Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 15 «Ласточка»
муниципальное образование город-курорт Геленджик

СБОРНИК ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР
по развитию эмоционального интеллекта
«Гостиная эмоций» для детей 4-7 лет

Автор: воспитатель Синтюрина Олеся Карекиновна

г-к Геленджик
2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Жизнь на 10% состоит из того, что происходит со мной, и на 90% из того, как я на это реагирую.
Чарльз Свиндолл (писатель)

Чтобы жить в гармонии с окружающим миром необходимо научиться понимать свои чувства и настроение, правильно управлять эмоциями. Поиск путей развития эмоционального интеллекта является одной из важных проблем психолого-педагогических исследований. Реалии современного информационного общества делают более актуальной проблему эмоционального взаимодействия людей в вопросах формирования и развития эмоционального интеллекта.

В развитии личности современного ребенка необходимо соблюдать гармоничное равновесие в развитии его эмоций и интеллекта. Развитие интеллекта должно не подавлять эмоциональную сферу, а наоборот обогащать ее.

В данной сборнике дидактических игр по развитию эмоционального интеллекта «Гостиная эмоций» для детей 4-7 лет под эмоциональным интеллектом понимается способность ребёнка осознавать чувства и эмоциональные состояния людей и себя самого, а также умение ими управлять.

Особая важность и актуальность развития эмоционального интеллекта приобретается в дошкольном и младшем школьном возрасте, поскольку именно в этих периодах идет активное эмоциональное становление ребенка, совершенствуется его самосознание, способность к рефлексии и децентрации (способности встать на позицию партнера по общению).

Для формирования психологических предпосылок возникновения эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте необходимо создавать возможность организовать педагогически обоснованную, систематическую и комплексную работу с дошкольниками по развитию эмоционального интеллекта в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Актуальность данной сборника дидактических игр заключается в том, что представленный набор игр, направленных на социально – коммуникативное развитие дошкольников, позволит детям научиться понимать свои эмоции и эмоции своих сверстников, что, в свою очередь, обеспечит развитие эмоционального интеллекта, воспитание нравственных представлений личности, развитие эстетических и гуманных чувств, поможет содействовать более совершенному отношению человека к окружающему миру, природе и обществу, будет способствовать становлению гармонично развитой личности.

Федеральный государственной образовательный стандарт дошкольного образования одной из первейших задач называет «укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». В разделе 2.6. «Социально – коммуникативное развитие» ФГОС ДО отмечена важность «…развития социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками…».

Феномен эмоционального интеллекта дошкольника для нашей страны является ещё достаточно новым. Но уже проводится много исследований в этом направлении, потому что данная тема максимально близко может приблизить нас к целям современного дошкольного образования. В связи с этим, новизна предложенного автором сборника заключается в подборе, систематизации, модификации известных ранее игр и упражнений на развитие эмоционального интеллекта, а также в адаптация таких игр к условиям ДОУ и внедрение их в образовательную деятельность.

В данном сборнике дидактических игр «Гостиная эмоций» представлено 19 дидактических игр по развитию эмоционального интеллекта у детей 4-7 лет.

Основной целью создания сборника дидактических игр по развитию эмоционального интеллекта «Гостиная эмоций» для детей 4-7 лет является содействие эмоциональному развитию детей дошкольного возраста, что, в свою очередь, способствует их дальнейшей социализации.

Задачи: развитие конкретных способностей (эмоциональных компетенций) таких как:

-умение контролировать свои аффективные импульсы;

-умение определять свои чувства и признавать (принимать) их;

-способность использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;

-умение эффективно общаться с другими людьми, находить общие точки соприкосновения;

-способность распознавать и принимать чувства других людей;

-способность к эмпатии.

Упражнения из данного сборника дидактических игр возможно применять самостоятельно в ходе игровой, организованной образовательной деятельности и в режимных моментах, (образовательные области: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие), а можно и в качестве дополнения к коррекционно-развивающим заданиям узких специалистов (педагог-психолог, учитель-дефектолог). Предложенные игры можно проводить, как в индивидуальной, так и в групповой форме.

