

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 43 городского округа – город Камышин
403871, г. Камышин, 4 микрорайон, д. 44,
тел. (884457)2-09-80, эл. почта kam.ds43@yandex.ru

Консультация для воспитателей

«Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста»

Составила:
Криулина Е. С.,
воспитатель МБДОУ Дс № 43

2017 год

Я радуюсь, грущу, удивляюсь... Развитие эмоциональной сферы

Дошкольное детство – это особый период в развитии ребенка, когда развиваются самые общие способности, которые необходимы любому человеку в любом виде деятельности. «Умение общаться с другими людьми, действовать совместно с ними, способность хотеть, радоваться и огорчаться, познавать новое, пускаться наивно, но зато ярко и нестандартно, по-своему видеть и понимать жизнь – это и еще многое другое несет в себе дошкольное детство»

(Л. А. Венгер).

Сейчас дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны не только понять чужие эмоции, но и осознать свои, не могут выразить свои чувства, а если и выражают их, то зачастую в резкой форме. Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. К тому же обедненная эмоциональная сфера является причиной замедления развития сферы интеллектуальной. Дети мало интересуются чем-то новым, их игры лишены творчества, а некоторые малыши вообще не умеют играть.

Опираясь на свой личный опыт, могу сказать, что многие дети не умеют даже улыбаться. А ведь у детей с угнетенной эмоциональной сферой процесс социализации проходит довольно трудно, им сложно усвоить правила поведения в обществе, и это может привести к негативным последствиям.

Эмоции играют важную роль в жизни детей. Проявляясь в поведении, они информируют взрослого о том, что ребенку нравится, что сердит, что огорчает. По мере того, как ребенок растет, его эмоциональный мир становится богаче и разнообразнее.

К трем годам эмоциональное развитие ребенка достигает такого уровня, что он может вести себя образцово. Однако то, что дети способны к так называемому «хорошему» поведению, еще не значит, что оно постоянно будет таким. Для трех - четырехлетнего ребенка характерны резкие перепады настроения, его эмоциональное состояние зависит от физического комфорта. Если четырехлетний ребенок очень устал или перенес полный напряжения день, он вполне может начать вести себя так, как ведут себя дети более младшего возраста. Это сигнал взрослому, что в данный момент на

ребенка навалилось слишком много. Ему нужны ласка, утешение и возможность некоторое время вести себя так, как если бы он был младше. На настроение малыша 3-4 лет начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Он начинает оценивать поведение окружающих людей, однако эти оценки очень категоричны и ситуативны.

К 4 – 5 годам ребенок становится более вынослив физически. Это стимулирует развитие выносливости психологической. Снижается утомляемость, фон настроения выравнивается, становится более стабильным, менее подверженным перепадам.

У детей старшего дошкольного возраста чувства господствуют над всеми их сторонами жизни, придавая им особую окраску. Ребенок шести лет, конечно, уже умеет быть сдержанным и может скрыть страх, агрессию и слезы. Но это происходит в том случае, когда это очень и очень надо. Наиболее сильный и важный источник переживаний ребенка – его взаимоотношения с другими людьми, взрослыми и детьми. Потребность "быть хорошим" для окружающих определяет поведение ребенка. Эта потребность порождает сложные многоплановые чувства: ревность, сочувствие, зависть и др.

При всей кажущейся простоте распознавание и передача эмоций — достаточно сложный процесс, требующий от ребенка определенных знаний, определенного уровня развития. Дети обращают внимание в основном на выражение лица, не придавая значения пантомимике (позе, жестам), даже старшие дошкольники имеют недостаточные представления об эмоциональных состояниях человека и их проявлениях.

Эмоции не развиваются сами по себе. Они не имеют своей собственной истории. Изменяются установки личности, ее отношения к миру, и вместе с ними преобразуются эмоции.

Ниже вашему вниманию предлагаются некоторые упражнения, игры и сказочные истории, направленные на развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста, которые воспитатели могут использовать во время занятий в детском саду, а родители, играя со своими детьми дома или во время прогулки.

Игра «Я радуюсь, когда...»

Педагог: «Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему мячик и попрошу, например, так: «Петя, скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?». Петя должен будет поймать мячик и сказать: «Я радуюсь, когда...»

Петя рассказывает, когда он радуется, а затем бросает мячик следующему ребенку и, назвав его по имени, в свою очередь спросит: «(имя ребенка), скажи нам, пожалуйста, когда ты радуешься?»

