**«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 выразительность  Закрепить 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.