



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ЮЖНО—УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

**Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного  
возраста**

**Выпускная квалификационная работа по направлению**

**44.03.01 Педагогическое образование**

**Направленность программы бакалавриата**

**«Дошкольное образование»**

**Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

72,02 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

«12» мая 2022 г.

Зав. кафедрой ПиПД

О.Г. Филиппова О.Г. Филиппова

Выполнила:

Студентка группы ОФ-402/096-4-1

Саллямова Нелли Расиховна

Научный руководитель:

к. п. н., доцент кафедры ПиПД

Терещенко Марина Николаевна

Челябинск

2022

## Содержание

Введение .....	3
Глава 1. Теоретические аспекты проблемы развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.....	9
1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста...	9
1.2 Психолого-педагогические особенности развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста .....	13
1.3 Психолого-педагогические условия развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.....	17
Выводы по главе 1.....	24
Глава 2. Экспериментальная работа по проблеме развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.....	26
2.1 Диагностика уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.....	26
2.2 Реализация психолого-педагогических условий развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.....	32
2.3 Анализ и интерпретация результатов исследования.....	34
Выводы по главе 2.....	37
Заключение.....	38
Список использованных источников.....	41
Приложение.....	47

## **ВВЕДЕНИЕ**

Актуальность развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

На данный момент дошкольное образование переживает значительные изменения, связанные с введением федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», принятым 1 сентября 2013г. Он утверждает дошкольное образование одним из уровней общего образования.

В связи со вступлением в силу закона «Об образовании в Российской Федерации» появилась необходимость впервые в истории ввести федеральный государственный стандарт дошкольного образования (1 января 2014г.). Одним из основных принципов которого является формирование у дошкольников способности к адекватному выражению чувств и правильному пониманию эмоций и чувств других людей [39].

Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста актуализируется в реализации Федеральных государственных образовательных стандартов, где в одной из задач социально-коммуникативного развития среди целевых ориентиров обозначена значимость исследуемой темы на этапе завершения дошкольного образования. На данном этапе целевые ориентиры направлены на проявление эмоций и чувств детей, используя для этого речь, а также на умение понимать чувства окружающих [39].

В современном мире способность личности понимать других людей является необходимой и имеет немаловажное значение для информационного общества, так как оно предполагает умение общаться в любых условиях, а также объективно реагировать на все изменения и восприятие информации.

Актуальность проблемы и темы на психолого-педагогическом уровне определяется отсутствием соответствия между педагогическими возможностями и потребности общества в подготовленной личности. Общественное развитие и его процессы предполагают изменение приоритетов в образовании т.е. большое значение приобретают поиски новых, современных способов обучения и воспитания, которые направлены на развитие личности и условий для формирования социальной адаптации и эмоциональной стабильности ребенка. Известные исследователи обращали внимание на особенности развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста (Нгуен М.А., Афонькина Ю.А., Трупичкина Е.А., Семенак С.И., Яфальян А.Ф.).

Именно на этапе старшего дошкольного возраста следует проводить своевременную и целенаправленную работу с детьми, так как данный возрастной период является сензитивным периодом для развития эмоционального интеллекта [50].

Также актуальность проблематики обусловлена тем, что эмоциональный интеллект считается малоизученным феноменом в психолого-педагогической науке [30]. Уже существует разные подходы к пониманию структуры и сути исследуемой темы, однако единственной теории и согласия добиться пока не удастся. Об этом говорят такие ученые как: Ветрова И.И., Сергиенко А., Люсин Д.В., Майер Д..

Эмоциональный интеллект в широком смысле понимается как связующее звено между способностью личности эффективно общаться и взаимодействовать с другими людьми и умение подстраиваться под эмоции и переживания, чтобы добиться понимания [18]. Данный навык в сфере, где необходимо взаимодействие с обществом, позволяет добиваться успехов в профессиональной деятельности и жизни в целом. Тогда как интеллект человека является лишь фактором успешности в академической сфере. Отечественные исследователи также изучали этот вопрос. Он представлен в работах Выготского Л.С., Леонтьева А.Н., Рубенштейна С.Л..

Выготский Л.С. говорил о системе, где представлено единство аффекта и интеллекта: «Как известно, отрыв интеллектуальной стороны нашего сознания от аффективной, волевой стороны представляет один из основных и коренных пороков всей традиционной психологии. Мышление при этом превращается в автономное течение себя мыслящих мыслей, оно отрывается от всей полноты живой жизни» [1, с.436].

Цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогических условий развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Объект исследования: процесс развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Основой исследования послужила гипотеза о том, что успешным процесс развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста будет если:

1. Разработать программу, которая направлена на развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста;

2. При внедрении программы будут соблюдены и учтены психолого-педагогические условия:

- совместная деятельность взрослого и ребенка с использованием приемов и методов, которые направлены на формирование эмоционального благополучия и нейтрализацию негативных эмоциональных сторон ребенка;

- предметно-развивающая среда наполнена материалами, которые благополучно будут влиять на эмоциональный фон ребенка;

- в дошкольную образовательную организацию (далее–ДОО) будут привлечены семье детей для дальнейшего успешного формирования эмоционального интеллекта у детей.

Учитывая все вышесказанное, были определены задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать литературу по проблеме развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.
2. Рассмотреть предпосылки для развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников.
3. Определить критерии развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.
4. Выявить эффективность психолого-педагогических условий для развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Решение поставленных задач и проверки гипотезы предполагает использование методов, которые будут соответствовать критериям объекта и предмету исследования: общетеоретический (анализ литературы (психолого-педагогической, научно-методической и справочно-энциклопедической) и документов по проблеме исследования, проецирование процесса развития коммуникаций и эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста); эмпирический (изучение, анализ, обобщение опыта, наблюдение, тестирование: диагностика уровня развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста (Нгуен Минь Ань), в которую включены такие методики как: «Дорисовывание: мир вещей–мир людей–мир эмоций», «Три желания», методика «Что? Почему? Как?»).

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

- положения о развитии эмоциональной саморегуляции у детей старшего дошкольного возраста (Захаров А.И., Островская Л.Ф., Ольшанникова А.Е., Юркевич В.С., Колпакова Н.);
- положения о эмоциях детей в деятельности (. Хомская Е, Виллюнас В., Изард К.);

– принцип индивидуального и личностного подхода в единстве интеллекта и аффекта в процессе развития личностного смысла (Выготский Л.С., Давыдов В.В., Мид Дж., Рубинштейн С.Л., Тихомиров О.К.);

– исследование особенностей эмоциональной идентификации и сферы у детей старшего дошкольного возраста (Данилина Т.А., Гордеев О.В., Широкова Г.А., Никифорова Е.В., Изотова Е.И., Ежкова Н.С., Листик Е.М. и др.);

– положение о преобладании эмоций и бессознательного над размышлениями и сознанием в изменении поведения человека (З. Фрейд) и детей старшего дошкольного возраста (Леонтьев А.Н., Рубинштейн С.Л., Запорожец А.В.).

Основу в нормативно-правовом ключе составляют:

– ФЗ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. От 28.06.2014г.) «Об образовании в РФ» (29.12.2012г.);

– Приказ МОиН РФ «Об утверждении ФГОС ДО» от 17.10.2013г. №1155.

База исследования: МАДОУ «ДС № 213 г. Челябинска».

Этапы исследования:

1. Аналитико-теоретический (с 11.10.2021г. по 6.11.2021г.)

Осмысление проблемы исследования на теоретическом уровне, изучение объема исследований в психолого-педагогической литературе. На аналитико-теоретическом этапе были определены цели и задачи данного исследования, изучались имеющиеся проблемы в развитии эмоционального интеллекта у детей в настоящее время, а также была сформирована гипотеза и план по проведению опытно-экспериментальной работы.

2. Опытно-экспериментальный (с 01.01.2022г. по 15.04.2022г.)

На данном этапе в ходе практики было проведено исследование уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста. Контроль за ходом исследования, сбор необхо-

димой информации для дальнейшей интерпритации в работе, а также исследование факторов, влияющих на результаты самого исследования.

### 3. Итогово-аналитический (с 1.05.2022г. по 1.06.2022г.)

Были изучены и обработаны полученные результаты, представлена их интерпретация. Информация была соотнесена с психолого-педагогической литературой и выдвинуты выводы по исследуемой теме, а также окончательно оформлена работа.

Теоретическая значимость исследования:

1. Охарактеризовать и теоретически обосновать процесс развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного в полной мере.
2. Были определены специфические особенности развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.
3. Была обоснована теоретическая значимость психолого-педагогических условий для развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Практическая значимость исследования состоит в использовании специальных материалов в педагогической деятельности дошкольных образовательных учреждений.

Достоверность результатов и их обоснованность определяется:

- анализом литературы (психолого-педагогической и методической) по проблеме развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста;
- выбором методов для исследования данной проблемы, соответствующих задачам и предмету исследования;
- разнообразием подобранных литературных источников информации;
- методами интерпритации математической статистики обработанных данных исследования по развитию эмоционального интеллекта у детей;



– результатами успешного внедрения новых методик в образовательное учреждение.

Структура работы: состоит из введения, двух глав с выводами, заключения, списка использованных источников, приложений. Объем работы (общий)–103 страниц.

## **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

1.1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста

Эмоциональный интеллект начали исследовать относительно недавно. Первые научные публикации по данной теме опубликованы в начале 1990-х годов.

На начальных этапах эмоционального интеллекта (далее – ЭИ) принято было считать синонимом понятия «социальный интеллект» [2]. Из чего следует, что эмоциональный интеллект произошел именно от изучения проблематики социального интеллекта. Х. Гарднер подразумевал данное свойство личности как умение сотрудничать с другими людьми, ставить себя на их место, оценивать их чувства в определенный момент и понимать настроение и мотивацию поступков окружающих [3].

Д. Стайнов осуществил анализ этимологии двух понятий: «социальный» и «эмоциональный» интеллект. Он утверждает, что последний трактуется способность к восприятию своих и чужих эмоций и чувств, а также в его состав входит: самосознание – умение быть в гармонии с самим собой, понимать себя и свои переживания, а также значит что именно они означают; управление эмоциями – способность заранее предвидеть реакцию на определенное событие, умение находить варианты решения проблем с их дальнейшим благоприятным исходом без негативных чувств;

восприимчивость – внимательность к эмоциям окружающих; позитивные взаимоотношения – социальный навык, благодаря которому исключаются негативные исходы событий и поддерживается здоровый климат в коллективе[38].

Такие ученые как П. Саловей, Дж. Майер, Д. Големан понимают ЭИ как умение человека понимать роль и значение своих эмоций и применять этот навык для осознания причин возникновения проблем и поиск путей их решения [51].

В отечественной педагогике и психологии также есть ученые, занимающиеся проблематикой эмоционального интеллекта. Выготский Л.С., Давыдов В.В., Леонтьев А.Н., Рубинштейн С.Л. и др. изучали ЭИ как единство аффекта и интеллекта [1].

Анализируя психолого- педагогическую литературу мы можем выделить основные функции эмоционального интеллекта: стрессоустойчивость, рефлексия, регуляция [45].

Единого мнения по структуре ЭИ не существует, все ученые представляют ее по-разному. Г. Гарднер в своей концепции ЭИ выделил следующие компоненты: внутриличностный (собственные эмоции, компоненты: самосознание, самоконтроль, мотивация, самооценка, рефлексия) и межличностный (эмоции других людей, компоненты: эмпатия, коммуникабельность, диалогичность, толерантность и т.д.) [4].

Дж. Майер, П. Саловей предложили продолжению концепции Х. Гарднера и выделили основные способности человека с высоким уровнем ЭИ:

1. Понимание своих собственных эмоций. Данное свойство является самым главным в ЭИ, ведь тогда ребенку будет легче социализироваться и контролировать себя. Он сможет понять истоки причин для своих переживаний и появления негативных чувств, которые легко сможет нейтрализовать.

2. Регулировка эмоций. Способность регулировать свои эмоции берет истоки у понимания самого себя. Данное свойство выглядит так: человек способен к самоуспокоению, восстановлению внутреннего равновесия, снижению переживаний. Отсутствие данного навыка может ввести человека в состояние стресса при малейшем негативе, в случае неудачных попыток успокоить себя он может испытывать раздражительность и угнетение.

3. Мотивация. Этот навык позволяет направить свои эмоции на достижение определенных целей, а также настраивает на эффективную смену деятельности в случае необходимости. Важным здесь выступает умение человека контролировать себя (самоконтроль). Это помогает реализовывать себя в различных сферах жизнедеятельности.

4. Понимание эмоций других людей. Наличие у человека способности к эмпатии [7].

5. Умение общаться. Данная способность – это ценность, которая помогает справляться с проблемами в общении с другими людьми. Человек, который понимает, как правильно изложить свои мысли легко, адаптируется к новым коллективам и успешно добивается желаемого. Х. Гарднер, Э. Торндайк и Р. Стенберг называют это умение «социальный интеллект», который является предпосылкой к лидерским качествам и эффективности во взаимодействии с окружающими [6].

Каждый из перечисленных компонентов является когнитивной способностью, направленной на понимание своих эмоций и эмоций других [26].

Смешанная концепция М. Бар-Она состоит из [46]:

1. Самопознание (уважение и реализация себя, осознание того, что чувствует человек).
2. Умение общаться с другими (эмпатия и взаимопонимание).
3. Адаптация (умение решать возникающие проблемы, а также уверенно себя чувствовать в новой среде).

4. Стрессоустойчивость (контроль за эмоциями в чрезвычайных ситуациях).

5. Оптимизм (позитивные эмоции и контроль настроения).

Анализ вышеперечисленных концепций на тему эмоционального интеллекта говорит о том, что отдельные компоненты перекликаются с определенными способностями человека: когнитивные, эмоциональные, социальные и личностные [25].

Таким образом были выделены следующие компоненты в структуре эмоционального интеллекта:

1. Рациональный (знания об эмоциях, особенности их проявления, а также понимание эмоций как социального творчества).

2. Эмоциональный (умение понимать свои эмоции и эмоции других людей, проявление эмпатии и адекватное поведение в обществе).

3. Регулятивный (управление поведением, владение техниками по избежанию конфликтов).

4. Коммуникативный (гуманистическое настроение на взаимодействия с окружающими, культура речи) [6].

В настоящее время исследователи не пришли к определенному согласию во взглядах на развитие эмоционального интеллекта. Существуют мнения, что повышение уровня эмоционального интеллекта вовсе невозможно, так как считают это устойчивым свойством человека (Дж. Майер, П. Саловей). Другие, напротив, считают, что развитие эмоционального интеллекта помогает личностному росту, успешной карьере и развитие возможно при любом возрасте, социальном классе и т.д. (Д. Гоулман).

Следует отметить также, что путем усовершенствования образовательного процесса психолого-педагогическими технологиями, проведением коррекционной и систематичной работы, эмоциональный интеллект нужно развивать, так как в обратном случае велико появление межличностных недопониманий, а в следствии конфликтов, агрессии и жестокости. Андреева И.М. также считает, что развитие эмоционального интеллек-

та—это важный фактор повышения психологической культуры всего общества.

Эмоциональный интеллект у ребенка старшего дошкольного возраста является умением идентифицировать и правильно выражать эмоции и поведение, ориентировать на чувства и взаимодействовать учитывая их.

## 1.2. Психолого-педагогические особенности развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста

Спорным остается проблема сензитивного периода для развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. Многие ученые считают, что таким этапом является детство (Андреева И.М., Власова А.И., Гоулман Д. и пр.).

Именно в период дошкольного детства начинает закладываться такая способность как эмоциональная децентрация, которая активно прослеживается в старшем дошкольном возрасте [6], что имеет немаловажное значение для взаимодействий с социумом посредством правильной идентификации эмоций других людей и отвлечения от своих собственных. Наряду с данным навыком у старших дошкольников формируется произвольный контроль и регуляция поведения и эмоций. Бажович Л.И. считает, что именно произвольность есть психологическое новообразование, возникающее в следствие развития аффективно-потребностной сферы жизнедеятельности, обеспечивающее уровень готовности старшего дошкольника к следующему этапу (школе).

Формированием эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста и его психологическими особенностями занимался известный ученый Нгуен М.А., который говорил о том, что умение у детей опираться на других, учитывая их эмоциональное состояние в данный момент в конкретной деятельности и коммуникация есть важное эмоциональное новообразование, показывающее уровень сформированности эмоционального интеллекта [29]. Исследователь выдвинул структуру эмоциональ-

ного интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, в которую входят такие компоненты как: внимательность к миру людей и миру эмоций, ориентация на других людей, готовность опираться на переживания и эмоции других людей в процессе какой-либо деятельности [28].

Эмоциональный опыт у детей обогащается в дошкольном периоде. Именно в нем появляется отношение к себе, к окружающим, ко всему нематериальному вокруг на эмоциональном уровне, отражающееся в особенном поведении в той или иной ситуации в процессе коммуникации со всеми окружающими [33].

Существуют определенные предпосылки (биологические и социальные), влияющие на формирование эмоционального интеллекта.

К биологическим предпосылкам развития эмоционального интеллекта следует отнести такой тип мышления как правополушарный, темперамент, а также наследственность. Генетически это связано с половой принадлежностью ребенка. Гуастелло Д.Д. и Гуастелло Дж. обнаружили взаимосвязь между уровнями ЭИ у детей и их мам, а связь между родителями и ребенком на уровне ЭИ отсутствует [49]. Предположительно, что влияние родителей можно расценивать как непреднамеренное влияние на способность ребенка к адаптации, эмоциональной устойчивости. С другой точки зрения, эмоциональный интеллект связан с асимметрией мозга, в частности с правым полушарием. Данный тип мышления (правополушарный) характеризуется умением распознавать психологическую окраску речи, а также невербальным интеллектом [12]. Такие люди зачастую более эмоциональны, легко различают настроения окружающих, ориентируются на других людей, а не на себя. К примеру, музыканты и певцы более компетентны в восприимчивости к эмоциям других людей средством вокала. Художники более тревожны и эмпатичны, легко могут распознать вид эмоционального контекста (особенно в звуковой речи) [13].

Преобладание правого полушария выступает в качестве конкретного наследственного задатка психологической восприимчивости, характеризу-

ющей удачливость привыкания психологической реакции на катализатор к происшествиям. Слабо развитая чувственная восприимчивость в некоторой степени передается от родителей и предполагает незрелые эмоции [27]. Для лиц, у которых она развита высоко, свойственно сочетание собственных потребностей с интересами общества [23]. Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что способность к восприятию эмоций тесно связана с качественной апробацией полученных сведений и информации, относящейся к различным проявлениям чувств человека.

Темперамент и его свойства относятся к задаткам восприимчивости эмоций, данным человеку при рождении. Либин А.В. считает, что интеллект и темперамент – характеристики инструментальной сферы индивидуальности, но темперамент показывает ее со стороны подвижности и энергичности, интеллект – со стороны возможностей субъекта и навыков распределения этой активности и энергии [15].

Исходя от особенностей темперамента у человека зависит его выбор определенных эмоциональных переживаний. К примеру, экстраверты выполняют произведения, которые вызывают желание к веселью, энергичности и избегают различные виды огорчений, а интроверты избегают музыку, вызывающую гнев, активность и радость [25].