Дидактические игры представленного сборника частично являются авторской разработкой, а частично подобраны автором из других источников и модифицированы под дошкольный возраст (4-7 лет). Все они просты и доступны в выполнении и требуют небольшого набора дополнительных стимульных материалов: (игры «занимательные фантазеры», «на кого я похож», «отгадай мою эмоцию, «две подружки грусть и радость» - карточки с картинками, также игра «две подружки грусть и радость» - музыкальное

сопровождение). Все дополнительные стимульные материалы опубликованы в приложениях к данной методической разработке.

Использование игр из данного сборника дидактических игр по развитию эмоционального интеллекта рекомендуется для ДОУ, как в организованной образовательной деятельности, так и в режимных процессах, а также при организации сотрудничества дошкольной образовательной организации с семьями воспитанников, в том числе для использования педагогами в частной практике.

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Игры и упражнения для развития эмоционального интеллекта у дошкольников целесообразно проводить в группах ДОУ планомерно. Рекомендуется планировать их проведение еженедельно в разделе «социально – коммуникативное развитие». Однако, в случае если какая-либо из предложенных игр подходит под другую образовательную или игровую деятельность, рекомендовано использовать ее согласно ситуации. Игры хороши тем, что они непринуждённые, разносторонние, легки в использовании и всегда интересны детям.

Игра 1
«Хитрый водящий»

Цель игры: помочь детям осознать золотое правило нравственности: «Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе».

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие, речевое развитие, познавательное развитие, физическое развитие.

Как играть

Игра рассчитана на компанию из нескольких человек. Выбирается ведущий. Как правило, это взрослый, которому известен «секрет» игры. Каждый из детей должен придумать для ведущего задание:

* как мама моет полы, как папа рубит дрова, как бабушка делает пирог;

* как муравей несёт добычу, как волк воет на луну, как медведь спит в берлоге, как бобр строит плотину;

* попрыгай как мячик, забей гол в ворота, попади в корзину, покрути обруч.

Задания могут быть любыми, при условии, что их выполнение не причинит никому вреда. Когда все игроки высказались, ведущий объявляет главную «секрет»: выполнять задания предстоит не ему, а тем, кто их придумал.

На что обратить внимание:

При повторном выполнении упражнения его воспитательная ценность существенно падает. Зная «секрет», дети будут придумывать задания очень осторожно.

Игра 2

«Друзья шарика»

Цель игры: научить ребёнка расслабляться, подстегнуть работу его воображения, помочь анализировать собственные переживания.

Возраст: 5-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие

Используемые материалы: шарик (любого цвета и формы)

Как играть

Попросите ребенка надуть яркий или черный воздушный шарик. Придумайте историю, суть которой в том, что шарик переполнен эмоциями (на выбор):

- ему очень обидно, что его все толкают;
- он боится, что сможет лопнуть, когда его возьмут в руки;
- он сказал неправду и ему стыдно, он обманул друзей.

Задача ребенка сделать так, чтобы шарик не лопнул от нахлынувших эмоций, ему надо помочь. Пусть ребёнок медленно выпустит воздух из шарика, приговаривая в этот момент что-то подбадривающее, какие-то слова поддержки.

На что обратить внимание

Желательно, чтобы надувал шарик, а затем выпускал из него воздух ребёнок, но если потребуется, то необходимо помочь с этой частью задания.

Спрашивайте ребенка, бывали ли у него ситуации, в которых он чувствовал себя как этот шарик (эмоции могут быть и радостными, не обязательно упоминать страх, досаду или стыд).

Игра 3
«Дари добро»

Цель игры: научить детей радовать окружающих и получать удовольствие от вызванных эмоций.

