

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 18»  
Н.В. Сулимова  
«11» января 2021 г.

**Практико — ориентированный проект  
«Страна настроений»  
(средняя, старшая группы)**

Разработали:  
воспитатели: Гиенко Ю.В.  
Горских Ю.Ю.

Срок реализации: 2 года

январь 2021 г.  
г. Барнаул

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	3
1. Цель и задачи проекта .....	4
2.1. Актуальность.....	5
2.2. Предполагаемый результат проекта.....	6
2.3. Принципы реализации проекта.....	7
2.4. Методы и формы реализации проекта.....	7
2.5. Взаимодействие с семьей.....	8
3. Практическая реализация проекта	
3.1. Содержание реализации проекта.....	9
3.2. Этапы реализации проекта.....	9
3.3. План реализации проекта .....	11
3.4. Ресурсное обеспечение.....	20
Словарь терминов .....	21
Список использованной литературы.....	21

## Введение

Современному обществу уже давно стал очевиден тот факт, что развитие ребенка необходимо начинать с раннего возраста. Однако, некоторыми родителями, а иногда и педагогами, под развитием понимается только интеллектуальное, познавательное, сформированность определенных учебных навыков, физическое здоровье и самочувствие ребенка. Но это лишь одна сторона гармонично развивающейся личности ребенка. Обратная сторона – эмоционально-личностное развитие, которому мало кто всерьез уделяет должное внимание. Как справедливо указывали педагоги Л.С Выготский и А.В. Запорожец, ребенок будет гармонично развиваться, когда будет учитываться согласованное развитие эмоциональной и интеллектуальной систем.

Человек – существо эмоциональное, все, с чем он сталкивается в повседневной жизни, вызывает у него ту или иную реакцию, какое-то отношение, чувства. Что-то нам нравится, вызывает восхищение, умиляет, успокаивает, а что-то злит, тревожит, пугает. Парадокс состоит в том, что одна и та же ситуация может вызывать разные чувства. И два разных человека по-своемуотреагируют на ситуацию. Взрослый человек так или иначе может контролировать свои чувства, поведение, ребенок не всегда способен это сделать в силу своей импульсивности, непосредственности.

Дошкольный период является сензитивным для развития многих психических процессов. Элементарные нравственные представления и чувства, простейшие навыки поведения, навыки общения со сверстниками и взрослыми, приобретенные в данный период ребенком впоследствии станут фундаментом для развития новых форм поведения, правил и норм.

Одной из важнейших характеристик эмоций является их связь с познавательными процессами, волевой и социально – личностной сферой. В современной литературе накоплен целый ряд конкретных экспериментальных данных о связи эмоций с различными познавательными процессами: памятью, восприятием и мышлением. Гармоничное развитие эмоциональной сферы дошкольника – это залог благополучного интеллекта, воли, самосознания.

В настоящее время увеличилось количество детей отличающихся повышенным беспокойством, высокой тревожностью, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Детям с высоким уровнем тревожности очень трудно адаптироваться в жизни.

Следовательно, актуальность данной проблемы очевидна. Она заключается в следующем: рассмотрение вопроса о развитии эмоциональной сферы и личности ребенка дошкольника предполагает всестороннее изучение его личности, поведения и деятельности, взаимоотношений с окружающими людьми, особенностей его переживаний, мировоззрения и качеств личности.

Почему эту проблему важно обсуждать и решать? Потому что у детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выражать своё эмоциональное состояние социально приемлемым способом. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т.д. Работу по развитию эмоциональной сферы определили в форме практико – ориентированного проекта «Страна настроений».

В проекте кроме детей и педагога-психолога задействованы и родители. Это не случайно и имеет важное значение для успешной реализации проекта и качественного обучения детей. Дети легко перенимают образцы агрессивного поведения взрослых, повсеместно их демонстрируя. Как подчеркивал А. В. Запорожец эмоциональное неблагополучие в общении с близкими ведет к нарушениям в формировании личности. Важно знакомить родителей (на всеобщих, практикумах и т. д.) с особенностями эмоциональной сферы ребенка и даже навыкам эффективного общения,

где родители учатся открыто высказывать свои чувства по отношению к ребенку. Родители сами недостаточно грамотно дифференцируют свои чувства и показывают их ребенку. А ведь именно на родителя ориентируется ребенок – как на образец!

Ценность занятий по проекту «Страна настроений» состоит в том, что благодаря развитию эмоциональной сферы, дети расширяют круг осознаваемых чувств, они начинают глубже понимать себя и окружающих людей, им становится легче наладить дружеские отношения внутри коллектива сверстников. Целенаправленная совместная работа педагогов и родителей по социально-эмоциональному воспитанию позволит выявить и скорректировать нежелательные эмоциональные проявления детей и сформировать у них чувство уверенности в себе и осознанно правильное отношение к миру посредством выражения положительных эмоций.

