**ПРОЕКТ**

**для старшего дошкольного возраста**

**«Я И МОИ ЭМОЦИИ»**

**Андрущенко С.Л.**

**Г.Пермь**

**ПРОЕКТ «Я И МОИ ЭМОЦИИ»**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА:**

В последние годы в системе дошкольного воспитания и обучения стала прослеживаться тенденция к интеллектуальному развитию ребёнка. При этом развитию эмоциональной сферы часто уделяется недостаточное внимание. Как справедливо указывали Л.С. Выготский и А.В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем – эмоциональной сферы и интеллекта, их единство могут обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Умственное развитие ребёнка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Маленькие дети часто находятся в «плену эмоций», поскольку ещё не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми.

Всем известно, что дети эгоцентричны, поэтому так важно научить ребёнка смотреть на ситуацию с позиции своего собеседника. Обучая ребёнка «взгляду со стороны», мы тем самым помогаем ему по-другому взглянуть на себя, по-иному оценить собственные мысли, чувства и поведение. Так ребёнок получает возможность более полно и адекватно выразить себя через общение.

Однако ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребёнка – это телевизор или компьютер, а любимое занятие – просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только с взрослыми, но и друг с другом. А ведь живое человеческое общение существенно обогащает жизнь детей, раскрашивает яркими красками сферу их ощущений. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Поэтому так актуальна и важна работа, направленная на развитие эмоциональной сферы.

**Цель данного проекта:** повышение осознания ребёнком своих эмоциональных проявлений и взаимоотношений.

**Задачи проекта:**

-Дать детям первичные знания о некоторых базовых эмоциях: радость, удивление, гордость, злость, безразличие, удовольствие, страх, гнев, горе, интерес.

-Учить детей различать эмоции по их схематическим изображениям.

-Способствовать освоению детьми умения передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства (мимику, пантомимику, интонацию).

-Стимулировать у детей эмпатию (способность к сопереживанию).

-Содействовать развитию у детей творческие способности в различных видах деятельности.

-Способствовать развитию взаимопонимания между всеми участниками образовательного процесса.

**Длительность проекта**: 3 месяца.

**Участники проекта**: дети, воспитатели, родители группы.

**Основные этапы работы:**

**Подготовительный этап:**

Анализ запросов со стороны педагогов, постановка проблемы;

Сбор, анализ и систематизация необходимой информации, подбор практического материала;

Разработка проекта в целом.

**Основной этап - практический:** Совместная деятельность с детьми, педагогами и родителями.

**Заключительный этап:**

- Презентация проекта «Калейдоскоп эмоций» на педагогическом совете.

- Групповой коллаж «Мы вместе».

- Диагностический.

- Оформление выводов.

**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.

Проект способствует снижению тревожности и агрессивности у детей, развитию у них эмпатии, воображения, творческих способностей, а, главное, приобретению навыков позитивного общения не только со сверстниками, но и с взрослыми.

**Краткая характеристика**

В проекте содержатся игры и упражнения, направленные на знакомство с эмоциями человека, опознавание своих эмоций, а также на распознавание эмоциональных реакций окружающих и развитие умения адекватно выражать свои эмоции.

**Учебно – тематическое планирование**

«Радость», «Удивление», «Страх», «Гнев», «Горе»

«Интерес»

«Наши эмоции»

**Общие правила проведения**

Работа по реализации проекта проводится в помещении группы детского сада, в котором участники могут свободно располагаться и передвигаться.

Вся работа по реализации проекта строятся в доступной и интересной для детей форме.

Для этого в основном используются:

-Развивающие игры (игры-драматизации, сюжетно-ролевые, игры на развитие навыков общения).

-Упражнения (подражательно-исполнительского и творческого характера, на мышечную -Этюды.

-Рассматривание рисунков и фотографий.

-Чтение художественных произведений.

-Сочинение историй.

-Моделирование и анализ заданных ситуаций.

-Слушание музыки.

-Мини-конкурсы, игры-соревнования.

Во время бесед дети сидят в кругу – на стульчиках или на ковре. Форма круга создаёт ощущение целостности, облегчает взаимопонимание и взаимодействие детей.

Для родителей оформляется стендовая консультация на тему: «Мудрость повседневных контактов».

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА:**

**Радость**

1. Чтение стихотворения Ю.Тувима «Про пана Трулялинского»

2. Беседа «Радость – это…»

3. Игра «Море волнуется»

4. Игра – ассоциация «На что похожа радость»

5. Этюды: «Ласка», «Первый снег».

6. Игра «Что может поднять тебе настроение»

7. Рисунок «Я радуюсь»

8. Чтение стихотворения «Это правда или нет?» в пер. с болг. А.Александровой. Беседа по прочитанному, нахождение неточностей. Разучивание этого стихотворения.

9. Рисование «Настроение в цвете».

10. Игра «Я радуюсь, когда …».

Способствовать расширению представления детей об эмоции «радость»; учить детей понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать своё эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; формировать положительные чувства и эмоции через улыбку.

**Удивление**

1. Чтение отрывка из произведения А.С. Пушкина «Сказка о мёртвой царевне и о семи богатырях»

2. Беседа «Удивление – это …»

3. Игра «Море волнуется»

4. Игра – ассоциация «Удивление»

5. Этюд «Живая шляпа»

6. Чтение стихотворения «Весёлые, грустные» О. Князева, Р.Стёркина. Беседа о прочитанном.