Эту игру можно разнообразить, предложив детям рассказать, когда они огорчаются, удивляются, боятся. Такие игры могут рассказать вам о внутреннем мире ребенка, о его взаимоотношениях как с родителями, так и со сверстниками.

Упражнение «Зеркало»

Педагог передает по кругу зеркало и предлагает каждому ребенку посмотреть на себя, улыбнуться и сказать: «Здравствуй, это я!»

После выполнения упражнения обращается внимание на то, что, когда человек улыбается, у него уголки рта направлены вверх, щеки могут так подпереть глазки, что они превращаются в маленькие щелочки. Некоторые дети изображают подобие улыбки. На них необходимо обратить особое внимание. Если ребенок затрудняется с первого раза обратиться к себе, не надо на этом настаивать. В этом случае зеркало лучше сразу передать следующему участнику группы. Такой ребенок тоже требует особого внимания со стороны взрослых. Это упражнение можно разнообразить, предложив детям показать грусть, удивление, страх и т.д. Перед выполнением можно показать детям пиктограмму с изображением заданной эмоции, обратив внимание на положение бровей, глаз, рта.

Этюд «Котенок, который хотел порадовать свою маму»

Педагог обращает внимание детей на то, что человек может улыбаться и радоваться не только тогда, когда ему что-то подарили или выполнили какое-то его желание, но и тогда, когда он сам сделает для другого что-то хорошее. В подтверждение своим словам педагог читает сказку: «Жил-был на свете маленький котенок. Все у него было: много игрушек, сладостей, карандаши, краски и даже компьютер. Целыми днями он бегал, играл, ничего не замечая вокруг. А потом ему стало скучно. Все надоело и ничего не доставляло радости. Он перестал улыбаться. Мама забеспокоилась, не заболел ли ее сынок.

Однажды котенок ждал маму с работы и от нечего делать слонялся по дому. Забрел на кухню и увидел в раковине много грязной посуды. «Мама придет уставшая с работы, и ей придется еще мыть эту гору посуды», - подумал малыш. – «Может, я справлюсь с этой работой?» И он попробовал. Когда пришла мама, радостный котенок потащил ее на кухню. «Посмотри, мама, я сделал тебе подарок», - и показал на чистую раковину. Мама улыбнулась: «Какой ты у меня молодец, спасибо тебе!» А котенок тоже улыбался – оказывается, так приятно доставить кому-то радость». После чтения сказки педагог предлагает каждому ребенку по очереди

изобразить котенка, а сам берет на себя роль мамы-кошки. Важно, чтобы дети прочувствовали радость от того, что помогли маме. В конце упражнения можно еще раз обратить внимание детей на то, как приятно сделать что-то для другого человека.

Игра «На полянке»

Педагог: «Давайте сядем на ковер, закроем глаза и представим, что мы находимся в лесу на полянке. Ласково светит солнышко, поют птички, нежно шелестят деревья. Наши тела расслаблены. Нам тепло и уютно. Рассмотрите цветы вокруг себя. Какой цветок вызывает у вас чувство радости? Какого он цвета?».

После небольшой паузы педагог предлагает детям открыть глаза и рассказать, удалось ли им представить полянку, солнышко, пение птиц, как они себя чувствовали во время проведения этого упражнения. Увидели ли они цветок? Какой он был? Детям предлагается нарисовать то, что они увидели.

Игра «Рассмеши принцессу-Несмеяну»

Педагог рассказывает историю о принцессе, которая всегда была печальна. Никому никогда не удавалось вызвать на ее лице улыбку. Детям предлагается ответить на вопрос: «Как я могу рассмешить принцессу?». После небольшой паузы ребята подходят к стеллажу с миниатюрами и выбирают фигурки для своей истории. Затем каждый из них с помощью своих персонажей рассказывает смешную историю, проигрывая ее в песочнице. В конце педагог подводит итоги, выбирая наиболее смешной рассказ. При этом он благодарит ребят за то, что принцесса наконец-то улыбнулась.

Игра «Удиви мышку»

Педагог рассказывает историю о мышке-путешественнице, которая объехала много стран и повидала много интересного. Сегодня она приехала в наш детский сад и хочет послушать их удивительные истории. Слова сопровождаются помещением мышки в поднос. Ребятам предлагается подойти к стеллажу с фигурками и выбрать персонажей для своей удивительной истории. По мере готовности каждый ребенок рассказывает мышке свою сказку. Если ребенок затрудняется придумать тему, педагог помогает ему, предлагает вспомнить, что необычного малыш увидел на прогулке, в цирке, в гостях и т.п. После проигрывания всех историй, взрослый от лица мышки хвалит детей за их умение удивляться и удивлять.