Возраст: 5-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие

Используемые материалы: вязаное сердечко или надувной шар (или любой другой понравившийся предмет)

Как играть

Все участники игры садятся или становятся в круг. Для создания особой «таинственной» атмосферы рекомендуется сесть на ковёр как можно ближе друг к другу, но если ребята захотят стоять, это тоже приветствуется.

Ведущий поворачивается к своему соседу справа и говорит ему какой-то комплимент, что-то приятное:

- «Мне очень нравится твои глаза».
- «Ты нарисовал очень красивую открытку».
- «Я счастлива, что ты моя подруга».
- «У тебя очень красивое платье».
- «Ты настоящий , добрый друг» и пр.

Тот, кому адресованы «приятности», не забыв поблагодарить за них, поворачивается к своему соседу слева и передаёт «эстафету добра».

На что обратить внимание

Приятные слова не должны повторяться.

Если один из игроков растерялся и не может придумать добрых слов, он выражает сожаление и просит помощи у остальных ребят. Игра должна проходить в спокойной, дружеской атмосфере. Исключите соревновательный, азартный компонент.

Перед детьми не стоит задача продемонстрировать свою находчивость и придумать больше всех «приятностей». Их цель — подарить радость товарищам по этому упражнению, полезному для развития эмоционального интеллекта.

Игра 4
«Занимательные фантазёры»

Цель игры: научить ребёнка анализировать эмоциональное состояние, развивать чуткость и воображение.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие, речевое развитие

Используемые материалы: картинки с эмоциями людей (Приложение 1).

Как играть

Подготовьте несколько картинок, на которых изображены эмоции людей. Задавайте следующие вопросы:

- Опиши, что ты видишь на картинке? Какое настроение у человека на картинке?
- Придумать, что предшествовало изображенному моменту, почему у него такое настроение?
- Давай с тобой пофантазируем. А что могло произойти дальше?

На что обратить внимание

Чем больше деталей заметит ребёнок на картинке, тем лучше. Если в процессе работы над эмоциональным интеллектом вы будете периодически повторять показ картинок, то непременно заметите, что внимательность ребёнка к деталям возрастает.

Игра 5
«Две подружки Грусть и Радость»

Цель игры: научить ребенка распознавать настроение и эмоции.

Возраст: 3-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие, физическое развитие, художественно – эстетическое развитие.

Используемые материалы: магнитофон, флика с музыкой, карточки с изображением движений (Приложение 2).

Музыка:

*Ф.Шопен – Вальс до-диез; П.И.Чайковский – ноябрь; Л.Бетховен – Лунная соната.

*М.Глинка –Полька; В.А.Моцарт –Маленькая ночная серенада; В.А. Моцарт –Турецкий марш.

Как играть

Танцы – это энергия, которая отлично передает эмоции и настроение. Предложите детям придумать свой "танец радости" или "танец грусти". В этой игре важно работать с разным настроением, и под каждую эмоцию ребенок двигается по своему усмотрению.

Вариант 1. Если играет группа детей, то все по очереди предлагают свое движение, которое повторяют остальные. Так получается самый искренний, импровизированный танец.

Вариант 2. Берутся карточки с движениями. Ребята вытягивают по очереди карточку с движением и исполняют танец в зависимости от музыки.

Игра 6

«Подари мне радость»

Цель игры: научит детей понимать свои и чужие эмоции, формирование навык сопереживания и поддержки друг друга.

Возраст: 5-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие

Используемые материалы: маленькая игрушка.

Как играть

Ведущий прячет сюрприз и предлагаем ребенку его найти. Если ребёнок удаляется от цели – выражение лица ведущего и других детей становится грустнее, если приближается к ней – ведущий и другие участники игры проявляет все больше радости. И вот в момент, когда сюрприз найден, все счастливы, поздравляют и обнимают друг друга! При этом эмоция поддерживается всеми участниками игры.

На что обратить внимание

Важно, чтобы в течение недели сыграли все дети, и каждый нашел сюрприз. Если детей немного, то лучше каждому сыграть в течение одного дня.

