

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 5»**

Игровой тренинг для педагогов дошкольного учреждения

«Учим детей понимать и выражать эмоции»

Подготовила педагог- психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад №5»
Т.А. Новоселова

г.Краснодар

Цель: повышение профессиональной компетентности педагогов посредством применения простых и эффективных технологий, форм, методов и приемов работы по развитию эмоциональной сферы дошкольников.

Все люди без исключения, попадая в какие-либо жизненные ситуации, испытывают разнообразные эмоции – веселье, печаль, злость, удивления, безразличность, сочувствия, восторг и т.д. Но всегда ли искренни, правдивы и настоящие эти эмоции? Взрослые люди хорошо владеют своими эмоциями, пряча свои чувства под маской.

А дети? Раньше дети могли естественным образом совершенствоваться в развитии эмоционального интеллекта: общались во дворе без присмотра взрослых, свободно играли в детском саду (тогда каждая минута не была посвящена занятиям), проводили время без гаджетов. Но сейчас малыши, да и школьники часто лишены нормального общения.

Именно во время живого общения человек задействует зеркальные нейроны, отвечающие за обучение по принципу подражания. Чем активнее включаются в работу зеркальные нейроны, тем лучше у нас получается оценивать эмоциональное состояние окружающих, считывать и применять успешные модели поведения.

Эмоции очень важны для развития умения понимать и принимать позицию другого человека. Владение коммуникативными навыками. Развитие эмпатии. (Эмпатия - осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека без потери ощущения происхождения этого переживания). Развитие дружеских взаимоотношений.

И так давайте немного поиграем
Приветствие.

Ролевая гимнастика

Содержание игры: подбираются небольшие и хорошо знакомые стихи.

Предлагается прочитать несколько строк из любого детского стихотворения, потешку, чистоговорку и т.д.:

- В быстром темпе «как пулемёт», «у вас горячая картошка во рту»
- Шепотом; в медленном темпе, еле-еле.
- Пройти по кругу как: злой волк, малыш, медведь, лиса...
- Попрыгать, как: воробушек, стрекоза, кролик...

«**Эмоциональный скульптор**». Группа делится на пары (или ребенок с родителем). Договариваются между собой, кто в паре – скульптор, а кто – модель. Каждая пара получает карточку с эмоцией, написанной словами. Скульптор должен поставить модель в позу, изображающую эмоцию с карточки. Можно двигаться, но говорить и издавать звуки нельзя.

Когда вся группа готова, пары по очереди показывают, остальные угадывают. Потом роли в паре меняются местами и создают новую скульптуру с другой эмоцией.

Цвет настроения/эмоции. Во время игры в «Эмоционального скульптора» можно спросить у скульптора и модели, какого цвета эмоция, которую они изображают. Не факт, что их цвета совпадут. Про цвет эмоции можно спросить и во время игры с карточками эмоций.

Игра "Мусорное ведро".

Ставлю в центр комнаты мусорное ведро и предлагаю нарисовать на листочке свои чувства, от которых бы дети хотели избавиться, а затем изорвать этот листочек и выбросить в мусорное ведро.

«Компот счастья». Ведущий (взрослый) берет настоящую емкость или изображает ее в руках. Обходит несколько раз всех участников группы. Каждый кладет эмоцию-ингредиент в единицах измерения, чтобы «сварить компот счастья». Когда «компот счастья» готов, все по очереди «зачерпывают и пьют», а потом обсуждают из чего для каждого складывается это прекрасное чувство.

Во время просмотра незнакомого фильма или мультфильма выключить звук телевизора и попросить ребенка угадать, что проживает сейчас герой. Потом включить звук и проверить, о чем идет речь. Это может быть забавной игрой. Интересно взять знакомый мультфильм или фильм и понаблюдать, насколько малыш был внимателен к переживаниям героев.

Именно управление эмоциональным состоянием, умение быстро распознавать свою эмоцию и помочь в этом окружающим и близким — бесценный навык, который лучше всего формируется в детстве.

Не упустите момент, уделяйте хотя бы 10-15 минут в день на развитие эмоционального интеллекта, и уже совсем скоро вы увидите, как малыш шаг за шагом будет внимательнее относиться к себе, а затем и к окружающим!

Рефлексия