пора прощаться, до новых встреч, ребята!</p>

СЦЕНАРИЙ ПРАЗДНИКА «Ярмарка эмоций»

(Музыкальный зал оформлен в стиле русской народной ярмарки).

Воспитатель:

Девочки — подружки,
Веселушки, хохотушки,
И мальчишки молодцы,
Что за шум, что за гам?

Дети:

Едет ярмарка к нам! (хором)
Внимание! Внимание! (1-й ребенок)
Народное гуляние! (2-й ребенок)
Торопись, честной народ,
Всех сегодня праздник ждет! (3-й ребенок)

Воспитатель:

Эй! Дорогие родители,
Детских праздников любители!
Вы не стойте у дверей,
Проходите поскорей!

(Звучит музыка «Эх, полным-полна моя коробочка», входит психолог в русском костюме с горкой коробок, как коробейник.)

Психолог (поет песню):

Эх, полным-полна моя коробочка,
В ней загадок до краев,
Приглашаю всех ребят отгадывать –
И девиц, и пареньков!
Приглашаю всех ребят отгадывать –
И девиц и пареньков!

Здравствуйте, мальчики! Здравствуйте, девочки! Здравствуйте, уважаемые мамы и папы! У нас сегодня особенная ярмарка — ярмарка эмоций, а у меня в коробках и лежат эти эмоции, только вот беда: коробки-то не подписаны, придется нам угадывать — в какой коробке какая эмоция! А поможет нам в этом музыка!

Психолог открывает первую коробку, слышится флейта (печальная мелодия)

Психолог: Отгадай, честной народ, Какая же эмоция тут живет?

Дети: Грусть!

Психолог: Как верно вы, ребята, угадали,
Да и вы, родители, нам помогали!

Только слышите, ребята, — грустная мелодия опять звучит.

Песня: «Ах какая осень»

Психолог: Знаете ребята давно известно, что если грустно, надо о своей грусти рассказать другу, или маме, или папе, и они тебе обязательно помогут. А теперь я открываю вторую коробочку.

Психолог открывает коробочку, слышится мелодия «Разноцветные стекляшки». (Дети знают эту песенку и танец из предыдущих музыкальных занятий, в ней звучат слова: «А теперь глаза открой и удивись!»)

Психолог: Отгадай, честной народ, Какая же эмоция тут живет?

Дети: Удивление!

Психолог вынимает пиктограмму эмоции удивления.

Психолог: Как верно вы, ребята, угадали,
Да и вы, родители, нам помогали!

А у нас ребята знают такие стихотворения,
Которые вызовут у всех великое удивление!

Дети:

Рано утром, вечерком,
Поздно на рассвете,
Ехал дяденька верхом

В ситцевой карете. (1-й ребенок)

А за ним во всю прыть,

Прыгая шагами,

Волк старался переплыть

Миску с пирогами. (2-й ребенок)

Заяц на небо взглянул –

Там землетрясение,

И из тучи на него

Капнуло варенье! (3-й ребенок)

Спит в речушке рыболов!

Собирают сыр с кустов! (4-й ребенок)

С зайцами пасут коров!

На лугу доят волов! (5-й ребенок)

В пляс пускается медведь!

Тыквы стали песни петь! (6-й ребенок)

Косят косари леса!

На снегу лежит роса! (7-й ребенок)

А луна нам утром светит!

И конфет не любят дети! (дети хором)

Психолог: я открою следующую коробочку.

Психолог открывает коробочку, слышится гневная музыка.

Психолог: Отгадай, честной народ, Какая же эмоция тут живет?

Дети: Гнев!

Психолог вынимает пиктограмму эмоции гнева.

Психолог: Как верно вы, ребята, угадали,

Да и вы, родители, нам помогали!

Упражнение с воздушным шариком на совладение с гневом.

Психолог: Ох, с гневом-то осторожно надо обращаться! Пусть ко мне подойдут_____и_____, мы покажем вам с помощью воздушных шариков, как это сделать.