Игра 7
«Копилка доброты»

Цель игры: стимулировать ребёнка совершать хорошие дела и вызывать у других положительные эмоции.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие

Используемые материалы: цветная бумага, ножницы, копилка

Как играть

Вырежьте из цветной бумаги сердечки. В конце каждого дня предложите ребенку положить в «копилку» столько сердечек, сколько добрых дел он сегодня совершил. Если ребёнок затрудняется, помогите ему найти это доброе дело даже в малейших положительных поступках.

Игра 8
«Мешочек помощи»

Цель игры: помочь ребёнку научиться распознавать свои эмоции, избавляться от негативных эмоциональных переживаний.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие

Используемые материалы: картинки тучки, мешочек

Как играть

Воспитатель дает ребенку черные тучки, предлагая сложить их в мешок. При этом он просит ребенка рассказать, какие плохие поступки были у него сегодня. Договоритесь с ребёнком, что вы складываете вашу злость, обиду или другую отрицательную эмоцию в этот мешок и идете выбрасывать их.

Игра 9
«Ласковые имена»

Цель игры: воспитывать доброжелательное отношение одного ребенка к другому.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально- коммуникативное развитие, речевое развитие

Используемые материалы: мячик

Как играть

Игроки должны встать в круг. Один из участников бросает мяч другому, называя его ласково по имени. Например: Гришечка, Гришаня, Гриня и т.д. Второй игрок бросает следующему. Выигрывает тот, кто назвал больше ласковых имён.

Игра 10
«Пирамида любви»

Цель игры: научить ребёнка распознавать свои чувства.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие, художественно – эстетическое развитие.

Как играть

Воспитатель вспоминает вместе с детьми о том, что все мы что-то любим. У кого-то это мама, у кого-то собака, а некоторым просто нравится тортик (вспомнить вместе с детьми их любимые цветы любимую песню и др.).

Далее воспитатель предлагает детям построить «пирамиду любви». Воспитатель начинает ее строить, называя то, что он любит и кладет руку в центр. Затем каждый из ребят называет то, что ему нравится или вызывает симпатию и кладет свою руку сверху. Таким образом, получилась целая пирамида.

Игра 11
«Угадай эмоцию»

Цель игры: Научить детей распознавать настроение собеседника.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие, речевое развитие

Как играть

Попробуйте произнести одну и ту же обычную фразу, например: «С днём рождения!», с разными интонациями *(радостно, грустно, зло, удивленно, испуганно и т.д.).* Пусть ребенок попробует угадать эмоцию. Придумайте другую фразу: «Будь здоров!», «Приятного аппетита» и поменяйтесь ролями.

Игра 12
«Цвето-настроение»

Цель: развитие умения описывать свое настроение и настроение других, развитие эмпатии, ассоциативного мышления.

Возраст: 5-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, художественно – эстетическое развитие

Используемые материалы: ватман, краски, кисть, вода, разноцветные лепестки, клей, корзина.

Как играть

Вариант 1. Создается цвето - полотно настроения группы. Например, на общем листе ватмана с помощью красок каждый ребенок рисует свое настроение в виде полоски, или облачка, или просто в виде пятна.

Вариант 2. Из корзинки с разноцветными лепестками из цветной бумаги каждый ребенок выбирает для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету его настроения. Затем все лепестки собираются в общую ромашку.

Игра 13
«Чудо – сад улыбок»

Цель: развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Возраст:5-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие, художественно –эстетическое развитие.

Используемые материалы: лист бумаги, цветные карандаши.

Как играть

Вводная беседа:
- Когда люди улыбаются?
- Какие бывают улыбки?
- Попробуйте их показать.

Воспитатель предлагает детям улыбнуться сдержанно, хитро, искренне... Далее просит каждого нарисовать улыбающегося человека.

Обсуждение:

- Улыбающийся человек, какой он?

