



МБДОУ ЦРР – детский сад №8 «Сардаана»

РАЗВИВАЙСЯ

вместе с нами



№ 2

Газета для родителей и детей

5 мая 2020 год



РАЗГОВОР НА ТЕМУ

Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста

К сожалению, развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание. Эмоции играют очень важную роль в жизни детей. Поэтому, родителям важно знать, как происходит эмоциональное развитие ребенка в дошкольном возрасте. Проявляясь в поведении, они информируют взрослого о том, что ребенку нравится или огорчает его. Если не уделять достаточно внимания эмоциональному воспитанию дошкольника, он не научится правильно выражать радость или обиду, делиться своими чувствами с окружающими. А это уже серьезный коммуникативный барьер. Соответственно, малыш будет расти неуверенным в себе, не таким счастливым, как другие детки. Эмоции отражаются на характере ребенка, его поведении. По мере того как растет, его эмоциональный мир становится богаче, разнообразнее. От страха и радости он переходит к более сложной гамме чувств радуется и сердится, восторгается и удивляется, ревнует и грустит. В дошкольном возрасте ребенок усваивает язык чувств – принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и так далее. С другой стороны, ребенок овладевает умением сдерживать бурные и резкие выражения чувств. Он учится управлять своими чувствами, выражать их в культурной форме и сознательно пользоваться ими, информируя окружающих о своих переживаниях, воздействовать на них.

Неправильное общение в семье может привести к возникновению:

а) *односторонней привязанности*, чаще всего к матери, ведёт к ослаблению потребности в общении со сверстниками;

б) *ревности* при появлении второго ребёнка в семье, если первый ребёнок чувствует себя обделённым;

в) *страху* при выражении взрослыми отчаяния по малейшему поводу, угрожающему ребёнку, и в необычной ситуации может быть волнение. Страх может быть внушён ребёнку, например, страх темноты.

При специально организованной деятельности (например, музыкальная) дети учатся испытывать определённые чувства, связанные с восприятием музыки. Эмоции и чувства очень интенсивно развиваются в соответствующем возрасте дошкольников виде деятельности – в игре, насыщенной переживаниями. В процессе выполнения совместных трудовых заданий (уборка участка, групповой комнаты) развивается эмоциональное единство группы дошкольников

В зависимости от сложившейся ситуации, любые качественно разнообразные чувства и эмоции (любовь, ненависть, радость, гнев) могут быть *положительными, отрицательными, ориентировочными*. В целом дети относятся к жизненным ситуациям оптимистично. Им присуще бодрое, жизнерадостное настроение.

Правила эмоционального воспитания

Эмоциональное воспитание ребенка не требует больших физических и временных затрат. Нужно только соблюдать некоторые правила.

1. Добровольность выражения. Учите ребенка проявлять свои эмоции, называть их, понимать свои чувства. Это особенно важно для маленьких детей, которые должны выплескивать все накопленное внутри. Обсуждайте с ребенком его чувства, давая ему возможность самому справиться с возникшими эмоциями.

2. Сила выражения. Дети постарше должны учиться контролировать свои эмоции: смеяться тише, собраться с мыслями, сдерживать гнев, справиться с волнением. Учите детей простым навыкам самоконтроля и следите за собственным поведением.

3. Сопереживание. Дети не должны быть равнодушными. Если ваш ребенок не переживает за героев мультфильма или других людей, то эмпатии его нужно учить. Спросите у него, что он чувствует, жалко ли ему героя, хотел ли ребенок помочь. Обсуждайте с ребенком жизненные ситуации. Предлагайте описывать чувства и ощущения участников событий. Подумайте, как можно проявить свое участие по отношению к другому человеку: поздравить, выразить сочувствие, помочь в чем-то. Избавьте детей от зависти и злорадства с самого детства, это сделает их счастливыми

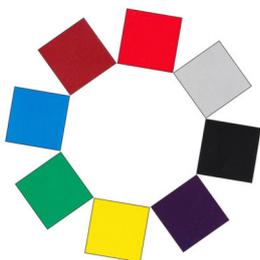
Алексеева Мария Ивановна, педагог-психолог.