*Цель проекта:* создание благоприятной атмосферы в группе, развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в образовательной организации

*Задачи:*

1. Научить детей понимать и выражать эмоции;
  - учить рассказывать о них;
  - передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства;
  - переключаться с одного эмоционального состояния в противоположное;
  - соотносить свои эмоции, чувства с эмоциями и чувствами других людей, сравнивать их, и саморегулировать их таким образом, чтобы было комфортно им самим и окружающим их людям.
2. Познакомить детей с основными эмоциями и чувствами;
3. Воспитать бережное отношение к чувствам и настроениям другого человека;
4. Выявить соотношение между формированием эмоциональной сферы и возрастными особенностями детей дошкольного возраста;
5. Создать условия для ознакомления детей с миром эмоций и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния через игру.
6. Разработать систему занятий, комплекс игр, упражнений, психологических и театральных этюдов по формированию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста;
7. Повысить уровень информированности родителей в вопросах формирования положительной эмоционально – личностной сферы дошкольника, привлечь родителей в совместную деятельность.

Продолжительность проведения проекта	Долгосрочный (2 учебных года — январь 2021 — декабрь 2021, январь 2022 — декабрь 2022)
Вид проекта	Практико-ориентированный
Участники проекта	Дети, воспитатели, педагог-психолог, родители, музыкальный руководитель
Направление	Социально-коммуникативное
Предмет	- предметно-пространственная среда, направленная на сохранение психического здоровья детей; - комплекс игр, упражнений, психологических

	и театральных этюдов на формирование социально-эмоциональной сферы детей дошкольного возраста, когнитивные схемы.
Объект	Дети среднего дошкольного возраста от 4 до 5 лет, старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет
База реализации	МДОУ № 18 «Весёлые звоночки», средняя группа «Вишенки», старшая группа «Вишенки»

### 2.1. Актуальность проекта «Страна настроений»

Педагогическое сопровождение процесса развития представлений об эмоциях должно осуществляться через влияние на познавательные процессы личности: восприятие, мышление, память и др. и обогащение опыта объективных переживаний. Для младшего дошкольного возраста (3-4года) характерно понимание четырех эмоций: радости, грусти, страха, злости. В среднем дошкольном возрасте (4-5 лет) к этим эмоциональным состояниям добавляются эмоции удивления. В старшем дошкольном возрасте (5-6 лет) расширяется, в него включаются социальные эмоции обиды, вины и стыда. Таким образом, в дошкольном возрасте детям доступно восприятие и понимание восьми основных эмоций, которые с учетом возрастных особенностей детей, вводятся в определенной последовательности.

Основными средствами развития представлений об эмоциях у детей выступает детская художественная литература, фольклор, иллюстративный материал, серии картин, настольный театр и развивающие игры.

Самым лучшим способом развития эмоционального мира являются игры. В процессе игрового взаимодействия расширяется детский эмоциональный словарь, который потом даст возможность обозначить словом те эмоции, которые переполняют и захлестывают ребенка, в доступной форме объяснить ему, как лучше понять то или иное состояние – свое или других детей – тем самым облегчая его проживание. Работа эта основывается на положительных эмоциях, которые стимулируют деятельность, увеличивают энергию и напряжение сил человека, побуждают его к поступкам, высказываниям.

При разработке данного проекта отбирались наиболее интересные доступные к освоению игры, упражнения, психологические и театральные этюды и сюжеты, которые смогли бы завлечь ребенка и помочь ему раскрыться.

Со среднего возраста к этим средствам добавляется еще одно – когнитивные схемы эмоций. В схемах фиксируются однозначные прямо согласующие связи между причиной и следствием

Вводя когнитивные схемы, с целью развития представлений об эмоциях, роль педагога средней группы заключается в следующем:

- Оформление наглядного материала: серий картин, различных вариантов когнитивных схем эмоций.
- Побуждение детей к называнию основных, существенных признаков того или иного эмоционального проявления.
- При рассматривании когнитивных схем эмоций следует начинать со следствия – эмоционального проявления к причине – содержанию ситуации, события, повлекшие за собой данное эмоциональное проявление; подводить детей к пониманию того, что одна и та же эмоция может быть вызвана разными причинами.
- Привлечение детей к выполнению заданий в альбомах «Раскрась эпизоды из рассказов, сказок, ориентируясь на эмоциональное состояние каждого персонажа. Или подбери одежду, которая подходит к настроению каждой девочки.
- Совместное оценивание ситуаций, поступков с точки зрения их социально

нравственной значимости: добрый справедливый поступок приносит радость, а злой, жестокий должен получать заслуженное осуждение и неприятие.

- Обращение к собственному личностному опыту детей с целью обогащения их представлений о нравственной стороне поступков, адекватных способах поведения в той или иной ситуации.