Социальные предпосылки становления эмоционального интеллекта относятся синтонность, саморегуляция, самооценка, степень развития познания самого себя, уверенность в собственной эмоциональной компетентности, а также благополучные и чувственные отношения между родителями и окружающими [47, с. 198].

Синтонность истолковывается как «инстинктивное созвучие с окружением» [44]. Синтонический человек невольно переживает эмоции людей, с которыми данная личность имеет связь в определенный момент [5]. Впрочем, по мере развития логического и причинно-следственного мышления синтонность заменяется эмпатией, которая является не созвучием с другими, а его распознаванием [11].

На ранних стадиях становления личности формируются механизмы саморегуляции [41]. На личностном уровне саморегуляция применяется по таким направлениям как: смысловым, личностным образованиям и психическим состояниям. Саморегуляция психических состояний связана именно с самоконтролем. Вся система основывается на степени развитости самосознания [23]. Другими словами, степень становления самосознания выступает предпосылкой способности к регуляции и управлению своими эмоциями и чувствами.

Процессы саморегуляции и самооценки базируются на основе уверенности в собственной эмоциональной компетентности (то есть в базе представлений человека о том, имеется ли возможность к пониманию и управлению эмоцией, а также способность к межличностному взаимодействию). Данный феномен складывается в ходе социального обучения [32].

Важной предпосылкой эмоционального интеллекта можно считать благополучные взаимоотношения с родителями [43]. Создание благоприятных условий для становления эмоционального развития ребенка напрямую связана с характером его взаимоотношений в семье, от уровня комфорта между родителями в браке. В США было проведено исследование, согласно которому стало известно, что люди, которые довольны своей семейной жизнью, имеют высокий уровень эмоционального интеллекта, чем те, которые не довольны ею [48]. Скорее всего, это связано с тем, что родители с высоким уровнем ЭИ способны создать более гармоничные взаимоотношения в семье, что способствует эмоциональной стабильности у детей и развивает их ЭИ. В семье данного типа внимательно относятся ко всем ее членам, а также чаще обсуждаются эмоциональные проблемы, если такие имеются.

Склонность родителей к обсуждению эмоциональных вопросов оказывает положительное влияние на понимание ребенком собственных чувств, развитию у него способности к саморегулированию. Насколько ча-



сто его мама будет обсуждать с ним различные состояния души, настолько успешнее ребенок адаптируется к проявлению эмоций окружающих [20].

Половые (гендерные) особенности воспитания. В социализации различия между женским и мужским полом продиктованы неосознанным желанием родителей подготовить детей к выполнению надлежащих гендерных ролей. Гендерные различия у женщин в отношении ЭИ проявляются на уровне межличностных отношений, а у мужчин – на внутриличностном [4].

Таким образом в основе способности к ЭИ лежат:

1. Биологические предпосылки (функциональная асимметрия мозга и свойства темперамента).

2. Социальные предпосылки (ближнее семейное окружение, отношения между родителями, их внимательность к душевному состоянию ребенка, стратегия родительского воспитания, которая подразумевает формирование адекватной самооценки и позитивного образа «Я», развитие самоконтроля и способности к взвешенному анализу эмоциональной информации, отсутствие категоричной и жесткой установки на соответствие поведения ребенка требованиям его гендерной роли).

### 1.3. Психолого-педагогические условия развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста

С помощью педагогического влияния и биологических факторов эмоциональный интеллект развивается на протяжении всей жизни человека.

Под педагогическим влиянием, которое помогает развитию эмоционального интеллекта у детей, понимается совместная деятельность взрослого и ребенка с использованием разнообразных методов и форм работы. К ним относятся:

1. Эмоциональность педагога.
2. Атмосфера эмоционального комфорта.

3. Эмоциональное общение в образовательной среде.
4. Партнерские отношения на занятиях (применение таких форм работы как индивидуальные и групповые).
5. Занятия, которые оставляют положительный эмоциональный след у воспитанников.
6. Присутствие подвижности и оживленности на занятиях.
7. Эмоциональность содержания изучаемого материала.
8. Наглядность, которая способствует проявлению определенных эмоций у детей и вызывает яркие образы.
9. Знание комплекса упражнений, которые помогают развивать уровень ЭИ у дошкольника.

Эмоциональность педагога. Воспитатель в дошкольном учреждении устанавливает эмоциональный контакт с группой, помогает им настроиться на позитив, воодушевляет на выполнение заданий, которые делает интересными и увлекательными [31]. Воздействие на эмоциональную сферу ребенка зависит от умения педагога заинтересовать, эмоционально и ярко подать новый материал, прочитать литературное произведение, передав при этом всю гамму описанных чувств посредством мимики, голоса, взгляда и движения рук. В.А. Сухомлинский считал, что педагог должен уметь создать для обучающихся внутреннее состояние эмоционального подъема, интеллектуального вдохновения, потому что без этого занятия будут равнодушными, а умственный труд принесет только усталость [19]. Но недостаточно лишь передавать эмоции и чувства, необходима эмпатия, умение замечать, идентифицировать, понимать душевное состояние детей и адекватно на него реагировать [5].

Атмосфера эмоционального комфорта. Добрые, дружеские, толерантные, способные поддерживать хорошие взаимоотношения в детском коллективе влияют на позитивное психологическое состояние ребенка, его самочувствие, проявление эмоций, желание открыто выражать свои чувства, заниматься творчеством и раскрывать таланты [30]. Ценностями в до-

школьных группах является сплоченность, единство, согласие, поддержка. Важным для позитивного эмоционального состояния, психологического комфорта ребенка считается принятие его таким, какой он есть, понимание его желаний и потребностей, интересов и недостатков [22].

Эмоциональное общение в образовательной среде. Подразумевает общение педагога с воспитанниками, их общение друг с другом, что обеспечивает детей в получении полезной и мотивирующей информации, а также эмоциональной поддержки, уверенности. Такое общение вызывает эмоции доверия, симпатии, удовольствия, влияет на проявление и понимание внутреннего мира окружающих людей, учит управлять своими эмоциями и регулировать их [20]. Коммуникация происходит во время общих занятий и прогулок с воспитателем и одноклассниками.

Партнерские отношения на занятиях (применение таких форм работы как индивидуальные и групповые). Основой таких считается доверие, уважение к ребенку, равноправие, гуманистический и демократический стиль в преподавании. Сотрудничество дает возможность удовлетворить главные межличностные потребности, моделировать поведение, совместно решать возникающие проблемы [17]. Партнерский тип отношений позволяет воспринимать и ощущать эмоции окружающих людей, регулировать свои проявления негативных чувств для предотвращения возможных конфликтов. Стоит обозначить особую роль парных и групповых форм работы на занятиях, которые дают возможность взаимодействовать, общаться, рассуждать, рассматривать различные взгляды, высказывать свое мнение по определенному поводу, а также обосновывать ее, переубеждать и отыскивать общее решение, поддерживать и помогать, а следовательно, правильно проявлять и идентифицировать эмоции [24]. Важным является полученный результат от совместной с педагогом деятельности, поскольку он позволяет ребенку ощутить восхищение, гордость за сделанный ребенком труд, развивает уверенность и желание повторить и сделать еще

лучше, делая выводы каждый раз и мотивирую к дальнейшим успехам в обучении [10,11].

Занятия, которые оставляют положительный эмоциональный след у воспитанников. Взяв во внимание свойственную детям дошкольного возраста естественную подвижность, неусидчивость, целесообразным станет использование в образовательном процессе активных форм работы, когда дети не только занимаются образованием, но и занимаются активностью, так как физические движения также вызывают эмоции. Мир игр для детей занимает важное место в жизни, где есть развлечения, друзья, близкие, море увлекательных событий, возможность познать себя и свои интересы, оценить свои поступки в сравнении с поступками других детей [15]. Игра дает возможность воспроизвести весь диапазон эмоций: радость, возмущение, гнев, отчаяние, счастье, недовольства. На эмоциональную сферу ребенка оказывают большое влияние такие активные виды деятельности как: конкурсы, спортивные соревнования, квесты, где можно проявить себя и свою целеустремленность, почувствовать победу и непревзойденность, поднять самооценку.

Присутствие подвижности и оживленности на занятиях подразумевает эмоциональность содержания изучаемого учебного материала, использование лично-значимого, неведомого ранее материала, который содержит интересным детям определенного возраста факты, яркие примеры, отвечает потребностям и способен заинтересовать, вызывает соответствующие эмоции и образы [35]. Это определяет у ребенка отношение к миру, к себе и окружающим, стимулирует к получению новых знаний и навыков, их успешное применение в повседневной жизни. Учебный материал, правильно подобранный педагогом, вызывает яркий эмоциональный отклик у воспитанников, создает образ и поэтому лучше запоминается [39]. Необходимо, чтобы содержание материала отражало реальные события, обрисовывало практический опыт, который ребенок легко сможет применять. Влияет на развитие ЭИ у детей и способ изложения такого материала, его

необычная интерпретация на ребенка с помощью слов и интонации, для этого педагог должен заранее предугадать ответные эмоции детей, как интересная информация повлияет на них, в какой момент стоит применять тот или иной прием в подаче информации [34].

Эмоциональность содержания изучаемого материала. Отдельное место занимают художественные произведения, с которыми воспитанники знакомятся на занятиях. Они вызывают эмоции и создают настроение, вызывают отклик на определенное событие, затрагивают внутренние чувства души, побуждают к добрым поступкам, обогащают жизненный опыт [36]. В следствие этого произведения должны быть понятными, доступными, разнообразными по жанрам и тематике, вызывать чувство радости, удивления, восхищения, показывать красоту мира, способствовать расширению кругозора, пополнению и закреплению знаний, усвоению общечеловеческих ценностей, а также должны содержать скрытый воспитательный потенциал. Целесообразны те произведения, содержание которых позволяет порассуждать, высказать свое мнение, сделать определенный выбор, заставит сопереживать, понимать других людей, делать выводы, понять себя и свои недостатки, развивать воображение, мышление, речь, творчество и фантазию.

Наглядность, особенно если она яркая и понятная, легко вызывает у детей живые образы, умственные чувства, познавательный интерес, мотивация к обучению. Это могут быть как персонажи известных мультфильмов, так и сказок. Герои, которым дети хотят подражать, эмоционально проработаны и ярко выражают свои эмоции, показывают свое отношение к событиям и миру, мотивируют ребенка на успех и являются примером во многом.

Комплекс упражнений, помогающих педагогу организовывать деятельность, оказывают большое влияние на формирование уровня ЭИ у детей дошкольного возраста. Они помогают выявлять, контролировать и понимать собственные эмоции и чувства окружающих людей. Если брать

во внимание небольшой опыт детей в выражении своих переживаний, осознании причин их появления, то можно сказать, что целесообразно научить их адекватно выражать свои чувства, описывать собственные эмоции, понимать причину их появления и находить конструктивные пути нейтрализации негативных последствий [6]. Это осуществимо путем систематических упражнений, выполнения игровых заданий, прогулок, а также воспитательных мероприятий. Все перечисленное отражается в комплексе программы (Приложение 6), где, исходя из гипотезы исследования, указана совместная деятельность взрослого и ребенка с применением методов и форм, которые направлены на формирование эмоционального благополучия (наличие доверия к миру, залог психического здоровья, удовлетворенность в общении, установление хороших взаимоотношений в семье и умение проявлять гуманность) у взрослого и ребенка и нейтрализацию негативных эмоциональных сторон, а предметно-развивающая среда оснащена материалами, благополучно влияющими на эмоциональный фон ребенка.

Также, благоприятно на эмоциональный фон ребенка влияет предметно-пространственная среда (его окружающий мир) [8]. Среда должна быть оснащена специальными материалами в соответствии с возрастными особенностями и федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) (сочетать в себе: трансформируемость, вариативность, доступность, безопасность, содержательность).

Такая среда должна включать в себя следующие компоненты:

1. Поддерживающий (дружественные отношения в группе между воспитанниками и педагогами).
2. Настраивающий (обстановка в группе: преимущество теплых оттенков, мягкая и удобная мебель на уровне роста ребенка, температура воздуха и т.д.).
3. Стабилизирующий (устойчивое чувство безопасности и защищенности у детей, наличие режимных моментов: питание, прогулки и сон).

4. Активизирующий (разнообразие содержания режима дня, наличие сюрпризных моментов в образовательной или игровой деятельности, соотносящиеся с задачами программы ДОО, например походы в театр или музей, утренники или конкурсы).

5. Тренирующий (обучение регуляции является основной задачей в данном компоненте, к которому относятся: наличие литературы в группе ДОО, пальчиковых игрушек и костюмов для театральных постановок, изучение стихотворений детьми и т.д.).

Следует также отметить немаловажное значение родителей в становлении ЭИ у детей старшего дошкольного возраста [36]. Для этого родители должны принимать ребенка таким, какой он есть, развивать ассоциации (у ребенка должны быть предметы, которые напоминают ему о каком-либо событии), создавать новые приключения (ситуации успеха или поездки к родственникам в другие города, походы на аттракционы всей семьей и т.д.), вместе слушать музыку (следует давать детям слушать ту музыку, от которой у них будет петь душа и тело физически не сможет сдерживаться от положительного воздействия), играть в различные игры дома и на улице (в бытовых ситуациях показывать как правильно выражать свои эмоции и чувства, учитывая желания других игроков), обеспечивать своевременных отдых (правильно настроить на грядущий день, дать установку на новые победы и соблюдать режим сна ребенка), общаться (успешная социализация дает детям возможность к проявлению новых эмоций, в том числе негативных, которые также имеют немаловажное значение в становлении личности, через которые ребенок учится понимать и чувствовать состояния других людей, нельзя лишать посещения детского сада и коллективного обучения – именно в этом пространстве дети лучше всего развивают свой ЭИ). Самое главное в отношении ребенка и родителей это – любовь. Нельзя проявлять скрытность чувств при взаимодействии, как раз наоборот – следует делиться ими с ребенком.

Таким образом успешное развитие уровня ЭИ у детей старшего дошкольного возраста возможно посредством применения педагогом различных методов, форм работы, благоприятная предметно-пространственная среда в группе ДОО и дома, отношения с родителями.

#### Выводы по главе 1

Анализ психолого-педагогических научных источников исследования позволяет сделать следующие выводы:

1. ЭИ ребенка старшего дошкольного возраста – это интегративная способность, проявляющаяся в осознании собственных эмоций, а также чувств других людей. Среди современных научных подходов к изучению ЭИ наиболее узнаваемыми являются концепция Дж. Майера, Д. Крузо, П. Саловея, концепция ЭИ Х. Гарднера, смешанная модель Р. Бар-Она, модель способностей Дж. Майера и П. Саловея и др., смысл которых ведет к соотнесению компонентов ЭИ с конкретной группой способностей (когнитивных, эмоциональных, личностных, социальных и т.д.).

2. Факторами развития ЭИ относятся биологические (доминирование правополушарного типа мышления, свойства темперамента и уровень ЭИ у родителей) и социально-педагогические (эмоциональность педагога, атмосфера эмоционального комфорта, общение в образовательной среде, партнерские отношения на занятиях, занятия, оставляющие положительный эмоциональный отклик у детей, присутствие подвижности и оживленности на занятиях, эмоциональность содержания изучаемого материала, наглядность, которая возбуждает чувства и комплекс упражнений, помогающих выявлять, распознавать, контролировать эмоции).

3. Предпосылками развития ЭИ у детей дошкольного возраста являются синтонность, саморегуляция, самооценка, степень развития самосознания ребенка, уверенность в собственной эмоциональной компетентности, благополучные отношения между родителями (социальные) и пре-



обладающий правополушарный тип мышления, наследственные задатки восприимчивости к эмоциям (биологические).

4. Для успешного становления ЭИ у детей старшего дошкольного возраста необходимо педагогическое влияние, которое включает в себя: эмоциональность, атмосферу комфорта, эмоциональное общение в образовательной среде, партнерские отношения, занятия, оставляющие положительный эмоциональный след, присутствие подвижности и оживленности, эмоциональность содержания изучаемого материала, наглядность, комплекс упражнений; оснащенная предметно-пространственная среда в ДОО, а также влияние семьи и атмосферы домашнего уюта у воспитанников.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОБЛЕМЕ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

2.1. Диагностика уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста

Исследование особенностей эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста было проведено на базе дошкольного образовательного учреждения МАДОУ ДС № 213 г. Челябинска.

Теоретико-методологическую основу психодиагностического исследования составляли положения проективной психологии и арт-терапии дошкольников (Выготский Л.С., Вульф В., Дилео Дж., Пиотровская П., Прудомью М., Рид Х., Риччи К., Сперинг Г., Энг Х.), согласно которым в детских рисунках видны закономерности.

Данное исследование состояло из трех этапов:

– констатирующего (эмпирическое исследование ЭИ, его составляющих компонентов, а также его уровней у детей старшего дошкольного возраста – сентябрь 2021 г.).

Объем исследуемых на данном этапе составляет: 30 детей (15 мальчиков и 15 девочек) от 5 до 7 лет, посещают подготовительную группу дошкольного образовательного учреждения.

На данном этапе были обозначены следующие задачи:

– диагностировать уровни сформированности ЭИ у детей;  
– определить направленность ребенка, его готовность к сопереживанию и пониманию состояний других людей, а также умение проявлять заботу.

– коррекционно-развивающее (внедрение и построение коррекционно-развивающей программы, определение психолого-педагогических условий становления ЭИ у детей старшего дошкольного возраста октябрь-ноябрь 2021г.).

Количество исследуемых на данном этапе составляет: 30 детей (15 мальчиков и 15 девочек) от 5 до 7 лет, посещают подготовительную группу дошкольного образовательного учреждения.

– контрольный (проверка эффективности коррекционно-развивающей программы и определенных психолого-педагогических условий формирования ЭИ старших дошкольников – апрель 2022 г.).

При становлении психодиагностического инструментария изучены те методики, которые в полном объеме раскрывают его предмет:

1. Методику Нгуен М.А. «Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций» [28, С. 14–15] (Приложение 1), которая дает возможность выяснить уровень развития ЭИ и определить направленность ребенка на мир человека, вещей и эмоций;

2. Проективную методику «Три желания» Нгуен М.А. [28, С. 14-15] (Приложение 2);

3. Методику «Что? Почему? Как?» [28, С. 19–20], позволяющая выявить уровень готовности ребенка старшего дошкольного возраста учитывать эмоциональное состояние других людей, сопереживать и заботиться о них (Приложение 3);

4. Методику «Эмоциональная идентификация» (Изотова Е.И. и Никифоров Е.В.), нацеленную на выявление особенностей идентификации (понимания и принятия) эмоций разных модальностей, уровня представлений о своих чувствах, особенности вербализации эмоциональных проявлений, уровень эмоционального опыта и т.д. (Приложение 4);

5. Графическую методику «Кактус» Панфиловой М.А., позволяющая определить особенности эмоционально-личностной сферы ребенка [21] (Приложение 5).

Все методики проводились с каждым исследуемым персонально. Статистическая обработка данных и графическая презентация результатов осуществлялась с использованием стандартного пакета MS Excel.

На констатирующем этапе исследование уровня становления ЭИ и направленности ребенка на мир людей, вещей и эмоций по методике М.А. Нгуена позволило выявить 3 три уровня ЭИ: низкий с ориентацией на мир вещей – у 9 детей (30 %); средний с направленностью на мир людей – у 15 детей (50%) и высокий с ориентацией на эмоциональный мир – у 6 детей (22 %). Статистически значимых различий по этим уровням по полу не обнаружено.

