Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребенка – детский сад № 48 «Ласточка»

**ГОРОДСКОЕ МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ**

**педагогов-психологов ДОУ**

Тема: «Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников в проектной деятельности

Презентация детского проекта «МОЙ НОВЫЙ ДРУГ»

Ходакова Любовь Анатольевна,

педагог-психолог

г. Серпухов

2016 г.

Дошкольное детство - очень короткий отрезок в жизни человека. Но он имеет большое значение. В этот период развитие идет как никогда бурно и стремительно. Из совершенно беспомощного, ничего не умеющего существа младенец превращается в относительно самостоятельную, активную личность. Малыш учится в определенных пределах управлять своим поведением и деятельностью, предвидеть ее результат и контролировать выполнение. Усложняется эмоциональная жизнь дошкольника: обогащается содержание эмоций, формируются высшие чувства. Маленький ребенок не умеет управлять эмоциями. Его чувства быстро возникают и так же быстро исчезают. С развитием эмоциональной сферы у дошкольника чувства становятся более рациональными, подчиняются мышлению. Но это происходит, когда ребенок усваивает нормы морали и соотносит с ними свои поступки. Развитию эмоциональной сферы способствуют все виды деятельности ребенка и общение с взрослыми и сверстниками. Дошкольник учится понимать не только свои чувства, но и переживания других людей. Он начинает различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению, через мимику и пантомимику. Ребенок может сопереживать, сочувствовать литературному герою, разыгрывать, передавать в сюжетно-ролевой игре различные эмоциональные состояния.

Нельзя не отметить, что в последние годы увеличивается число детей с нарушениями психоэмоционального развития. У детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои чувства. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Очень часто наблюдение за ребенком показывает наличие определенных нарушений в общении – уход от контактов со сверстниками, конфликты, драки, нежелание считаться с мнением или желанием другого. Это происходит не потому, что дети не знают правил поведения, а потому, что даже старшему дошкольнику трудно встать на место обидчика и почувствовать, что испытывает другой. Родители практически не говорят детям о своих чувствах, детям мало достается теплых слов. Поэтому появилась насущная необходимость учить детей открыто говорить о своих чувствах, переживаниях, показывая способы как общения детей друг с другом, так и способы выхода из разных негативных эмоциональных состояний. Опыт работы с детьми показывает, что сама по себе эмоциональная сфера качественно не развивается, и способы общения без специального обучения в должной степени не формируются, поэтому так актуальна и важна работа, направленная на развитие эмоциональной сферы.

Сегодня вашему вниманию я хочу представить рабочую образовательную программу, направленную на развитие эмоциональной сферы старших дошкольников «Прогулки по городу Настроение»

**Цель:** развитие эмоциональной сферы ребенка, через организацию психологического сопровождения, способствующего сохранению психического здоровья, эмоциональному благополучию и личностному росту.

**Задачи:**

* выявить особенности эмоционального развития детей в группе;
* познакомить детей с базовыми эмоциями;
* научить детей понимать свои чувства и чувства других людей;
* передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства;
* переключаться с одного эмоционального состояния на противоположное;
* тренировать способность к эмпатии, сопереживанию;
* снять эмоциональное напряжение, возбуждение и аффективные реакции детей;
* обучать детей навыкам саморегуляции.

**Форма организации и структура занятий:** групповая. Включает в себя следующие элементы: приветствие, разминка, основная часть и ритуал прощания.

**Организация работы:** программа рассчитана на 15 занятий, проводимых 1-2 раза в неделю. Длительность одного занятия 30-35 минут.

Во время работы с детьми делался акцент на развитии следующих умений:

* умение произвольно направлять свое внимание на испытываемые эмоциональные ощущения;
* умение различать и сравнивать эмоциональные ощущения, определять их характер (приятно, неприятно, удивительно и т.д.);
* умение направлять свое внимание на мышечные ощущения, сопровождающие собственные эмоции и эмоции, которые испытывают окружающие.

В ходе программы использовались различные **методы**, направленные на развитие эмоциональной сферы:

1. Ролевые игры.
2. Психогимнастические игры («Рассмеши Несмеяну», «Подарок на день рождение», «Без слов»)
3. Этюды («Новая кукла», «Больной котенок», «Про Таню», «Как гусь Петю напугал», «Заяц-хваста» и т.д.)Этот вид деятельности успешно применяется для развития эмоциональной сферы, так как здесь характерны непроизвольная и произвольная эмоциональная экспрессия, и эмоциональные действия, которые выражаются в мимике (выразительные движения лица), пантомимике (выразительные движения тела), а также в интонации, тембре, дикции, ритме голоса.
4. Коммуникативные игры («Веселая сороконожка», «Зоопарк», «Путаница» и т.д.)
5. Игры и задания на развитие воображения (вербальные и невербальные: «Музыка рисует», «Представь, что…» варежка – это мышонок, пояс – змея и т.п.)
6. Релаксационные методы.
7. Групповое обсуждение различных чувств: радости, гнева, страха, печали (используются детские рисунки, выполненные на темы чувств).
8. Направленное рисование, т.е. рисование на определенные темы.
9. Использование пиктограмм («Нарисуй настроение», «Угадай настроение сказочного героя»), способствует усвоению детьми графического изображения эмоциональных состояний, что является предпосылкой развития у детей умения - видеть эмоциональное состояние окружающих людей.