Представьте, что воздушный шарик — это вы сами, а воздух в этом шарике — гнев, который в эту минуту вас так и переполняет. Что будет, если весь свой гнев, не раздумывая, сразу выпустить?

Надутый, но не завязанный шарик_____сразу отпускает из рук.

Психолог: Как себя вел наш шарик?

Паша: Как бешеный! Он натыкался на стены и носился как сумасшедший! (Сохранена лексика реального ребенка.) Так и люди, если так будут поступать, могут обидеть кого-нибудь, да и себе набить шишки!

Психолог: А теперь_____очередь показать нам свой шарик.

выпускает воздух из шарика постепенно, и он осторожно сдувается.

Психолог: Как себя вел наш шарик?

Мой шарик гнев выражает, но никого не обижает!

Психолог: Здорово! А сейчас мы вам покажем, как это делают жители одного лесного царства-государства.

Игра «Король-боровик»

Хоровод. В центре ребенок в шапочке гриба: король Боровик.

Король Боровик:

Шел король Боровик

Через лес напрямик,

Он ворчал и кричал

И ногами стучал.

Был король-боровик не в духе,

Короля покусали мухи.

Дети (останавливаются и говорят Боровику):

— Эй, король Боровик!

Ты ж хороший старик,

Никого не обижай –

Свои чувства выражай!

Боровик (топает ногами):

— Ох, я злюсь, ох, я злюсь,

Очень сильно сержусь!

Дети (Боровику):

— Глубоко подыши (останавливаются, делают дружно два раза вдох-выдох),

Улыбнись от души! (улыбаются)

Психолог: Как хорошо, ребята, Боровика мы успокоили, научили его свои чувства выражать, никого не обижать. А теперь пришла пора открыть последнюю коробочку!

Психолог открывает коробочку, слышится радостная музыка (песня «Русский чай»).

Психолог:

Отгадай, честной народ,

Какая же эмоция тут живет?

Дети: Радость! Ура!!!

Психолог вынимает пиктограмму эмоции радости.

Все танцуют танец «БАРБАРИКИ».

Психолог: Здорово вы, ребята, умеете эмоции узнавать!

А давайте поиграем в игру «Море Эмоций»

Психолог: Море волнуется — раз, море волнуется — два, море волнуется — три, удивленная, радостная, грустная, заинтересованная фигура на месте замри!

Упражнение "Волшебный цветок добра"

А сейчас устройтесь поудобнее и положите "цветок добра и хорошего настроения" на обе ладони. Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная музыка. И вам хочется ее послушать.

Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в свое сердце. Почувствуйте, как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете, как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вам. Вас обвевает теплый, ласковый ветерок. У вас доброе, хорошее настроение. Я хочу, чтобы вы запомнили то, что сейчас чувствуете, и взяли с собой и сохранили на весь день. Откройте глаза, пошлите друг другу добрые мысли.





Всего вам доброго! Желаем вам много-много радости! До свидания!
Звучит мелодия песни «Эх, полным-полна моя коробочка».

Лист нормоконтроля

Выпускная квалификационная работа выполнена нами, Захаровой Марией Александровной, Кожуховской Викторией Александровной, Серд Юлией Сергеевной, Хорошевой Алевтиной Андреевной, самостоятельно, оригинальность текста соответствует требованиям, предъявляемым к такого рода работам и подтверждается справкой об оригинальности текста, сформированной системой проверки «Антиплагиат», объем работы составил 112 страниц.

Тема ВКР: «Развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в рамках проекта «Калейдоскоп эмоций».


Обучающийся

	11.06.2020г.	М.А. Захарова
	11.06.2020г.	В.А.Кожуховская
	11.06.2020г.	Ю.С.Серд
	11.06.2020г.	А.А.Хорошева

(подпись, дата) (расшифровка подписи)

Нормоконтроль пройден.

Нормоконтролер. 11.06.2020 г
(подпись, дата)

 О.В. Козлова
(расшифровка подписи)