С помощью проективной методики «Три желания» была выявлена направленность ребенка на себя или других и общий показатель уровня развития ЭИ. Разница результатов по данной методике от 2 до 6 баллов из 6 возможных. Ориентация на себя и низкий уровень развития ЭИ получены у 15 исследуемых (50 %). Как видно из рисунка, высокий уровень ЭИ и ориентацию на эмоции и чувства другого человека демонстрируют 2 детей (6,66 %). Средний уровень развития ЭИ показали 13 исследуемых (43,33 %).

Третья методика Нгуен М.А. «Что? Почему? Как?» позволила выявить степень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние других людей, переживать за них и проявлять заботу об окружающих. Низкая готовность к пониманию эмоционального состояния других показали 13 детей (43,33 % от общего количества детей). Средний уровень готовности к сопереживанию и умению проявлять заботу продемонстрировали 12 ребенка (40 %). Высокая степень готовности к учету эмоционального состояния окружающих сформирована у 5 детей (16,66%).

Методика «Эмоциональная идентификация» Изотовой Е.И. и Никифорова Е.В. (2004) нацелена на: выявление у детей особенностей распознавания эмоций различных модальностей, индивидуальных особенностей эмоционального развития; сформированности двух компонентов

процесса распознавания эмоций – восприятие и понимание эмоциональных состояний других людей; определение уровня произвольного выражения эмоций различной направленности (злость, радость, страх, печаль, зависть и т.д.); выявление объема эмоционального опыта и представлений; выявление фактора эмоциональной напряженности. Данная методика представляет собой совокупность двух диагностических серий. Согласно доказательным исследованиям, методика эффективна в исследованиях уровня сформированности понимания окружающих: распознавание чужих эмоций, умение размышлять над мотивами и намерениями людей, а также представлять их дальнейшие действия.

Исходя из целей и задач работы, была использована серия №1 форма С (для детей 6-7 лет) методики «Эмоциональная идентификация» (Приложение 4). Данная серия нацелена на определение сформированности понимания эмоциональных состояний у детей старшего дошкольного возраста. Ее результаты позволяют проанализировать показатели по шкалам «идентификация эмоций»; «вербализация эмоций»; «воспроизведение эмоций», которые соотносятся с определенным уровнем сформированности характеристики – высоким, средним и низким. Методика проводилась персонально с каждым ребенком из группы. В среднем, ее проведение занимает до получаса.

Как видно в таблице 1, по показателю «идентификация эмоций» высокий показатель выявлен у 13,33 % исследуемых (4 девочек); средний – у 40% (12 детей); низкий – у 46,66 % детей (11 мальчиков и 3 девочки). То есть для большей половины детей свойственна умеренная способность сопоставлять эмоциональный объект с эмоциональным эталоном.

Таблица 1 – Распределение исследуемых по уровням сформированности восприятия и понимания эмоциональных состояний у детей, %

Показатели	Уровни сформированности		
	Высокий	Средний	Низкий
Идентификация эмоций	13,33%	40%	46,66%

Вербализация эмоций	10%	23,33%	66,66%
Воспроизведение эмоций	6,66%	50%	43,33%

Высокий уровень вербализации эмоциональных представлений как умение назвать и описать чувства, конкретное поведение, которое их сподвигло определен у 10 % исследуемых (3 мальчика), средний – у 23,33 % (7 дошкольников); низкий – у 66,66 % (20 детей, из которых 11 девочки).

По уровню воспроизведения эмоций (их выразительность и произвольность) средний уровень показали 50 % детей (всего 15), высокий – у 6,66 % (2 мальчика) и низкий – 43,33 % детей (13 детей).

Анализ изображений по методике «Кактус» (Приложение 5) показал, что доминирование в исследуемых таких личностных проявлений как желание домашней защиты, эгоцентризм, тревожность, демонстративность, агрессивность часто является причинами непонимания своих эмоций и чувств других людей, а также умения управлять ими (Рисунок 1):

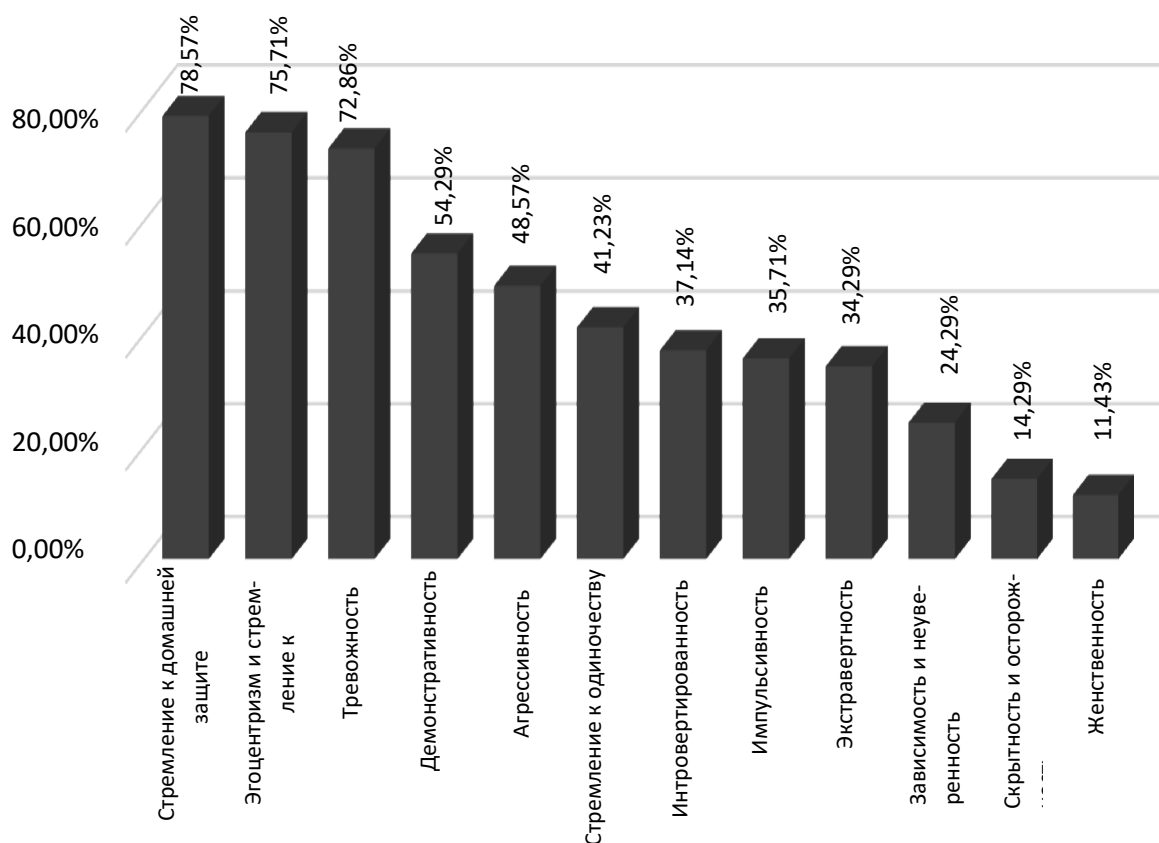


Рисунок 1 – Доминирующие личностные проявления у детей  
старшего дошкольного возраста, %

Статистически значимый различий по уровням развития ЭИ среди детей разного пола, их ориентациями на мир людей, вещей или эмоций, готовности учитывать эмоциональные состояния окружающих людей, а также умение сопереживать и помогать выявлено не было. На уровне тенденции можно говорить только о различие по шкале «вербализация эмоциональных проявлений», которая преобладает у девочек.

Математические процентные подсчеты проводились на основании группировки полученных данных, без учета половых различий.

С целью изучения особенностей уровня ЭИ у детей старшего дошкольного возраста результаты по всем методикам суммировались и вычислялись средние значения по трем группам: низкий (47 %), средний (41 %) и высокий уровень (12 %). Результаты применения данного анализа позволяют говорить о существенных отличиях между группами с высоким и низким уровнем в таких показателях как: открытость, осторожность, стремление к лидерству, которые существенно преобладают у детей с высоким уровнем развития ЭИ, в то время как у последних превышены такие показатели: тревожность, импульсивность, агрессивность, интровертированность, стремление к одиночеству.

Таким образом, для детей старшего дошкольного возраста свойственны средние уровни развития ЭИ с направленностью на мир людей, готовности к сопереживанию, заботе об окружающих, ориентации на себя чужих чувств, а также главенство таких личностных проявлений в поведении как стремление к домашней защите, эгоцентризм, тревожность, демонстративность, агрессивность, что в основном ведет к неправильному пониманию собственных эмоций, а также неумение управлять ими.

Следовательно, необходимо нормировать самооценку у детей, повысить показатель открытости, сформировать способность к адекватному

пониманию чужих эмоций, синтонности, эмпатии, самоконтролю и саморегуляции.

## 2.2 Реализация психолого-педагогических условий развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста

Нами была разработана и апробирована программа развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста с учетом определенных психологических особенностей (Приложение 6).

На основе полученных результатов теоретического и эмпирического исследования были определены психолого-педагогические предпосылки для формирования ЭИ у детей старшего дошкольного возраста с учетом использования педагогами ДОО разнообразных методов и приемов, насыщенность предметно-пространственной среды, а также привлечения родителей воспитанников:

1. Нормирование самооценки (признание того, что было вытеснено, развитие умений осознавать свои действия, особенности, поступки и реакцию на что-либо);

2. Приобретение навыков саморегуляции и самоконтроля (приобретение навыков внимательности, осознанности, контроля своих чувств и эмоций, фокусирование на моменте «здесь и сейчас», что является базой ЭИ);

3. Развитие синтонности как результат адекватного восприятия и понимания эмоционального состояния окружающих (влияние психотравмирующих ситуаций, которое происходит в экспрессивной (создание художественного продукта), а не рефлексивной форме – стимулирует достижение высвобождения и избавление от негативного опыта, а также развития социальной чувствительности и способности к регулированию отношений);



4. Формирование способности к эмпатии (через наблюдение, осознание чувств и потребностей, выражение их в форме просьбы, глубокое эмпатическое слушание собственных чувств и потребностей, чувств и потребностей других) [16].

Целью программы является гармонизация и оптимизация уровня эмоционального интеллекта старших дошкольников и проверка психолого-педагогических условий его формирования в условиях учреждения дошкольного образования.

Кроме того, реализация коррекционно-развивающей программы предусматривала решение следующих задач: способствовать пониманию своего эмоционального состояния, его причин, последствий, осознанию и готовности выражать позитивные и негативные эмоции (обиду и недовольство); способствовать приобретению способов самообладания и развития самоконтроля, управления своими эмоциями (гнева, страха, вины, стыда, благородством, гордостью, состраданием и др.); способствовать приобретению навыков снятия эмоционального напряжения, преодолевать тревожность и страх; формировать позитивную самооценку, чувство собственной неповторимости и личностной значимости; развивать умение видеть положительные черты в себе и в других, чувствительность к эмоциональному состоянию других, способствовать формированию умения общаться; развивать умение выражать сострадание к другим, улучшать настроение людей, воспитывать любовь и эмпатию; развивать умения совместной деятельности, умение сопереживать, умение заботиться о других, создавать положительную эмоциональную атмосферу.

Продолжительность программы-30 занятий по 20-35 минут, которые проводились 2 раза в неделю в течение 3 месяцев и 3 недель. Форма работы: групповая. Каждое занятие было направлено на реализацию отдельного задания коррекционно-развивающей программы, а также с учетом возрастных особенностей детей. При подборе методов и техник работы с дошкольниками учитывались их индивидуальные особенности, ведущий

тип деятельности в дошкольном возрасте, психологические новообразования у детей старшей дошкольной группы, а также результаты, полученные на констатирующем этапе эмпирического исследования. Несмотря на организацию коррекционно-развивающей среды в условиях учреждения дошкольного образования, важно было осуществлять и сотрудничество с родителями, которое в контексте апробации программы не выступало отдельной задачей.

Техники и методы: решение проблемных ситуаций, беседы, этюды, ролевые игры, упражнения на релаксацию и визуализацию, самопознание, самооценка, психогимнастика, арттерапевтические техники и т.д.

Направление реализации коррекционно-развивающего воздействия – от ребенка к окружению, от внутреннего к внешнему, от самопонимания и получения адекватного уровня самооценки и навыков самоконтроля к пониманию других, их эмоционального состояния, способов самовыражения, формирования навыков позитивного взаимодействия с другими. Указанные техники и методы работы в группе способствовали актуализации положительных эмоциональных переживаний, проявлению проблемных моментов, которые подвергались коррекции, положительный эффект которой усиливался условиями организации именно совместной деятельности детей.

### 2.3 Анализ и интерпретация результатов исследования

Эффективность апробирования коррекционно-развивающей программы вычислялась сравнением с изначальными средними данными по двум уровням ЭИ у детей старшего дошкольного возраста (средний и низкий). Полученные результаты свидетельствуют, что в исследуемых группах с низким уровнем эмоционального интеллекта существенно повысился уровень ЭИ за счет снижения таких эмпирических показателей как агрессивность, тревожность, импульсивность, скрытость и повышения открытости и уверенности.

Таблица 2 – Статистически значимые различия в группах с низким и высоким уровнем эмоционального интеллекта по методике «Кактус» после проведения формирующего этапа, % (Приложение 5)

Показатели	Группы исследуемых	
	С низким уровнем ЭИ	Со средним уровнем ЭИ
Агрессивность	23,33 %	23,33 %
Тревожность	33,33 %	20 %
Импульсивность	13,33 %	10%
Скрытность	6,66 %	0 %
Открытость	66,66 %	76,66 %
Уверенность	50 %	60 %

Значения показателей значительно увеличилось у детей обеих групп, что свидетельствует о результативности программы, а также повышению уровня ЭИ у исследуемых.

Таблица 3 – Результаты после проведения формирующего этапа по остальным диагностикам, %

№	№	Методики	Исследуемые с низким уровнем ЭИ	Исследуемые со средним уровнем ЭИ
1	1	"Дорисовывание: мир вещей – мир людей – мир эмоций" М. А. Нгуен	13,33 %	26,66 %
2	2	«Три желания» М. А. Нгуен	13,33 %	20%
3	3	«Что? Почему? Как?» М.А. Нгуен	10 %	13,33 %
4	4	«Эмоциональная идентифика-	20 %	6,66 %

4	ция» Е.И. Изотова и Е.В. Никифоров (вербализация эмоций)		
---	--	--	--

Дети, которые показали на первом этапе исследования низкий уровень интеллекта, смогли пройти методики во второй раз в несколько раз успешнее, как показано на таблице выше. Например, при проведении методики эмоциональная идентификация, такой показатель как вербализация эмоций был замечен в низком уровне у большого количества детей, что влечет за собой негативный свет в становлении всего ЭИ. После проведения занятий становится видно, что показатели с низким и средним уровнем значительно уменьшились, так как дети показали отличный результат и получили высокий уровень (Рисунок 2).

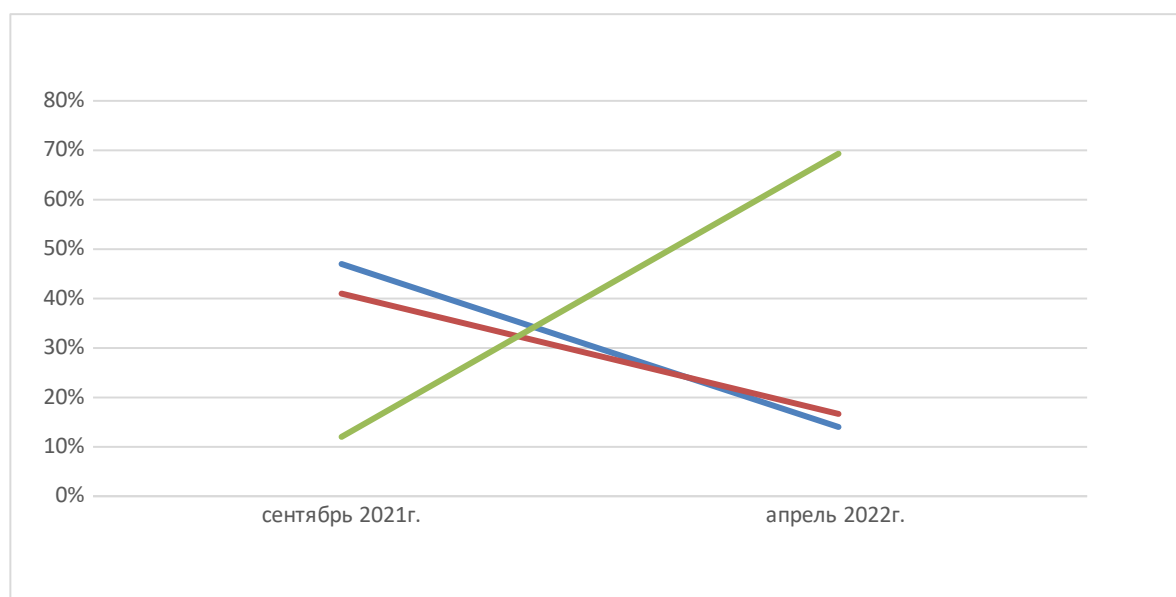


Рисунок 2 – Динамика изменения уровня эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста

Как видно на рисунке 2 показатели с низким уровнем ЭИ уменьшились на 33%, со средним на 24%, а с высоким уровнем ЭИ увеличился на 57,34% (почти в 5 раз). Обобщенный анализ результатов исследования говорит об эффективности коррекционно-развивающей программы и целесообразности ее использования практическими психологами и педагогами дошкольного образовательного учреждения.

## Выводы по главе 2

В ходе эмпирического исследования было определено: особенности эмоционального интеллекта старших дошкольников (доминирование умеренных уровней развития эмоционального интеллекта с направленностью на мир людей, готовности к сопереживанию, заботе о другом, ориентации на себя), личностные поведенческие проявления (стремление к домашней защите, эгоцентризм, тревожность, демонстративность, агрессивность); характерные поведенческие проявления у детей с разными уровнями эмоционального интеллекта: открытость, осторожность, стремление к лидерству – у детей с высоким уровнем ЭИ, тревожность, импульсивность и агрессивность – у детей с низким уровнем ЭИ, импульсивность, стремление к одиночеству, интровертированность – у детей со средним уровнем ЭИ.

На основе результатов теоретического и эмпирического фрагментов исследования обоснованы психолого-педагогические условия формирования эмоционального интеллекта старших дошкольников; проведен формирующий эксперимент, в основу которого положена разработанная коррекционно-развивающую программу.

Контрольный срез с последующим сравнения полученных показателей в группах со средним и низким уровнем ЭИ выявил, что у исследуемых группы со средним уровнем эмоционального интеллекта существенно повысился уровень последнего за счет снижения агрессивности, тревожности, импульсивности, скрытости и повышение открытости, уверенности. У испытуемых с низким уровнем эмоционального интеллекта существенно выросли показатели открытости, уверенности. Полученные результаты доказывают правильность определенных условий и эффективность коррекционно-развивающей программы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Систематизация и обобщение результатов теоретического и эмпирического исследования особенностей формирования эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста дают основания сделать такие выводы.

Эмоциональный интеллект старшего дошкольника—это интегративная способность, которая проявляется в понимании собственных эмоций и эмоций других, а также в умении управлять ими.