Для решения поставленных задач ,максимально использовать все анализаторы ребенка: слуховой, зрительный, тактильный и т. д. Занятия-тренинги целиком проходят в форме игры. Игровые приемы обеспечивают динамичность процесса обучения, максимально удовлетворяют потребности ребенка в самостоятельности– речевой и поведенческой (движения, действия и т. п.). Использование игр в обучении детей помогает активизировать деятельность детей, развивать познавательную активность, наблюдательность, внимание, память, мышление, поддерживает интерес к изучаемому, развивает творческое воображение, образное мышление.

Проект составлен с учётом реализации интеграции образовательных областей:

«Художественно-эстетическое развитие» - осуществляется знакомство с миром эмоций.

«Познавательное развитие»-осуществляется ознакомление с окружающим миром. Идет исследовательская образовательная деятельность, где ребенок сталкивается с решением проблемных ситуаций, схематичное моделирование.

«Речевое развитие», где осуществляется обогащение словарного запаса, становление звуковой культуры речи, развитие связной речи, которая является основой для общения.

«Физическое развитие» - дети выполняют двигательные упражнения, пальчиковые гимнастики, гимнастику для глаз, подвижные и хороводные игры.

## 2.2. Предполагаемый результат проекта

Педагогами изучены теоретические основы эмоционально – волевого развития личности дошкольника, сделана подборка и анализ методической литературы; выявлено соотношение между формированием эмоциональной сферы и возрастными особенностями детей дошкольного возраста. Повысится уровень психологической культуры, эмоциональной стабильности.

Созданы условия для ознакомления детей с миром эмоций и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния.

В группе оборудован центр эмоционального развития, уголок настроения . Современные дети трудно приспосабливаются к жизни в коллективе сверстников, что выражается в:

- неуважении своих товарищей;
- неумении контролировать свой гнев, выражая его открытой агрессией;
- неспособности руководить своими эмоциями, настроением, чувствами.

В связи с этим перед педагогом встаёт задача создания условий для формирования эмоционального благополучия ребят. Решить эту проблему помогает модель предметно-развивающей среды — центр психологической разгрузки – уголок уединения,«коврик злости», «скамейка примирения». Пополнился арсенал дидактических игр «Страна настроений» по блокам, составлены варианты когнитивных схем эмоций.

Систематизирован дидактический материал для игровых занятий, комплексы игр, упражнений, психологических и театральных этюдов по формированию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста; составлена картотека игр и упражнений на снятие психоэмоционального напряжения.

При рассмотрении когнитивных схем эмоций подвели детей к пониманию того, что одна и та же эмоция может быть вызвана разными причинами.

Совместное оценивание ситуаций, поступков с точки зрения их социально нравственной значимости: подведет детей к пониманию, что добрый справедливый поступок приносит радость, а злой, жестокий должен получать заслуженное осуждение и неприятие.

Дети через серию игр «Радуга эмоций» научатся выражать свое эмоциональное состояние

вербально, мимикой, в рисунке, движениями; станут лучше понимать эмоциональное состояние других людей; освоят способы, саморегуляции и самоконтроля.

Повысится уровень информированности родителей в вопросах формирования положительной эмоционально – личностной сферы дошкольника, они глубже осознают свою роль в эмоциональном благополучии ребенка и примут активное участие в совместной деятельности.

### 2.3. Принципы реализации проекта

- ✓ Принцип развивающего обучения. «Обучение только тогда хорошо когда оно идет впереди развития. Тогда оно пробуждает и вызывает к жизни целый ряд функций, находящихся в стадии созревания, лежащих в зоне ближайшего развития». Придерживаясь данного принципа, надо стараться дать детям знания повышенного уровня, опережающие их развитие.
- ✓ Принцип свободы выбора. Предоставляется детям возможность выбрать подходящую на их взгляд игру или этюд. При использовании этого принципа особенно повышается интерес к активной деятельности.
- ✓ Принцип активности и самовыражения. Заключается в постановке ребёнка в позицию самоконтроля.
- ✓ Принцип симпатии и участия. Участие ребёнка только по его желанию.
- ✓ Принцип взаимодействия. В основе взаимодействия лежит сотрудничество педагогов и родителей, которое предполагает равенство позиций партнёров, уважительное отношение друг к другу взаимодействующих сторон с учётом индивидуальных возможностей и способностей.
- ✓ Принцип психологической комфортности. Важно учитывать индивидуальные особенности, возрастные возможности детей, увидеть ребенка «изнутри», видеть побудительные мотивы, движущие детьми, безусловное положительное отношение к ребенку и его индивидуальности независимо от того, радует он в данный момент или нет, право ребенка в решении тех или иных проблем.