Игра 14
«На кого я похож»

Цель: развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Возраст: 5-7 лет

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие

Используемые материалы: карточки с животными, птицами, насекомыми (Приложение 3).

Как играть

Для игры подойдут любые наборы карточек с изображениями зверей, птиц и насекомых. Ребенку предлагается внимательно рассмотреть карточки с птицами (зверями, насекомыми), разложенные на столе и представить себя в образе одного из животных. Выбрать карту, которая символизирует его в данный момент. Объяснить, чем именно эта птица (зверь, насекомое) похожа на него (назвать 3 качества, которые ей присущи).

Игра 15
«Отгадай мою эмоцию»

Цель способствовать развитию понимания мимических выражений и выражения лица.

Возраст: 4-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие

Используемые материалы: картинки – эмоции маски, животные (Приложение 4).

Как играть

Вариант 1 Воспитатель предлагает детям различные картинки, маски: - радость,- удивление,- интерес,- гнев, - злость, - страх,- стыд,- презрение, - отвращение. Задача детей определить, какое чувство выражает маска.

Вариант 2. Каждому из ребёнку дается задание - выразить с помощью мимики горе, радость, боль, страх, удивление и другие эмоции. Для облегчения задания ребенку можно предложить использовать картинки – маски. Ребенок смотрит на картинку, понимает эмоцию и изображает ее по подобию. Остальные дети должны определить, что пытался изобразить ребёнок.

Игра 16
«Как ты себя чувствуешь?»

Цель: развитие эмпатии, умения чувствовать настроение другого.

Возраст:6-7 лет

Образовательная область: социально –коммуникативное развитие, речевое развитие

Как играть

Упражнение выполняется по кругу. Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом. Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.

Игра 17
«Художник слова»

Цель: развитие способности описывать наблюдаемое, умения выделять существенные для описания детали, использование приемлемых, необидных слов, расширение активного и пассивного словаря детей.

Возраст: 6-7 лет

Образовательная область: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие

Как играть

Каждый ребенок по очереди задумывает кого-то из группы и начинает рисовать его словесный портрет – не называя его внешние особенности, не называя имени этого человека.

Учитывая уровень развития детей можно предложить им упражнения на ассоциативное восприятие. (На какое животное похож? На какой цветок? На какой предмет мебели? На какую игрушку похож? и т.д.)

Игра 18
«Мое настроение»

Цель: развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроения других, развитие эмпатии.

Возраст: 6-7 лет

Образовательная область: социально –коммуникативное развитие.

Используемые материалы: цветовая палитра (по желанию)

Как играть

Детям предлагается рассказать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении - все зависит от фантазии и желания ребенка.

Игра 19
«Наше настроение»

Цель: развитие умения описывать свое настроение, распознавать спектр эмоциональных проявлений.

Возраст: 4-7 лет

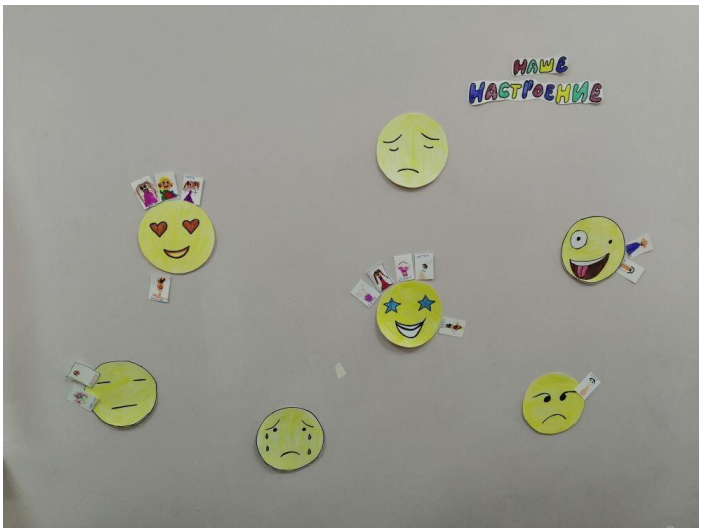
Образовательная область: социально –коммуникативное развитие.