Современные научные подходы к изучению эмоционального интеллекта (концепция ЭИ Мейера Дж., Карузо Д. и Саловея П., концепция эмоционального интеллекта Гарднера Г., смешанная модель ЭИ Р. Бар-Она, модель способностей Мейера Дж. и Саловея П. и др.) соотносят компоненты эмоционального интеллекта с определенной группой способностей (когнитивных, социальных, эмоциональных, личностных).

К факторам развития эмоционального интеллекта относятся биологические (доминирование правого полушария, свойства темперамента, уровень эмоционального интеллекта родителей и т. п) и социально-педагогические (эмоциональность педагога, атмосфера эмоционального комфорта; эмоциональное общение в образовательно - развивающей среде; взаимодействие детей, эмоциональность содержания изучаемого материала, наглядность, которая возбуждает чувства, эмоции, комплекс упражнений, заданий, которые помогают выявлять, понимать, контролировать собственные эмоции и эмоции других).

Предпосылками развития эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте является синтонность, саморегуляция и самооценка, степень развития самосознания ребенка, уверенность в своей эмоциональной компетентности, эмоционально благополучные отношения между родителями (социальные) и преобладающий правополушарный тип мышления, наслед-

ственные задатки эмоциональной восприимчивости и тому подобное (биологические).

Результаты эмпирического исследования свидетельствуют о доминировании у старших дошкольников умеренных уровней развития эмоционального интеллекта с направленностью на мир людей (50%), готовности к сопереживанию, забота о другом (31 %), ориентации на себя (29 %), таких личностных поведенческих проявлений как стремление к домашней защите, эгоцентризма, тревожности, демонстративности, агрессивности, что часто является причинами непонимание собственных эмоций и эмоций других, а также неумение управлять ими. Детям с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта присущи открытость, осторожность, стремление к лидерству, у детей с низким его уровнем преобладают тревожность, импульсивность и агрессивность; для детей средним уровнем характерны импульсивность, стремление к одиночеству, интровертированность, по сравнению с группой детей с высоким уровнем,

Определенные по результатам теоретического и эмпирического фрагментов исследования психолого-педагогические условия формирования эмоционального интеллекта старших дошкольников (нормирование самооценки; приобретение навыков саморегуляции и самоконтроля; развитие синтонности как результат адекватного восприятия и понимания эмоционального состояния окружающих; формирование способности к эмпатии) легли в основу коррекционно-развивающей программы «Я понимаю себя, я понимаю тебя», которая доказала свою эффективность. Полученные результаты свидетельствуют, что в исследуемых экспериментальной группы со средним уровнем эмоционального интеллекта существенно повысился уровень последнего за счет снижения агрессивности, тревожности, импульсивности, скрытости и повышение открытости, уверенности. У испытуемых с низким уровнем эмоционального интеллекта существенно выросли показатели открытости, уверенности. Проведенное научное исследование не исчерпывает всех аспектов решения проблемы

обоснования психолого-педагогических условий формирования эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста. Перспективы дальнейших исследований видим в изучении вопросов влияния на формирование эмоционального интеллекта половой принадлежности, возраста и тому подобное, проблемы обеспечения формирования эмоционального интеллекта в контексте преемственности учреждения дошкольного образования и школы.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алешина, А.В. Ничего личного—только бизнес. Эмоциональный интеллект для достижения успеха/ А. В. Алешина, С.Т. Шабанов. – Санкт-Петербург: Речь,2012. –336с. – ISBN: 978-5-459-01580-5.
2. Алешина, А.В. Эмоциональный интеллект. Российская практика / А. В. Алешина, С.Т. Шабанов. – Москва: «Манн, Иванов и Фербер», 2014. –429с.– ISBN: 9785001178170.
3. Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И.Н. Андреева. – Новополюцк: ПГУ, 2014. – 388с. – ISBN: 978-985-531-260-5
4. Андреева, И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта/ И.Н.Андреева // Вопросы психологии. –2015. –№ 5. –С. 57-65. ISBN 978-5-9775-0795-0.
5. Битюцких, Е.В. Эмоциональный интеллект как фактор успешности обучения / Е.В. Битюцких. // Молодой ученый. – 2019. – № 27 (265). – С. 142-144. – URL: <https://moluch.ru/archive/265/61462/> (дата обращения: 23.01.2020). ISBN 978-5-9775-0785-4.
6. Бубнова, И.В. Развитие компонентов эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрения средствами тактильной книги [Текст] / И. В. Бубнова, Т. В. Слюсарская // Научный альманах — 2016. — №2-4 (16) — С. 146-151.
7. Буянова, А. Ю. Теоретические аспекты развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста [Текст] / А. Ю. Буянова, Е. Ю. Бледнова, С. Ю. Кудрявцева, Э. М. Зимуков // Образование и воспитание. — 2015. — №3. — С. 59-61.– ISSN 2309-4265.
8. Володина, И. А. Предметно-развивающая среда в ДОУ в условиях реализации ФГОС / И. А. Володина. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2015. – № 11 (91). – С. 1301-1304.

– URL: <https://moluch.ru/archive/91/19683/> (дата обращения: 14.02.2020). – ISSN: 2072-0297.

9. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 160 с. – (Антология мысли). – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/437739> (дата обращения: 23.03.2020). – ISBN 978-5-534-06998-3.

10. Выготский, Л.С. Лекции по психологии / Л.С. Выготский. – М.: Перспектива, 2018. – 148 с.– ISBN: 978-5-9906376-6-5

11. Выготский, Л.С. История развития высших психических функций [Текст]/ Лев Выготский. -Москва: Академия, 2012.-436с.

12. Готтман, Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей / Д. Готтман, Дж. Деклер; пер. с англ. Г. Федотовой. – 5-е изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019. – 272 с.

13. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой – 6-е изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 544 с.

14. Давыдова Ю. В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: автореф. Канд. Псих. Наук.19.00.01. Москва, 2011. 20 с.

15. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина. –Москва: Айрис-пресс, 2014. –160с.

16. Звенигородская, М.А. Значимость феномена эмпатии в современном обществе / М. А. Звенигородская. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2019. – № 12 (250). – С. 244-247. – URL: <https://moluch.ru/archive/250/57432/> (дата обращения: 24.06.2019).

17. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства [Текст]: учебное пособие / Е. П. Ильин. – 2-е изд., перераб. и доп. – Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 782 с.

18. Карелина, И. О. Развитие понимания эмоций в период дошкольного детства: психологический ракурс: монография. – Прага:

Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2017. – 178 с. –ISBN: 978-80-7526-228-8.

19. Корибицына,Е.В. Формирование позитивных взаимоотношений родителей и детей 5-7лет. Диагностика, тренинг, занятия/ Е. В. Корибицына. –Волгоград: Издательство «Учитель», 2012. –133с. – ISBN: 9785916510058.

20. Кряжева,Н.Л. Развитие эмоционального мира детей/ Н. Л. Кряжева.–Ярославль: «Академия развития» , 2016. –208с. – ISBN: 5-94799-368-6.

21. Куницына,Н.В. Эмоциональный интеллект и межличностное общение / Н.В. Куницына, Н.В. Казаринова, В.Н. Поголына. –Санкт-Петербург: Речь, 2013. –544с.

22. Кучеренко Ж. Эмоциональный интеллект дошкольников: пути развития. Воспитатель-методист дошкольного учреждения. 2016. № 7. С. 54-59. – ISSN 2410-8642.

23. Лещ О.П. Детерминанты и возможности формирования эмоционального интеллекта личности. Научный журнал Национального педагогического университета имени М. П. Драгоманова. Серия 12: Психологические науки. Выпуск 1(46). С. 210-216. – ISBN: 5-94439-338-6.

24. Ленкина, В. О. Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста / В. О. Ленкина, А. А. Огир, О. В. Вартанян, Л. Ю. Борохович. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2017. – № 13 (147). – С. 569-571. – URL: <https://moluch.ru/archive/147/40819/> (дата обращения: 24.10.2019). – ISSN:2072-0297.

25. Либин А. В. Дифференциальная психология: На пересечении европейских, российских и американских традиций. Москва: Смысл; Per Se, 2000. 549 с.

26. Люсин,Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Люсин Д.В. // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования/ под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. –Москва: Из-

дательство «Институт психологии РАН», 2014. –329 с. – ISBN: 5-9270-0058-4.

27. Мелехина, И. В. Формирование элементарных норм и правил взаимоотношения ребёнка с взрослыми и сверстниками в ДОУ / И. В. Мелехина, А. П. Коняева. – Текст: непосредственный // Педагогика: традиции и инновации: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, декабрь 2013 г.). – Т. 0. – Челябинск : Два комсомольца, 2013. – С. 57-60. – URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/98/4647/> (дата обращения: 24.01.2020). – ISBN: 978-5-903618-79-8

28. Нгуен М. А. Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника. Ребёнок в детском саду. 2008. № 1. С. 83–85.

29. Нгуен, М. А. Эмоциональный интеллект, или новый взгляд на проблему толерантности / М. А. Нгуен // Психология образования сегодня: теория и практика / под ред. С.И. Коптевой, А.П. Лобанова, Н. В. Дроздовой. –Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. –273 с. – ISBN: 932-5-978618-51-2.

30. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. Москва : КСП+, 2003. 272 с.

31. Панфилова М. А. Графическая методика «Кактус». Обруч. 2000. № 5. С. 12–13.

32. Парыгин, Б. Д. Проблема эмоционального интеллекта в социальной психологии / Б. Д. Парыгин // Динамика социально-психологических явлений в изменяющемся обществе / под ред. А.Л. Журавлева. –Москва: Сфера, 2013. –532с. – ISBN: 978-985-551-015-5.

33. Пиаже, Ж. Психология интеллекта/ Ж. Пиаже. –Санкт-Петербург: Питер, 2004.–192с.

34. Полетаева, Е. П. Эмоции в развитии ребенка дошкольного возраста / Е. П. Полетаева, Е. В. Мерзлякова. – Текст: непосредственный //

Молодой ученый. – 2018. – № 49 (235). – С. 290-293. – URL: <https://moluch.ru/archive/235/54539/> (дата обращения: 13.02.2020).

35. Робертс, Р. Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р. Д. Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д. В. Люсин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2014. № 4. – С. 3-26. – ISBN: 978-5-99034410-5.

36. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – Москва [и др.]: Питер, 2012. – 705 с. – ISBN: 978-5-4461-1063-6.

37. Семина, Р. Р. К вопросу о влиянии родителя на эмоциональный интеллект ребенка / Р. Р. Семина. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2020. – № 15 (305). – С. 286-288. – URL: <https://moluch.ru/archive/305/68722/> (дата обращения: 24.09.2019). – ISSN: 2072-0294.

38. Стайн Д. Язык интеллекта: повышение эффективности интеллекта с 10% до 90% за 21 день – Москва: ЭКСМО, 2006. – 352 с. – ISBN: 5-699-10656-1

39. Ступницкий, В. П. Психология: Учебник для бакалавров / В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К<sup>о</sup>», 2013. – 520 с. – ISBN: 987-5-394-02063-6.

40. Сухомлинский В. А. Сто советов учителю. / В. А. Сухомлинский / – Киев : Советская школа, 1988. 310 с.

41. Уланова А. Ю. Когнитивная регуляция эмоций и отношение к здоровью в подростковом возрасте // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2019. Вып. 3. С. 379-387. DOI: 10.17072/2078-7898/2019-3-379-387. – ISSN: 2078-7898.

42. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования / Интернет-источник: <https://fgos.ru/>

43. Хижняк, О. В. Развитие эмоционального интеллекта у дошкольников / О. В. Хижняк, В. В. Савченко, Т. Ю. Питякина. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 5 (243). — С. 205-207.

— URL: <https://moluch.ru/archive/243/56257/> (дата обращения: 24.06.2020).

– ISSN:2062-0274.

44. Хушбахтов, А. Х. Терминология «педагогические условия» / А. Х. Хушбахтов. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2015. – № 23 (103). – С. 1020-1022. – URL: <https://moluch.ru/archive/103/23955/> (дата обращения: 10.11.2019). – ISSN: 2078-7898.

45. Шпак Н.В. Эмоциональный интеллект в контексте современных психологических исследований. Психология личности.-Киев,2011.-с282-287.

46. Шпак Н.В. Эмоциональный интеллект в контексте современных психологических исследований. Психология личности.-Киев,2011.-с282-287.

47. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York: Basic Books, 1993. URL:<https://howardgardner01.files.wordpress.com/2012/06/443-davis-christodoulou-seider-mi-article.pdf> (дата: 12.10.2019).

48. Goleman D. Sex roles reign powerful as ever in the emotions. The New York Times. August 23. 1988. by The New York Times Company. URL: <https://www.nytimes.com/1988/08/23/science/sex-roles-reign-powerful-as-ever-in-the-emotions.html> (дата: 10.10.2019).

49. Guastello D.D., Guastello S.J. Androgyny, gender role behavior, and emotional intelligence among college students and their parents. Sex Roles: A J. of Research. 2003.

50. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. Psychol. Inq. 2004. V. 15. № 3. P. 197–215.

51. Mayer J.D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence. Intelligence. 1993. V.17. № 4. P. 433–442.

52.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

## Приложение 1

Проективная методика «Дорисовывание: мир вещей- мир людей- мир эмоций»

(М.А. Нгуен)

Цель: выявить эмоциональную ориентацию ребенка на мир вещей или на мир людей.

Материалы: листы бумаги с изображением геометрических фигур, простой карандаш.

Ход: педагог предлагает детям за 15 минут дорисовать к фигурам любые детали, чтобы получились рисунки, имеющие смысл.

Обработка результатов:

0 баллов– дорисовка отсутствует, рядом с фигурой ребенок нарисовал предмет или животное;

1 балл– изображено лицо человека;

2 балла– изображен человек (показано его эмоциональное самочувствие или показана определенная деятельность);

Уровень развития ЭИ:

0 баллов– низкий;

1-2 балла– средний;

3-6 баллов– высокий.

## Приложение 2

Проективная методика «Три желания» (М.А. Нгуен)

Цель: выявить эмоциональную ориентацию на себя или других людей.

Материалы: листы бумаги, цветные карандаши.

Ход: «Попробуйте представить себе, что золотая рыбка может исполнить любые ваши три желания. Чего бы вы хотели? Изобразите это на листе бумаги!».

Обработка результатов:

0 баллов– рисунок отсутствует;

1 балл– рисунок связан с желанием «для себя»;

2 балла– рисунок связан с желанием «для других».

Уровень развития ЭИ:

0–3 балла– низкий;

4 балла– средний;

5–6 баллов– высокий.

После окончания рисование с детьми проводится беседа для выяснения характерных желаний.

Приложение 3

Методика «Что? Почему? Как?» (М.А. Нгуен)



Цель: выявить степень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние других, сопереживать и заботиться о нем.

Ход: «Сейчас я прочту вам рассказ, вам нужно послушать внимательно, а затем ответить на вопросы».

Тест для девочек: «Меня зовут Аня. Я первоклассница и у меня есть старшая сестра Таня. После того, как мы попали в аварию у меня на лице образовался шрам, а у Тани болела рука, но быстро прошла. Шрам на моей лице небольшой, но все-таки заметный. Все ребята в школе его замечают, особенно мальчик Вова, который часто смеется над ним. Мне было очень обидно, я не хотела идти в школу. Таня уговорила меня пойти вместе, а когда мы пришли, то увидели мальчишек, которые начали шептаться и показывать на меня пальцами. Таня заметила это и подошла к ним. Я стояла далеко и не слышала о чем они говорят, но после этого разговора Вова и его друзья перестали смеяться надо мной. Я горжусь своей старшей сестрой, но я до сих пор не знаю что она сказала ребятам. Как вы думаете, что именно Таня сказала?».

Текст для мальчиков: «Меня зовут Антон и у меня есть старший брат Юра. Недавно я начал учиться кататься на велосипеде. Я часто падаю и соседский ребята смеются надо мной. Мне было очень обидно и я хотел забросить велосипед. Юра решил мне помочь. В один день мы вышли гулять вместе и нас увидели ребята. Они начали громко смеяться надо мной. Мой старший брат подошел к ним и что-то сказал. Я стоял далеко и ничего не слышал. Я горжусь тем, что у меня есть старший брат Юра. Но до сих пор не знаю, что он сказал ребятам. Как вы думаете, что он им сказал?».

Обработка результатов: ребенок отвечает на вопросы педагога и решает определенную проблему, которая связана с отношениями между людьми, их оценкой ситуации и эмоциональных состояний. Ответы оцениваются по трехбальной шкале (в соответствии с критериями, которые используются в тексте Д. Векслера).

Что Таня (Юра) сказала (сказал) ребятам?

0 баллов– ребенок не отвечает или дает такие варианты: «Не смейтесь», «Что вы делаете?», «Как вам не стыдно».

1 балл – «Старший брат или сестра угрожали ребятам»;

2 балла – конструктивное решение проблемы, его варианты: брат/сестра просит оставить младшего/младшую в покое»; объясняет, что так делать нельзя, поскольку это плохо; брат/сестра объяснили проблему.

Почему Юра (Таня) так поступили?

0 баллов– ребенок не понимает вопроса;

1 балл– «Чтобы не смеялись/обижали»;

2 балла– «Люди чувствуют себя плохо, когда над ними смеются»

Как бы ты поступил (поступила) в такой ситуации?

0 баллов– ответ отсутствует;

1 балл– «Надо попросить взрослых поговорить с обидчиками»;

2 бала – ребенок сам принимает решение, опираясь на свои чувства и эмоции оскорбленного человека.

Уровень развития ЭИ:

0–2 балла– низкий;

3–4 балла– средний;

5–6 баллов– высокий.

#### Приложение 4

Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова и Е.В. Никифоров)

Цель: изучение особенностей эмоционального развития (когнитивно-аффективных компонентов) детей старшего дошкольного возраста.

Материалы: 12 слов–понятий (обозначают эмоциональное состояние), альбомный лист, цветные карандаши, простой карандаш.

Ход: «Сейчас я буду говорить слова, а ты на каждое слово что-нибудь нарисуешь. Слов будет много, поэтому нужно аккуратно их разместить на одной стороне листа. Постарайся запомнить их.»

Слова–понятия: радость, страх, грусть, стыд, злость, обида, удивление, любовь, зависть, ревность, дружба, презрение.

После каждого изображения педагог задает вопросы (что означает рисунок и как он понимает слово). Все сказанное фиксируется вместе с порядковым номером изображения. По завершении процедуры педагог откладывает в сторону рисунки и возвращается к ним через 15-20 минут, после проведения других диагностических мероприятий.

Обработка результатов: педагог просит детей воспроизвести слова. Все названные слова фиксируются (воспроизведение эмоций).

Интерпретация эмоций: представление об эмоции интерпретируются на основе изображений и вербальных описаний определенных эмоциональных реакций и отношений, выражающих когнитивное понимание эмоционального процесса и степень его дифференцированности.

Образная форма мыслительной деятельности характеризуются кодированием понятий через эмоциональную ситуацию (сюжет или персонажи).

Схематическая форма умственной деятельности характеризуется кодированием понятий через экспрессивный эталон– пиктограмму мимических или пантомимических признаков.

Знаковая форма мыслительной деятельности характеризуется кодированием понятий через буквенное, цифровое обозначение эмоций, также через различные системы знаков (геометрические фигуры, знаки движения и т.д.).