### 2.4. Методы и формы реализации проекта

Методы работы с детьми по проведению первоначальной диагностики:

- ♦ Тест «Сделаем вместе»;
- ♦ графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой.

Методы работы:

- Наглядные – (наблюдения, иллюстрации, пиктограммы, просмотр видео, мультфильмов и презентаций).
- Словесные – (беседы, объяснения, вопросы, художественное слово, пояснение, поощрение, использование фольклорных материалов). Игры на развитие навыков общения, игры-драматизации, незаконченные предложения; сочинение историй и сказок
- Практические – показ способов изображения и способов действия (общий и индивидуальный); рисуночные методы.

Для реализации проекта рекомендуется использовать следующие формы организации детей:

- Коллективная
- Подгрупповая
- Индивидуальная
- Работа в парах
- Совместная деятельность воспитателя с ребенком
- Самостоятельная деятельность детей

- Совместная деятельность детей и родителей.

Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей и формированию нравственных качеств детей.

Формы работы с детьми по ФГОС ДО, соответствующие, условно каждому виду деятельности

Виды деятельности	Формы работы
<i>Игровая.</i>	Игры с правилами, сюжетно- ролевые игры, игры с сюжетными игрушками, игры-драматизации, дидактические, настольно-печатные игры, игровые упражнения, тренинги, элементы арт-терапии,
<i>Коммуникативная.</i>	Нравственно – этические беседы, ситуативный разговор, речевые ситуации, ролевые диалоги, сюжетные игры, игры с правилами, заучивание мирилок, составление рассказов и сказок. Загадок.
<i>Познавательно-исследовательская.</i>	Наблюдение, беседа, решение проблемно-практических ситуаций, моделирование, дидактическое упражнение, просмотр презентаций, мультфильмов и видеороликов.
<i>Восприятие художественной литературы.</i>	Чтение, обсуждение, беседа, рассматривание иллюстраций, слушание, разучивание.
<i>Изобразительная ,конструирование.</i>	Мастерская по изготовлению продуктов детского творчества, продуктивная коллективная деятельность, рассматривание иллюстраций, изготовление поделок из бумаги, природного и бросового материала.
<i>Музыкальная.</i>	Слушание, импровизация, хороводные игры.
<i>Театральная.</i>	Драматизация, театрализация, импровизация, мимические и пантомимические этюды, арт-терапия.
<i>Двигательная.</i>	Подвижные игры с правилами, игровые упражнения, упражнения на мышечную релаксацию, дыхательная и мимическая гимнастика, игры – забавы.

## 2.5. Взаимодействие с семьей.

В рамках реализации проекта определена система работы с родителями (законными представителями) воспитанников.

### Формы и методы работы с родителями:

1. Анкетирование «Знаю ли я своего ребёнка», «Анкета по выявлению тревожного ребенка» (по Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко).
2. Индивидуальные беседы по запросу родителей о важности данной темы.
3. Консультация для родителей по вопросам: «Что такое эмоционально – волевая сфера?», «Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольника», «Эмоциональное здоровье дошкольников».
4. Памятки для родителей.
5. Буклеты «Эмоциональное благополучие ребёнка», «Быть родителями нелегко».
6. Семинар – тренинг для родителей «Эмоциональное благополучие в семье».
7. Тренинги для родителей «Тропинка родительской любви».
8. Оформление информационного уголка:



памятки для родителей: «Шпаргалка для взрослых или правила взаимодействия с гиперактивными детьми», «Фразы родителей, помогающие ребенку вырасти счастливым», «Признаки психологического напряжения у детей», «В детский сад с радостью!», «Как справиться с детским гневом», «Как снять напряжение после детского сада», «Если ребенок ведет себя агрессивно», «Если ребенок часто устраивает истерики», «Взаимоотношения ребенка в семье».

9. Оформление фотоальбома «Семейные фотографии».

10. Совместное изготовление дидактических игр, пособий, картотеки, атрибутов к играм и театральным этюдам.

11. Обмен опытом семейного воспитания.

Таким образом: разнообразие форм и методов взаимодействия с семьей помогает найти точки соприкосновения с разными категориями родителей, так как направлено на обмен опытом, повышение педагогической компетентности, формирование у них педагогических умений и др.

3. Практическая реализация проекта.

3.1. Содержание реализации проекта.

Для достижения поставленных целей и задач необходима реализация следующих действий:

- Создание центра эмоционального настроения.
- Изготовление атрибутов, картотеки и комплекса игр по данному направлению.
- Проведение организационной образовательной деятельности по социально – эмоциональному развитию.
- Создание комфортного пространства в группе при проведении ООД.
- Создание у воспитанников и их родителей устойчивого интереса к социально – эмоциональному развитию по средствам игр в разных видах деятельности.

3.2. Этапы реализации проекта.

Первый этап – подготовительный.

