**«АЗБУКА НАСТРОЕНИЙ»**

**Перспективное планирование работы по развитию эмоций старших дошкольников**

**Составитель:**

**Саркисова Анжелика Мечиславовна**

**Воспитатель ГБДОУ детский сад №32**

**Центрального района**

**Санкт-Петербург**

**Пояснительная записка.**

Известно, что развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, передают внутреннее состояние ребенка, с другой – существенно влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику его суждений.

 Маленькие дети еще не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложняя общение со сверстниками и взрослыми. Не каждый взрослый человек способен разобраться в своих переживаниях, а для ребенка эта задача еще более трудная. Дети не всегда понимают правильно даже простые эмоции, тем более трудно им осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром.

 В процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка. Меняются его взгляды на мир, на отношения с окружающими. Способность ребенка сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Но сама по себе эмоциональная сфера не развивается. Ее необходимо развивать. В последние годы развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития. Однако, только согласованное действие этих двух систем, их единство может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности. Об этом же писал К.Изард: «Эмоции энергетизируют и организуют восприятие, мышление и действие».

 Современные дети стали меньше общаться со взрослыми и друг с другом, больше времени проводят у экранов телевизоров и компьютеров. А ведь общение в значительной степени обогащает эмоциональную сферу. Дети стали менее отзывчивыми к чувствам других людей. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, очень актуальна и важна.

 Исходя из вышесказанного, мною подготовлены методические рекомендации по развитию эмоций у детей старшего дошкольного возраста.

Цель данной методической разработки – ввести ребенка в сложный мир человеческих эмоций, научить понимать свое эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

 Всю работу по формированию у детей эмоциональной сферы я подразделяю на несколько этапов.

1 ЭТАП - «Изучение эмоциональной сферы ребенка».

 На данном этапе проводится диагностика эмоционального

 развития детей.

2 ЭТАП - «Знакомство с разными видами эмоций, развитие умения

 сравнивать их между собой».

3 ЭТАП - «Закрепление полученных знаний в непосредственно образовательной деятельности»

 Темы: «Эмоции в сказках», «Радуга настроений», «Природа и настроение», «Музыка и эмоции», «Я и мое настроение».

 Встречи с детьми проводятся 1 раз в неделю, продолжительность 25 минут.

В содержании НОД использованы игры, упражнения, разработки М.И.Чистяковой, Н.Л.Кряжевой, Н.В.Клюевой, Ю.В.Касаткиной.

 В качестве основных методов и приемов используются:

- чтение и обсуждение художественных произведений;

- психогимнастика;

- игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;

- игры на развитие навыков общения;

- прослушивание и обсуждение музыкальных произведений;

- беседы;

- рисование;

- упражнения на мышечную релаксацию (снимают напряжение);;

- дыхательная гимнастика (действует успокаивающе на нервную

 систему);

- мимическая гимнастика(направлена на снятие общего напряжения,

 играет большую роль в формировании выразительности речи).

Во время встречи дети сидят в кругу. Круг- это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, позволяет детям ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

 Таким образом, использование данной методической разработки поможет в развитии эмоциональной сферы ребенка: у них расширится круг понимаемых эмоций, дети смогут глубже понимать себя и других, у них чаще будут проявляться эмпатийные проявления по отношению к окружающим.

 **ЗАДАЧИ.**

1. **Ввести детей в сложный мир человеческих**

**эмоций.**

1. **Учить различать и называть основные эмоции.**
2. **Научить выражать свои эмоции с помощью мимики и пантомимики.**
3. **Развивать у детей умение определять различные настроения людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонацию.**
4. **Научить детей понимать собственное эмоциональное состояние и передавать его, используя различные выразительные средства.**
5. **Формировать способность управлять своим эмоциональным состоянием.**
6. **Развивать у детей внимание, воображение, наблюдательность, сообразительность, выразительность речи.**
7. **Воспитывать эмоциональную отзывчивость и доброжелательное отношение к людям.**
8. **Развивать коммуникативные способности.**

