**Родительское собрание**

На тему: « Развитие эмоциональной сферы»

**Цель:** Совместно с родителями обсудить проблему значения в жизни человека развития эмоциональной сферы. Определить причины преобладания негативных или позитивных эмоций.

**Материал:** подушки, цветная бумага, подносы, акварельные краски, кисти, альбомные листы бумаги ,газеты, грамзапись И.Ш. Бетховен «К Элизе», клубок ниток.

**Ход:** Я работаю с детьми по проблеме: «Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста». Чтобы наши дети лучше понимали себя, чувства окружающих ,необходимо, чтобы вы, родители, были компетентны в этом вопросе и могли вместе с детьми распознавать чувства и настроение окружающих по внешним признакам и внутренним эмоциональным состояниям.

Я предлагаю вам распознавать эмоциональные состояния с помощью игр и упражнений.

Игра «Закончи фразу».

У вас на карточке начало фразы, вы закончите эту фразу эмоциональным состоянием, которое испытываете в том или ином случае.

Н-р: Мне приято, когда мне улыбаются люди.

-Я боюсь,………….

-Я радуюсь,………….

-Мне страшно,………….

- Я восторгаюсь,……….. и т.д.

Игра «Эмоции по кругу»

Встаньте в круг друг за другом. Мимикой, жестом я покажу эмоцию впереди стоящему, а он передаст ее дальше.

-Какое эмоциональное состояние я передала?

-Трудно ли было изобразить эту эмоцию?

-Что вы испытывали при этом?

-Какую эмоцию вы получили?

Мы знаем, что существуют положительные и отрицательные эмоции. Чаще всего свои отрицательные эмоции мы скрываем, прячем, не показываем. Отрицательные эмоции должны быть высказаны, проявлены. Иначе, накопившиеся отрицательные эмоции могут привести к болезням, стрессам, эмоциональным напряжениям.

- Как вы выплескиваете, избавляетесь от отрицательных эмоций?

Я предлагаю вам простые способы снятия отрицательных эмоций.

1. Смять газету и бросить ее в мусорное ведро.
2. Во время рабочего дня ваш босс вызывая вас в кабинет, говорит вам что-то неприятное. Вам нужно выплеснуть этот негатив.

(Предлагаю вам вещь для битья: подушку, стул)

Снимите это эмоциональное напряжение.

1. Упражнение на дыхание.

Если у вас нет ничего под рукой, а отрицательные эмоции не должны накапливаться, можно использовать упражнение на дыхание. Вдыхайте воздух считая про себя до 10, и выдыхайте считая в обратном порядке.

1. Далее я предлагаю цветную бумагу разорвать на мелкие кусочки.

Берите эти кусочки в руки встаньте в круг и устроим разноцветный фейеверк.

Одно из действенных способов снятия напряжения- это музыка и рисование. Я предлагаю вам прослушать музыкальное произведение, а потом передать своё эмоциональное состояние от прослушанного в рисунке.

Занимайте место за столами. Закройте глаза, прослушайте произведение и отобразите в рисунке свои эмоции, впечатления от прослушанной музыки.

( Работа родителей с изобразительным материалом)

Чтобы закрепить хорошее эмоциональное состояние, я предлагаю взять клубочек и передавая его тому, кому вы хотите говорить комплименты, т.е добрые , хорошие слова. Посмотрите, как наша нить всех нас связала. Это нить взаимопонимания, дружбы. Попробуйте сделать шаг назад, нить стала натянутой, напряженной, так же и наше отношение и настроение друг к другу могут быть натянутыми и испорченными. Нам неприятно и больно. Вернемся в прежнее положение. Почувствовали разницу, как нам стало приятно и комфортно, появилась улыбка.

Так давайте всегда говорить друг другу только хорошие, добрые слова, улыбаться, а весь негатив выплескивать приемлемыми способами в других местах.