Цель – определение задачи форм взаимодействия с родителями и детьми среднего дошкольного возраста по реализации игрового проекта «Страна настроений»

*Задачи данного этапа:*

1. Провести первоначальную диагностику (тест «Сделаем вместе»; графическая методика «Кактус» М.А.Панфиловой), наблюдение.
2. Провести анкетирование родителей: «Знаю ли я своего ребёнка», «Анкета по выявлению тревожного ребенка» (по Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко).
3. Установить индивидуальный контакт с каждым ребенком для определения направлений взаимодействия.
4. Изучить методическую литературу, подобрать и изготовить наглядный и дидактический материал, сделать серию когнитивных схем, картотеку игр на формирование основ эмоционального интеллекта. Спроектировать РППС в соответствии с темой.
5. Определить содержание и формы работы с детьми.
6. Разработать систему занятий-тренингов, подобрать комплекс игр, упражнений, психогимнастик, релаксаций, психологических и театральных этюдов.

Второй этап – практический.

*Цель* – внедрение проекта.

*Задачи данного этапа:*

1. Привлечь родителей к совместной деятельности в реализации проекта «Страна настроений».
2. Создать центр эмоционального настроения (уголка настроения и уголка уединения) в группе.
3. Работа с детьми: подготовить пособия, картотеку, атрибуты к играм и театральным этюдам, когнитивные схемы.
4. Провести с детьми цикл занятий-тренингов, психологических упражнений и игр в образовательном процессе и самостоятельной деятельности.

Третий этап – заключительный.

*Цель:* Обобщение результатов работы в самой различной форме, их анализ.

Задачи данного этапа:

1. Провести анализ проделанной работы.
2. Определить эффективность, целесообразность, перспективы дальнейшего сотрудничества с дошкольниками и родителями по проблеме эмоционального развития детей для старшего дошкольного возраста.
3. Провести сравнительную диагностику, ознакомить родителей с результатами эффективности игрового проекта «Страна настроений», подвести итоги.

План реализации проекта

январь 2021 — декабрь 2021

Сроки	«Страна настроений» игры и упражнения на эмоциональное развитие		Взаимодействие с семьей	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды (РППС)
	Направленность	Перечень игр		
январь	<p><i>Игры и упражнения на формирование знаний об эмоциях</i></p> <p>Цель: развитие способности определять эмоциональное состояние людей, животных.</p>	<p>-На что похожи настроения ; -Как выглядят чувства; -Угадай эмоцию</p> <p>- Закрепление знаний о чувствах</p>	<p>1. Анкетирование «Знаю ли я своего ребёнка».</p> <p>2. Создание уголка настроения в группе «Дерево настроения»</p>	<p>Оборудовать центр эмоционального настроения</p> <p>Внести картотеку игр на формирование основ эмоционального интеллекта.</p> <p>Изготовление пособий для игр и упражнений на формирование</p>
февраль	<p><i>Игры и упражнения на формирование умений выразить эмоции.</i></p> <p>Цель: развитие способности передавать эмоциональные состояния радости и грусти. Совершенствование способности понимать причины эмоциональных состояний; снятие психоэмоционального напряжения.</p>	<p>-Две страны -Кто смешнее засмеется -Раз-два-три настроение замри!</p>	<p>1. Создание уголка уединения в группе</p> <p>2. Оформление информационного уголка: Памятки для родителей: «Фразы родителей, помогающие ребенку вырасти счастливым».</p>	<p>Оборудовать уголок уединения.</p> <p>Изготовление пособий для игр и упражнений на саморегуляцию и снятие психоэмоционального напряжения.</p> <p>-</p>

март	<p><i>Игры и упражнения на саморегуляцию и снятие психоэмоционального напряжения</i></p> <p>Цель: снятие психоэмоционального напряжения. Приобретение навыков в саморасслаблении.</p>	<p>Релаксация «Улыбка» Расслабление Игра «Прогулка» Этюд -комплекс «Музыкальная мозаика» «На лесной полянке»</p>	<p>1. Проведение открытых занятий воспитателями группы «Страна эмоций»</p> <p>2. Проведение музыкального занятия по плану музыкального руководителя.</p>	<p>Изготовление пособий для игр и упражнений на формирование социально приемлемых способов выражения эмоций.</p> <p>Внести когнитивные схемы эмоций «Движения от одноперсонажных схем»</p>
апрель	<p><i>Игры и упражнения на формирование социально приемлемых способов выражения эмоций</i></p> <p>Цель: коррекция негативных социально-поведенческих реакций, формирование нового опыта взаимоотношений в процессе игры.</p>	<p>Игра «Встреча сказочных героев» этюд«Просто так»</p>	<p>1.Семинар – тренинг для родителей «Эмоциональное благополучие в семье».</p> <p>2.Выпуск буклета «Эмоциональное благополучие ребёнка».</p>	<p>Изготовление пособий для игр и упражнений «Рефлексивные круги Л. Мещеряковой»</p> <p>-Внести когнитивные схемы эмоций радости, грусти, злости и страха.</p>
май	<p><i>Рефлексивные круги Л.Мещеряковой.</i></p> <p>Цель: обучение детей умениям высказываться о своих чувствах, развитию способности определять</p>	<p>Я глазами других Тайна моего Я.</p>	<p>1. Консультация для родителей «Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольника»</p>	<p>Изготовление карточек для игры «Азбука настроений».</p> <p>Внести когнитивные схемы</p>