Образно-символическая форма мыслительной деятельности характеризуется кодированием понятий через символ эмоции: элемент экспрессии (улыбка, глаза со слезами, открытый рот), предмет–атрибут эмоциогенной ситуации (носовой платок), объект-стимул (змея, конфета и т.д.).

Уровень развития ЭИ:

Поуровневая дифференциация адекватности кодирования для дошкольного возраста:

– высокий уровень: адекватное кодирование и вербализация (9–10 эмоциональных модальностей);

– средний уровень: адекватное кодирование и вербализация (6–8 эмоциональных модальностей), незначительные трудности в некоторых эмоциях;

– низкий уровень: адекватное кодирование и вербализация (3–6 эмоциональных модальностей), недифференцированность эмоций по содержанию и проявлению (удивление–страх–гнев).

Приложение 5

Проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова)

Цель: исследование эмоционально-личностной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности. Методика предназначена для работы с детьми старше трех лет.

Материал: лист бумаги, простой карандаш, цветные карандаши.

Ход: «На листе бумаги нарисуйте кактус– таким, каким ты его себе представляешь».

Вопросы для уточнения интерпретации:

1. Этот кактус домашний или дикий?
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?
3. Кактус любит когда его поливают или ухаживают за ним?
4. Кактус растет один или с каким-либо растением по соседству?

Что это за сосед?

5. Когда кактус подрастет, то как он изменится?

Обработка результатов:

Агрессивность– наличие игл, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность– отрывистые линии, сильный нажим.

Эгоцентризм, стремление к лидерству– большой рисунок, расположенный в центре листа.

Экстраверсия– наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность формы, наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интроверсия– расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса. Наличие впадин свидетельствует о скрытности, такой ребенок говорит куда меньше, чем знает.

Оптимизм– изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.

Тревожность– преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.

Стремление к домашней защите, чувство семейной общности– наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса.

Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества или отстраненность– изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

Чем ярче кактус– тем более жизнерадостным является исследуемый. Если даже он угрюм и в рисунке преобладают темные тона, то это значит, что необходимо если не бить тревогу, то хотя бы узнать причину.

Размещение на листе. Рисунок в центре означает нормальный уровень самооценки, отсутствие неудовлетворенности своим положением и каких-то особых притязаний. Чем сильнее рисунок сдвигается вверх тем выше самооценка, и соответственно, чем ниже рисунок– тем меньше удовлетворенности в себе. Сдвиг влево означает присутствие в характере черт интроверта, вправо– склонность к экстраверсии.

Характеристика линий и силы нажима на карандаш. Здесь следует отметить, что чем сильнее нажим, прерывистость линий, использование внутренней штриховки, тем более автор рисунка склонен к импульсивности, тревожности, подавленности настроения. Более тонкие линии, определенная «легкость» натиска, вольность линий, присутствие элементов, которые придают кактусу привлекательность, позитив, вызывают симпатию и говорят о более покладистом, мягком характере личности, чувстве юмора, позитивном настрое и открытости.

Наличие зигзагов, резких выступов рассматривается как замкнутость и осторожность. Необходимо обратить внимание непосредственно на форму кактуса. Замысловатая, причудливая форма говорит о демонстративности.

## Приложение 6

Программа развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста «Я понимаю себя, я понимаю тебя»

Исследование эмоционального аспекта детей и эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста – одна из главных задач учебно-воспитательной работы. Эмоциональный интеллект дает возможность детям глубже понимать эмоции людей, быть более успешными во взаимоотношениях с друзьями и близкими, разбираться в проблемных ситуациях, глубже разбираться в собственных эмоциях и чувствах, в причинах собственных поступков, быть целеустремленными и уверенными в своих силах. Итак, введение в программу обучения и воспитания детей дошкольного возраста развитие эмоционального интеллекта имеет не абы-какое положительное влияние.

Наиболее эффективными методами развития эмоциональной сферы детей: игровые приемы, арттерапия, психогимнастика, минутки релаксации, поведенческая терапия [14].

В современной психолого-педагогической науке проблему развития эмоционального интеллекта изучают в контексте гуманизации образования.

Основная цель программы – гармонизация и оптимизация уровня ЭИ детей и проверка психолого-педагогических условий, его форм в условиях учреждения дошкольного образования.

При реализации программы решаются следующие задачи:

1. Развивать навыки эмпатии.
2. Способствовать снятию эмоциональной напряженности;
3. Формировать у детей позитивное отношение к себе, внешним и внутренним проявлениям.
4. Развивать у детей умение сотрудничать с другими детьми.
5. Формировать у ребенка необходимые навыки управления своими чувствами и эмоциями (гнев, беспокойство, страх, вина, стыд, сочувствие, жалость, эмпатия, гордость, благородство, любовь и другие).

6. Научить ребенка понимать свои эмоциональные состояния и причины, их порождают.

Техники и методы: решение проблемных ситуаций, беседы, этюды, ролевые игры, упражнения на релаксацию и визуализацию, самопознание, самооценка, психогимнастика, арттерапевтические техники и тому подобное.

Программа развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста рассчитана на 30 занятий по 20-35 минут:

1. «Давайте знакомиться».
2. «Дружба начинается с улыбки».
3. «Какие мы?».
4. «Согретый теплом».
5. «Обида».
6. «Мне не страшно».
7. «Настроение дня».
8. «Гнездышко».
9. «Фото на память».
10. «Мое настроение».
11. «В гостях у Смешинки».
12. «Я и мои друзья».
13. «Дружба – это хорошо».
14. «Настроения и чувства».
15. «Путешествие в страну Эмоций».
16. «Улицы страны Эмоций».
17. «Страна Эмоций снова зовет в гости».
18. «Царство Эмоций скучает по вам».
19. «Новый друг в царстве Эмоций».
20. «Путешествие в страну Эмоций с домовенком Кузей».

«Я понимаю себя, я понимаю тебя»



## Занятие 1

### «Давайте знакомиться»

Цели. Установление положительного контакта детей и воспитателя, детей между собой. Развивать умение совместной деятельности, умение сопереживать.

Материал. Клубок ниток.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуй, малыши!» (3 мин.)

Дети, встав в круг, держатся за руки и улыбаются, здороваются друг с другом, говорят: «Здравствуй! упражнение повторяем еще один раз, но в другом направлении. Таким образом мы сможем передать наши улыбки и поздравления по кругу.

Игра «Клубочек» (10 мин.)

– Дети, делаем с вами круг и садимся на коврик.

– Посмотрите, что это у меня в руках? (Клубок).

– Все, что мы с вами говорим – это тоненькие ниточки, что нас связывают. Я задам вопрос Юре и передам ему тем самым клубочек. Юра, ответив на вопрос, оставит краешек ниточки у себя и передаст клубочек дальше. Так мы станем одним большим целым. Воспитатель может помогать ребенку с ответом, но в таком случае клубок возвращается к нему. Воспитатель может наглядно наблюдать, у кого из детей больше всего трудностей в общении.

Примеры вопросов:

– Сколько тебе лет?

– Большая ли у тебя семья? Как зовут маму и папу?

– Во что ты любишь играть?

– Какой твой любимый мультик?

– На кого ты хочешь быть похожим?

Игра «Ветерок дует на...» (10 мин.)

Воспитатель говорит: «Ветерок дует на того, в голубые глаза». (Дети с голубыми глазами быстренько группируются в заданном месте, например, возле шкафа с игрушками). Далее воспитатель продолжает задание:

Ветер дует на того, у кого есть котик дома.

Кто любит спать в саду.

Кто был в цирке.

У кого есть брат или сестра.

Упражнение «Солнышко» (5 мин.)

Дети все встают на цыпочки, ручками тянутся вверх к Солнцу. Оно теплое, греет их своими лучиками и улыбается им в ответ. Солнышко имеет подарок для каждого-солнечного зайчика, веселая игрушка для ребятшек. Нам тепло и весело. Солнышко наш друг.

Прощание «До свидания!» (1-2 мин.)

Дети становятся в круг, берутся за руки и говорят: «До встречи!»

## Занятие 2

«Дружба начинается с улыбки»

Цели. Создание позитивной эмоциональной атмосферы. Формировать привычку улыбаться друг другу, говорить приятные, теплые слова, чувствовать настроение другого.

Материал. Музыкальная запись для релаксации.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, малыши!» (3 мин.)

Игра «Улыбка – начало дружбы» (5 мин.)

– Дети, есть ли у вас подружки или друг? Расскажите мне, кого вы называете друзьями? (ответы детей).

– У дружбы есть начало, как вы думаете, с чего же она начинается?

Открою вам большой секрет–с улыбки!

– Улыбнитесь мне искренне! (Воспитатель рассказывает детям, что смеяться и улыбаться– это разные понятия).

– Если вы подарите свою улыбку кому–то, ему непременно станет приятно и тепло на душе. Давайте попробуем! Вернитесь к своему соседу, возьмите их за руки и ласково улыбнитесь (тренинг).

Игра «Комплименты» (10 мин.)

– Вы молодцы, но, чтобы вашим друзьям стало еще приятнее, мы можем говорить им комплименты. Комплимент– это то, что порадует вашего друга что-то приятное в его сторону (воспитатель приводит несколько примеров).

– В ответ на комплимент говорят: «Мне очень приятно».

– Дети, кто хочет Юре сказать комплимент? Марии?

– Когда говорит приятный комплимент, не забывайте улыбаться (дети выполняют упражнение, стараются подыскивать теплые слова для своих друзей, воспитатель может помогать).

Народная мудрость:

«Одно приятное слово как сад цветет»

Толкование данной пословицы.

Игра «Прикоснись к ...» (5 мин.)

– Я знаю, что вы любите играть. Слушайте внимательно правила нашей игры. Когда я скажу «прикоснись к светлым волосам Настеньки, вы должны отыскать и коснуться его, говоря к девочке» мы тебя любим". Потом я выберу кого-нибудь другого, и мы повторим нашу игру еще раз.

Обсуждение в конце занятия:

Дети, так с чего начинается дружба?

Мы стали настоящими друзьями, а все потому, что вы мне искренне улыбнулись. Поэтому всегда помните о чудо–улыбке.

Упражнение на релаксацию (5 мин.)

Мы хорошо потрудились, были очень веселые, поэтому сейчас минутка релакса.

Веки спатки хотят, закрываются глаза... Мы тихо засыпаем,

В сон мы погружаемся.

Прощание «До свидания!» (2 мин.)

### Занятие 3

«Какие мы?»

Цели. Развивать умение детей видеть положительные черты в себе и в других. Формировать позитивную самооценку, чувство собственной неповторимости и личностной значимости.

Оборудование. «Волшебная шкатулка» с зеркалом, мяч, музыкальная запись.

Ход занятия

Приветствие «Здравствуй!» (3 мин.)

Игра–беседа «Рассказ о себе» (10 мин.)

Воспитатель подбрасывает мяч и задает вопрос, к тому, кто поймает мяч:

– Какую сказку ты любишь больше всего?

– Какой цвет твой любимый?

– Как зовут маму и папу?

– Кто зовут твоего друга?

– Ты любишь играть в футбол?

– Какой мультик ты любишь смотреть?

– У тебя длинные или короткие волосы?

– Вы все настолько разные и интересные, каждого из вас можно слушать вечно. Вы не похожи друг на друга, и это здорово!

Упражнение «Самый главный человек» (5 мин.)

Дети, у меня в шкатулке спрятан «самый важный» для вас человек. Хотите узнать кто же это? Дети с любопытством заглядывают в нее... а там зеркало, где те видят собственные отражения. Воспитатель подчеркивает «вы самые главные люди для себя». Расскажите сейчас о себе:

– Похожи ли вы внешне? (цвет глаз и форма носика...);

– Что же у вас разного?

– Кем вы хотите быть в будущем?

Игра «Кухня» (5 мин.)

Дети становятся в круг, будто создают воображаемую миску. Воспитатель дает задание приготовить салат. Все участники думают каким ингредиентом они хотят быть. Воспитатель объявляет компонент, который кладем в наше блюдо, кто услышал свое название, забегает в «миску». Игру можно повторить несколько раз.

Этюд «Подснежник» (5 мин.)

Весна. Пригрело солнышко. Из-под снега виднеются маленькие цветочки – подснежники. Они отнимают свои головки до солнышка, словно бы просыпаются после долгого зимования.

Упражнение прощание «До свидания!» (2 мин.)

Занятие 4

«Согретый теплом»

Цели. Развивать чувствительность к эмоциональному состоянию других. Воспитывать любовь и эмпатию, умение беспокоиться о других.

Оборудование. Рисунки различных предметов; аудиозапись.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, малыши!» (3 мин.)

Беседа «Согрет теплом» (10 мин.)

– По дороге в садик, дети, я встретила маленького напуганного котенка, который сидел на обочине совсем один. Погода на дворе была очень плохая, шел дождь, и котик промок.

– Стали бы вы помогать коту? Как?

– А если бы Вы были на месте котенка?

– Как вы думаете, почему котик сидел один на улице?

– Правильно ли то, что люди часто выбрасывают тех животных, которых приручили раньше?

– Почему они так делают?

– Как бы вы себя чувствовали, если бы вас оставили на улице?

– Какие бы мысли были у вас, если бы вам никто не помог в такой ситуации?

– Как вы себя чувствуете, когда о вас беспокоятся, любят?

Помните: животные живы!

Этюд «Накорми котенка» (5 мин.)

– Дети, я предлагаю вам покормить котика, которого мы встретили на обочине, после этого приласкаем его, согреем собственным теплом наших ручек и создадим атмосферу безопасности и тепла для маленького котика.

Игра «Счастливые предметы» (5 мин.)

Воспитатель делит детей на несколько групп и раздает несколько картинок с изображениями предметов (стол, мяч, цветок и тому подобное). Дети должны продемонстрировать сценку, что надо сделать, чтобы этот предмет стал счастливым.

Например, цветок станет счастливым, если его полить...

Сценка показывается с помощью движений, жестов. Другие группы должны отгадывать, что именно имеют в виду дети выступают.

Упражнение «Котик» (5 мин.)

Звучит мелодия, дети лежат на коврике и представляют как котик:

наслаждается солнечным теплом;

просыпается;

чистит свою шубку;

острит коготки и тому подобное.

Прощание «До свидания!» (2 мин.)

Занятие 5

«Обида»

Цели. Учить понимать свое эмоциональное состояние. Закрепить в сознании умение выражать обиду и неудовольствие, изобретение способов самообладания и развития самоконтроля.

Оборудование. Кружочки разных цветов – каждому ребенку, круг, разделенный на 4 части; картинки – демонстрационный набор; бумага.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуй, малыши!» (2 мин.)

Упражнение «Цвет моего дня» (5 мин.)

Воспитатель спрашивает детей об их настроении сегодня и просит положить кружочек, который есть у каждого ребенка и ту часть большого круга, какой цвет им больше импонирует к их настроению. Воспитатель подчеркивает, что настроение связано с чувствами внутри них, и к ним надо прислушиваться.

– Каково твое настроение сегодня? Почему?

– Какой цвет подходит тебе сегодня? Круг имеет 4 части, где:

– оранжевый – веселье;

– синий – грусть, разочарование;

– желтый – бодрость;

– зеленый – покой.

Беседа «Я обижен» (12 мин.)

– Вы, дети, сегодня настроены на позитив, все бодры и улыбчивы. Но часто бывает так, что нам на душе становится как-то беспокойно и грустно. Всегда рядом с добром существует зло, рядом с радостью живет грусть (демонстрация картинок).

Примеры вопросов:

Как ты думаешь, обида это что??

Обиду возможно почувствовать на ощупь или обоняние?

Как ты себя чувствуешь, когда обижен на кого-то?

Кто тебя поддерживает?

Упражнение "Сундучок образов» (6-7 мин.) Представьте, что ваша обида стоит перед вами:

Какая она велика?

Есть ли у нее цвет?

Какую форму имеет ваша обида?

Ассоциируется ли она у вас с каким-то животным?

Я дам вам бумагу, дети, а вы можете выплеснуть свою обиду на его. Можете смять, порвать... Теперь сложите все ваши образы в нашу ящик и подумайте, что же мы сделаем с ней, чтобы эти образы никогда не вернулись к нам (дети отвечают)

Этюд «Прощение» (5 мин.)

Воспитатель раздает воздушные шарики и просит детей надуть их. Это образ их образ. Дети закрывают глаза и слушают, что обиду нельзя почувствовать на ощупь или вкус, но в душе нам становится горько от нее. Мир становится серым и невеселым. Но следует помнить, что выбрать надо прощать и уметь наслаждаться жизнью.

Открывая свои глазки, попробуйте показать своему другу, что вы умеете прощать. Вспомните «мирилки» и расскажите своим друзьям.

Прощание «До свидания!» (3 мин.)

Занятие 6

«Мне не страшно»

Цели. Снятие тревожности, страхов, формирование умений преодолевать страх, трудности. Моделирование ситуаций, вызывающих страх, вербализация глубинных переживаний и мобилизация жизненных сил детей на их уничтожение.

Оборудование. Листы бумаги, карандаши.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, малыши!» (2 мин.)

Этюд «Маленький трус» (5 мин.)



Малыш первый раз в детском саду, ей страшно. Она думает, что воспитатель злой, а дети будут насмеяться над ней. Ребенок очень скован, сидит за столиком, сомкнув ноги вместе и опустив голову.

Беседа «Чего мы боимся» (12 мин.)

Воспитатель наталкивает детей на рассказ об их страхах и эмоциях, которые они переживают во время страха. Предлагает показать эмоцию страха на лице.

Вопросы в ходе беседы:

Почему мы иногда боимся?

Каков ваш самый большой страх?

Рядом с каким человеком тебе не страшно?

Какие эмоции у тебя, когда ты боишься?

Вспомни сказку, где персонажи боялись чего-то, а где были смелые?

Кем бы ты хотел быть из сказочных персонажей?

Рисование «Мой величайший страх» (10 мин.)

Воспитатель предлагает детям нарисовать то, что они боятся больше всего. После рисования мы произнесем магические слова и разрушим страх навсегда:

Я самый смелый. Ничто не сможет меня испугать. Я не боюсь теперь ничего.

Игра «Мышка в мышеловке» (4 мин.)

Дети образуют прочный круг, где стоят очень близко друг к другу.

«Мышка» находится внутри. Ее задача – освободиться из круга.

Условие: не навредить «мышке». В безвыходном положении помочь «мышке» сбежать.

Упражнение на расслабление «Я – ветерок!» (3 мин.)

Я очень легкий ветер. Люблю играть с волосами маленьких детей. Я пролетаю мимо деревьев и цветов, вдыхаю их ароматы и разношу этот невероятный природный парфюм по всему миру. Я летаю высоко-высоко между тучками, вижу все безграничные просторы нашего мира.

Прощание «До свидания!» (3 мин.)

Занятие 7

«Настроение дня»

Цели. Развивать чувствительность к эмоциональному состоянию других людей и умение общаться. Учить детей выражать сочувствие, улучшать настроение людей.

Оборудование. Мягкий мишка; музыкальная запись.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, малыши!» (3 мин.)

Упражнение «Разное настроение» (5 мин.)

Воспитатель садится на коврик рядом с детьми и передает игрушку по кругу. Дети должны дополнить предложение:

«Мне бывает весело, если...»

«Мне бывает грустно, если...»