Во время реализации программы дети совершили путешествие в город «Настроение», в котором на улице Эмоций живут жители. На каждом занятии воспитанники знакомились с новой эмоцией, выполняли задания, которые предлагали жители импровизированного города.

Во время сказочного путешествия ребята побывали в пещере Страха (для объяснения поговорки «у страха глаза велики» был использован мультфильм «Подземный переход», где очень хорошо показан немотивированный страх. В конце фильма герои советуют: «что, прежде чем чего-то бояться,нужно сначала посмотреть, страшное оно, или не страшное».

*Просмотр фрагмента мультфильма «Подземный переход»*

\**Звери успокаивают лисенка, который от страха влез на высокое дерево.*

Метод мульттерапии был использован и на других занятиях. Так, например, для того чтобы в доступной форме рассказать детям о том, как человек воспринимает окружающий мир под влиянием того или иного настроения, был показан фрагмент мультфильма «Просто так», где это очень хорошо продемонстрированно.

*Просмотр фрагмента мультфильма «Просто так»*

\**Мальчик идёт с букетом цветов, кружится, напевает песенку. Навстречу ему грустный ослик. Мальчик посмотрел на ослика и отдал ему букет.*

СТОП

- Какие чувства вы увидели? (Грусть, радость).

- Кто был грустный? (Ослик).

- Как вы узнали, что ослик грустный? (Шёл медленно, склонив голову).

- А, когда мальчик подарил ему букет цветов, настроение ослика изменилось? Какое оно стало? (Ослик стал радостный).

- Какого цвета был ослик и всё вокруг ослика? (Серое, тёмное).

- Какого цвета был мальчик и всё вокруг мальчика? (Цветное, разноцветное, яркое).

- Значит, радость, какая? (Разноцветная).

Совершили прогулку на поляну Удивления. Во время подготовки к этому занятию, возник вопрос, как детям объяснить это состояние. Ведь удивление в отличии от других чувств длиться очень короткий промежуток времени.Нужно было придумать что-то такое, что заставит ребят пережить это чувство, например, фокус. В пустой лоток положили бумажные цветы, лепестки были сложены в центр. Дальше в емкость наливалась вода из бутылки и цветы на глазах у детей раскрывались. Детям этот фокус очень понравился, и они с интересом наблюдали за происходящим.

Совместно с музыкальным руководителем Матягиной Л.Н. было проведено занятие на тему «В гости к Музыке». Дети слушали музыкальные произведения, которые по своему звучанию подходили «грустной осени», «радостной осени», рассматривали соответствующие иллюстрации. В продолжении ребята выполнили рисунки, где старались подбирать цвета для «грустной осени» или «радостной осени».

До начала программы была проведена диагностика уровня развития эмоционального интеллекта и эмоциональной сферы (Минаева).

**Диагностика эмоционального интеллекта**

1. **Методика «Три желания»**

**Цель:** выявить эмоциональную ориентацию ребёнка на себя или на других людей.

**Инструкция:** психолог говорит детям: «Представьте, что золотая рыбка может выполнить три ваших желания. Что бы вы пожелали?»

0 баллов – нет ответа; 1 балл – ответ связан с желанием «для себя»; 2 балла – ответ связан с желанием «для других людей».

1. **Методика «Что-почему-как»**

**Цель:** выявить степень готовности ребёнка учитывать эмоциональное состояние другого человека, сопереживать, заботиться о нём.

**Инструкция:** психолог говорит детям: «Сейчас я прочитаю вам рассказ. Ваша задача: слушать внимательно, а потом ответить на мои вопросы».

**Результаты:** психолог оценивает ответы детей.

1. **Методика «Дорисовывание»**

**Цель:** выявить эмоциональную ориентацию ребёнка – на мир вещей или на мир людей.

**Инструкция:** психолог предлагает детям за 15 минут добавить (дорисовать) к фигурам любые детали, чтобы получились рисунки со смыслом.

**Обработка результатов:**

0 баллов – дорисовка отсутствует; изображён предмет или животное; 1 балл – изображено человеческое лицо; 2 балла – изображён человек (выражено его эмоциональное состояние или он дан в движении).

 До После

Высокий – 4 ч. (33%) Высокий – 5 ч. (42%)

 Средний –3 ч. (25%) Средний – 4 ч. (33 %)

Низкий – 5 ч. (42%) Низкий – 3 ч. (25 %)

Диагностика эмоциональной сферы

(Минаева)

1. **Методика «Определи выражение лица»**

**Цель:** определение уровня узнавания эмоций.

**Процедура исследования**. Ребенку предлагается рассмотреть схематические изображения человеческих эмоций. Его задача – назвать, какие эмоции соответствуют этим изображениям.

1. **Методика «Покажи эмоцию»**

**Цель:** определение уровня развития эмоциональной выразительности при помощи мимики и жестов.

**Процедура исследования.** Ребенку предлагается изобразить веселого, грустного, испуганного, сердитого, удивленного, мальчика (девочку).

1. Методика «Скажи по-разному»

**Цель:** определение уровня эмоциональной выразительности при помощи голоса, интонации.

**Процедура исследования.** Дается задание произнести фразу «Я съел(а) яблоко» с определенной интонацией: грустно, радостно, испуганно, сердито, удивленно, с удовольствием.

 До После

 Высокий – 3 ч. (25%) Высокий – 7 ч. (58%)

 Средний – 3 ч. (25%) Средний – 4ч. (33 %)

 Низкий – 6 ч. (50%) Низкий – 1ч. (9 %)