	эмоции по схематическим изображениям, обогащение словаря детей через называние эмоций. Сплочение группы.		2. Оформление информационного уголка: «Если ребенок ведет себя агрессивно»	удивления
сентябрь	<i>Азбука настроений</i>  Цель: определение и передача настроений и эмоций радости, грусти, страха, злости, удивления	-Азбука настроений (дидактическая игра с набором 36 карточек)	1.Оформление фотоальбома «Загляните в семейный альбом» 2.Оформление информационного уголка. Памятки для родителей: «Шпаргалка для взрослых или правила взаимодействия с гиперактивными детьми».	- Изготовление театральных масок для игры «Театр одного актера», «Золотая маска»  -Внести когнитивные схемы эмоций, акцентируя, что одна и та же эмоция может быть вызвана разными причинами.
октябрь	<i>Театр настроений</i>  Цель: ознакомление детей с азбукой выражения эмоций. Способствование лучшего понимания себя и других. Тренировка внимания и мышления	Психогимнастика: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сделай так же</li> <li>• Изобрази эмоцию на своем лице</li> </ul> -Театр одного актера Мастер класс «Золотая маска»	1. Проведение музыкального занятия по плану музыкального руководителя. 2.Оформление информационного уголка: «Если ребенок часто устраивает истерики.	-Внести когнитивные схемы эмоций для совместного оценивания ситуаций, поступков с точки зрения их социально-нравственной значимости: добрый поступок приносит радость; злой, жестокий должен

ноябрь	Контрольно-проверочный тренинг «Когнитивные схемы эмоций» Цель: определение уровня развития представлений об эмоциях	Карточки-раскраски когнитивных схем Обращение к собственному личностному опыту детей с целью определения адекватных	1. Оформление информационного уголка: «Взаимоотношения ребенка в семье». 2. Анкетирование родителей: «Выявление импульсивности»	
декабрь	Контрольно-проверочный тренинг «Когнитивные схемы эмоций» Цель: определение уровня развития представлений об эмоциях	Карточки-раскраски когнитивных схем -Обращение к собственному личностному опыту детей с целью определения адекватных способов поведения в той или иной ситуации.	1. Оформление информационного уголка: «Взаимоотношения ребенка в семье». 2. Анкетирование родителей «Выявление двигательной активности».	

Январь 2022 — декабрь 2022

Сроки	«Страна настроений» игры и упражнения на эмоциональное развитие		Взаимодействие с семьей	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды (РППС)
	Направленность	Перечень игр		
январь	<p><i>Игры и упражнения на формирование знаний об эмоциях</i></p> <p>Цель: развитие способности определять эмоциональное состояние людей, животных.</p>	<p>Телефон Чего боялся мальчик; Если да - потопай. Если нет - похлопай Закрепление знаний о чувствах</p>	<p>1. Выпуск буклета «Быть родителями нелегко».</p> <p>2. Оформление информационного уголка: « В детский сад с радостью»</p>	<p>-Внести картотеку игр на формирование основ эмоционального интеллекта. -Изготовление пособий для игр и упражнений на формирование знаний об эмоциях и умения выражать эмоции.</p>
февраль	<p><i>Игры и упражнения на формирование умений выразить эмоции.</i></p> <p>Цель: развитие способности передавать эмоциональные состояния радости и грусти. Совершенствование способности понимать причины эмоциональных состояний; снятие психоэмоционального напряжения.</p>	<p>Пальчиковый этюд «Помирились – поссорились» Покажи голосом Дай мне игрушку</p>	<p>1. Проведение музыкального занятия по плану музыкального руководителя. 2. Оформление информационного уголка: «Признаки психологического напряжения у детей».</p>	<p>-Оборудовать уголок уединения. -Изготовление пособий для игр и упражнений на саморегуляцию и снятие психоэмоционального напряжения.</p> <p>-</p>