Беседа «Узнай его настроение» (12 мин.)

Сегодня мы с вами веселы и улыбчивы, но ведь нам иногда бывает пасмурно и грустно, да?

Вопросы к беседе:

Почему люди грустят?

Что ты делаешь, когда у тебя такое настроение?

Как ты можешь понять, какое у тебя настроение?

Что улучшает ваше настроение?

Что может разрушить хороший день?

Какое настроение у тебя сегодня?

Когда человек испытывает грусть, ему станет гораздо легче, если он услышит слова поддержки.

Как тебя поддерживают родители?

Что успокоит человека?

Что вы сделаете, если кто-то из родных заболел?

Когда домашнее животное чувствует себя плохо?

Что может испортить человеку настроение?

Помните, для вас это всего несколько минут, а для человека – это хорошее настроение на весь день.

Народная мудрость:

«Делайте людям добро, и оно вернется к вам».

Упражнение «Кто-то загрустил» (6-7 мин.)

Друзья, если бы вы встретили кого-то очень грустного, представьте что он в нашей групповой комнате, как бы вы поступили, как успокоили, что бы сказали ее?

Воспитатель делит детей по двое, и те примеряют на себя роли грустного ребенка и друга, который утешает.

Упражнение на самовнушение «Зеркало» (6 мин.)

Утром, просыпаясь, включи свое воображение и почувствуй себя на теплом облачке посреди моря. Яркое солнышко согревает тебя своими лучиками, ты чувствуешь покой и радость. Ты уже хочешь взлететь вверх, навстречу приключениям. Ты быстро встаешь, словно взлетаешь вверх, бежишь к зеркалу и любишь своим довольным отражением.

Прощание «До свидания!» (3 мин.)

Занятие 8

«Гнездышко»

Цели. Обучить выражению радости, грусти и их распознаванию; привлечь внимание детей к эмоциональному миру человека; развитие умения работать в группе.

Оборудование. Рисунки девочек на фоне природы, цветные и простые карандаши, бумага для рисования, зеркала, музыкальное сопровождение.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, милые детки!» (2 мин.)

– У меня на столе вы можете увидеть рисунки двух девочек (грустная на фоне непогоды, а веселая на фоне солнца).

– Как можно назвать этих девочек и почему? Какое у девочек настроение и почему?

Задание «Я (радуюсь, грущу) когда ...» (5 мин.)

Дети делятся своими ответами.

Игра «Весело – грустно» (10 мин.)

Проводится с детьми перед зеркалом.

Дети показывают свои лица когда им весело или грустно и наблюдают как это делают остальные.

Релаксация «прослушивание пьесы П.И. Чайковского «Новая кукла» и пьесы С. Майкапара «Тревожная минута»» (5 мин.)

– Вы можете свободно подвигаться под любую музыку.

– О чем вы подумали, когда слушали музыку? Что вам хотелось сделать?

– От чего зависило то, как вы двигались? Как по-другому можно выразить эти чувства?

Если дети затрудняются с ответами, то можно напомнить им про рисунки с девочками, обратить внимание на цветовую гамму.

Рисование (10 мин.)

– Вы можете взять листочки бумаги и изобразить радость или грусть с помощью цветных или простых карандашей.

По завершению дети рассказывают про свои рисунки и почему именно они выбрали данную цветовую гамму.

– Как можно поднять (или испортить) настроению твоему герою на рисунке?

Прощание (2 мин.)

– Давайте друг другу улыбнемся и попрощаемся.

«До свидания!»

## Занятие 9

### «Фото на память»

Цели. Сохранять психическое здоровье ребенка и повышать у него уровень ЭИ.

Оборудование. Изображения картин природы, планшет или телефон, бланки с контурами лиц (ламинированные), фломастеры на водной основе, цветные карандаши, влажные и сухие салфетки, бланки со смайликами.

Ход занятия.

Приветствие (1-2 мин.)

Упражнение «Будильник» (2-4 мин.)

Дети встают в круг. «Заводят будильник» — сжимают ладонь в кулачок, выполняют круговые движения у солнечного сплетения. «Будильник зазвонил»: «З-з-з». Мы его остановим — дети слегка ударяют ладошкой по голове.

Упражнение «Море волнуется» (3 мин.)

Дети интенсивно двигаются по комнате, принимая позы животных, о которых говорит психолог после произнесения считалки:

Море волнуется - раз!

Море волнуется - два!

Море волнуется - три!

Фигура зайца на месте замри (фигура лягушки на месте замри, фигура черепахи на месте замри)

Дети замирают в одной из поз. По команде «отомри» упражнение продолжается.

Беседа «Мир эмоций» (4 мин.)

– Дети, что такое эмоции? какие вы знаете эмоции? Что влияет на наши эмоции? Сейчас мы попробуем изобразить и рассмотреть, как наше лицо выражает те или иные эмоции.

Игра «Театр масок» (6-7 мин.)

– Мы посетим театр масок. Вы будете актеры, а я – фотограф. Я буду просить вас показать различные выражения лиц сказочных героев, а вы будете их показывать. По команде: «Замрите, фотографирую!» вы замрете, и я сфотографирую вас на планшет, мы с вами вместе посмотрим, у какого выразительнее получилась эмоция.

Покажите, как выглядит злая Баба Яга. Замрите, фотографирую!

Покажите, как испугалась бабушка из сказки про Красную Шапочку, когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с волком. Замрите, фотографирую!

Покажите, как хитро улыбается лиса, которой понравился колобок. Замрите, фотографирую.

После каждого снимка обсуждаем фото.

Мы увидели, как изменяется выражение нашего лица при той или иной эмоции, а теперь попробуем нарисовать эмоцию.

Саморефлексия «Картина природы» (6 мин.)

Перед вами контуры лиц и фломастеры. Я буду показывать вам картины природы, а вы нарисуете ту эмоцию, которая возникла у вас при просмотре этой картины. Перед просмотром следующей картинки вытираем влажной салфеткой карточку, а затем протираем сухой салфеткой.

Игра «Настроение и цвет» (7 мин.)

Детям предлагается бланк с таблицей «смайликов» и контурным изображением фигуры. Задача детей разукрасить овал напротив «смайлика» таким цветом, с которым у них ассоциируется данная эмоция. Затем детям предлагается разукрасить контурное изображение в тот цвет, который совпадает с их настроением в данный момент.

Релаксация «Воздушный шарик» (2мин.)

Представьте, что вы сдутый воздушный шарик, который лежит на ковре (дети лежат на спине в расслабленном состоянии). Я буду надувать воображаемым насосом шарики со звуком «С-С-С». Как только вы услышите звук «С-С-С», начинайте подтягивать согнутые колени к груди и

обхватите их руками, Прижмите колени к груди с усилием. Когда я хлопну в ладоши - шарик лопнул, со звуком «Ш-Ш-Ш» опускайте ноги в исходное положение. Расслабьтесь. Повторить упражнение несколько раз.

Беседа «Что мне запомнилось» (2 мин.)

Дети садятся в круг и по очереди рассказывают, что им запомнилось из занятия.

Прощание «До свидания!» (1 мин.)

Занятие 10

«Мое настроение»

Цели. Развитие ЭИ у детей и гармонизация личности.

Оборудование. Круг из бумаги, листы бумаги, карандаши, акварельные краски, фотографии с предметами (форма-круг), музыкальное сопровождение.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуй!» (1-2 мин.)

Беседа «Настроение по цвету» (4 мин.)

– Ребята, забота о своем настроении также важна, как и забота о своем теле, о своем здоровье. необходимо научиться радоваться жизни. Вот что способствует хорошему настроению: дружелюбие, улыбка, музыка, что ещё? А теперь сядьте поудобнее, можете закрыть глаза. А сейчас представьте себе цвет, соответствующий вашему настроению. Представили? Теперь возьмите акварельные краски и нанесите его (цвет) на бумагу.

Игра «Волшебный круг» (10-15 мин.)

– Сегодня мы с вами соприкоснемся с волшебством, создадим нечто такое, что с очень давних времен считалось людьми особенным. А для начала скажите мне, пожалуйста, что объединяет эти фотографии? (Детям демонстрируются фотографии, на которых изображены разные предметы, имеющие форму круга.)

– Замечательно, вы все правильно рассказали, а знаете ли вы, что круг по праву считается одной из самых добрых фигур? В нем нет острых углов, он напоминает собой Солнце – символ жизни, удачи и счастья. С древних времен люди, изображая круг, наделяли его особой силой. И сейчас мы с вами это проверим-создадим свой волшебный круг.

– Я предлагаю вам взять каждому вырезанный из бумаги круг и нарисовать внутри него рисунок, посвященный чему-то доброму, радостному.

Пока дети рисуют играет спокойная музыка.

Обсуждение результатов (6 мин.)

– Почему решил (а) нарисовать именно это? Понравилось ли рисовать? Довольны ли результатом? Хотели бы что-то изменить (перерисовать) или оставить все как есть?

Рефлексия (5-6 мин.)

– Давайте потрем свои ладони одна о другую-чувствуете, какие они стали горячие? Теперь прикоснемся кончиками пальцев к своему кругу, закроем глаза и мысленно предадим ему свою душевную теплоту. Сейчас вы поделились частичкой своей доброты, а значит, наделили эти круги особой, волшебной силой. ведь именно Добро творит Настоящие чудеса!

Прощание (1-2 мин.)

«До свидания!»

Занятие 11

«В гостях у Смешинки»

Цели. Развитие эмоциональной сферы ребенка.

Оборудование. Ноутбук и проектор, листы бумаги, иллюстрации с изображениями разных эмоциональных состояний (разрезанные на три части), акварельные краски, цветные карандаши, фломастеры, цветная бумага, самоклеящаяся бумага, пайетки, блестки, клей, воздушный шарик, крупы, повязка на глаза, карта.



Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйтесь, ребята!» (5 мин.)

– Сегодня почтальон принес мне письмо, давайте посмотрим, что в нем? Смотрите, адресовано оно детям детского сада № 213 г. Челябинска от короля и королевы Страны Эмоций. В конверте красивая открытка. Давайте, почитаем, что же там написано.

«Дорогие дети, король и королева страны Эмоций имеют честь пригласить вас на празднование ежегодного летнего бала в честь дня рождения принцессы Смешинки. С уважением, Король Фантазер и Королева Радость».

Сборы в путешествие (3 мин.)

– Ребята, примем приглашение от короля и королевы? Но чтобы отправиться в путешествие, нам нужно взять с собой самые необходимые вещи. Скажите, что нам может понадобиться в пути? Только давайте мы будем собирать не вещи, а эмоции и чувства, вот я думаю, что для успешного путешествия нам обязательно понадобится храбрость, вы согласны? Как вы считаете, что еще нам может понадобиться в путешествии?

Игра «Собери рюкзачок» (2 мин.)

Выбирается «рюкзак» (кто-то из детей с повышенной тревожностью), в него «накладывается» все необходимое (остальные дети).

Ну что же, ребята, к путешествию мы готовы.

В страну настроений направляемся мы,

Где будем смеяться, грустить, удивляться.

С героями этой волшебной страны

На каждом занятии будем встречаться.

Нас ждут приключения, сказки, игра,

Задания разные нового друга.

Ну что, вы готовы? Тогда нам пора!

Вот мы с вами и в стране Эмоций, а куда нам идти дальше подскажет карта. Посмотрите ребята, что здесь нарисовано? На карте указатели к ме-

сту (музыкальный зал). Звучит спокойная музыка, дети подходят к избушке.

Ребята, посмотрите, что я нашла? Читает записку:

Для добрых и умных, скажу вам друзья

Не вызовет трудностей загадка сия

Вы мне соберите эмоций букет

Сложите все части, вам будет ответ

Игра «Собери эмоцию» (5-7 мин.)

Детям раздаются разрезные картинки с изображением эмоций, которые они должны собрать.

Смотрите ребята, появилось направление на карте, куда нам стоит идти дальше. (Направление в сторону шкафов. На столах стоят тарелки с разноцветной манкой и фасолью. Лежит записка)

Смотрите ребята, еще одна записка, наверное, это очередное задание.

В песочной стране чудеса да и только

В гости к песочку прибежали фасольки

Попрыгались детки, попробуй, найди

И тут же получишь помощь в пути

Но легким заданье не будет, учти

Ты глазки закрой и так поищи.

Игра «Фасольки в Песочной стране» (5 мин.)

Дети с закрытыми глазами находят фасольки и складывают их в чашу.

Как хорошо мы справились с этим заданием, вот и новое направление. Вперед! Направление в сторону зеркал.

На поручне висит воздушный шарик, на нем прикреплена записка.

Для радости и счастья причины не ищи

Играй и веселись, прыгай и кричи

Если ты сможешь меня рассмешить

То я покажу, как дальше вам быть

Ребята, а как можно рассмешить кого-то?

Я предлагаю вам сыграть в игру-забаву «Веселые мартышки» (3 мин.)

Ход: Дети выполняют движения по тексту.

Мы веселые мартышки!

Мы играем громко слишком,

Мы в ладоши хлопаем!

Мы ногами топаем!

Надуваем щечки,

Скачем на носочках!

Рукой в небо укажем,

Друг другу языки покажем,

Дружно прыгнем к потолку,

Палец поднесем к виску,

Оттопырим ушки,

Возьмемся за макушку,

Шире рот откроем,

Гримасы все состроим.

Как скажу я цифру «3»

Все с гримасами замри.

1,2,3!

Как славно мы повеселились, думаю, рассмешили нашего таинственного помощника. Идем дальше.

На карте изображение в середину зала. Расставлены столы, разложены листы (один на двоих). Лежит записка.

На праздник идете с пустыми руками?

Подарок ребятки, сделайте сами

Нет лучше подарка от самого сердца

Подарок, которым можно согреться

Упражнение «Подарок для принцессы» (5-7 мин.)

И правда ребята, про подарок принцессе то мы и забыли. Но что же имелось ввиду в записке? Подарок, которым можно согреться? Что это может быть? (ответы детей). Ребята, а я думаю, что подарок, который согревает, это любой подарок, который подарен искренне и от всего сердца.

Давайте каждый из вас придумает свой подарок и нарисует его, а рисовать мы будем необычными способами, а волшебными.

Какие красивые подарки у нас получились, думаю, принцесса будет очень рада. Ребята, а вы не устали путешествовать? Давайте немного отдохнем и развеемся.

Физминутка «Начинаем отдыхать» (3 мин.)

Раз, два, три, четыре, пять,

Начинаем отдыхать! (потянуться)

Спинку бодро разогнули,

Ручки кверху потянули!

Раз и два, присесть и встать,

Чтобы отдохнуть опять.

Раз и два вперед нагнуться,

Раз и два назад прогнуться. (движения стишка)

Вот и стали мы сильней, (показать «силу»)

Здоровей и веселей! (улыбнуться друг другу)

На карте появляется изображение главной стены. Появляется принцесса.

Принцесса:

– Здравствуйте, ребята. Я очень рада видеть вас на своем празднике.

– Здравствуй, принцесса! А мы пришли к тебе не с пустыми руками, у нас для тебя подарки! Ребята, давайте подарим нашей принцессе подарки.

– Спасибо вам большое! Приглашаю вас на бал, проходите, давайте танцевать!

Танцы под музыку (3 мин.)

Прощание (5 мин.)

Ну что же ребята, вот и подошло к концу наше путешествие

Подошло к концу наше приключение.

Королева Эмоций дает вам наставление:

Быть добрым, без капризов

И дарит вам сюрпризы.

(Детям раздаются подарки).

Пора нам возвращаться

Осталось попрощаться!

Дети пожимают друг другу руки по кругу.

«До свидания!»

Занятие 12

«Я и мои друзья»

Цели. Расширить и углубить представления детей о доброжелательных отношениях, раскрыть значимость моральной поддержки близких людей, воспитывать доброе отношение детей друг к другу.

Оборудование. Схема – рисунок и счетные палочки, повязка на глаза, карта с лабиринтом.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйтесь, ребята!» (1 мин.)

Давайте поприветствуем друг друга рукопожатием и по цепочке пожатием руки передадим друг другу хорошее настроение, добрые пожелания.

Беседа (3-5 мин.)

Педагог предлагает послушать отрывок песни "Настоящий друг" и назвать тему занятия.

– Какие чувства у вас вызвала эта песня? Кто такие друзья? Кого можно назвать настоящим другом? Для чего нужны друзья? Расскажите,

как вы дружите. Дружите ли вы со своими родителями? Как вы думаете, дружить можно только с людьми? Дружите ли вы с животными, природой, книгами?

Задание «Вместе с другом» (4 мин.)

Сейчас все разделяемся на пары. Узнаем, какая пара самая дружная. Каждая пара получает схему-рисунок и набор счетных палочек. Ваше задание: вместе сложить по схеме фигуру.

Игра «Найди друга» (6 мин.)

Ребенку завязывают глаза, предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

Пальчиковая гимнастика «Дружба» (3 мин.)

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

(Пальцы рук соединяются ритмично в "замок")

Мы с тобой подружим маленькие пальчики.

(Ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук)

Раз, два, три, четыре, пять,

(Поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинцев.)

Начинай считать опять.

Раз, два, три, четыре, пять.

Мы закончили считать.

(Руки вниз, встряхнуть кистями.)

Упражнение «В гости» (5 мин.)

Мальчик идет в гости к другу, проводи его до дома. Лабиринт.

Подвижная игра «Я – змея» (5 мин.)

Дети встают в круг, выбирается водящий - голова. "Голова" ищет свой хвост со словами: "Я змея, змея, змея, будешь ты моим хвостом?"

Игра «Комплименты» (3 мин.)

Дети садятся в круг и говорят друг другу комплименты.

Прощание (2 мин.)

«До свидания!»

Занятие 13

«Дружба – это хорошо»

Цели. Развитие конструктивных взаимоотношений в группе сверстников.

Оборудование. Игрушка ежа, бумажные заготовки – облака, трафареты звездочек, цветная бумага, музыкальное сопровождение, подарки, ватман для звездного неба.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйтесь, дорогие ребята!» (4 мин.)

– Рада вновь оказаться у вас в гостях, но сегодня я пришла к вам не одна, со мной вместе пришел симпатичный ежик, зовут его Витя, только он немного стесняется, это иногда случается, когда оказываешься в незнакомой обстановке. Но вы, как гостеприимные хозяева можете помочь ежику Вите, почувствовать себя более уверенно. Как мы можем показать Вите, что мы рады его видеть, и очень хотим подружиться? (дети высказываются по собственному желанию). Я согласна с вашими предложениями, а сейчас давайте все это скажем Вите.

Игра «Любимая игрушка» (6 мин.)

Мы будем передавать ежика Витю по кругу. Пусть каждый возьмет его, подарит ему свою ласку, свои объятия и скажет что-нибудь нежное и приятное. Затем он должен передать игрушку своему соседу. Пройдя по всему кругу, Витя получит всё ваше тепло и нежность.

Дети выполняют игровое задание, при затруднениях, взрослый приходит на помощь, подсказывая возможные варианты формулировок, действий с игрушкой. Самостоятельные, оригинальные формулировки эмоционально поощряются.

– Спасибо. Много замечательных, очень добрых, ласковых слов вы сказали ежику Вите, и его настроение заметно улучшилось. Как вы думаете, почему? (рефлексия – высказывания детей по желанию; взрослый обобщает ответы детей: когда нам говорят ласковые, добрые слова, когда к нам нежно прикасаются, гладят, обнимают, мы понимаем, что нас ЛЮБЯТ, и это делает нас СЧАСТЛИВЫМИ).

