«Я и мои чувства»

Развитие эмоционального интеллекта
у детей старшей группы

Тема месяца: «Радость»

НЕДЕЛЯ 1. «Что ты чувствуешь, когда…»
НЕДЕЛЯ 2. «Радостные моменты».
НЕДЕЛЯ 3. «Радостные игры».
НЕДЕЛЯ 4. «Радость в музыке и танце».
НЕДЕЛЯ 5. «Рефлексия. Что такое радость?»
Разработка буклета для родителей
«О важности эмоционального развития дошкольника»

НЕДЕЛЯ 1. «Что ты чувствуешь, когда…»

Цель: знакомство с понятием эмоций и способами их выражения.

Задачи:

- Познакомить детей с понятием «эмоция», «чувство», «настроение».

- Развивать у детей способность распознавать эмоции у себя и окружающих через наблюдение.

- Оценить наличие социально-личностной чуткости, умения поддерживать доброжелательные отношения с другими детьми.

- Начать знакомить детей с социально-приемлемыми способами выражения эмоций.

НЕДЕЛЯ 2. «Радостные моменты».

Цель: формирование навыка позитивной поддержки друг друга и взаимодействия в группе через игру.

Задачи:

- Расширять представление детей об эмоции «радость» и ее графическом изображение

- Научить обращать внимание замечать радостные моменты.

- Рассказать о важности быть уверенными в себе и помогать другим.

- Способствовать развитию творческих способностей и воображения, индивидуальному самовыражению.

НЕДЕЛЯ 3. «Радостные игры».

Цель: укрепление уверенности в себе: создать атмосферу, где каждый ребенок чувствует себя ценным и важным участником.

Задачи:

- Помогать детям осознавать свои эмоции радости (радость, восторг, удовольствие, веселье).

- Тренировать радостные эмоции: расширять представление детей о поступках, которые приносят радость.

- Побудить детей использовать воображение и креативный подход в игровых ситуациях.

- Способствовать развитию коммуникативных навыков: обсудить, что делает нас счастливыми и научить выражать свою радость.

НЕДЕЛЯ 4. «Радость в музыке и танце».

Цель: стимулирование творческой активности и музыкального восприятия.

Задачи:

- Познакомить детей с различными музыкальными жанрами и стилями, которые вызывают радостные эмоции.

- Вовлечь детей в создание простых музыкальных композиций или ритмов с использованием шумовых инструментов.

- Продемонстрировать, как радость может проявляться в искусстве.

НЕДЕЛЯ 5. «Рефлексия. Что такое радость?»

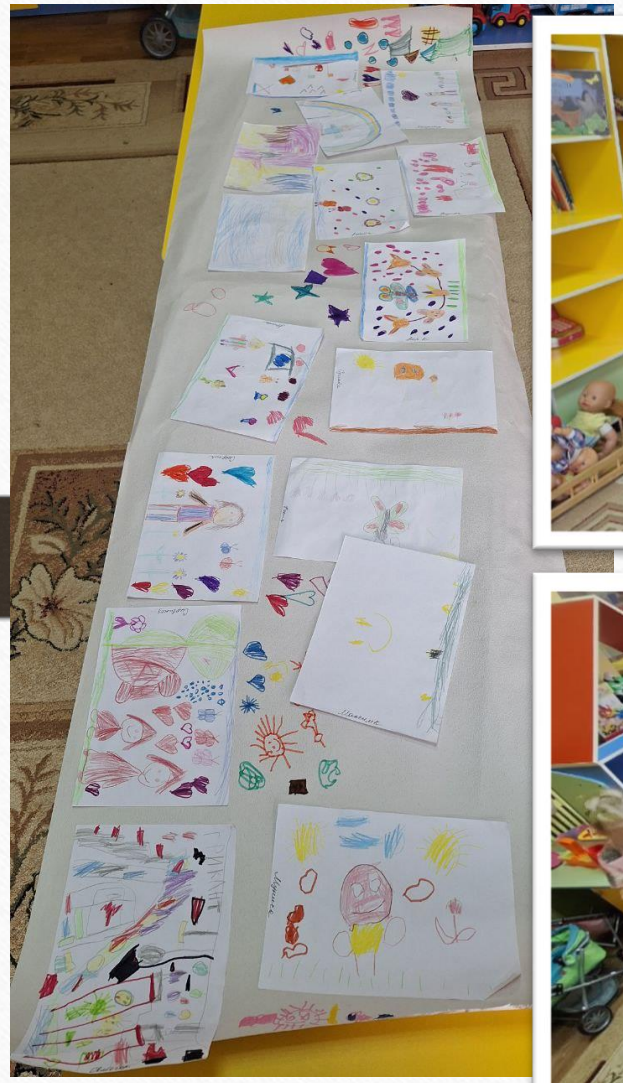
Цель: закрепление понятия «радость», создание коллажа радости.