март	<p><i>Игры и упражнения на саморегуляцию и снятие психоэмоционального напряжения</i></p> <p>Цель: снятие психоэмоционального напряжения. Приобретение навыков в саморасслаблении.</p>	<p>Возьмите себя в руки Дыши и думай красиво Стойкий солдатик Замри!</p>	<p>1. Арт-терапия (ИЗО)</p> <p>2. Консультация для родителей «Что такое эмоционально – волевая сфера?»</p>	<p>Изготовление пособий для игр и упражнений на формирование социально приемлемых способов выражения эмоций. Внести когнитивные схемы эмоций «Движения от однопersonажных схем»</p>
апрель	<p><i>Игры и упражнения на формирование социально приемлемых способов выражения эмоций</i></p> <p>Цель: коррекция негативных социально-поведенческих реакций, формирование нового</p>	<p>игра «Встреча сказочных героев» этюд «Смелые ребята»</p>	<p>1.Семинар – тренинг для родителей «Тропинка родительской любви» 2. Оформление информационного уголка: «Признаки психологического напряжения у детей»</p>	<p>-Изготовление пособий для игр и упражнений -Внести когнитивные схемы эмоций радости, грусти, злости и страха.</p>
май	<p><i>Рефлексивные круги Л.Мещеряковой.</i></p> <p>Цель: обучение детей умениям высказываться о своих чувствах, развитию способности определять эмоции посхематическим изображениям, обогащение словаря детей через называние эмоций. Сплочение группы.</p>	<p>Я глазами других Тайна моего Я. Я и мои эмоции</p>	<p>1.Проведение музыкального занятия по плану музыкального руководи теля (вокалотерапия). 2.Оформление информационного уголка: «Если ребенок ведет себя агрессивно»</p>	<p>- Изготовление карточек для игры «Азбука настроений».</p> <p>- Внести когнитивные схемы эмоции удивления</p>



сентябрь	<p><i>Азбука настроений</i></p> <p>Цель: определение и передача настроений и эмоций радости, грусти, страха, злости, удивления</p>	<p>-Азбука настроений (дидактическая игра с набором 36 карточек)</p>	<p>1.Оформление фотоальбома «Загляните в семейный альбом»</p> <p>2. Консультация для родителей «Эмоциональное здоровье дошкольников».</p>	<p>- Изготовление театральных масок для игры «Театр одного актера», «Золотая маска»</p> <p>-Внести когнитивные схемы эмоций, акцентируя, что одна и та же эмоция может быть вызвана разными причинами.</p>
октябрь	<p><i>Театр настроений</i></p> <p>Цель: ознакомление детей с азбукой выражения эмоций. Способствование лучшего понимания себя и других. Тренировка внимания и мышления</p>	<p>Психогимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сделай так же</li> <li>• Изобрази эмоцию на своем лице</li> </ul> <p>Театр одного актера</p>	<p>1. Проведение музыкального занятия по плану музыкального руководителя.</p> <p>2.Оформление информационного уголка: «Если ребенок часто устраивает истерики.</p>	<p>-Внести когнитивные схемы эмоций для совместного оценивания ситуаций, поступков с точки зрения их социально-нравственной значимости: добрый справедливый поступок приносит радость; злой, жестокий должен получать заслуженное осуждение и неприятие.</p>
ноябрь	<p>Контрольно-проверочный тренинг «Когнитивные схемы эмоций»</p> <p>Цель: определение уровня развития представлений об эмоциях</p>	<p>- Карточки-раскраски когнитивных схем</p> <p>-Обращение к собственному личностному опыту детей с целью определения адекватных способов поведения в той или иной ситуации.</p>	<p>1.Оформление информационного уголка: «Взаимоотношения ребенка в семье».</p> <p>2.Анкетирование родителей: «Анкета по выявлению тревожного ребенка»(по Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко).</p>	
Декабрь			Проведение итогового занятия	

### 3.3. Материально-техническое обеспечение.

#### Материально-технические ресурсы:

- помещение группы;
- мультимедийная установка: экран, проектор, ноутбук;
- магнитная доска для иллюстрационного материала на бумажном носителе;
- CD – DVD - диски, с записями музыкального материала, сказок, стихов, мультфильмов;
- дополнительная и методическая литература, программно – методические материалы;
- дидактический материал, наглядный материал, игры, когнитивные схемы.

## Словарь терминов

Аффект- это возникающие внезапно, сильные, бурно протекающие, кратковременные, не подвластные волевому контролю эмоциональные переживания. Многие известные аффекты гнева, страха, восторга.

Настроение – в разной степени осознаваемое психическое состояние как положительный или отрицательный фон психической жизни индивида; это общий фоновый эмоциональный настрой человека, оказывающий существенное влияние на его деятельность. Он ситуационно зависим, однако человек может не осознавать причину того или иного настроения.

Чувства – по определению А.Н. Леонтьева, – это устойчивые эмоциональные отношения к определенным объектам, это своеобразные «эмоциональные контакты», устойчивые эмоциональные переживания. Основанием для их выделения служит их отчетливо выраженный предметный характер, относительная независимость от ситуации.