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Непосредственно образовательная деятельность** | **Задачи** | **Совместная деятельность педагога с детьми** | **Самостоятельная деятельность детей** |
| **Октябрь** | «Лесенка радости»Занятие 1.Занятие 2.Занятие 3.Занятие 4. | Познакомить с чувством радости, учить различать эмоцию по схематическому изображению, развивать умение адекватно выражать своё эмоциональное состояние, понимать эмоциональное состояние другого человека.Продолжить знакомство с чувством радости; учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; учить слушать и понимать музыкальное произведение.Продолжать знакомство с чувством радости, учить выражать чувство радости с помощью мимики и пантомимики; учить выражать радость с помощью изобразительных средств.Закрепление и обобщение знаний о чувстве радости; развитие эмпатии. | Рисование на тему «Радость».Д/и «Собери пиктограмму».Прослушивание пьесы П.И.Чайковского «Новая кукла».Игра «Закончи фразу: я радуюсь, когда…»Знакомство с «Календарем эмоций».Разучивание песен «Вместе весело шагать», «Улыбка»(В.Шаинский).Развивающая игра «Доктор Айболит». | Рассматривание картинок, иллюстраций по теме «Радость».Упражнение «Дорисуй пиктограмму».Д/и «Собери настроение».Игра на ковролине «Страна эмоций».Работа с «Календарем эмоций».Упражнение «Дорисуй пиктограмму».Д/и «Найди половинку», «Собери пиктограмму».Прослушивание музыкальных произведений. |
| **Ноябрь** | «Горе луковое».«У страха глаза велики».Занятие 1.Занятие 2.Занятие 3. | Познакомить с эмоцией; учить различать ее по схематическому изображению; учить понимать свои чувства и чувства других людей и рассказывать об этом; продолжать учить слушать и понимать музыкальные произведения.Познакомить с чувством страха и схематическим изображение данной эмоции; учить выражать эмоциональное состояние с помощью мимики.Продолжить знакомить с эмоцией; учить понимать свои чувства и чувства других людей, передавать заданное эмоциональное состояние с помощью изобразительных средств.Продолжать знакомство с чувством страха; учить искать пути преодоления страха; развивать эмпатию, умение сопереживать другим. | Рисование на тему «Грусть».Д/и «Собери пиктограмму».Игра «Закончи фразу: я грущу, когда…»Рисование на тему «Страх».Чтение и обсуждение:«Живая шляпа»Н.Носов,«Чего боялся Петя?» С.Маршак,«У страха глаза велики» р.н.сказка.Тренинг эмоций:-грустный мышонок-испуганный мышонок-веселый мышонок | Работа с «Календарем эмоций».Рассматривание иллюстраций по теме «Грусть».Прослушивание пьесы П.Чайковского «Болезнь куклы».Упражнение «Дорисуй пиктограмму».Д/и «Собери настроение», «Азбука настроений».Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение». |
| **Декабрь** | Занятие 4.«Удивительная страна».Занятие 1.Занятие 2.«Школа гнева».Занятие 1. | Учить узнавать чувство страха по его проявлениям; развивать умение справляться со страхом; учить выражать чувство страха в рисунке.Познакомить с эмоцией; учить различать чувство удивления по схематическому изображению; закрепит у детей мимические навыки.Продолжить знакомство с чувством удивления; учить понимать свои чувства и чувства других людей и рассказывать об этом; развивать фантазию, воображение.Познакомить с чувством гнева(злости), его схематическим изображением; тренировать детей в умении различать эмоции. | Беседа на тему «Что надо сделать, чтобы перестать бояться?»Рисование на тему «Оживи кружочки».Д/и «Собери пиктограмму».Игра «Закончи фразу: я удивляюсь, когда…»Чтение отрывка из сказки А.С.Пушкина «Сказка о царе Салтане»(чудеса на острове князя Гвидона).Игра «Фантазии».Беседа на тему «Что делать, если ты злишься?» | Д/и «Угадай настроение Бабы Яги».Работа с «Календарем эмоций».Рассматривание иллюстраций на тему «Удивление».Упражнение «Дорисуй пиктограмму», «Зеркало».Д/и «Зоопарк настроений».Рассматривание фотоальбома «Веселые, грустные».Упражнение «Дорисуй пиктограмму». |
