Развитие эмоциональной сферы старших дошкольников

«Калейдоскоп эмоций»

Дошкольный возраст – благодатный период для организации работы по эмоциональному развитию детей.

Дети стали меньше общаться с взрослыми и сверстниками, а больше замыкаются на телевизорах и компьютерах.

Изучением эмоциональной сферы человека занимались многие исследователи. Физиологи, психологи разрабатывали теории эмоций (Ч. Дарвин, У. Джемс, К. Ланге, У. Кеннон, П. Бард, Д.О. Хеббу, Л.Фестингер, С. Шехтер, П.В. Симонов).

Эмоция - *это нечто, что переживается как чувство (feeling), которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действия.*

Многие психологи занимались исследованием развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста (Запорожец А.В., Неверович Я. З., Кошелева А.Д., Кулагина И. Ю., Минаева В.М. и др.)

За основу бралась классификация эмоций К. Изарда

- интерес,
- радость,
- удивление,
- горе,
- гнев,
- отвращение,
- презрение,
- страх,
- стыд,
- вина

Цель проекта:

развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

Задачи проекта:

- ✔ расширить знания детей о чувствах, эмоциях и способах их выражения;
- ✔ обогатит словарь детей за счет слов, обозначающих разные чувства, эмоции, настроения;
- ✔ дать представление о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слова);

- ✔ развивать и совершенствовать умение детей распознавать собственные эмоциональные состояния;
- ✔ способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, творческими).

Ожидаемый результат

Дети научатся понимать своё и окружающих людей эмоциональное состояние;

будут иметь представление о способах выражения собственных эмоций;

смогут управлять своими эмоциями и чувствами.

Каждое занятие состоит из трёх частей

1. **Разминка;**
2. **Основная часть;**
3. **Заключительная часть.**

- В разминку входит приветствие и ставит своей целью, включить детей в работу.
- Основная часть определяется содержанием темы, рассматриваются определённые эмоции.
- Заключительная часть – снятие у детей эмоционального возбуждения, подведение итогов занятия.

В занятиях используются:

- этюды – мимические и пантомимические;
- сюжетно-ролевые игры;
- психогимнастические игры;
- релаксационные методы;
- элементы изобразительной деятельности;
- музыкальное сопровождение.

Участники программы – дошкольники старшей группы, оптимальное количество детей в группе 10-12 человек.

Занятие проводится два раза в неделю в форме мини-тренингов продолжительностью 20-30 минут.