Эмоциональное самочувствие – ощущение или переживание человеком эмоционального комфорта – дискомфорта, связанного с различными значимыми аспектами его жизни (по И.В. Дубровиной).

Собственно эмоции – достаточно длительные эмоциональные переживания. Они имеют отчетливо выраженный ситуационный и процессуальный характер, т.е. выражают оценочное отношение человека к складывающейся ситуации.

Эмоциональные состояния – более длительные по сравнению с собственно эмоциями эмоциональные переживания. Они в отличие от эмоций, могут длиться часами, днями, неделями и даже годами. В отличие от настроения, эмоциональные состояния более связаны с глубоко личностными состояниями. Это состояния тревожности, стресса, кризисные, травматические состояния, депрессии и др.

Эмоциональный интеллект– способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

### Список используемой литературы:

1. Запорожец А.В. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. М., Педагогика, 1986.
2. Изард К.Э. Психология эмоций/Перев.сангл.СПб.:Питер,2003.—464с.илл.«Мастера психологии».
3. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. – М.: Академия, 2001.
4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа Эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. М.: Генезис, 2001.
5. Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций./ Художники Г.В. Соколов, В.Н.Куров. Ярославль: Академия развития, 2004.
6. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. М.: АРКТИ, 2001.
7. Мухина В. С. Детская психология. — М.:ООО АпрельПресс, ЗАО ЭКСМО-Пресс, 2007
8. Овчарова Р.В.Практическая психология образования: Учеб.пособие для студ.психол.фак. университетов. М.: Центр«Академия»,2003.
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. М.: ВЛАДОС, -2006.

10. Рылеева Е.В. Путешествие в мир эмоций: Демонстрационные материалы для фронтальной работы. Раздаточные материалы для индивидуальной работы. Педагогическая технология «Открой себя». М.: ЛИНКА-ПРЕСС. 2000.
11. Теплякова О. Практическая энциклопедия развивающих игр / О. Теплякова, О. Козлова. - М.: РОСМЭН, 2009.
12. Торшилова Е.М. Развитие эстетических способностей детей 3-7 лет / Е.М. Торшилова, Т.В. Морозова. – М.: РОСМЭН, 2007.
13. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. М.: Генезис, 2011
14. Шалимова Г.А. Психодиагностика эмоциональной сферы личности: Практическое пособие / Г.А. Шалимова. - М.: АРКТИ, 2006.
15. Шишова Т. Застенчивый невидимка. Как преодолеть детскую застенчивость: эмоционально развивающие игры и задания. М.: Изд. дом «Искатель», 2007.
16. Юдина Е.Г. Педагогическая диагностика в детском саду: Пособие для воспитателей / Е.Г. Юдина, Г. Б. Степанова, Е. Н. Денисова. М.: Просвещение, 2002.
17. Дерманова И.Б. Методика «Сделаем вместе» / Диагностика эмоционально-нравственного развития. СПб, 2002.

## Заключение

На заключительном этапе были проведены сравнительные диагностические срезы:

- детский тест тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Доркии В. Амен;
- тест «Уровень агрессивности ребенка»;
- тест «Сделаем вместе»;
- графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой;
- наблюдение;
- анкетирование родителей «Знаю лия своего ребёнка», «Выявление двигательной активности», «Выявление дефицита внимания», «Выявление импульсивности», «Анкета по выявлению тревожного ребенка» (по Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко).

Результаты наблюдений показали, что проводимая работа дала положительный результат: в группе изменился психологический климат, детям стало уютно и комфортно. За этот период снизилась агрессивность (8% - у 2 детей), воспитанники стали более раскованы, более доброжелательны, охотнее идут на контакт (уровень тревожности снизился у 20% - 5 чел., стремление к лидерству возросло у 20% - 5 чел.) У детей группы появилась потребность в общении, лица стали добрее, приветливее, улыбчивее. Наметилась тенденция к желанию общаться друг с другом.

*Дальнейшие перспективы реализации проекта:*

- Продолжение проекта «Радуга эмоций» с целью повышения уровня развития социально –

эмоциональной сферы, а именно развитие самостоятельности, креативности, инициативы детей старшего дошкольного возраста.

- Активизация участия воспитанников в проектной деятельности. Составление мини-проектов детьми и их реализация. Проведение мастер-класса организации игр на развитие социальной сферы для детей средней группы (гостевой обмен).
- Организация родительского клуба «Азбука эмоций и настроений».
- Ввести большее количество когнитивных схем-эмоций, где преобладают многоперсонажные схемы не только с однозначными (прямо согласующими связями), но и противоречивыми, в которых отсутствует однозначная сцепленность между причиной и следствием. Оценка способов поведения должна определяться не внешней формой поступка, а прежде всего содержанием мотивов, т.е. чем руководствовался человек, сказочный персонаж в той или иной ситуации, что побудило его к переживанию радости, удивления и т.п.