– Ребята, ежик Витя впервые у нас в гостях, и вас он еще совсем не знает, а для того, чтобы ближе познакомиться и подружиться я предлагаю вам сыграть в веселую игру «Менялки».

Игра «Менялки» (6 мин.)

Играющие сидят на стулья в кружок, водящий становится в центре и говорит: «Меняются местами те, кто любит (например, мороженое)».

Любители мороженого, в том числе водящий, меняются местами (перебегают на свободные стулья). Водящим становится тот, кому не хватило места. Далее все остальные водящие повторяют ключевую фразу, меняя последнее слово, в зависимости от своих привязанностей и вкусов.

Последним водящим становится взрослый, который говорит: «Меняются местами те, кто любит сказки».

– Вы все поменялись местами, это значит, что вы все любите сказки? Замечательно! Значит, ежик Витя не случайно пришел именно в вашу группу, ведь он принес вам свою сказочную историю. Хотите с ней познакомиться? Тогда давайте устроимся поудобнее и приготовимся слушать «Сказку про ежика Витю». (Дети свободно располагаются на ковре вокруг взрослого).

Чтение (возможны элементы драматизации с использованием атрибутов настольного театра, или театра Петрушки) сказки. Обсуждение – дискуссия по предложенным вопросам (3 мин.)

– Спасибо, тебе Ежик, за такую поучительную историю. Мы очень рады, что ты наконец-то нашел настоящего друга. Дружить – это заме-



чительно! А у вас, ребята есть настоящие друзья? (высказывания детей по желанию).

– У кого-то много друзей, а у кого-то только один, но самый верный! Ежик Витя принес вам сегодня показать свою волшебную картинку, которая называется «Я и мои друзья». Взрослый от лица Ежика: – Это облачко, на котором горят разноцветные звездочки. Вот это звездочка – это Я, Ежик, а эта оранжевая звезда – мой друг Лисенок. На этом облачке еще есть место, и может быть, скоро здесь появятся и другие звездочки – мои новые друзья. А вам в подарок, я принес голубые облака, на которых вы можете поселить всех своих друзей, а если вы соберете все облака вместе, у вас получится настоящее, волшебное звездное небо.

Аппликация «Я и мои друзья» (8 мин.)

Ребята рассаживаются за столы и получают заготовки облака, трафареты звездочек и цветную бумагу. Ребята вырезают звездочки, по количеству друзей и наклеивают их на облака. В ходе работы «Ежик Витя» ведет индивидуальные беседы с детьми, о том, кого они называют своими друзьями, чем они любят вместе заниматься (особое внимание уделяется детям с неблагоприятным социальным статусом). Во время работы негромко звучит запись песни «Если с другом вышел в путь...»

В ходе работы многие дети испытывают затруднения при вырезании фигур сложной формы – звездочек – необходимо поддержать их:

– Действительно, это не просто красиво вырезать звездочку, нужно очень постараться, но дружить тоже не просто: нужно научиться думать о других, научиться уступать, делиться, заботиться, защищать; учиться вместе радоваться и веселиться, а может быть и вместе погрустить.

По окончании индивидуальной работы дети собирают свои облака в общее звездное небо.

Коллективная аппликация «Я и мои друзья» (5 мин.)

– Замечательное небо дружбы у нас получилось. Оно навсегда поселится в нашей группе, и очень может быть, что на нем будут зажигаться

новые звезды. Ну, а если черная тучка ссоры, закроет какое-то облако, надо подойти к звездному небу, положить ладошки на облака, взяться другими ладошками за руки и сказать волшебные слова:

Дружат в нашей группе  
Девочки и мальчики,  
Мы с тобой подружим  
Маленькие пальчики  
(сцепляются мизинцами)  
Раз-два, раз-два  
Навсегда с тобой друзья.

Сидя в кругу, ребята соединяют между собой мизинцы, и вместе заучивают стихотворение.

– Теперь, мы с ежиком Витей очень на это надеемся, мир, дружба, веселое настроение, навсегда поселятся в вашей группе. А я хочу вам напомнить еще об одной отличительной особенности настоящих друзей: они готовы всегда и всем поделиться и очень любят делать друг другу подарки.

Упражнение «Я дарю тебе кружок» (6 мин.)

Дети по степени внутренней готовности дарят друг другу заранее подготовленные подарки. Одними из первых подарки получают ребята с неблагоприятным социальным статусом от лица персонажа, от педагога-психолога, воспитателя. Взрослые задают образец преподнесения подарка со словами принятия. (Например: «Я дарю тебе дружок ...Я очень люблю с тобой играть и скучаю, когда тебя нет в группе»).

– Ну, что же, ребята, ежику Вите пора возвращаться в свой лес, наверняка его друг Лисенок, уже без него заскучал.

Ежик: Я обязательно расскажу Лисенку о вас, о такой дружной и веселой группе. А может, вы захотите написать нам письмо и пришлете рисунки о ваших любимых играх и занятиях. Лисенок будет рад, с вами познакомится. До свидания ребята!

## Занятие 14

### «Настроения и чувства»

Цели. Формирование основ внимательного и заботливого отношения к сверстникам, близким людям, животным.

Оборудование. Фото детей (веселые, грустные), карточки – схемы с изображениями эмоций, настольная игра «Настроение», пиктограммы, диктофон, флешка.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, детки!» (1 мин.)

– Ребята, к вам за помощью обращаются работники фабрики игрушек, к которым поступил заказ от детского сада на изготовление игр по теме «Настроение и чувства» для старших дошкольников. Для малышей они уже сделали игры. А когда нужно было приступить к изготовлению игр для старших групп, выяснилось, что неправильно оформлен заказ, и работники фабрики не знают, какие игры нужно изготовить. Они вспомнили, что в старшей группе детского сада есть ребята, которые много знают о настроении и чувствах человека и могут им рассказать о том, какие игры будут интересны для старших дошкольников. Вы сможете изготовить настольно-печатные игры?

Игра «Определи настроение» (6 мин.)

Дети рассматривают фотографии детей в различных эмоциональных состояниях и подбирают к ним соответствующие пиктограммы, которые расположены в разных местах комнаты.

Слушание стихотворения Тима Собакина, которое называется «Здравствуй, гусь!» (6-10 мин.)

– Давайте подумаем, что чувствовал мальчик при встрече с гусем? А что чувствовал мальчик, когда поздоровался с гусем и услышал в ответ: «Привет»? Как вел себя мальчик в этом стихотворении?

– Правильно, ребята, мальчики — сильные, как настоящие мужчины. Они стараются сдерживать свои чувства, не показывают свой страх, не капризничают, редко плачут. Девочки нежнее мальчиков, поэтому их чувства проявляются ярче: они тяжело переживают обиды, огорчения, боль. Мальчики, а были ли у вас когда-нибудь в жизни такие случаи, что вам приходилось сдерживать свои чувства, не показывать страх, обиду? Ребята, какое настроение было у гуся в начале стихотворения? Как изменилось настроение гуся в конце стихотворения? Ребята, а что вы почувствовали в конце стихотворения? Ребята, как вы понимаете пословицу «У страха глаза велики»?

– Правильно, дети, если человек боится, он это показывает выражением своего лица. А еще какие пословицы о чувствах и настроении людей вы знаете? Я покажу вам картинки, которые помогут их вспомнить.

Пословицы: «Кто в радости живет, того грусть неймет»; «Кто людей веселит, за того весь свет стоит»; «За шутку не сердись, а в обиду не давайся»; «Час в добре поживешь, все горе забудешь»; «Страх по пятам за неправдой ходит»; «Не тужи: перемелется — мука будет»; «Слезам горю не поможешь»; «Горе старит, а радость красит»; «Чего сам не любишь, того и другим не чини».

Игра «Настроение» (6 мин.)

Игра построена по типу «лото». Игровая карточка состоит из статично наклеенной картинки с изображением персонажа и незаполненной части. Задача: подобрать картинку, соответствующую заданному эмоциональному состоянию: а) реальное изображение, б) цвет, в) схема. Воспитатель раздает детям набор карточек (3—4 шт.). Предлагает соединить их по принципу соответствия.

Ребята, флеш-карту с записью ваших рассказов о чувствах и настроении людей, описания игр, в которые мы сегодня с вами играли, я отправлю по почте работникам фабрики, производящим настольно-печатные игры.

Как вы думаете, поможет ли это им изготовить интересные игры для детей старших групп?

Прощание «До свидания!» (2 мин.)

Занятие 15

«Путешествие в страну Эмоций»

Цели. Закрепить полученные знания об основных эмоциях, развивать умение понимать свои чувства и эмоции других людей, развивать эмпатию и творческие способности.

Оборудование. Листы бумаги, цветные карандаши, музыкально сопровождение, карточки с недорисованными картинками, карточки с эмоциональными состояниями.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуй, дети!» (1 мин.)

– Сегодня мы с вами отправимся в увлекательное путешествие. Вы готовы? Но, прежде чем отправиться, скажите что такое эмоции? Какие эмоции бывают? Так вот мы отправляемся в страну эмоций на волшебном поезде. Путешествовать лучше с друзьями. Подумайте, кого вы хотите взять с собой из животных. Нарисуйте свое любимое животное (5 мин.).

(Дети рисуют цветными карандашами любимое животное на листах бумаги).

Беседа по рисункам (2 мин.)

– Кто твой друг? А какое у него настроение? Почему? Почему ты с ним дружишь? наших друзей мы посадим в волшебный поезд, приготовимся сами и поедим. (Звучит фонограмма дети имитируют движения поезда).

А вот и первая остановка. Станция «Угадай эмоцию» (6 мин.)

– Пусть каждый из вас по очереди возьмет любую из карточек с изображением настроений, не показывая ее остальным. Нужно узнать эмоцию, изобразить ее с помощью голоса, движений лица и тела. А осталь-

ные дети должны угадать, какое настроение изображено, назвать его и объяснить, почему они так думают.

Остановка «Почта» (6 мин.)

– Вы вспомнили, какие бывают эмоции, а теперь определите, какое настроение у героев ваших карточек? Почему оно такое? Что с ним могло случиться? Дорисуйте картину, что же произошло? (Дети дорисовывают картину). Расскажите, что нарисовали? Молодцы. А нас уже ждут на следующей станции.

Станция «Полярные эмоции» (7 мин.)

– На этой станции живут две феи: Добрая и Злая. Как вы думаете, какой у них характер? Настроение? Какую погоду может наколдовать Злая фея? А Добрая?

Дети делятся на две команды. Одна команда раскрасит картину для Доброй феи, а другая для Злой.

– Какие краски возьмете для изображения погоды Злой феи? А для Доброй? Нарисуйте. Почему вы взяли краски таких цветов? Можно ли сразу догадаться, какая это фея Добрая или Злая по цвету рисунка? Вы правильно выбрали цвета соответственно характеру и настроению каждой Феи. А нам пора возвращаться домой.

– Ребята, понравилось ли вам маленькое путешествие в страну Эмоций?

Физмитка «Доброе животное» (5 мин.)

А теперь подышим вместе!

Вдох – все делают шаг вперед.

Выдох – шаг назад.

Вдох – два шага вперед.

Выдох – два шага назад.

Так же четко и ровно бьется большое и доброе сердце нашего животного.

Стук – шаг вперед.

Стук – шаг назад.

Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе. Мы возьмем себе так же его доброту, отзывчивость, ласку, жизнелюбие.

Прощание «До свидания, ребяташки!» (1 мин.)

Занятие 16

«Улицы страны Эмоций»

Цели. Развитие эмоциональной сферы детей, закрепление знаний прошлого занятия.

Оборудование. Музыкальное сопровождение, пиктограммы эмоций, ноутбук, ленточки, обруч, стаканчики, трубочки, блестки, вода, краски акварельные, нитки разных цветов, рыбки, кисточки, влажные и сухие салфетки, гель.

Ход занятия.

Упражнение «Радостное приветствие» (4 мин.)

– А сейчас, ребята, и мы с вами поздороваемся, но здороваться мы будем необычно. Поздоровайтесь со мной:

хитро, как лиса;

сердито, как рассерженная мама;

удивленно, как будто ты увидел чудо;

обиженно, как ребенок, у которого отняли мороженое;

испуганно, как будто вы увидели волка;

радостно, как будто вам дали большую коробку конфет.

– Чтобы попасть в страну эмоций, нам нужно пройти через разноцветный водопад (дети проходят, звучит загадочная музыка). Вот мы с вами и оказались в стране эмоций. Здесь есть несколько улиц, нам нужно побывать на каждой улице и оставить на каждой улице то настроение, которое ей подходит (детям раздаются пиктограммы с эмоциями). Тогда в путь! (звучит музыка).

Первая остановка. Улица Грустинка. (4 мин.)

– Ребята, посмотрите, рыбки грустили потому, что их давно не кормили. Давайте поможем им собрать корм. Сначала соберем сверху, потом снизу, потом справа и слева (дети в файле с гелем передвигают рыбок, собирая тем самым для них корм). Нам с вами нужно оставить пиктограмму этой улицы. Дети оставляют пиктограмму грусти. Но, для того чтобы наше путешествие было успешным, давайте оставим свой страх на этом острове. А что такое страх вы знаете? Покажите, пожалуйста, эту эмоцию? Найдите картинку эмоции страха и оставьте её здесь.

Вторая остановка. Улица Злостинка. (5 мин.)

– Это прозрачный стаканчик и трубочка. Когда мы спокойны, хорошо себя чувствуем, всем довольны и ничто нас особо не беспокоит, в это время наше настроение похоже на чистую воду. Посмотрите на эту прозрачную водичку, вот такие же спокойные и чистые наши мысли. Когда мы веселимся, улыбаемся, то и настроение бывает прекрасным мысли похожи на салют: они блестят и переливаются, как вода в этом стакане. (Бросает блестки в стакан и трубочкой размешивает их). Посмотрите, какая красота! Попробуйте также поколдовать. Вот здесь на подносе наша общая большая радость. Чтобы блестки заискрились, возьмите волшебную палочку и устройте салют. Смотрите, как весело сверкают звездочки! А случается и такое: кто-то ругается, ссорится и сжимает кулаки. Человек испытывает злость, гнев. (Опускает кисточку с красной краской в стакан с прозрачной водой). Какого цвета стала вода (Красная). Именно такого цвета становится лицо злого человека. Внутри человека кипит, бурлит злость. (Педагог показывает, как сделать водоворот: мешать трубочкой воду, образуя пузыри). Вспомните, когда вы злились, из-за чего это случилось (Дети высказываются). Что можно сделать, чтобы победить эти недобрые чувства? (ответы). Добавляется белая краска и еще блестки. Ребята, оставьте здесь пиктограмму, которая подходит для этой улицы. Дети оставляют пиктограмму злости.

Третья остановка. Улица Удивлялкина. (5 мин.)



– Ребята, я уже была на этой улице и оставила здесь мешочек с конфетами. А вот и неожиданность! Кто-то взял мой мешочек. Педагог спрашивает у детей: Маша, это ты взяла мешочек? Дети удивленно отвечают «Нет!». И так далее, пока все дети не ответят по одному разу.

– Ах, да, ребята, я вспомнила, я положила его под стол. Ребята, а какие эмоции вы испытывали, играя в эту игру? Какая эмоция была главной? Тогда давайте оставим пиктограмму удивления на этой улице. Вы все хорошо справились с игрой и были очень честными. Возьмите с собой в дорогу вот этот мешочек и раскройте его только тогда, когда вернётесь в группу. Обещаете? Я вам верю.

Четвертая остановка. Улица Радости. (5 мин.)

– Ребята, посмотрите, сколько здесь красивых ниточек. А давайте сложим из них свое лицо с вашим настроением. (Дети садятся на стульчики и складывают личико из ниток). Я вижу у вас у всех хорошее настроение и у меня тоже. Давайте оставим здесь пиктограмму радости.

Нам пора возвращаться в детский сад, в наш зал. Давайте снова пройдем через наш разноцветный водопад.

– Вот мы снова в нашем зале. Хочу поиграть с вами в игру. Поиграем?

Тогда посмотрите на экран и подберите герою нужную эмоцию.

Игра – презентация. (3 мин.)

– Ребята, вы сегодня очень старались, вам понравилось путешествовать? Я думаю, пришло время открыть наш мешочек с конфетами. Раздача конфет.

После того как дети съели конфеты проводится дыхательная гимнастика «Фантик»

Дети кладут на ладонь фантик и дуют на него, чтобы фантик взлетел.

Прощание «До свидания, ребяташки!» (1 мин.)

Занятие 17

«Страна Эмоций снова зовет в гости»

Цели. Развивать способность у детей старшего дошкольного возраста понимать эмоции для успешной социализации.

Оборудование. Игрушка солнышко, пиктограммы эмоций, магнитная доска, человечки – эмоции, бумага, цветные карандаши, зеркало и стульчики.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуй, детки!» (1 мин.)

– Давайте встанем в круг. У меня в руках игрушка "солнышко". Солнце – это свет, тепло, радость, хорошее настроение. Я предлагаю, передать его по кругу и подарить друг другу, самую красивую улыбку. Я, очень рада, что вы одарили улыбкой друг для друга, ведь когда человек улыбается, ему тоже, хочется улыбнуться в ответ. И от этого на душе, становится теплее. Солнышко, вернулось ко мне.

– Ребята, мы сегодня с вами отправимся в путешествие. А в какую страну мы поедem, вы мне скажете после того, как я вам прочитаю стихотворение.

Бывают чувства у зверей,  
У рыбок, птичек и людей  
Влияет без сомнения, на всех  
Нас настроение.  
Кто веселится!  
Кто грустит?  
Кто испугался!  
Кто сердит?  
Рассеет все сомнения.

Ребята, мы сейчас с вами отправимся в путешествие в страну «Эмоций». Для того чтобы мы могли путешествовать, нам нужен транспорт. На каком транспорте вы путешествовали? Давайте построим

сказочный поезд. Встаньте друг за другом, возьмите впереди стоящего за пояс. Передвигаться наш поезд сможет с помощью волшебных слов:

Наш волшебный поезд

Всех друзей вперед увозит...

(Дети произносят слова и идут по кругу, изображая вагончики)

1 остановка. «Остров Грусти» (3 мин.)

– Что такое грусть? Ребята, а кто живёт на этом острове? (Человек-Грусть). Посмотрите на этого мальчика. Какое выражение его лица... Что произошло с его ртом? Бровями? Какое выражение глаз? Что это за эмоция? А как вы догадались? (по лицу, по глазам, брови сдвинуты, губы опущены). Ребята, у вас тоже, наверное, бывает грустное настроение? Расскажите.

– На острове могут жить не только человек, но и животное. И вот сейчас я вам предлагаю изобразить животное.

Игра «Доброе животное» (5 мин.)

– Встаньте в круг и возьмитесь за руки. Сейчас я проверю, как вы умеете вместе дышать. Мы превратимся в одно большое, доброе животное. (Включается спокойная музыка.) Давайте послушаем, как оно дышит.

А теперь подышим вместе. Вдох – все вместе делайте шаг вперед. Выдох - шаг назад. Наше животное дышит очень ровно и спокойно. А теперь давайте изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук- делайте шаг вперед. Стук- шаг назад.

2 остановка. «Пещера страха» (6 мин.)

– Добрались мы и до пещеры.