Упражнение «Посмеемся над страхами»

Это упражнение лучше выполнять, сидя на ковре. Ребята вспоминают ситуации, когда им было страшно, и вместе со взрослым ищут в каждой

страшной истории что-то смешное. В конце можно включить запись смеющегося человека и всем вместе похохотать от души. Дети очень любят это упражнение. Оно поднимает настроение и способствует снятию зажатости как на физическом, так и на психологическом уровне. Первоначально ребята стеснялись друг друга, им не удавалось смеяться от души, но по мере сплочения группы зажатость исчезала, и мы стали довольно часто по их просьбе включать в занятие «разминки-смешилки». Это упражнение активно применяется в нашем детском саду и на занятиях музыкой, которые проводит опытный педагог Журавлева Галина Николаевна и, поверьте, дает свои положительные результаты: напряжение снимается не только у детей, но и у взрослых.

Этюд «Еж и Лягушка»

Детям предлагается послушать историю про Ежа и Лягушку: «Договорились как-то Еж и Лягушка вместе позавтракать. Ранним солнечным утром они встретились на полянке. Лягушка принесла на тарелочке много мух и комаров, которых она наловила для своего друга накануне, а Ежик в качестве угощения приготовил грибы и ягоды. Каждый из них хотел порадовать другого. Но, когда Лягушка поставила на пенек тарелку, Еж воскликнул: «Ой, да разве это можно есть? Ну и гадость! И где ты только это взяла?» «Ну это же так вкусно! – недоумевала Лягушка. – Я выбрала самое лучшее, посмотри какие они жирненькие!» Долго еще был слышен в лесу их спор, который так ничем и не закончился. Они не знали одного: у каждого свои вкусы. И то, что любит один, другому может совершенно не нравиться».

После того, как педагог прочитал историю, в группе начинается обсуждение. Затем дети делятся на пары и проигрывают эту историю. В конце педагог еще раз обращает внимание детей на то, что у всех разные вкусы и их надо уважать.

Рассказ «Медвежонок, который делал все кое-как»

Педагог предлагает детям послушать еще одну историю. В семье медведей родился маленький медвежонок. С детства он был очень подвижный: любил бегать, прыгать, играть с мячиком. Однажды медвежонок решил пойти погулять в лес. На полянке встретились ему бельчата, которые строили из дощечек дом для птицы. «Давайте помогу, - воскликнул медвежонок. – Я тоже умею работать молотком». Он выхватил у бельчонка молоток и ударил им по гвоздю. Да силы-то не рассчитал – развалился домик. «Ну, извините», - сказал медвежонок и, как ни в чем не бывало, побежал дальше. У речки ему повстречался барсучонок, который помогал маме полоскать белье. «Я тоже хочу вам помочь», - закричал медвежонок. С этими словами он выхватил у барсучонка носочки, нагнулся над водой и со всей силы стал размахивать ими. Да не увидел, что вода в речке текла быстро, носочки-то и выпустил. «Ну, извини», - сказал медвежонок и, не дожидаясь того, что ответит барсучонок, весело напевая песенку, побежал дальше. Около

домика зайцев он увидел маленького зайчонка, который полтел траву. «Давай помогу, - улыбунулся медвежонок. – Вдвоем мы быстрее справимся». «Только аккуратноее, - сказал зайчонок. – Здесь морковка растет, постарайся ее не выдернуть». «Да, ладно тебе, я ведь на все руки мастер», - с этими словами медвежонок начал проворно выдергивать сорняки. Когда зайчонок посмотрел, как поработал медвежонок, у него на глаза наворачнулись слезы: «Что скажет мама?! Ведь ты выдернул не только траву, но и морковку!» «Ну, извини», - сказал медвежонок и побежал домой. С тех пор лесные звери перестали общаться с медвежонок. А он так и не понял, почему. Педагог обсуждает с детьми эту историю, еще раз обращает внимание на то, что каждое дело надо делать старательно, что слово «извини» должно идти от сердца.

Игра «Прогони злость»

Педагог: «А сейчас я научу вас некоторым приемам, которые помогут вам в дальнейшем прогонять свою злость. Возьмите по газете и представьте, что вы на кого-то очень злитесь (делает паузу). А теперь скомкайте газету с силой и бросьте ее в сторону». Дети выполняют задание, а воспитатель следит за тем, чтобы они как можно естественнее представили свою злость, комкая газету. Дети не должны кидать комки друг в друга. Эта игра поможет агрессивным детям в дальнейшем снимать напряжение.