Используемые материалы: плакат с изображениями эмоций/настроений, карточки с именами/портретами детей

Как играть

Детям предлагается выбрать из спектра настроений то, которое соответствует их настроению на данный момент, прикрепить к нему карточку со своим «портретом». По ходу изменения эмоционального состояния, ребенку предлагается переместить свой «портрет» к изображению с другим настроением. Ребенку предлагается объяснить, как изменилось его настроение, что на это повлияло и т.д.

НАШЕ
НАСТРОЕНИЕ


НАШЕ
НАСТРОЕНИЕ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоциональное развитие человека имеет большое значение для его жизни и оказывает влияние на все сферы жизнедеятельности человека.

Значительной является роль дошкольного образовательного учреждения, так как в условиях ДОУ возможно организовать педагогически обоснованную, систематическую и комплексную работу с дошкольниками по развитию эмоционального интеллекта.

Работу над развитием эмоционального интеллекта у дошкольников необходимо проводить в тесном сотрудничестве с родителями воспитанников. Воспитатель и родители должны создавать для детей благоприятную, эмоциональную среду, уважать, прислушиваться к его мнению. Пристальное внимание родителей к личностным качествам и свойствам детей, к взаимоотношениям со сверстниками, к культуре их отношений и эмоциональных проявлений укрепляет в сознании дошкольников социальную значимость.

Важным являются педагогические условия развития эмоционального интеллекта:

- формирование развивающей среды в группе;
- разработка и реализация системы мероприятия;
- разработка педагогических рекомендаций родителям и воспитателям по совершенствованию эмоционального воспитания детей дошкольного возраста.

Использование игр и упражнений из данного сборника по развитию эмоционального интеллекта «Гостиная эмоций» позволят оптимизировать эмоциональное становление ребенка, совершенствовать его самосознание, способность к рефлексии и децентрации (способности встать на позицию партнера по общению), что соответствует критериям современного ФГОС ДО.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации / И. Н. Андреева // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / под редакцией Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. — Москва : Изд-во Института психологии РАН, 2009

2. Комарова Т. С. Дошкольная педагогика. Коллективное творчество детей : учебное пособие — 2-е изд., испр. и доп. — Москва, 2017.

3. Савенков А. И. Развитие эмоционального интеллекта и социальной компетентности у детей — Москва : НКЦ, 2015.

4. Савенкова Т. Д. Развитие эмоционального интеллекта ребенка средствами игровой и художественной деятельности // Известия института педагогики и психологии образования. — 2018.

5. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказы письма Минобрнауки РФ. — Москва : ТЦ Сфера, 2018.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

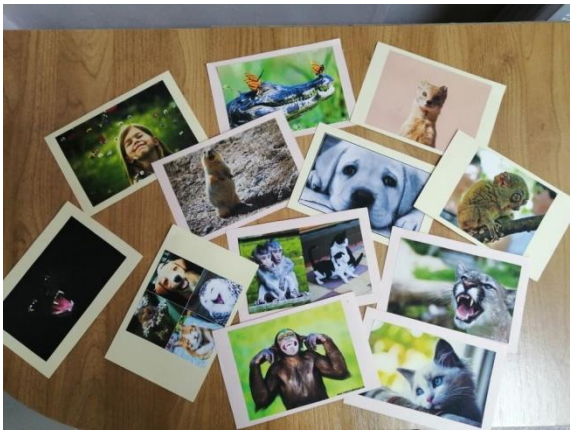
Игра «Занимательные Фантазёры»

Приложение 2

«Две подружки: Грусть и Радость»

Приложение 3

Игра «На кого я похож»

Приложение 4

Игра «Отгадай мою эмоцию»