Задачи:

- Способствовать развитию способности детей понимать свои чувства и делиться своими эмоциями.

- Создать атмосферу доверия, где каждый ребенок может свободно выражать свои мысли.

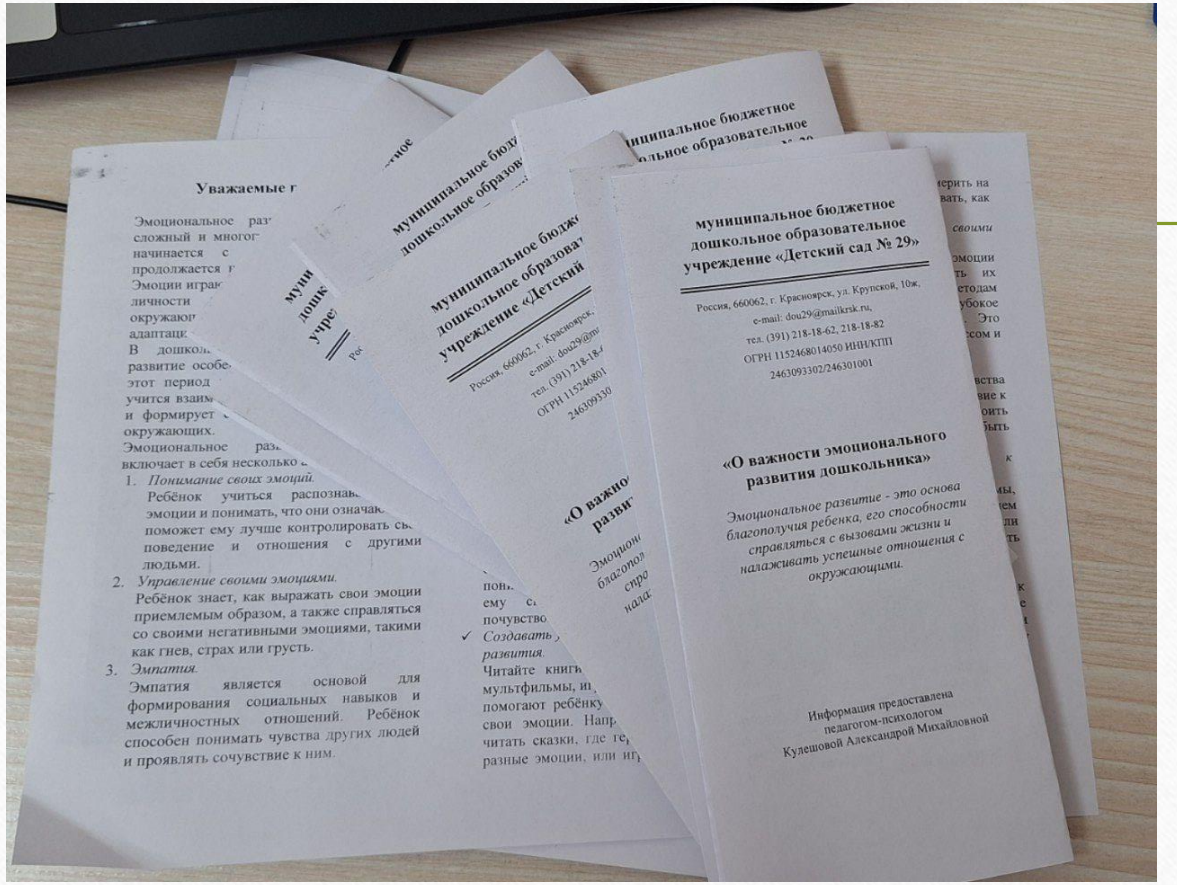
- Дать возможность проявлять творческое воображение, фантазию и навыки самовыражения детей.



