

Росада Алла Юрьевна

старший воспитатель

Лопанская Екатерина Николаевна

воспитатель

Иванова Наталья Владимировна

воспитатель

Копчинская Алла Ленидовна

воспитатель

МБДОУ Д/С №7 «Семицветик»

г. Белгород, Белгородская область

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье раскрывается актуальность эмоционального развития детей. Подчеркивается важность того, чтобы ребёнок знал и понимал, что не бывает плохих или хороших эмоций. Каждая из них – ключ к познанию окружающего мира. Эмоции позволяют людям лучше взаимодействовать с окружающими, лучше понимать себя и других, доверять друг другу и действовать в команде, ставить перед собой цели и достигать их.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоции, дети дошкольного возраста, утренний круг, вечерний круг.

Эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желание, как свои собственные, так и других людей, а также способность правильного управления эмоциями.

Без эмоций жизнь представить невозможно – мы радуемся, удивляемся, сердимся, грустим каждый день. И очень важно чтобы ребёнок знал и понимал, что не бывает плохих или хороших эмоций. Каждая из них – ключ к познанию окружающего мира. Эмоции позволяют людям эффективно взаимодействовать с окружающими, лучше понимать себя и других, доверять друг другу и действовать в команде, ставить перед собой цели и достигать их.

С учётом актуальности развития эмоционального интеллекта, как основы успешной жизни человека внедрены в практику различные методики.

В процессе занятий, основанных на методике развития эмоционального интеллекта, дети учатся:

- понимать себя, свои эмоции и потребности;
- называть и распознавать свои эмоции; правильно вести себя в различных ситуациях;
- понимать эмоции и потребности окружающих;
- доброжелательно и эффективно взаимодействовать с окружающими;
- эффективно воспринимать новую информацию, легко осваивать любой образовательный материал.

Также у детей развиваются:

- коммуникативные навыки;
- вербальные навыки;
- когнитивные навыки: память, внимание, логическое и абстрактное мышление;
- познавательные способности;
- навыки целеполагания и достижения целей;
- стрессоустойчивость;
- навыки адаптации к новым обстоятельствам;
- навыки разрешения конфликтов.

В детском саду введены новые элементы режима дня: *утренний и вечерний круг*.

Утренний круг. Проводится в форме развивающего общения (диалога).

Цель утреннего *круга* поделиться впечатлениями, узнать новости, обсудить планы, проблемы, договориться о правилах, создать эмоциональный настрой на весь день.

Для сообщения организации утреннего *круга* используем колокольчик.

Приветствие: Яочень рада всех вас видеть сегодня! Давайте поприветствуем друг друга. Как можно поприветствовать друг друга? (Ответы детей.) (По-

жать друг другу руки, поднять левую руку вверх, послать воздушный поцелуй.) Я знаю еще один способ поприветствовать друг друга. Давайте попробуем поздороваться так:

Упражнение «Добрый друг».

Дети встают в круг и берутся за руки. Проговаривают хором слова:

Здравствуй, друг! (Пожимают друг другу руки.)

Как ты тут? (Удивленно разводят руками.)

Я скучал, (Прижимают руки к груди.)

Ты пришёл, (Снова берутся за руки.)

Хорошо! (Сходятся в центр, обнимаясь.)

Я предлагаю вам сесть в круг и поприветствовать друг друга доброй, открытой улыбкой. Ведь именно улыбка способствует позитивному настроению, развитию уверенности в себе, эмоциональной раскованности.

Вместе с детьми вспоминаем, какое время года, какой месяц, день недели.

Обмен новостями.

– Ребята, мы с вами не виделись целый вечер и ночь. И у вас наверно очень много новостей. У меня в руках мяч. Мы будем передавать наш волшебный мяч по кругу, и каждый, кто захочет, расскажет нам, как он провел своё вечернее время.

Воспитатель напоминает правила:

– Говорит один – тот, у кого в руках мяч. – Внимательно слушаем других.

Планирование дня.

– А я хочу напомнить, что сегодня у нас два интересных занятия: 1. Занятие по ... 2. Проведём эксперимент ... И ещё мы с вами...

Итог.

– Я желаю вам сегодня быть успешными, что бы в работе у вас всё получалось, хорошего настроения вам. Удачного дня!!!

Вечерний круг.

Проводится в форме рефлексии – обсуждения с детьми наиболее важных моментов прошедшего дня. Цель вечернего круга – научить детей осознавать и

анализировать свои поступки и поступки сверстников. Для плодотворного обсуждения создается благоприятный психологический настрой, включаем спокойную легкую *музыку*: желательно одну и ту же мелодию на определённый период времени. Дети по кругу передают друг другу какой-нибудь предмет, (мячик, колокольчик, ракушку, камешек) во время ответов на вопрос.

Завершаем вечерний *круг* эмоциональной зарядкой:

Улыбнемся мы вот так,
Застесняемся вот так,
Рассмеёмся, разозлимся,
Топнем ножкой, удивимся,
Хмурим брови, расправляем.
Хорошо все чувства знаем!

Стараемся, чтобы круг, образованный детьми, находился всегда в одном и том же месте, так как дети привыкают обсуждать свои проблемы в кругу.

Вопросы, задаваемые во время «ежедневного *круга*», распределяем на несколько тем.

Например: «Чем мы сегодня будем заниматься?», «Что интересного произошло у нас в группе вчера?», «Что делать, если хочется подраться?», «Почему не удастся соблюдать правила?», «Как вы думаете, кого можно назвать добрым?» и многие другие, на усмотрение воспитателя.

Инновационная технология «утренний и вечерний круг» позволяет на должном уровне преодолевать назревшие трудности у детей с заниженной самооценкой, робостью, застенчивостью в контактах со сверстниками и малознакомыми людьми.

Способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей формируется у детей лишь по мере личностного развития.

Основная цель – ввести ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помочь прожить определенное эмоциональное состояние, объяснить, что оно обозначает, и дать ему словесное наименование. Накапливая определенные момен-

ты проживания на каком-либо чувстве, ребёнок сможет создать свой собственный «эмоциональный фонд», с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают.

Наши задачи – научить детей понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации; развивать способность ребёнка к сопереживанию; формировать позитивное отношение к сверстникам.

Кроме того, в ходе работы дети непосредственно знакомятся с навыками релаксации, что создает условия для формирования у них способности управлять своими эмоциональным состоянием. Обсуждение и «проживание» ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия.

На начальном этапе проводится наблюдение, так же используется опросник «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А.М. Щетинина) (для родителей и воспитателей).

Список литературы

1. Волосова Е. Развитие эмоций у детей / Е. Волосова // Дошкольное воспитание. – 1979. – №11. – С. 57.
2. Ленкина В.О. Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста / В.О. Ленкина, А.А. Огир, О.В. Вартамян [и др.] // Молодой ученый. – 2017. – №13. – С. 569–571.
3. Веракса Н.Е. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева; под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: Мозаика Синтез, 2014. – 368 с.
4. Урунтаева Г.А. Детская психология: учебник для студ. сред. учеб. заведений / Г.А. Урунтаева. – М.: Академия, 2006. – 368 с.
5. Шакуров Р.Х. Человек формируется с детства / Р.Х. Шакуров. – М.: Педагогика, 1972. – 110 с.