ЭТО ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ

Диагностика эмоционального развития дошкольников

Цветовой тест эмоциональных состояний

Определение настроения ребенка можно провести с помощью цветового теста эмоциональных состояний на основе теста Люшера. Плохое настроение ребенка, сложные взаимоотношения со взрослыми или сверстниками могут повлиять на успешность его деятельности.



Для диагностики потребуется 8 цветных квадратиков, которые представлены на рисунке.

Ребенку предлагается выбрать квадратик, который похож на его настроение во время занятия, а потом квадратик-настроение во время общения с педагогом. Далее для сравнения вы можете предложить ребенку выбрать цвет, который похож на его настроение дома, в детском саду, когда он общается с мамой, другом и т. д.

Мы предлагаем вам интерпретацию цветовых выборов и цветовых ассоциаций. Безусловно, следует соотнести полученные результаты с вашими наблюдениями за ребенком во время занятий или наблюдениями педагога.

Синий цвет — этот цвет выбирают спокойные, чувствительные дети. Их настроение в целом положительно, хотя присутствует некоторая печаль. У ребенка существует потребность в глубоком, понимающем его собеседнике, в индивидуализированном общении. Занятия, где нет личного контакта с педагогом, им не комфортны, они замыкаются в себе, грустят.

Зеленый цвет — этот цвет выбирают дети с высоким уровнем притязаний. Они испытывают потребность быть первыми, потребность в похвале. Еще для них значимо уважительное к ним отношение со стороны педагога и сверстников, они любят, чтобы их ставили в пример другим.

Красный цвет — этот цвет предпочитают энергичные, активные дети. Им нравится пошуметь, пошалить, могут быть заводилами в играх. Цвет показывает, что на занятиях у ребенка хорошее, активное состояние.

Желтый цвет означает, что ребенок ожидает от занятий только хорошего, склонен слушаться педагога, выполнять его указания.

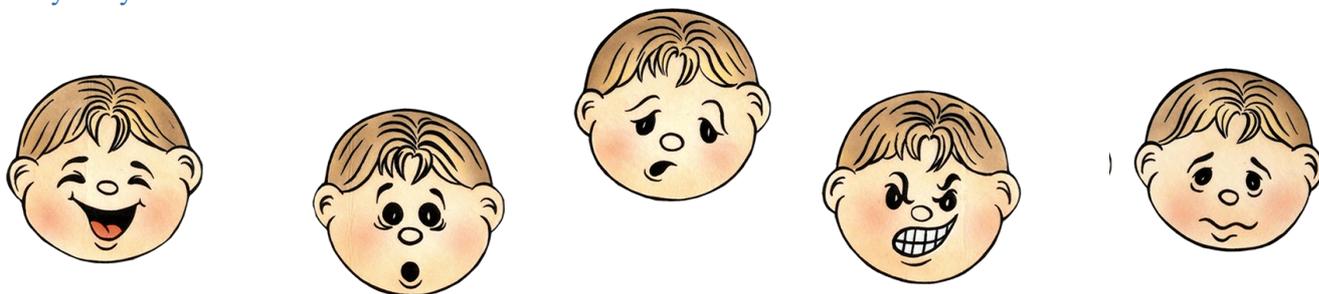
Фиолетовый цвет — цвет слишком детского поведения, потребность в опеке, похвале. Ребенок может не соблюдать дистанцию в отношениях со взрослыми, в случае слишком строгих, жестких требований может капризничать, заткнуть истерику. В целом настроение положительное.

Коричневый цвет — цвет тревоги, дискомфорта не только эмоционального, но и физического. У ребенка может болеть голова, живот, его может заташнить. Ребенок может переживать из-за того, что его достижения не соответствуют ожиданиям педагога или родителей.

Черный цвет — этот цвет выбирают дети, которым не нравится то, что происходит на занятиях, они выражают свой протест, бунтуют, не подчиняются требованиям взрослых. Это состояние открытого конфликта с педагогом или сверстниками, или с той деятельностью, которой им приходится заниматься.