Игра «Угадай эмоцию»

На столе лежат пиктограммы различных эмоций. Каждый ребенок берет себе карточку, не показывая ее остальным. После этого дети по очереди пытаются показать эмоции, нарисованные на карточках. Зрители, они должны угадать, какую эмоцию им показывают и объяснить, как они определили, что это за эмоция. Воспитатель следит за тем, чтобы в игре участвовали все дети. Эта игра поможет определить, насколько дети умеют правильно выражать свои эмоции и "видеть" эмоции других людей.

Игра «Про Обидку и Грустинку»

Педагог объясняет детям, почему они иногда приходят в детский сад с плохим настроением. Оказывается, дети в этом совсем не виноваты, просто к ним по дороге приклеилась Обидка или Грустинка. Главное ее найти и сбросить с себя. Это может сделать сам ребенок или его друг. После рассказа педагога можно проиграть ситуацию снятия плохого настроения.

Игра «Подарок другу»

Педагог предлагает детям выбрать себе пару. Один из детей в паре садится

на стульчик, он именинник. Другой ребенок – гость. Он приносит имениннику подарок. Нужно без слов показать, что ты подарил. Задача именинника – угадать, что это за предмет. Затем ребята меняются местами.

Игра «Что было бы, если бы..»

Взрослый показывает детям сюжетную картинку, у героя (ев) которой отсутствует (ют) лицо(а). Детям предлагается назвать, какую эмоцию они считают подходящей к данному случаю и почему. После этого взрослый предлагает детям изменить эмоцию на лице героя. Что было бы, если бы он стал веселым (загрустил, разозлился и т.д.)? Можно разделить детей на группы по количеству эмоций и каждой группе предложить разыграть ситуацию. Например, одна группа придумывает и разыгрывает ситуацию, герои которой злятся, другая – ситуацию, в которой герои смеются.

Игра «Испорченный телевизор»

Все участники игры, кроме одного, закрывают глаза, «спят». Ведущий молча показывает «неспящему» участнику какую-либо эмоцию при помощи мимики и жестов. Этот участник, «разбудив» второго игрока, передает увиденную эмоцию, как он ее понял, тоже без слов. Далее второй участник «будит» третьего и передает ему свою версию увиденного. И так пока все не «проснутся».

После этого ведущий опрашивает участников игры, начиная с последнего и кончая первым, какую эмоцию, по их мнению, им показывали. Так можно найти звено, где произошло искажение информации, или убедиться, что «телевизор» был полностью исправен.

Возможные вопросы для обсуждения:

По каким признакам ты определил именно эту эмоцию?

Как ты думаешь, что помешало тебе правильно понять ее?

Трудно ли было тебе понять другого участника?

Что ты чувствовал, когда изображал эмоцию?

С помощью данных игр можно развивать не только эмоции, но и внимание, память, мышление, воображение детей. И необязательно это делать именно в группе. Отправляясь на прогулку, запаситесь разными маленькими историями на выражение эмоций, например, такими.

Баба-Яга (этюд на выражение гнева)

Баба-Яга поймала Аленушку, велела ей затопить печку, чтобы потом съесть девочку, а сама уснула. Проснулась, а Аленушки и нет — сбежала. Рассердилась Баба-Яга, что без ужина осталась. Бегает по избе, ногами топает, кулаками размахивает.

Фокус (этюд на выражение удивления)

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

Лисичка подслушивает (этюд на выражение интереса)

Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Соленый чай (этюд на выражение отвращения)

Мальчик во время еды смотрел телевизор. Он налил в чашку чая и не глядя, по ошибке вместо сахара насыпал две ложки соли. Помешал и сделал первый глоток. До чего же противный вкус!

Новая девочка (этюд на выражение презрения)

В группу пришла новая девочка. Она была в нарядном платье, в руках держала красивую куклу, а на голове у нее был завязан большой бант. Она считала себя самой красивой, а остальных детей — недостойными ее внимания. Она смотрела на всех свысока, презрительно поджав губы...

Про Таню (горе — радость)

Наша Таня громко плачет:
Уронила в речку мячик (горе).
«Тише, Танечка, не плачь —
Не утонет в речке мяч!»

Уважаемые взрослые, помните, что от вас зависит всестороннее развитие окружающих вас детей. Превратите каждый день в интересную игру не только для малышей, но и для себя, получайте удовольствие от общения с ними, и тогда ваше настроение всегда будет приподнятым. А от этого выиграют абсолютно все!

«Дети ведут нас на высшие уровни развития человеческого духа...»
М.Монтессори