Разработка буклета для родителей

«О важности эмоционального развития дошкольника»

Эмоциональное развитие - это основа благополучия ребенка, его способности справляться с вызовами жизни и налаживать успешные отношения с окружающими.



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 29»

Россия, 660062, г. Красноярск, ул. Крупской, 10ж,
e-mail: dou29@mailkrsk.ru,
тел. (391) 218-18-62, 218-18-82
ОГРН 1152468014050 ИНН/КПП
2463093302/246301001

«О важности эмоционального развития дошкольника»

Эмоциональное развитие - это основа благополучия ребенка, его способности справляться с вызовами жизни и налаживать успешные отношения с окружающими.

Информация предоставлена
педагогом-психологом
Кулешовой Александрой Михайловной

Уважаемые родители,

Эмоциональное развитие ребёнка – это сложный и многогранный процесс, который начинается с первых дней жизни и продолжается на протяжении всего детства. Эмоции играют важную роль в формировании личности ребёнка, его отношений с окружающими людьми и способности к адаптации в обществе.

В дошкольном возрасте эмоциональное развитие особенно важно, так как именно в этот период ребёнок активно познаёт мир, учится взаимодействовать с другими людьми и формирует свои представления о себе и окружающих.

Эмоциональное развитие дошкольника включает в себя несколько аспектов:

1. *Понимание своих эмоций.*
   Ребёнок учиться распознавать свои эмоции и понимать, что они означают. Это поможет ему лучше контролировать своё поведение и отношения с другими людьми.
2. *Управление своими эмоциями.*
   Ребёнок знает, как выражать свои эмоции приемлемым образом, а также справляться со своими негативными эмоциями, такими как гнев, страх или грусть.
3. *Эмпатия.*
   Эмпатия является основой для формирования социальных навыков и межличностных отношений. Ребёнок способен понимать чувства других людей и проявлять сочувствие к ним.

Для того чтобы помочь ребёнку в эмоциональном развитии, родители могут использовать следующие методы:

✓ *Разговаривать с ребёнком о его эмоциях.*
Спрашивайте, что ребенок чувствует, когда играет, смотрит мультфильм или общается с другими людьми. Помогите ему выразить свои чувства словами. Это поможет ребёнку лучше понимать себя и других людей.

✓ *Показывать пример.*
Дети учатся на примере взрослых. Если вы сами умеете распознавать и выражать свои эмоции, ребёнок будет делать то же самое. Не скрывайте свои чувства от ребёнка, но и не навязывайте их ему. Позвольте ему самому разобраться в своих эмоциях.

✓ *Поддерживать ребёнка.*
Когда ребёнок испытывает негативные эмоции, такие как страх, гнев или грусть, важно быть рядом с ним и поддержать его. Выслушайте его, обнимите, скажите, что любите его и понимаете его чувства. Это поможет ему справиться с эмоциями и почувствовать себя защищённым.

✓ *Создавать условия для эмоционального развития.*
Читайте книги, смотрите фильмы и мультфильмы, играйте в игры, которые помогают ребёнку понять и выразить свои эмоции. Например, вы можете читать сказки, где герои испытывают разные эмоции, или играть в ролевые игры, где ребёнок может примерить на себя разные роли и почувствовать, как это – быть другим человеком

✓ *Учите ребёнка управлять своими эмоциями.*
Объясните ему, что все эмоции нормальны, но важно уметь их контролировать. Научите его методам релаксации, таким как глубокое дыхание или счёт до десяти. Это поможет ему справляться со стрессом и негативными эмоциями.

✓ *Развивайте эмпатию.*
Учите ребёнка понимать чувства других людей и проявлять сочувствие к ним. Это поможет ему строить отношения с окружающими и быть успешным в обществе.

✓ *Обращайтесь за помощью к специалистам.*
Если у вас есть вопросы или проблемы, связанные с эмоциональным развитием ребёнка, обратитесь к психологу или педагогу-психологу. Они могут дать вам ценные советы и рекомендации.

Важно помнить, что каждый ребёнок уникален, и его эмоциональное развитие может проходить по-разному. Однако, если родители будут уделять внимание этому аспекту воспитания, они смогут помочь своему ребёнку стать более эмоционально зрелым и успешным человеком.