Расширять представления детей об эмоции удивления; учить понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства.

**Страх**

1. Чтение стихотворения И.Демьянова «Трусов Федя»

2. Беседа «Страх – это…»

3. Игра «Расскажи свой страх».

4. Игра «Гуси-лебеди»

5. Игра – ассоциация «Страх»

6. Этюд «Момент отчаяния».

7. Чтение стихотворения К.Чуковского «Закаляка»

8. Рисунок «Мой страх»

9. Чтение рассказа С. Афонькина «Как побороть страх?»

10. Игра «Жмурки».

11. Чтение стихотворения «Страх» В.Кудрявцева. Беседа по прочитанному.

12. Пантомимика «Страх»

13. Беседа «Я боюсь…», «Меня пугает …»

Расширять представления детей об эмоции «страх»; учить понимать свои чувства и чувства других; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; способствовать снятию страхов детей, повышению уверенности в себе.

**Гнев**

1. Чтение отрывка из произведения К.Чуковского «Мойдодыр»

2. Игра «Ругаемся овощами»

3. Игра «Море волнуется»

4. Игра – ассоциация «Злость»

5. Игра «Тигр на охоте»

6. Этюд «Гневная гиена»

7. Упражнение «Уходи, злость, уходи!».

8. Чтение сказок «Гуси-лебеди», «Бычок – черный бочок, белые копытца». Беседа по прочитанному с упражнениями на пантомимику

Расширять представление об эмоции «гнев»; учить понимать свои чувства и чувства других людей; продолжать учить передавать эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; учить преодолевать негативные настроения.

**Горе**

1. Чтение сказки «Волк и семеро козлят»

2. Когда я грустил (рассказы детей)

3. Игра «Море волнуется»

4. Игра – ассоциация «Горе»

5. Этюд «Северный полюс»

6. Упражнение «Дружба начинается с улыбки»

7. Чтение произведения К. Чуковского «Федорино горе». Беседа по прочитанному с элементами пантомимики. Разучивание небольшого отрывка из произведения.

8. Рисование «Грустная Федора»

Расширять представления детей об эмоции «горе»; учить их понимать свои чувства и чувства других; учить передавать это эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства; помогать детям преодолевать негативные настроения.

**Интерес**

1. Чтение стихотворения Е.Тараховской «Скворушка»

2. Что меня интересует (рассказы детей)

3. игра «Море волнуется»

4. Игра – ассоциация «Интерес»

5. Этюд «Что там происходит?»

6. Рисунок «Интересное занятие».

Чтение стихотворения «Фонарик» А.Барто. Беседа по прочитанному с использованием пантомимики.Разучивание стихотворения.

7. Рисование иллюстрации к стихотворению.

Расширять представления детей об эмоции «интерес»; учить их понимать свои чувства и чувства других людей; учить передавать эмоциональное состояние «интерес», используя различные выразительные средства.

**Наши эмоции**

1. Рассказываем сказки

2. игра «Кривые зеркала»

3. игра «Повтори фразу»

4. упражнение «Слушаем музыку»

5. Игра «Профессии».

6. Игра «Азбука настроения»

7. Рисунок «Разные человечки»

8. Чтение рассказа «В лесу» Беседа по прочитанному с использованием пантомимики.

9. Оформление итоговых страниц проекта (рядом с высказыванием ребёнка можно разместить его фото с мимической окраской сказанного) «Радость – это…», «Удивление - это …», «Страх - это …», «Злость – это …», «Грусть – это …», «Интерес – это …».

Продолжать знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя, интереса; закреплять полученные на предыдущих занятиях знания и умения; расширять представления детей об эмоциях; продолжать развивать эмпатию, воображение; развивать выразительность речи и движений; развивать умение определять настроение по схемам, мимике, движениям, жестам.

Рисование по прочитанным произведениям можно провести в форме совместной работы с родителями над проектом, т.е. попросить ребёнка рассказать родителям стихотворение, сказку или рассказ (то, что учили или разбирали в детском саду) и совместно с членами семьи нарисовать иллюстрацию. После этого в группе желательно провести выставку таких работ, где каждый ребёнок сможет рассказать о своём «совместном» с родителями творчестве.

**Методами и средствами оценки результативности** программы являются наблюдение, методы опроса (анкетирование, тестирование). Обследование проводится как групповым способом, так и индивидуально.

Сбор, анализ и систематизация необходимой информации, подбор практического материала;

Разработка проекта в целом.

**Основной этап - практический:** Совместная деятельность с детьми, педагогами и родителями.

**Заключительный этап:**

- Презентация проекта «Калейдоскоп эмоций» на педагогическом совете.

- Групповой коллаж «Мы вместе».

- Психологическая акция «Забор пожеланий и предложений».

**Литература.**

- Программа М. А. Федосеевой *«Развитие социального интеллекта у детей 5-7 лет»*.

- Сборник И.А.Пазухиной «Давай познакомимся!». Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4-6 лет: Пособие для практических работников детских садов – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008. – 272 с.

- Е.Е. Кравцова «Разбуди в ребёнке волшебника» Просвещение 1998 г

- Интернет ресурсы.