| **Январь** | Занятие 2.«Стыдливые истории».«Минутки отвращения».«Ах, эти хвастунишки, девчонки и мальчишки!» | Продолжить знакомить с эмоцией; закрепить мимические навыки; развивать умение понимать собственное эмоциональное состояние и рассказывать об этом.Познакомить с чувством вины, стыда, его схематическим изображением; учить передавать заданное эмоциональное состояние с помощью жестов, мимики, выразительных движений.Познакомить детей с чувством отвращения, его схематическим изображением; закрепить мимические навыки; продолжать учить понимать свое эмоциональное состояние и передавать его с помощью выразительных средств.Знакомство с чувством самодовольства; учить различать эмоцию по схематическому изображению(пиктограмме); учить выражать свои чувства с помощью мимики, пантомимики. | Игра «Закончи фразу: я злюсь, когда…».Чтение А.Толстого «Приключения Буратино»(обсуждение характера Карабаса-барабаса).Д/и «Собери пиктограмму».Чтение и обсуждение рассказа Л.Толстого «Косточка».Д/и «Собери пиктограмму».Рисование «По небу плыли облака».Мимическая гимнастика:-грозовая туча-соленый чай-я разбил мамину чашку-Заяц-хваста | Разрезные картинки «Собери настроение».Развивающая игра «Азбука настроений».Игра на ковролине «Страна эмоций».Упражнение «Дорисуй эмоцию».Д/и «Найди половинку».Упражнение «Дорисуй пиктограмму», «Зеркало».Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение».Упражнение «Зеркало».Д/и «Собери настроение», «Найди половинку». |
| **Февраль** | «Ты видишь- настроение бывает самым разным: ужасным и веселым, и грустным, и прекрасным…»«Радость и горе».«Радость и гнев».«Гнев и удивление».«Радость, горе, страх». | Продолжать знакомство с эмоциями радости, горя; закрепить полученные знания; расширить представления об эмоциях, сравнивая их; учить передавать в рисунке разное эмоциональное состояние.Продолжить знакомство с эмоциями радости и гнева, сравнивая их; закрепить у детей мимические навыки, умение передавать эмоции с помощью выразительных движений.Закрепить знания детей об эмоциях гнева и удивления; учить предавать в рисунке разное эмоциональное состояние; развивать мимику, пантомимику, интонационную выразительностьЗакрепить представления об эмоциях, умение выражать соответствующую эмоцию с помощью мимики и жестов; развивать эмпатию. | Рисование на тему «Радостный и грустный гном».Д/и «Чем похожи, чем отличаются».Развивающая игра «Облака».Беседа о добрых и злых людях.Развивающая игра «Нарисуй облако».Литературные загадки.Развивающая игра «Дожди», «Повтори фразу».Тренинг эмоций:-солнышко-добрая птица-злой дракон-сердитый мальчик-испуганный зайчик-удивленный Незнайка | Работа с «Календарем эмоций».Развивающая игра «Азбука настроений».Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение».Развивающая игра «Кубик».Рассматривание фотоальбома «Веселые, грустные».Игра на ковролине «Страна эмоций».Упражнение «Дорисуй эмоцию».Д/и «Собери настроение».Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение». |
| **Март** | «Радость, горе, удивление».«Радость, страх, удивление».«Настроение Бабы-Яги». | Закрепить умение подбирать пиктограмму, соответствующую эмоциональному состоянию; учить подбирать цвет, соответствующий заданной эмоции; закреплять представления об эмоциях.Расширять представления детей об эмоциях, сравнивая их; учить определять, какие эмоциональные реакции вызывали разные случаи из их жизни; развивать внимание, наблюдательность.Закрепить умение детей на примере сказочных персонажей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний(веселый – грустный), учить дифференцировать поступки сказочных героев и давать им моральную оценку. | Упражнение «Подбери каждому сказочному герою подходящую маску».