**Государственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования (повышение квалификации) специалистов Московской области Академия социального управления (ГБОУ ВПО «Академия социального управления»)**

**Кафедра дошкольного образования**

**Кафедральный инвариантный модуль**

**«Актуальные проблемы воспитания и образования детей в**

**дошкольном образовательном учреждении» (72 ч.)**

**ПРОЕКТ**

**«Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников»**

**Слушатель: Марычева С.А., воспитатель**

**МБДОУ «Детский сад № 29»**

**Руководитель: к.п.н., доцент кафедры**

**Пантелеева Н.Г.**

**Москва, 2012**

**Тема проекта**: развитие эмоциональной сферы дошкольников.

**Решаемая проблема**: В настоящее время, заботясь о физическом и познавательном развитии ребёнка, взрослые зачастую забывают о важности его эмоционально - личностного развития, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием ребёнка. Развитию эмоциональной сферы ребёнка не всегда уделяется достаточное внимание, в отличие от его познавательного развития. Однако, как справедливо указывали педагоги Л.С. Выготский и А.В.Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны осознать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Следовательно, **актуальность** данной проблемы очевидна. Она заключается в следующем: рассмотрение вопроса о развитии эмоциональной сферы и личности ребенка дошкольника предполагает всестороннее изучение его личности, поведения и деятельности, взаимоотношений с окружающими людьми, особенностей его переживаний, мировоззрения и качеств личности.

**Почему эту проблему важно обсуждать и решать**: У детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выражать своё эмоциональное состояние социально приемлемым способом. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т.д.

**Цель проекта**: Создание условий для ознакомления детей с миром эмоций и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния.

**Вид проекта** – практико-ориентированный.

**Описание проекта**: Классификация эмоций. Различные способы выражения эмоционального состояния (вербальный способ, мимика, пантомимика, жесты и т.д.). Доступные для детей методы саморегуляции. Способы снятия или снижения негативного эмоционального состояния.

**Ожидаемые результаты проекта**: Дети научились выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениями; стали лучше понимать эмоциональное состояние других людей; узнали о способах, как выплеснуть свои эмоции и никому не навредить. Родители глубже осознали свою роль в эмоциональном благополучии ребенка.

**По продолжительности проведения** – долгосрочный (продолжительность 6 месяцев)

Для решения данной темы необходимо решить следующие **задачи:**

**1.** Выявить соотношение между формированием эмоциональной сферы и возрастными особенностями детей дошкольного возраста.

**2.** Разработать систему занятий, комплекс игр, упражнений и психологических этюдов по формированию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

**3.** Научить детей соотносить свои эмоции, чувства с эмоциями и чувствами других людей, сравнивать их, и регулировать их таким образом, чтобы было комфортно им самим и окружающим их людям.

**Подготовительный этап** включал в себя проведение первоначальной диагностики (методики «Дом-Дерево-Человек», «Тест Руки», «Рисунок семьи», «Рисунок человека»), анкетирование родителей (Анкета «О способах воспитания», «Рисунок семьи»), наблюдение; подбор и анализ методической литературы, наглядного материала (пиктограммы «Эмоции») и оборудования; разработка плана занятий с детьми.

**Основной этап** – проведение цикла занятий, психологических упражнений и игр.

**Завершающий этап** – проведение сравнительной диагностики, ознакомление родителей с результатами, подведение итогов.

В основу системы работы легли следующие **принципы**: позитивности, взаимодействия, индивидуального подхода, психологической комфортности, развития и саморазвития личности, здоровьесберегающий принцип.

Для решения поставленных задач и целей по развитию эмоциональной сферы дошкольников использую тренинговые **программы** С.В. Крюковой**:**

1. Программа адаптации детей 4-6 лет к условиям дошкольного учреждения «Давайте жить дружно!». Основная цель: адаптация детей к условиям дошкольного учреждения, создание у них чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, развитие коммуникативных навыков.
2. Программа эмоционального развития дошкольников «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь», которая направлена на эмоциональное развитие детей и является логическим продолжением первой.

Все занятия имеют гибкую структуру, исходя из поставленных целей и индивидуальных особенностей каждого ребёнка в группе.

**Вводная часть**  – это введение в тему, создание эмоционального настроя.

**В рабочей части** проводятся: игры, упражнения, психогимнастика, релаксация, ролевые диалоги, проблемные ситуации.

**В завершающей части** создаем у каждого участника чувство принадлежности к группе и закрепляем положительные эмоции от работы. Проводится либо общая игра-забава или продуктивная коллективная деятельность, например, создание общего рисунка.

Ниже приводится одно из занятий.

**Занятие по развитию эмоциональной сферы дошкольников**

«Закрепление знаний о чувствах»

**Цели:**

- закрепление умения различать чувства;

- закрепление мимических навыков;

- повышение у детей уверенности в себе;

- формировать навыки саморегуляции.

**Материалы:**

- игра «Азбука настроений»; настольный театр «Эмоции»; лист ватмана, гуашь.

**Ход занятия:**

Здравствуйте, ребята! Я рада видеть всех вас! (все садятся на пол в круг)

1. **Давайте поздороваемся друг с другом.**

Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа, и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа. (Цель – создание положительного настроения).