Серый цвет — цвет пассивного неприятия. Серое настроение означает, что ребенок скучает на занятиях, что он безразличен к происходящему, не вникает в процесс, пропускает мимо ушей указания педагога. Часто это происходит оттого, что ребенок не видит смысла в занятиях, поскольку у него не получается выполнять требования.

Таким образом, синий, зеленый, красный, желтый и фиолетовый цвета говорят об эмоциональном благополучии ребенка, а коричневый, черный и серый — о неблагополучии. На основе интерпретации цвета и наблюдений за поступками и поведением ребенка вы можете понять, насколько комфортно он себя чувствует.



ИГРАЕМ ВМЕСТЕ С СЕМЬЕЙ

Упражнение «Выручи из беды»



Цель: обобщить представление детей о доброте и эмоциональных состояниях. Которые соответствуют этому понятию, вызвать стремление совершать добрые поступки.

Материал: игрушки (Зайка и Мишка), картинки с изображением «злого» и «доброго» волшебников.

Ход игры: взрослый предлагает детям подумать о том, как бы они выручили из беды Мишку и Зайку. Играющие сочиняют истории, которые обыгрываются с помощью игрушек. Воспитатель обращает их внимание на выражение лица злого волшебника: оно изменилось и стало добрым. (Изображение злого волшебника заменяется соответствующим). Волшебник благодарит детей за то, что они выручили из беды его любимые игрушки, и говорит, что тоже хочет сделать им что-нибудь приятное и рассказывает сказку.



Игра «Два барана»

Цель: формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций.

Ход игры: рано-рано два барана повстречались на мосту. Игроки разбиваются на пары. Широко расставив



ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Кто сдвинется – тот проиграл. Можно издавать звуки «бе-бе-бе...». Замечание: следите, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы. Вопросы:

- Что вы чувствовали, когда были в игре «баранами»?
- Хотелось ли вам быть похожими на них? Почему?

Игра «Сказка наоборот»

Цель: познакомить детей с правилами доброжелательного поведения.

Материал: узбекская народная сказка. «Упрямые козлы». Жили когда-то на свете две упрямые козлы. И вот однажды они встретились на узкой дороге, перекинутой через глубокий арык. Вдвоем на доске не разойтись, кому-то надо уступить.

- Эй ты посторонись с дороги! – закричала одна коза.
- Вот еще, выдумала! Выходит, я из-за тебя пятиться должна? – закричала в ответ другая.
- А почему бы тебе и не попятиться? – настаивала первая.

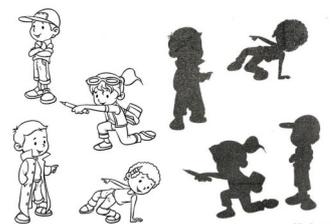
Долго спорили упрямые козы. А потом отступили каждая на три шага, нагнули головы и Трах! Стукнулись лбами и обе свалились в воду.

Ход игры: игроки придумывают новое название сказки (например, «Вежливые, веселые, добрые козочки»). Решают самостоятельно проблемную ситуацию: две козочки встретились на узкой доске. Как быть? Кто уступит? Какие слова должны произнести козочки? Какое выражение лица при этом у них будет? Вместе со взрослым игроки выбирают самый удачный вариант сказки, после чего они вновь распределяются по парам и проводится тренинг «вежливые козочки».

Игра «Тень»

Цель: закрепить знание правил доброжелательно поведения.

Ход игры: взрослый предлагает поиграть в игру «Тень», но не для того, чтобы научиться дружить с ним, а для того чтобы быть внимательным к другим людям. Игроки разбиваются на пары: один играет роль человека, другой – роль его тени. Человек делает любые движения, тени повторяют их, действуя в том же ритме, что и человек.



РАЗВИВАЕМ ВНИМАНИЕ, ПАМЯТЬ и МЫШЛЕНИЕ

Обведи все, что растет на деревьях. Назови одним словом.



Что было сначала, а что потом?



В каждом ряду найди и раскрась «лишний» предмет.