Развивающая игра «Закончи предложение…»Рисование «Волшебные шары».Игра «Повтори фразу…»Игра «Угадай настроение сказочного героя».Мимическая гимнастика:-Баба-Яга-хитрая лиса-Пьеро-Красная шапочка-Карлсон | Работа с трафаретами по заданной теме.Силуэтные изображения лиц-«Дорисуй настроение».Упражнение «Дорисуй настроение».Рассматривание фотоальбома «Веселые, грустные».Игра на ковролине «Страна эмоций».Упражнение «Раскрась коврики для доброй и злой волшебниц».Развивающая игра «Кубик».Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение». |
| **Апрель** | «Палитра настроений».«От зимы до осени».«Музыка и эмоции».«Я и мое настроение». | Закрепление полученных знаний, развитие умения передавать эмоционально состояние с помощью художественных средств; учить детей соотносить цвет с настроением.Расширять представления детей об эмоциях, помочь осознать , какие чувства вызывает та или иная погода, время года; закрепить умение передавать настроение с помощью выразительных средств.Продолжать учить слушать и понимать музыкальные произведения, правильно называть, какая музыка и какому чувству соответствует; развивать внимание. Наблюдательность, память.Закрепить у детей понятие «настроение»; продолжать учить определять, какие эмоциональные реакции вызывают у них разные жизненные события; развивать память, внимание, наблюдательность. | Д/и «Палитра настроений»,«Подбери по цвету».Прослушивание музыки П.Чайковский «Времена года».Игра «Закончи фразу…»Прослушивание музыки: Кабалевский «Вальс», Чайковский «Времена года».Рисование на тему «Мы рисуем музыку».Упражнение «Расскажи о своем настроении».Рисование «Мое настроение». | Контурные изображения платьев: «Раскрась платья для доброй волшебницы и бабы-Яги».Рассматривание иллюстраций на тему «Времена года».Игра «Кубик».Прослушивание музыкальных произведений.Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение».Упражнение «Дорисуй лица».Д/и «Собери настроение», «Угадай настроение». |
| **Май** | Развлечения:«Страна сказок».«Царство Снежной королевы». | Закрепить у детей знания об эмоциях, умение передавать эмоциональное состояние с помощью мимики и пантомимики, различать и называть эмоции по схематическому изображению(пиктограмме); развивать у детей эмпатию, чувство общности.Закрепление полученных знаний; продолжать развивать способности чувствовать настроение в музыке; закрепить мимические навыки, умение «читать» пиктограммы; развивать внимание, наблюдательность, память. | Беседа о героях сказок.Литературные загадки.Д/и «Угадай настроение сказочного героя».Прослушивание музыки:«В мире много сказок» В.Шаинский, частушки Бабок-Ежек из м/ф.Рисование «Мой любимый сказочный герой».Тренинг эмоций:-веселая Баба-Яга-злая Баба-Яга-задумчивая Баба-Яга | Развивающие игры: «Зоопарк настроений», «Подбери каждому герою карнавала его маску», «Хоровод сказочных героев».Игра на ковролине «Страна эмоций».Работа в индивидуальных тетрадях «Мое настроение».Упражнение «Дорисуй настроение сказочного героя». |

  **Литература.**

1. Кряжева Н.Л «Развитие эмоционального мира детей»- Ярославль, 1997.
2. Минаева Н.Л. «Развитие эмоций дошкольников»- Москва, 1999.
3. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»- Москва «Генезис», 2000.
4. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению»- Ярославль, 1997.
5. Князева О.Л. «Я, ты, мы»- Москва «Мозаика- синтез», 2003.
6. Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. «Учимся понимать друг друга»- Ярославль, 1997.
7. Чистякова М.И. «Психогимнастика»- Москва, 1900.
8. Семенака С.И. «Уроки добра»- Москва «Аркти», 2002.
9. Хухлаева О.В. «Лесенка радости»- Москва: Совершенство, 1998.