А теперь давайте вспомним, с какими чувствами мы с вами уже знакомы. (Показываю детям пиктограммы и провожу беседу о том, как именно мы узнаем, что это именно то или другое чувство).

1. А теперь давайте сядем за один стол. **Настольный театр «Эмоции».**

Перед вами герои с одними лишь лицами. Подумайте, кто эти герои и почему у них именно такие эмоции (дети рассказывают свои истории про героев).

1. А сейчас вернемся опять на ковер и возьмемся за руки.

**Упражнение «Зеркало».** Ребенок встает в центр круга и изображает чувства: страх, гнев, обиду, радость и т.п. При этом он как будто смотрится в зеркало. Роль «зеркала» играют все стоящие в кругу. Дети должны точно «отзеркалить» изображенное ребенком чувство. (Мимическая гимнастика)

1. Наша следующая игра называется **«Спаси птенца»** (цель: ознакомить детей с методами саморегуляции)

Воспитатель: « Представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный птенец. Вытяните руки вперед ладонями вверх. А теперь согните руки в локтях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным, спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам».

1. А сейчас давайте поиграем в игру, которая называется **«Я – лев».** (повышение у детей уверенности в себе).

Воспитатель: «Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев – царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например, «Я – лев Гриша». Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой. (дети выполняют упражнение) Отлично! Молодцы!

1. Релаксация. **Упражнение «Цветок-имя».**

Воспитатель. «Сядьте поудобнее на ковер, закройте глаза и представьте летний день в саду или на лесной полянке. Почувствуйте запахи летнего дня. Может быть, кто-то сумеет что-нибудь услышать, например, пение птиц или еще что-нибудь. Рассмотрите цветы вокруг себя. А теперь попробуем увидеть цветок, который вы могли бы назвать своим именем. Какой он? Рассмотрите его, ощутите его запах, возьмите в руки. Попробуйте запомнить, что чувствуют ваши руки. Можно сделать глубокий вдох и открыть глаза».

Воспитатель: « А теперь давайте расскажем друг другу о цветах, которые носят ваши имена, и поделимся своими чувствами» (Ответы детей).

Хорошо. Садитесь на стульчики.

И в заключение нашего занятия, я предлагаю сделать плакат под названием **«Ладонь, полная солнца»** (цель: формирование у детей умения любить окружающих). На подготовленный лист ватмана (в середине солнце) дети по очереди кладут ладошку и обводят ее. После этого каждый ребенок закрашивает чужую ладошку. Коллективная работа готова.

Воспитатель: « Ребята, давайте представим, какие добрые качества будут находиться в наших ладошках, наполненных солнцем (Смех, дружба, любовь и п.т.)

Воспитатель: «Давайте встанем в круг и возьмемся за руки. А теперь улыбнемся друг другу». На этом наше занятие заканчивается.

Для развития эмоциональной сферы в свободной деятельности детей и в режимных моментах я использую психологические упражнения: «Цирк» (снижение агрессивности), «Я не упаду» (формирует доверие к окружающим), «Листочек падает» (формирует умение любить окружающих) и др., а также игры: «Смешные и сердитые лица», «Я кот Мур-Мур» (развитие фантазии и воображения), терапевтические сказки-метафоры; пальчиковый театр; работу в уголке настроения.

И, конечно, для решения поставленных задач я не могла не обойтись без активного взаимодействия с семьями своих воспитанников. Ведь значительную роль в развитии и воспитании у ребёнка дошкольного возраста эмоций (например: сопереживания и сочувствия) принадлежит семье.

Формы работы с семьёй:

- анкетирование « Какие мы родители?»,

- индивидуальные беседы по текущим проблемам,

- консультации « в мире детских эмоций»

- проведение родительских собраний «Эмоциональное благополучие ребёнка. Что это такое?»

- дни открытых дверей,

- оформление групповых фотовыставок.

В результате целенаправленной работы с детьми и при содействии родителей мы добились позитивных результатов по развитию эмоциональной сфере детей, на что указывают данные мониторинга. На начало года, с высоким уровнем развития эмоциональной сферы было выявлено 6 (23%) детей, со средним 15 (58%), с низким 5 (19%) детей, от общего количества (26детей). На конец года количество детей с высоким уровнем развития составило 10 (39%)детей, со средним 16 (61%) и с низким уровнем детей не выявлено.

Итак, можно сказать, что цели и задачи достигнуты, но работу по развитию эмоциональной сферы детей необходимо продолжать и далее.

Используемая литература:

1. Запорожец А.В. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. М., Педагогика, 1986г.
2. КряжеваН.Л. Развитие эмоционального мира детей. М., 1997г.
3. Развитие познавательной и эмоциональной сфер дошкольников. Методические рекомендации/Под ред. А.В. Можейко. - М: ТЦ Сфера, 2009.(Библиотека журнала «Воспитатель ДОУ») (3).
4. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. М.:Генезис, 2011г.

* Интернет-ресурсы
* [http://pochemu4ka.ru](http://pochemu4ka.ru/)
* [http://doshvozrast.ru](http://doshvozrast.ru/)
* [http://stranamasterov.ru](http://stranamasterov.ru/)