Упражнение «Страшные звуки» (звучит муз. Э.Грига «Шествие гномов» или «В пещере горного короля»)

– Угадайте, какие звуки мы слышим? Мы слышим много звуков, среди них есть и страшные. Мы будем слушать звуки и угадывать, какие из них пугающие, страшные, а какие успокаивающие или радостные. (обсуждение детей). А всегда ли звук был страшным? Звук поезда тоже вам ка-

жется страшным, но если вы вспомните поездку в отпуск на поезде, что было весело и интересно, то страх проходит.

– Какой здесь живёт человек. (Человек – Страх) Как вы догадались?

Игра «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь - превращусь» (6 мин.)

Дети идут по кругу, держась за руки, и проговаривают хором эти слова. Когда водящий (первоначально может быть воспитатель) называет какого-либо страшного персонажа (Кощей, волка, льва и т.п.), детям нужно быстро «превратиться» в него и замереть. Ведущий выбирает самого страшного и тот становится водящим и продолжает игру.

Упражнение «У страха глаза велики» (3 мин.)

– А теперь, давайте поиграем со страхом. Представьте, что у вас большой, огромный страх. (Дети широко разводят руки в стороны). У всех, кто боится, от страха большие глаза. (Изображают большие круглые глаза при помощи рук.) Но теперь страх уменьшается. (Дети сдвигают руки.)

А затем и вовсе исчезает. (Пожимают плечами и в недоумении разводят руками.). Посмотрите друг на друга и убедитесь, что ни у кого нет больше больших глаз и, следовательно, никто из вас ничего не боится, так как страх исчез. Улыбнитесь друг другу.

3 остановка. «Гора Злости» (4 мин.)

– Кто живёт на этой горе? (Человек-Злость). Как вы догадались? Что происходит со ртом? Покажите! Рот открылся, зубы соединены. Рот может быть перекошенным у злого человека. Что происходит с бровями? Покажите! Брови опущены, между ними складки. Нос наморщился. Что происходит с глазами? Покажите! Глаза стали узкими, как щелочки. Дети, а в каких случаях испытывают такие эмоции? (придумать вместе с детьми жизненную ситуацию).

Упражнение «Зеркало» (5 мин.)

Детям предлагается изобразить перед зеркалом злость. (Воспитатель раздаёт детям зеркало). Дети садятся на стулья. Ведущий задаёт вопрос, на

который дети должны топтать, если хотят ответить «да». Если «нет», то ноги стоят на месте.

Я расскажу, когда мамы злятся, а вы отгадаете, правильно ли я говорю.

Мамы злятся, когда опаздывают на работу.

Мамы злятся, когда кушают мороженое.

Мамы злятся, когда на них кричат.

Мамы злятся, когда им дарят подарки.

Мамы злятся, когда опаздывают с ребёнком в детский сад.

Мамы злятся, когда про мам говорят «плохая».

Мамы злятся, когда берут их личные вещи, не спрашивая разрешения.

Мамы злятся, когда их любят.

– Молодцы, ребята. Вы отгадали, какие события любит человечек-Злость.

4 остановка. «Поляна Радости» (звучит аудиозапись «Радость» из подборки Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой) (4 мин.)

– Кого вы видите на этой поляне? (Человечек-радость). А какое у него настроение? Дети, а что такое радость?

«Радость — это когда все радуются, всем весело».

«Бывает радость большая, а бывает маленькая. Маленькая — это когда у одного человека, а большая — когда у всех».

«Радость — это когда у всех праздник».

«Радость — это когда никто не плачет. Ни один человек».

«Радость — это когда нет войны».

«Радость — это когда все здоровы».

«Радость — это я, потому что мама говорит: «Ты моя радость».

– Что вы делаете, когда вам весело? (Ответы детей.)

Этюд «Кто как радуется» (2 мин.)

Дети становятся в круг. Воспитатель предлагает им изобразить, показать без слов, как они радуются при встрече с мамой, когда они встречают гостей в свой день рождения, при совместных прогулках с родителями или при походе в зоопарк, цирк.

Упражнение «Нарисуй эмоцию» (5 мин.)

– А сейчас представьте себе, что мы художники и нам надо нарисовать картину на тему – «Радость». Возьмите листочки и карандаши, и пусть каждый нарисует радость так, как хочется.

Педагог обсуждает с детьми рисунки.

Прощание «До свидания, ребята!» (1 мин.)

Занятие 18

«Царство Эмоций скучает по вам»

Цели. Помочь старшим дошкольникам научиться управлять своими эмоциями, препятствующими нормальному психоэмоциональному самочувствию и общению со сверстниками.

Оборудование. Музыкальное сопровождение, разноцветные мешочки из ткани, пиктограммы эмоциональных состояний.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуй, ребята!» (1 мин.)

Ритуал вхождения. (звучит спокойная музыка) (5 мин.)

– Сегодня мы отправляемся в сказочную страну под названием «Царство эмоций» и войти в нее нам поможет «волшебный цветок». Детям предлагается встать вокруг волшебного цветка, чтобы не мешать друг другу, протянуть над ним руки, закрыть глаза и попросить цветок пропустить нас в сказочную страну. Глубоко вдохните и полностью выдохните. Волшебный цветок несет нас по морю «Радости», он дает нам силу, уверенность. Еще раз вдохните и выдохните. Тот, кто уже почувствовал в себе силу волшебного цветка, может открыть глаза, сделать глубокий вдох и выдох, расправить плечи. Наш волшебный цветок привел нас в «Царство

эмоций», здесь нас ожидают разные игры и задания. Не мешая друг другу, дети отходят в сторону, и садятся в круг на стулья.

– Посмотрите, какой красивый мешочек нам оставили жители сказочной страны. Это мешочек настроений, он расскажет нам какие эмоции, и настроение бывают у жителей сказочного царства.

Мешочек 1 с упражнением «Тренируем эмоции» (5 мин.)

Нахмурьтесь, как  
осенняя грозовая туча;  
как рассерженный человек;  
как злая волшебница.

Улыбнитесь, как  
кот на солнце;  
как самый счастливый человек на свете;  
как летний солнечный денек;  
как хитрая лиса.

Разозлитесь, так  
как ребенок, у которого отняли любимую игрушку;  
как человек, которого ударили.

Испугайтесь, как  
заяц, увидевший волка;  
как котенок, на которого лает собака;  
как ребёнок, потерявшийся в лесу.

Устаньте, как  
папа после работы;  
как человек, поднявший тяжелый груз;  
как муравей, притащивший большую соломинку.

Отдохните, как  
путник, прошедший длинный путь;  
как ребёнок, который много потрудился;  
как уставший воин после победы.

Засмейтесь самым счастливым смехом.

Удивитесь так, как будто вы увидели чудо.

Давайте вытащим следующий мешочек.

Ребёнок не глядя вынимает из волшебного мешочка. Маленький мешочек определённого цвет. Звучит музыка, характеризующая этот цвет.

Звучит грустная музыка и дети рассматривают картинки, где изображены разные ситуации (уплыл мяч, падение с велосипеда, мальчики ругаются и т.д.). (5 мин.)

– Какого цвета мешочек? Как ты думаешь, какое у него настроение? (ребёнок, опираясь на цвет и музыку, определяет, какую эмоцию это могло бы выражать).

3 мешочек с игрой – психогимнастикой (5 мин.)

Представим, что мы сидим на зеленой лужайке - сесть на пол.

Светит солнышко, греет наше личико - поднять голову вверх, глазки закрыть.

Солнце зашло за тучку, стало прохладно - сжаться в комок, чтобы согреться.

Солнце вышло из-за тучки. Жарко - расслабиться - разморило на солнце.

Травка на лужайке высокая - встать на коленки.

Давайте погладим травку, какая она мягкая, нежная - Поворот верхней части корпуса слева направо и обратно. Одновременно с корпусом двигаются руки: та, которая идет первой - ладонью вверх, вторая - ладонью вниз.

А теперь нарисуем солнышко - Корпус прямо. Руки, согнутые полукругом, рисуют в воздухе круг 3 раза. Корпус поворачивается вправо, руки повторяют тоже движение, корпус поворачивается влево, руки повторяют тоже движение.

4 мешочек с упражнением «Три настроения»



– Ребята, жители царства рассказали, что у них бывает разное настроение, оно зависит от мыслей, когда мысли чистые светлые они чувствует себя спокойно, хорошо, уверенно. В это время их настроение похоже на небо, и мысли у них ясные и чистые (загораются огни на звездном небе). Когда в голову приходят отличные идеи, жители царства радуются, удивляются настроению - бывает прекрасным, радостным и мысли становятся яркими, блестящими (огни на звездном небе переливаются). Но бывает, что жители злятся, грустят, обижаются, им плохо – мысли становятся мутными, серыми (звездное небо гаснет).

– Бывает ли у нас грустное, плохое настроение? Что мы делаем, чтобы победить грусть?

5 мешочек с упражнением «Волшебный мешочек с обидами»

– Ребята, а вы представляете, оказывается эти мешочки – не простые, а волшебные. Все свои обиды, злость, капризы, плохое настроение можно положить в него. Затем нужно мешочек крепко завязать, и все ваши отрицательные эмоции останутся в нем. Давайте попробуем? А теперь ваши маленькие мешочки положим в большой, и его тоже завяжем, чтоб наши отрицательные эмоции навсегда остались там и никогда нас больше не посещали, так ведь, ребята? Пусть у нас всегда будут только хорошее настроение, и только положительные эмоции! Вы согласны со мной?

Прощание (5 мин.)

А вот и прощальная игра...

Нам занятие заканчивать пора,

А мы надеемся, на то, что оно,

Много положительных эмоций –

Для всех нас, принесло!

А нам с тобой, пришёл черёд,

Сыграть в игру «НАОБОРОТ».

Слово я скажу: ВЫСОКО,

А ты ответишь: НИЗКО.

Скажу я слово: ДАЛЕКО,  
А ты ответишь: ....  
Скажу я слово: ПОТОЛОК,  
А ты ответишь: ....  
Слово я скажу: ПОТЕРЯЛ,  
И скажешь ты: ...  
Скажу тебе я слово: ТРУС,  
Ответишь ты: ХРАБРЕЦ.  
Теперь НАЧАЛО, я скажу, -  
НУ а ты, отвечай: ...КОНЕЦ!  
«До свидания, ребяташки!» (1 мин.)

#### Занятие 19

«Новый друг в царстве Эмоций»

Цели. Научить детей выражать эмоциональное состояние с помощью мимики, жестов, «языка красок», продолжать работать над осознанием основных эмоций– радость, грусть, злость, удивление и т.д.

Оборудование. Карточки с изображением эмоций, полоски разных цветов, волшебная шкатулка, ромашки с фотографиями.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйте, ребята!» (3 мин.)

Здравствуйте, ребята!

Здравствуйте, ты скажешь человеку,

Здравствуй, улыбнется он в ответ.

И, наверное, не пойдет в аптеку,

И здоровым будет много лет.

Добрый день – тебе сказали

Добрый день – ответил ты

Вас две ниточки связали

Теплоты и доброты.

Ребята, а вы любите путешествовать? Я предлагаю вам с хорошим настроением отправиться в интересное путешествие. Давайте сядем в наш автобус. Егор будет водителем. Он следит за дорогой и движением машин. Уважаемые пассажиры, попрошу соблюдать в салоне тишину и порядок, будьте вежливы и внимательны, счастливого пути!

А вот и Волшебная страна

Первая остановка «Улица Эмоций». Давайте выйдем, здесь нас ждет интересная игра «Угадай настроение» (5 мин.)

– Дети, а какое у нас бывает настроение?

– У вас на столах лежат карточки. Я буду называть настроение, а вы его найдете среди предложенных карточек и покажите. А теперь наоборот, я буду показывать настроение на карточке, а вы его изобразите. Скажите, какое настроение вам было приятно показать? А какое не очень? Почему?

Давайте пойдём дальше. Вот мы и подошли к следующей улице (слышны крики). А кто это нас догоняет? (бежит Петрушка). «Эй, ребята, постойте!»

Скажите, пожалуйста, мне нужно пройти на улицу Цветную, вы мне не поможете? Я заблудился. Ехал на день рождения к своему другу Бура-тино и вот потерялся. Сел не на тот автобус, а когда понял, что не туда еду, быстро растолкал всех и выскочил на ходу, а еще всю дорогу какая-то ба-бушка стояла рядом и вздыхала, мешала мне спокойно ехать.

– Подожди, Петрушка, мне твой рассказ совсем не понравился. Дети, скажите, что в действиях Петрушки было неправильно? Какое настроение у вас наступило, когда вы слышали рассказ Петрушки? Давайте ему напомним правила поведения в автобусе (не шуметь, не толкаться, уступать место старшим).

Петрушка : Ладно, я все понял. Простите меня. Я больше не буду так себя вести.

– Правильно, нужно к людям относиться по-доброму, с улыбкой, и тогда у всех будет хорошее настроение. А если ты будешь улыбаться

другим, то тебе тоже улыбнуться в ответ. И наша жизнь станет светлее и радостнее.

Петрушка: Спасибо за советы, а мне пора на день рождения. Ребята, а как вы думаете, какое у меня настроение? Я купил Буратино на день рождения два шарика, но один я хочу подарить вам на память. Вы умеете по цвету определять настроение? Пусть этот шарик дарит вам мое настроение, догадайтесь, какое? (веселое, радостное)

Упражнение «Полосочки» (5 мин.)

– Петрушка, подожди, а ты хочешь узнать, какое настроение у каждого из нас. Ребята сейчас тебе покажут. Посмотрите, здесь полоски разного цвета. Выберите, пожалуйста себе полоску, которая расскажет о вашем настроении. Какую полоску вы выбрали? Почему? (желтый, оранжевый цвет – веселое, шаловливое, радостное настроение; красный – хорошее, бодрое; зеленый – лень и равнодушие; синий – покой, сон; фиолетовый – грусть; черный – горе.)

– Петрушка, нам уже пора. Вот и последняя улица, улица «Пожеланий». Посмотрите, здесь лежит «волшебный клубочек». Давайте испробуем его волшебную силу. Сядьте тесным кружком, и разматывая его передаем клубок друг другу, но при этом каждый из нас говорит пожелание (разматываем и зажимаем нить в руке, говорим пожелания) (5 мин.)

Посмотрите, клубок соединил нас друг с другом. Когда мы вместе, нам весело и интересно, а если человек один, то он будет грустить. Теперь, я думаю, вы будете дружнее. Клубок выпадает из рук воспитателя и катится.

Куда ты, клубок? Что бы это значило? Он прикатился к волшебной шкатулке. Посмотрим, что здесь? Какие очаровательные ромашки? Они подарят вам хорошее настроение, на них ваши фотографии, давайте их возьмем в детский сад, повесим их на нашу дверь, и когда вы будете приходить в сад, будете открывать свою ромашку и улыбаться своим друзьям.

А теперь нам пора возвращаться обратно, давайте сядем в автобус.

«Водитель, отправляемся».

В каком путешествии мы побывали? Что нового узнали?

Мы были в стране эмоций, научились определять свое настроение, создавать хорошее настроение себе и другими. Давайте будем не забывать об этом и поддерживать добрые, приятные отношения друг с другом.

Прощание «До свидания, ребяташки!» (1 мин.)

Занятие 20

«Путешествие в страну Эмоций с домовенком Кузей»

Цели. Закреплять умение детей различать и называть эмоциональные состояния через зрительные, вкусовые, тактильные ощущения, обоняние.

Развивать умение понимать чувства и настроения людей, сопереживать.

Учить приемам саморегуляции.

Оборудование. письмо, карточки с заданиями, карта путешествия, кусочки фруктов и овощей для игры «Вкусно не вкусно», тактильные дощечки и чудесный мешочек для игры «Кто в домике живет», цветные карточки и пиктограммы для игры «Подбери цвет настроению», листочек герани, долька чеснока, духи, корочка апельсина для игры «Как много запахов вокруг», тактильные дорожки, кегли для игры «Поводыри», игрушка Домовенок.

Ход занятия.

Приветствие «Здравствуйтесь, ребята!» (1 мин.)

Посмотрите в нашем почтовом ящике письмо, давайте его прочитаем. (2 мин.)

Открываем конверт и читаем:

«Здравствуйтесь ребята! Я живу в детском саду и в каждом доме, но вы меня никогда не видели. Если вы хотите меня увидеть, то должны отправиться в путешествие по «Стране Эмоций» и выполнить мои задания».

– Ребята, хотите увидеть хозяина письма? Хорошо! отправляемся в «Страну эмоций» (дети под руководством педагога выполняют упражнение на саморегуляцию.) (2 мин.)

Посмотрите, ребята, на голубом небе светит теплое, ласковое и очень веселое солнце, мимо нас проплывают пушистые облака. У нас хорошее настроение. Но вот из одного облачка пошел грибной дождик и появилась радуга. Пройдите под волшебным «Радужным дождем». Вот мы и попали в «Страну Эмоций».

– Ребята, а вот и задания.

Первое задание.

– Ребята, я знаю, что вы умеете по цвету определять настроение и предлагаю поиграть в игру, которая так и называется «Подбери цвет настроению» (пиктограммы). Вам необходимо подобрать цвет для пиктограммы и рассказать почему именно этот цвет подходит данному настроению (дети подбирают цвет и высказывают свое мнение).

Второе задание.

Игра «Кто в домике живет» (6 мин.)

Все по очереди должны опустить руку в отверстие домика, потрогать дощечку, которая там находится и выразить (мимикой, движениями) свои впечатления от «посещения» домика.

– Ребята, вы справились со вторым заданием и показали эмоции, которые можно испытывать, прикасаясь к тем или иным предметам.

Внимание! Третье задание.

Игра «Как много запахов вокруг» (5 мин.)

– Я предлагаю вам закрыть глаза и показать мимикой, приятный или неприятный запах, вы вдыхали. (детям дают понюхать духи, корочку апельсина, листочек душистой герани, дольку чеснока и т.д.)

Внимание! Четвертое задание. Приятное и вкусное.

Игра «Вкусно-невкусно» (5 мин.)

Сейчас вы закроете глаза, а я дам вам попробовать кусочек фруктов или овощей. Затем вы должны мимикой выразить свои ощущения и рассказать какие эмоции вызывает данный вкус. (Дети пробуют кусочки различных овощей и фруктов: лимона, картофеля, соленого огурца, апельсина и т.д.)

Внимание! Последнее задание «Дружба». (6 мин.)

– Как вы думаете, каким должен быть друг? (честным, добрым, надежным...) Правильно. Очень важно, чтобы другу можно было доверять. В этой волшебной стране каждый из вас пройдет испытание на доверие.

Игра «Поводырь»

Вы должны построиться парами, друг за другом (второй ребенок кладет руку на плечо первого и закрывает глаза) и пройти полосу препятствия, стараясь не оторвать руку от спины поводыря.

– Ребята, мы так долго путешествовали по волшебной «Стране Эмоций», что не заметили, как наступил вечер и на небе появился месяц и зажглись звезды. Нам пора домой. Давайте пройдем под «Радужным дождем» в обратном направлении (упражнение на саморегуляцию).

Вот мы и в детском саду. И нас встречает хозяин письма... (домовенок). Он дарит вам на память этих прекрасных домовят, чтобы в вашем доме всегда царила радость и хорошее настроение.

Прощание «До свидания, ребяташки!» (1 мин.)